BOLETIM VIPASSANA BRASIL

SETEMBRO, 2023

Com firme determinação, proteja sua própria mente!
Aquele que tão incansavelmente busca o Dhamma e a Disciplina irá além do ciclo de nascimentos e acabará com o sofrimento

Yo imasmiṃ dhammavinaye
Appamatto vihassati!
Pahāya jātisaṃsāraṃ dukkhassantaṃ karissatī.
Digha Niãya 2.185

Ouça em páli: http://host.pariyatti.org/dwob/digha_nikaya_2_185.mp3

Portas abertas celebrando 20 anos Dhamma Santi

Domingo 28 de maio, dia 31 do curso de 30 dias recém-concluído por 40 alunos de várias regiões do Brasil e da América Latina, além de um aluno indiano, celebramos o 20º aniversário do centro de meditação Dhamma Santi.
Pela segunda vez desde que inauguramos o centro em 2003 o espaço foi aberto para meditadores e não-meditadores passarem o dia relembrando a história de Dhamma Santi e também poderem apresentar o espaço aos amigos e/ou familiares interessados em saber onde filhos, companheiros ou amizades regularmente se isolam para o exercício de introspecção e autoconhecimento que um curso de Vipassana oferece.
O Comitê de Comunicação preparou um banner registrando uma breve linha de tempo do centro e uma exposição de fotos mostrando os primórdios (terreno vazio e primeiras construções). Também foram registrados depoimentos de vários alunos antigos na intenção de preparar um vídeo sobre Dhamma Santi futuramente e foi gravada uma entrevista com o professor Arthur Nichols.
O Comitê de Anapana apresentou um cartaz com fotografias de cursos para crianças e jovens realizados em Dhamma Santi.
O Comitê de Cozinha preparou um delicioso almoço e petiscos para os que não puderam ficar o dia todo.
O professor Arthur e a professora Macarena Infante, que acabavam de conduzir o curso de 30 dias, compartilharam com os alunos e visitantes boas histórias e aproveitaram a oportunidade para retomar contato e conversar demoradamente com alguns alunos antigos que há muito não vinham ao centro.
Depois do almoço, o professor Arthur deu uma breve palestra explicando aos visitantes a estrutura e os benefícios de um curso de dez dias e relembrando aos alunos antigos a importância de mantermos a prática. E encerramos o dia com uma meditação em grupo para alunos antigos às 15 horas na sala de meditação, enquanto no refeitório eram projetados vídeos, entre os quais "Por que meditamos" (dirigido por B. Scotti). com entrevistas de meditadores gravadas em Dhamma Santi.
A emoção foi imensa, a gratidão transbordou e a repercussão foi tão positiva que estamos lançando a sugestão de que todo ano, no mês de maio, possamos voltar a oferecer encontros similares para celebrar tanto os benefícios do centro de meditação quanto a importância da admirável amizade.

Contato: info@santi.dhamma.org

O Dhamma é para todos: cursos de meditação Anapana realizados para crianças e adolescentes

Desde a reabertura do Centro de Meditação Vipassana Dhamma Santi após a pandemia de Covid, foram realizados dois cursos de Meditação Anapana, para crianças de 08 a 12 anos, nas datas 02/07/2022 (com 9 crianças) e 26/03/2023 (21 crianças), e um curso para jovens de 13 a 17 anos, em 09/10/2022 (com 02 jovens).

Durante o curso, que é realizado em um único dia no horário de 9 às 17hs, as crianças ou jovens recebem as instruções e praticam em períodos de 30 minutos, intercalados com jogos lúdicos, pinturas e outras atividades. O cardápio do dia é preparado especialmente para esses jovens alunos e alunas.

São notáveis os depoimentos das crianças e jovens, demonstrando com clareza sua compreensão dos benefícios da técnica, sobretudo em relação a "se acalmar", "aumentar a concentração", "ajudar nos estudos", "ter mais paz, mais amor". Também expressam o quanto gostam da comida e da atividade envolvendo a pintura de almofada de meditação.

Os servidores dos cursos por sua vez prestam depoimentos ao final e costumam se encantar com as crianças e jovens meditando, além de manifestarem uma nítida percepção dos benefícios decorrentes do serviço que oferecem durante o curso.

Todos os alunos e alunas antigos têm a possibilidade de servir como gerente do curso, como monitor, ou servir na cozinha. Os pais que sejam alunos antigos também são muito bem-vindos a servir.

Informações sobre os próximos cursos para crianças e/ou jovens a serem realizados podem ser obtidas no site dhamma.org, bem como as inscrições para sentar ou servir no curso.

O próximo curso de Meditação Anapana em Dhamma Santi será para jovens, de 13 a 17 anos, no dia 27/08/23.

Os cursos de Meditação Anapana em Dhamma Santi são organizados pelo Comitê de Anapana, com supervisão de Professor/Professora. É possível aluno antigo de Vipassana servir no Comitê se sentir essa volição, por meio de formulário a ser preenchido no site: https://santi.dhamma.org/pt-BR/commitees/

Informações adicionais podem ser obtidas por meio do e-mail do Comitê de Anapana de Dhamma Santi:

dhammasanti.anapana@gmail.com

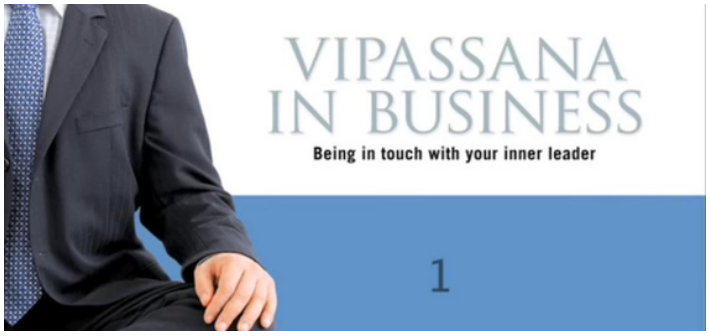
Que todas as crianças e jovens sejam felizes! Que o Dhamma chegue para todos!

Contato: info@santi.dhamma.org

Comitê Web Dhamma Santi precisa de servidores

O Comitê Web Desenvolvedores de Dhamma Santi necessita servidores com conhecimento técnico no desenvolvimento de sites e que já tenham experiência em utilizar a ferramenta WordPress.
Atividade 100% remota e com poucas horas de envolvimento semanal.
Se você tem volição para servir neste comitê, por favor acesse o link:
https://santi.dhamma.org/pt-BR/commitees/
aba "Comitê de Serviço", Formulário de Inscrição, opção "outros".
Favor escrever "Comitê Webmaster" e informar: 1) grau de conhecimento, 2) experiência e 3) disponibilidade.
Com muita metta!
Comitê Web Dhamma Santi

Cursos para Executivos e Líderes Governamentais em Dhamma Sarana



Dhamma Sarana sediará nos dias 30 de agosto a 10 de setembro de 2023 o segundo curso de 10 dias especialmente direcionado para executivos de negócios e líderes governamentais.
Este será o segundo curso executivo realizado no Brasil. O primeiro curso foi realizado em abril de 2023, também em Dhamma Sarana, quando 37 alunos e alunas completaram o curso com sucesso.
Estes cursos foram concebidos para pessoas em posições de liderança, com grande poder de influenciar positivamente a sociedade e disseminar uma visão mais ética e consciente de como agir no mundo.
A técnica de meditação Vipassana ensinada nos cursos para executivos é idêntica à ensinada nos cursos regulares de 10 dias. A única diferença é que em um curso para executivos e líderes governamentais, há uma palestra adicional e duas sessões de perguntas e respostas de S. N. Goenka, que foi empresário por muitos anos. Nelas, ele discute o uso dos princípios de Vipassana para lidar com os desafios e tensões do mundo dos negócios.
Para mais informações, está disponível o website https://executive.dhamma.org/pt-BR em português. Este website traz leituras, depoimentos e documentários sobre cursos executivos realizados em diferentes regiões no mundo.
Que muitos possam se beneficiar deste novo curso, que será oferecido duas vezes por ano em Dhamma Sarana. Convidamos a todos os alunos e alunas antigas que estão seriamente no caminho a servir neste curso!

Mitra Brasil

Após alguns anos em fase de adaptações e testes, o programa Mitra, que busca levar a prática de concentração através da respiração natural ao universo escolar, encontra-se em pleno funcionamento no Brasil.
Nos últimos dois anos cerca de 50 sessões introdutórias, onde nosso querido professor SN Goenka ensina a técnica através de áudios, foram conduzidas por anfitriões previamente formados nos estados de Santa Catarina, São Paulo, Rio de Janeiro, Bahia, Pará e no Distrito Federal, atingindo um público de mais de duas mil pessoas de diversas faixas etárias, e vêm recebendo muitos feedbacks positivos (muitos professores e outros profissionais da educação têm se mostrado encantados em poder receber a técnica junto aos seus estudantes).
Contudo, apesar do programa ter sido elaborado para ser executado em um ambiente escolar, ele não tem se restringido a esse espaço, pois, aproveitando-se da boa volição e das oportunidades criadas pelos anfitriões e outros alunos antigos interessados no projeto, sessões já foram realizadas em uma comunidade quilombola, num abrigo de órfãos e em uma biblioteca pública (sempre com todo o cuidado para que a ambientação do local permitisse a boa recepção e compreensão da técnica pelos participantes).
Todos os alunos antigos são convidados a ajudarem na divulgação do projeto junto às suas comunidades.

Apresentações online do programa para os meditadores de Vipassana têm sido realizadas esporadicamente, mas caso ainda não tenha assistido a nenhuma delas, você pode visitar nosso site para obter mais informações:

sites.google.com/view/mitrabrasil

Se desejar, pode nos contatar por e-mail:

brasilmitra@gmail.com

Ou através do WhatsApp: (21)99888-6600

"Que o Dhamma possa se expandir para o benefício de muitos, para a liberação de muitos" S.N.Goenka.

Realizações da Vipassana Amazônia

É com muita satisfação que o núcleo organizador de cursos de Vipassana na Amazônia, em funcionamento há pouco mais de dois anos, enumera suas realizações no Estado do Pará:

- Sete cursos de dez dias de Vipassana
- Dois cursos de três dias para alunos antigos
- Um curso de Anapana para crianças de 8 a 12 anos
- Alguns cursos de um dia realizados nas cidades de Castanhal, Belém e Santa Bárbara do Pará

Fruto de um sonho coletivo de vários meditadores do Brasil, a futura associação encontra-se em um momento chave. Em junho estaremos realizando o primeiro curso de três dias na Chapada dos Guimarães, no Mato Grosso (com o apoio e o incentivo do Sangha do Planalto Central). Este curso servirá como teste do espaço para a futura oferta de cursos de 10 dias no estado, abrindo assim mais uma frente no projeto de expansão do Dhamma na região da Amazônia Legal.

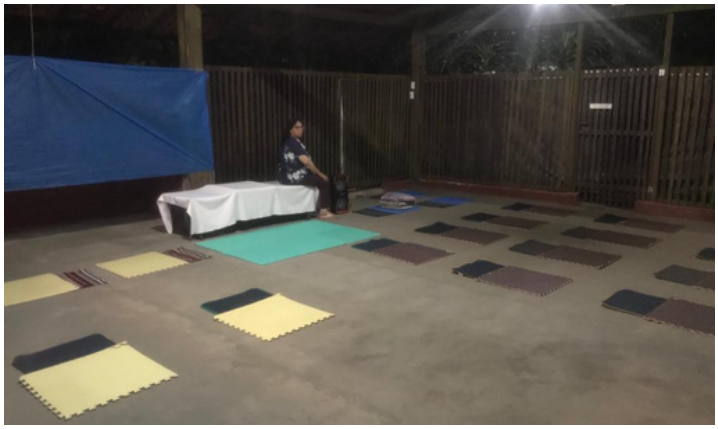
Além disso, esperamos conseguir realizar nosso oitavo curso de 10 dias no estado do Pará durante o mês de outubro do presente ano. Dessa maneira, convidamos a todos os alunos(as) antigos(as) com a volição em participar da iniciativa a se juntarem a nós como lhes for possível, caso não fisicamente como servidor(a) ou aluno(a), mentalmente com suas boas vibrações de Metta.

Se desejar, você pode se incluir no grupo de WhatsApp de meditadores antigos da região, e receber informações atualizadas sobre nossas atividades, através do link abaixo:

https://chat.whatsapp.com/IoClSC4NDVDDPCuDJaP11P

Você também pode nos contatar através do e-mail: off-center.courses@nordeste.br.dhamma.org

"Que todos vocês possam ser bem-sucedidos nas tentativas de difundir o Dhamma, a paz e a harmonia" S.N. Goenka



Vipassana Bahia: ações recentes

A atual sede provisória da Vipassana da Bahia acaba de passar por uma reforma nos banheiros coletivos, com a construção de uma nova fossa séptica e reparos hidráulicos gerais. De modo que está pronta para receber os próximos cursos que acontecerão no mês de agosto.
Estamos organizando também um mutirão para o feitio de uma composteira nas primeiras semanas de julho e um período de serviços a partir do dia 23 do mesmo mês.
Todos estão convidados para contribuir com esses movimentos que têm por objetivo o bem-estar daqueles que receberão ou se desenvolverão no Dhamma. Seja de forma física,estando presente nas atividades, seja de forma monetária, contribuindo com a campanha de arrecadação que está em andamento para custear os investimentos realizados, ou enviando Metta para a roda do Dhamma continuar a girar aqui na Bahia.
Que mais e mais pessoas possam se beneficiar da dádiva destes ensinamentos para estarem cada vez mais libertas dos sofrimentos que as afligem.
Com muita metta,

Associação Vipassana da Bahia.

Contato: info@nordeste.br.dhamma.org

Notícias de Minas Gerais

Vipassana MG encerrou a temporada de pequenos cursos realizados ao longo dos últimos dois anos em Delfim Moreira/antigo mosteiro Serra Clara e está buscando novo local para retomar as atividades.

Enquanto isso, estão sendo realizados cursos de um dia em Belo Horizonte todo terceiro domingo do mês (com recesso em julho) e meditações online pelo zoom em vários horários. Na sessão das 19 horas, quando o professor Robson está disponível, ele comenta as palavras diárias do Buda analisando o páli e também aceita perguntas dos alunos.

Associação Vipassana de Minas Gerais
Contato: info@minas-gerais.br.dhamma.org

Vipassana no sistema penitenciário do estado de Pernambuco

Em março de 2018 foram feitas as primeiras apresentações da Vipassana na Penitenciária de Igarassu - PIG, localizada no município de Igarassu, Pernambuco. Depois, a partir de abril daquele ano, com autorização do diretor sr. Charles, pela primeira vez em presídios brasileiros passaram a ser realizados encontros semanais de mini Anapana. O empreendimento ficou suspenso durante a pandemia mas, em fevereiro de 2023, por iniciativa do mesmo diretor, foram reiniciados os encontros, agora com um grupo permanente (entre 15 e 20 reeducandos) visando preparar o grupo para um curso de 10 dias.
Em maio foi ajustada a data de 20 de junho a 01 julho para realização do primeiro curso, sendo que 11 alunos preencheram formulário de inscrição e já foram aceitos.
Foram cinco anos de serviço continuado, durante os quais sementes foram plantadas, adubadas e regadas, e estas florirão durante o curso com a perspectiva de gerar 11 frutos para distribuir o Dhamma a todos na PIG.

Saiba mais: www.prison.dhamma.org/pt-BR

Unidos no Dhamma

Curitiba segue realizando grandes cursos

A roda do Dhamma segue girando no Paraná. Cursos de 10 dias continuam acontecendo em duas temporadas sempre janeiro-fevereiro e julho, na cidade de Curitiba.
Na temporada de cursos do início de 2023, os cursos de 10 dias voltaram a ter 100 participantes. Esse número havia sido reduzido na retomada pós pandemia, mas agora se normaliza.
O curso de Anapana para jovens que estava previsto para essa mesma temporada acabou cancelado devido à baixa procura, mas um novo curso dessa natureza está previsto para acontecer na temporada de julho.

Bhavatu sabba mangalam
"Que todos os seres sejam felizes."

Primeiro curso de Satipatthana Sutta oferecido no Planalto Central

O sangha do Planalto Central vem se esforçando para que Dhamma Uyyana se estabeleça cada vez mais como um centro de meditação em suas próprias terras na serra dos Pireneus, em Pirenópolis, Goiás.

Entre novembro e dezembro de 2022 foram realizados 3 cursos de 10 dias. O primeiro curso de Satipatthana Sutta do Planalto Central aconteceu na virada do ano para 2023, em Pirenópolis. As instalações atuais foram testadas e o sangha teve a oportunidade de sentar e servir nesses cursos na terra sagrada do Dhamma.

Além dos cursos em Pirenópolis, mais 3 cursos de 10 dias aconteceram entre janeiro e fevereiro no Solar Guadalupe em Brasília.

"Foi uma experiência transformadora, o Dhamma e Vipassana pra mim são a cada novo curso, cada novo serviço, uma revolução na minha vida. Foi uma experiência ótima acampar e dormir mais próximo à terra e à natureza."

Depoimento de Marcelo Luna, aluno do curso de Satipatthana Sutta, fev. 2023.

"É a primeira vez que estou vindo servir em Dhamma Uyyana e foi uma experiência no inicio um pouco desafiadora, mas depois eu pude entender que esse desafio veio multiplicado nas recompensas e nos benefícios do serviço. O Centro ainda está na fase de expansão, foi um curso pequeno, com 15 pessoas, e foi uma experiência muito importante para minha prática, meu caminhar no Dhamma. Apesar da simplicidade do serviço, do centro, das instalações, eu pude perceber o quanto essa simplicidade foi transformada em facilidade durante o serviço e durante a prática. Muitas vezes a própria mente vai nos condicionando dizendo que a gente precisa de muitas coisas para poder meditar para poder servir...e aqui o serviço em DU foi uma prova, uma experiência direta de que essa complexidade não é necessária, que o caminho do Dhamma pode ser trilhado de diferentes maneiras, e DU está aqui para poder nos oferecer tanto para quem senta quanto para quem serve ser possível também estar meditando em contato com a natureza, respeitando o bioma que nos cerca nesse centro no Planalto Central que nos acolheu.Só tenho a agradecer por esse serviço, a todas as pessoas que estiveram aqui, a todos os seres que estiveram aqui, muita gratidão."

Depoimento de Giovanna Possignolo, servidora do curso Satipatthana Sutta, fev. 2023

"Me sinto honrada de estar aqui, de ter participando desse movimento, de estar vendo um centro nascer. É muito bonito perceber que

algo grandioso como o estabelecimento da consciência, o Satipatthana, a chegada da consciência, pode acontecer com pouco que é muito, é a intenção de cada um, de estarmos várias pessoas juntas com essa intenção muito forte, com uma estrutura que é simples, e fazer acontecer o Dhamma. Gratidão." Depoimento de Júlia, aluna do Satipatthana Sutta, fev 2023

No momento não há cursos previstos no calendário de Dhamma Uyyana. O comitê de obras e meio ambiente do centro está se empenhando em definir o projeto Master Plan para que se possam iniciar novas obras de adaptação do centro. O objetivo é atender 30 alunos/as por curso, já com instalações em quartos além do formato de acampamento. Em breve teremos mais notícias dessa caminhada cheia de bons frutos e de serviço altruísta ao Dhamma.

É mais um centro para que a joia ofertada pelo Buda chegue a mais e mais pessoas, propiciando meios alegres e diretos de se superar as dores do sofrimento e da ignorância.

Que todos os seres sejam felizes e possam desfrutar de sua libertação do sofrimento!

Contato: info@uyyana.dhamma.org

Cursos de um dia no Humaitá, Rio de Janeiro

A partir de julho/23, haverá cursos de 1 dia mensais no bairro do Humaitá. A intenção é que os cursos sejam no terceiro domingo de cada mês, porém dependemos da disponibilidade do espaço e as datas serão confirmadas com pelo menos 1 mês de antecedência no grupo de whatsapp da meditação semanal do Andaraí.

Os cursos serão aos domingos das 7h às 13h, com um descanso de 20 minutos para alimentação às 10h.

Os participantes deverão levar suas almofadas, canecas/garrafas para tomar água (há filtro no local) e comida simples, que se possa comer fria, caso queiram se alimentar no descanso.

Próximas datas confirmadas:

- 16 de julho
- 13 de agosto
- 17 de setembro

Endereço: Rua Maria Eugênia 215, sala 201 - Humaitá, Rio de Janeiro

Em caso de dúvidas, falar com o Pedro: 21 98849-7744

Meditações em grupo on-line

Há diferentes horários e salas virtuais disponíveis, além de jornadas de meditação, meditações estendidas e perguntas e respostas com professores. Participar das meditações on-line é uma ótima forma de, mesmo à distância, manter a prática diária junto com irmãos e irmãs em Dhamma.
Assim, compartilhamos os horários das meditações em grupo que estão sendo realizadas diariamente (Horário de Brasília/ GMT -3):

IMPORTANTE: Senha para acessar as meditações no Zoom: behappy

Cânticos:

De segunda-feira a domingo às 5h - https://zoom.us/j/902419783 (Meditação com cânticos)
De segunda-feira a domingo às 6h50min - https://zoom.us/j/801654947

- -

1) Meditações pelo zoom: https://zoom.us/j/801654947

De segunda-feira a sexta-feira às 8h, 10h, 20h30min e 22h30min
Sábados: Jornada de meditação (7h40min, 9h30min, 11h e 12h10min), 20h30min e 22h30min
Domingos às 10h*, 20h30min e às 22h30min

Aos domingos temos a **Meditação em grupo latino-americana**
às 10h da manhã, seguida de sessão de perguntas e respostas
com um professor(a) assistente.

Observações:
Caso você precise de uma entrevista particular com um professor, pode contatar-nos pelo e/mail: meditacionvipassana.online@gmail.com
Para ver como entrar em grupos de whatsApp ou obter outras informações, visite: https://forms.gle/AxsY5tcqswwiWFvFA
Se quiser doar para as meditações on-line, pode acessar: https://www.paypal.com/paypalme/DanaVipassana?locale.x=es_XC

- -

2) Meditações pelo zoom: https://zoom.us/j/902419783

De segunda a sexta - 05h às 06h30
-19h às 20h05

Sábado e domingo - 07h30 às 08h35
- 17h30 as 20h estendida

Muita Metta!

"Não se deve matar a um ser vivo, nem fazer com que seja morto, nem se deve incitar outro a fazê-lo. Não machuque nenhum ser, forte ou fraco, no mundo."
Sutta Nipāta 2.396

Experiência de Sacca Adhitthana

Viagens de Vipassana pelo Ocidente por S.N. Goenka

Este esboço autobiográfico apareceu pela primeira vez em agosto de 1997. Foi editado para este número do boletim.

No princípio, depois de ter chegado de Myanmar, eu continuaria a conduzir cursos de Vipassana por toda a Índia. O tempo passou e os centros de meditação de Dhamma Giri, Dhamma Thali e Dhamma Khetta foram fundados.

O número de alunos ocidentais continuou a aumentar e eles continuaram a me convidar para ensinar Dhamma em seus próprios países. Mas o que eu podia fazer? Eu estava de mãos atadas. Meu passaporte de Myanmar não era válido para viagens fora da Índia. Até o meu apelo ao General Ne Win revelou-se infrutífero. Um bom amigo em Yangon me aconselhou a tomar refúgio em Dhamma e assumir uma Dhamma Adhitthana (forte determinação). Não havia outra maneira de ter sucesso.

Vipassana estava estabelecendo raízes na Índia, seu país de origem, e, agora, seria preciso dar novos passos no sentido de realizar outras aspirações em Dhamma de meu professor Sayagyi U Ba Khin: disseminar Dhamma pelo mundo. Com esta finalidade, eu senti que deveria ir a mais países para cumprir esta missão em Dhamma.

Além disso, ocorreu um fato que causou grande confusão no Ocidente. Alguns de meus alunos norte-americanos, que fizeram alguns cursos de Vipassana comigo na Índia, antes de se tornarem plenamente maduros na técnica, levados pelo excesso de entusiasmo, fundaram um centro de meditação em seu país. Em razão de sua inexperiência, eles se afastaram dos meus ensinamentos e tomaram uma direção inadequada. Ao perceber tudo isso, surgiu em minha mente uma grande sensação de urgência de ir ao Ocidente ensinar Dhamma com a sua pureza intacta.

Apesar de o Primeiro-Ministro de Myanmar ser um bom amigo, ele não poderia me conceder os endossos para os países que pretendia visitar. Uma possibilidade que me restava era a de desistir de minha nacionalidade de Myanmar, aceitar a nacionalidade indiana e tirar um passaporte indiano. Isto me permitiria viajar a qualquer país do mundo para ensinar Dhamma.

Eu hesitei. Embora a Índia seja a terra de meus antepassados e também a terra sagrada detodos os Budas, Myanmar é a minha pátria e, definitivamente, ocupa um lugar de especial honra no meu coração.

Depoimento de Giovanna Possignolo, servidora do curso Satipatthana Sutta, fev. 2023

"Me sinto honrada de estar aqui, de ter participando desse movimento, de estar vendo um centro nascer. É muito bonito perceber que Existe um ditado famoso em sânscrito segundo o qual honrar a pátria é muito mais importante até do que honrar o mundo celestial. E a minha era uma pátria especial, onde eu nasci não somente uma, mas duas vezes: a primeira, quando emergi do útero de minha mãe e, a segunda, quando deixei o útero da ignorância pela prática de Vipassana.

Portanto, por um lado, eu estava relutante de desistir de minha cidadania de Myanmar, e, por outro lado, eu me sentia compelido pelo dever a realizar os desejos em Dhamma de meu professor.

Durante alguns dias, a minha mente viveu este conflito até a sensação desaparecer. Finalmente, decidi aceitar a sugestão de meu amigo U Thi Han e assumir uma forte determinação (adhitthana) com base em uma declaração da verdade (sacca kiriya), conforme descrita abaixo:

"Todo o serviço em Dhamma que prestei até agora é absolutamente livre de qualquer interesse egoísta e foi somente oferecido com o único objetivo de auxiliar os outros. Eu agi assim para realizar os desejos em Dhamma de meu respeitável professor. Que o meu professor possa se libertar de sua dívida do Dhamma recebido da Índia. Que eu possa me sentir livre da dívida do Dhamma que recebi de meu professor. É somente com esta intenção que eu tenho prestado serviço em Dhamma. Estas são palavras da verdade e, com a força dessas palavras verdadeiras, eu entrego a decisão ao Dhamma. Se Dhamma quiser que eu desempenhe as minhas tarefas somente na Índia, então, que eu

permaneça um cidadão de Myanmar. Se Dhamma quiser que viaje pelo mundo afora para disseminar Vipassana, então, ao completar 10 anos de serviço em Dhamma na Índia, que eu possa receber a cidadania indiana."

Quando o fim do período de 10 anos se aproximava, eu dei entrada no pedido de cidadania indiana. Fiz isso com a determinação de que, se Dhamma quisesse me enviar pelo mundo afora como cidadão indiano, que isso de fato acontecesse. Após submeter o requerimento ao governo indiano, eu estava extremamente confiante de que conseguiria obter a cidadania.

A minha experiência mostrava que toda vez que um passo importante era dado no caminho de disseminação de Dhamma, sempre surgia um obstáculo inesperado. Mas o obstáculo não permanecia por muito tempo.

Efetivamente, um obstáculo surgiu. Eu fui informado mais tarde que o meu requerimento havia sido retido no Departamento de Inteligência do governo da Índia. Alguns anos antes, o Departamento de Inteligência começou a realizar uma investigação séria sobre mim e minhas atividades, porque alguns membros de nossa família tinham se envolvido com o Ananda Marga – um movimento considerado suspeito pelo governo da Índia. Era, então, natural que o governo suspeitasse de que eu indiretamente trabalhasse para o Ananda Marga.

Eu sabia que o Departamento de Inteligência da Índia empreendera exaustivas investigações sobre as minhas atividades e alguns funcionários dessa agência governa- mental me entrevistaram sobre o assunto.

Alguns deles inclusive fizeram um curso de 10 dias disfarçados. Um desses funcionários graduados, ao final do curso que frequentou, me revelou a sua identidade. Ele me disse que estava altamente impressionado pelo meu serviço altruísta e que tinha testemunhado por si mesmo a forma pela qual esta técnica não-sectária se disseminava para o benefício dos outros. Ele também me revelou que alguns funcionários realizaram investigações e reportaram que o meu trabalho era livre de qualquer outra intenção oculta. Ele disse que só então fora capaz de observar isso por si mesmo e estava absolutamente convencido de que a técnica era perfeita e não possuía qualquer vínculo com o movimento Ananda Marga.

Eu pensei que o assunto estaria encerrado, mas ainda não. Até o Primeiro-Ministro afirmou que nada mais podia ser feito, tendo em vista que o Departamento de Inteligência ainda necessitava realizar investigações suplementares antes de me conceder a cidadania. Apesar dessa situação desanimadora, eu estava completamente convencido de que, em razão da Adhitthana que assumi, eu com certeza obteria a cidadania indiana e um passaporte indiano, tão logo transcorrido o período de 10 anos de serviço. Eu poderia, então, partir livremente para ensinar Dhamma no exterior.

Com esta forte confiança, eu dei autorização aos meus alunos ocidentais para organizarem um curso de 10 dias em Guyou, na França, de 1º a 11 de julho, em Plage, na França, de 14 a 24 de julho, em Montreal, no Canadá, de 26 de julho a 6 de agosto, e, em seguida, em Godalming, na Inglaterra, de 9 a 20 de agosto e de 21 de agosto a 1º de setembro. Eu me comprometi a ministrar cinco cursos de Vipassana no Ocidente e os locais já haviam sido reservados para a sua realização.

O quê poderia ser feito? As forças anti-Dhamma ergueram barreiras para impedir a disseminação de Dhamma pelo mundo. O governo de Myanmar tinha políticas restritivas para a concessão de endossos em passaporte e o governo da Índia não me concedia a cidadania. A única confiança de que dispunha vinha da minha Adhitthana em Dhamma, tomada com base na sacca kiriya. Eu tinha uma confiança enorme de que as forças de Dhamma acabariam por me ajudar.

O 1º de julho – o dia do início do primeiro curso que fora programado na França – se aproximava rapidamente. Não havia qualquer possibilidade de obter a cidadania indiana a tempo e, mesmo se a conseguisse, seria impossível obter um passaporte no prazo de menos de uma semana. Parecia que seria preciso cancelar o primeiro curso na França, embora soubesse que isto seria uma enorme decepção para os meus alunos e além disso eles também teriam de assumir os prejuízos financeiros. O pior de tudo é que perderiam a confiança em mim. Eu lhes dizia: "Acreditem em mim, o curso acontecerá conforme previsto." Mas, agora, o quê poderia fazer? Nessa situação, o tempo ia passando.

A minha Dhamma Adhitthana era: "Quando eu tiver completado 10 anos de serviço em Dhamma

na Índia, que eu possa ter a oportunidade de ensinar Dhamma além das fronteiras da Índia." No dia 22 de junho de 1979, o período de 10 anos se completou.

No dia 27 de junho, eu recebi um telefonema. Foi uma surpresa agradável. Um funcionário do governo me ligou para informar que os papéis relativos à minha cidadania e à cidadania de minha mulher estavam prontos. Fomos convidados a comparecer à Sede da magistratura na Esplanada das Cortes, em Mumbai, a fim de receber o nosso registro de cidadania. No dia seguinte, fomos juntos até o local receber os títulos sem qualquer dificuldade. Um grande obstáculo para a disseminação de Dhamma pelo mundo foi finalmente removido. Mas ainda havia o problema de conseguir nossos passaportes e isso em um prazo curto de 2 dias. Isto seria impossível. Nós não chegaríamos à França a tempo de conduzir o primeiro curso.

Até então não tínhamos requisitado os passaportes. Agora, mesmo que tudo fosse bem agilizado, a emissão dos passaportes levaria três ou quatro semanas. Mas a minha mente ainda não estava preparada para cancelar os cursos na França. Entreguei tudo a Dhamma. Eu disse a mim mesmo, "Deixe-nos ver o que Dhamma deseja e como Dhamma planeja que isso aconteça."

Estávamos evidentemente muito felizes com a nossa cidadania indiana, mas ainda havia uma dúvida sobre se os cursos na França poderiam acontecer. Com esta incerteza, voltamos para casa - para outra agradável surpresa. A agência de viagens nos telefonou e informou que, segundo instruções de autoridades superiores, os passaportes podiam ser emitidos no dia seguinte.

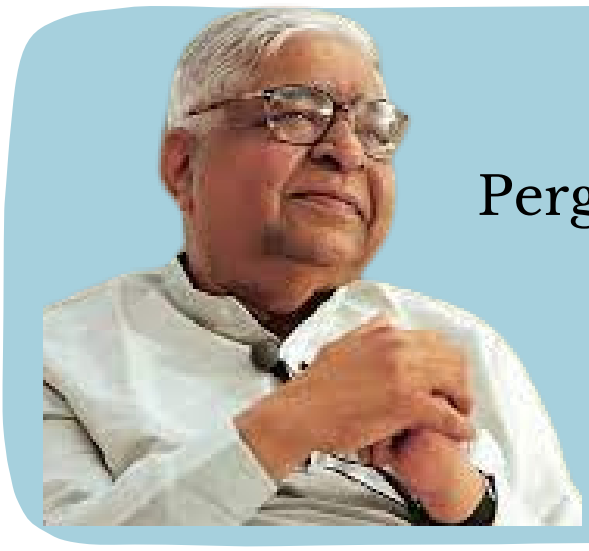
O dia 28 de junho. Os passaportes estavam em nossas mãos. Agora, a esperança de poder conduzir os dois cursos previstos para a França aumentou, muito embora fosse preciso que tivéssemos um visto e a Embaixada da França já tinha encerrado o expediente daquele dia.

O dia 29 de junho. Só nos restava um dia. Mesmo se conseguíssemos o visto francês, ainda precisávamos dos vistos para o Canadá e a Grã-Bretanha. E ainda havia outras tantas formalidades para um cidadão indiano cumprir antes de deixar o país. Todas em um só dia?

Dhamma funciona! Todas as portas miraculosamente se abriram. Na noite do dia 29 de junho estávamos a bordo de um avião rumo a Paris. Nós tínhamos conseguido os vistos franceses e cumprimos todas as formalidades necessárias para deixar o país. Além disso, o nosso agente de viagens nos disse que talvez não precisássemos de vistos para o Canadá nem para a Grã-Bretanha, uma vez que nós agora éramos cidadãos de um país integrante da Comunidade Britânica. Mesmo que os vistos fossem necessários, eles poderiam ser facilmente obtidos nas embaixadas daqueles países em Paris.

A minha confiança em Dhamma foi fortalecida por estes maravilhosos episódios, tanto quanto a minha crença de que sou apenas um instrumento - é somente Dhamma que funciona.

Dhamma teve de escolher alguns instrumentos para que fosse feito o trabalho. Tantos milhares de pessoas começaram a experimentar os benefícios de Dhamma. Que todos aqueles que serviram de instrumento para a remoção desses obstáculos possam compartilhar todos os méritos que adquiri pela disseminação de Dhamma pelo mundo. Que todos possam ser felizes, que todos possam experimentar a paz, que todos possam se libertar.



Perguntas e Respostas *com Goenkaji*

Fonte: VNL Vol.34 nr.2 maio 2007

O método que acabou de descrever é extremamente prático, mas será que todos poderão se beneficiar dele – mesmo aqueles que sofrem de vícios graves, tais como às drogas e ao álcool?

Goenkaji: Quando falamos de vício, não é meramente ao álcool e às drogas, mas também às impurezas, tais como a paixão, a raiva, o medo ou o egoísmo. No nível intelectual, você entende muito bem, "A raiva não é saudável para mim, é tão perigosa e danosa." No entanto, você está viciado em raiva, você continua a gerar raiva porque você não trabalhou nas profundezas da sua mente. A raiva começa em razão de uma substância bioquímica particular que começou a fluir em seu corpo e, com a interação da mente e da matéria, a raiva continua a se multiplicar.

Ao praticar Vipassana, você começa a observar a sensação que surge em consequência do fluxo bioquímico. Você não reage a isso. Isto significa que você não gerará raiva naquele momento. Este momento único se transforma em alguns momentos, que se transformam em alguns segundos, que se transformam em alguns minutos, e você descobre que não é tão facilmente influenciado por esse fluxo quanto no passado. Você começou gradativamente a sair da sua raiva.

Pessoas que vieram fazer esses cursos retornaram aos seus lares e aplicaram esta técnica na sua vida diária, às sessões diárias de meditação pela manhã e à noite e continuaram a se observar ao longo do dia - como reagem ou como conseguem manter a equanimidade em diferentes situações. A primeira coisa que tentarão fazer é a de observar as sensações. Em decorrência de uma situação específica, talvez uma parte da mente tenha começado a reagir, mas, ao observar as sensações, a mente se torna equânime.

Então, qualquer ação que vocês pratiquem será uma ação e não uma reação. Uma ação é sempre positiva. Somente quando reagimos é que geramos negatividade e sofremos.

Alguns momentos de observação da sensação tornarão a mente equânime a ponto de poder agir. A vida, então, será cheia de ação em vez de reação.

Por que ao beber somente um cálice de vinho quebra-se a sila?

Goenkaji: Um cálice se transforma em mais. Portanto, por que não deixá-lo de lado desde o início? Uma vez viciado, é tão difícil deixar o vício. Por que não se abster de tudo o que provoca vício?

O que é metta?

Goenkaji: Metta ou metta bhãvana é a técnica de gerar vibrações de boa vontade e de compaixão que um aluno de Vipassana aprende no 10º dia do curso de 10 dias de Vipassana. Mais tarde, ao fim de todo curso de Vipassana ou de uma sessão de uma hora, solicita-se ao meditador praticar metta para assim compartilhar os méritos obtidos com todos os seres. As vibrações de metta são vibrações tangíveis, com uma força benéfica que aumenta à medida que a pureza da mente se fortalece.

Fonte inesgotável de gratidão: recordando S.N.Goenkaji

Rememoramos neste boletim a trajetória de S.N. Goenka, mestre responsável pela expansão da tradição Vipassana no Ocidente, originário de Myanmar, e que decidiu emigrar para a Índia em 1969 com o objetivo de ensinar a técnica à sua mãe, desta forma a contemporânea difusão mundial teve início

Que todas as grandes obras aqui descritas tragam alívio para a mente!
A bem-aventurança nos une!
A bem-aventurança de ter nascido durante um florescimento mundial do Dhamma do Buda!
A bem-aventurança de estar entre os corretos, de ser capaz de venerar os sábios!
A bem-aventurança de poder refletir sobre a vida de um admirável ser humano!

Reunimo-nos em dupla alegria para prestar homenagem ao venerável sangha e para recordar um valoroso filho de Dhamma.
Nos países budistas, os discípulos leigos mantêm viva uma tradição vital de oferecer doações ao sangha no aniversário da morte de um ente querido.
Satya Narayan Goenka deixou esta vida em 29 de setembro de 2013, poucos meses antes de completar 90 anos. Desde sua infância, em Mandalay, sempre demonstrou grande respeito por monges e por monjas budistas. Na idade adulta, aproveitava todas as oportunidades para lhes expressar seu respeito e para buscar a sua orientação e as suas bênçãos.
Ele teria se alegrado com este Mahāsangha dāna em sua memória. Sentia gratidão infinita à tradição mestre-aluno do nobre sangha de Myanmar, que preservou o Tipiµaka e Vipassana em sua pureza original durante mais de dois milênios. Esta inscrição em inglês, em hindi e em birmanês adornava o Portal de Myanmar na entrada de Dhamma Giri. Esse centro, em Igatpuri, Índia, é o principal centro de meditação de Goenkaji. Foi fundado em 1976.
Um visitante à Birmânia do século XIX comentou que, sendo o monge um campo de mérito, nenhuma aldeia birmanesa poderia existir sem um mosteiro.Uma aldeia pode sobreviver sem eletricidade, sem tratores, sem rádios e sem posto de saúde, mas não pode passar sem um monge. Pois, ao aceitar as suas esmolas, um monge permite aos habitantes da aldeia adquirirem aquilo que eles mais prezam: mérito.
A população se impõe imensos sacrifícios, incorrem em tremendas despesas, se colocam com alegria nas circunstâncias mais estreitas, para poderem reunir os recursos a fim de construir mosteiros.
Por que as ordens budistas são tão estimadas pelos leigos? Porque, como protegem e preservam o sublime ensinamento, suas vidas representam as mais elevadas possibilidades às quais a humanidade pode aspirar. Constituem o elo que une os homens ao Iluminado e ao seu nobre sangha. Deixaram de lado as seduções da vida mundana para cultivar aquilo que é essencial. Mantêm o Dhamma vivo no mundo. Sua disciplina é exaustiva, intensa e enobrecedora. O Buda disse, em páli, que são "anuttara puññakkhetta lokassa-ti": um incomparável campo de mérito para o mundo.
Nosso mundo moderno é um reino de extremos. Encontramos os píncaros da beleza e da realização espiritual, bem como as areias vazias de rastros do deslocamento e do desespero. Vidas implacáveis, massacrantes, esmagadoras, sofrimento em escala inimaginável, um mundo enlouquecido, uma terra conspurcada, aos prantos. Contudo, vivemos em um círculo enaltecido de amigos de confiança. Inumeráveis flores de lótus irão surgir do lodo e gerar luz. Algumas conhecemos, a maioria jamais encontraremos.

Clique aqui para ler o texto completo:

https://dhammainspiration.dreamhosters.com/sng/

O primeiro ano: reflexões de um aluno envelhecendo a cada dia

Por Jonathan Mir|19/03/2023

"Aqueles que mantêm sua prática no primeiro ano a mantém facilmente por toda a vida.".
~ S.N. Goenka

Mas o que há de tão difícil no primeiro ano? Por que é preciso tanta força de vontade (adhiṭṭhāna) para meditar duas horas por dia durante um ano, após o que se torna fácil? A maioria dos alunos sai do seu primeiro curso de meditação Vipassana de dez dias, conforme ensinado por S.N. Goenka (na tradição de Sayagyi U Ba Khin), sentindo-se entre a inspiração e a transformação. Esses novos "alunos antigos" sentem-se energizados por ter vislumbrado, nesses dez dias, uma maneira diferente de estar no mundo. Frequentemente, percebem a possibilidade de uma vida mais feliz, menos reativa e menos à mercê das reviravoltas e puxões de sua mente, de seu "monólogo interior". No entanto, Goenkaji, como era comumente conhecido por seus alunos, disse explicitamente que o primeiro curso é apenas uma introdução. Ele passa dez dias ensinando como andar neste caminho, "mas o benefício real que você obterá será de sessões diárias, de manhã e à noite", após o término do curso.

No entanto, a maioria dos alunos não retornará para um segundo curso e muito menos manterá sua prática da maneira descrita por Goenkaji. Não é difícil entender o porquê. A maioria desses não-meditadores acha difícil passar duas horas por dia "não fazendo nada". Entre trabalho, família, tarefas, socialização, curtir o "lazer" ou outras atividades familiares, encontrar duas horas extras por dia parece algo entre desafiador e risível. No entanto, dezenas de milhares de pessoas ocupadas incorporaram essas duas horas em suas rotinas. Podemos presumir que estão felizes por terem feito isso.

Será que mais alunos poderiam fazer a transição que muitos esperam fazer - a incorporação da prática em suas vidas - com um pouco mais de apoio? Eu conheci algumas pessoas que saíram no dia 11 para uma vida de forte sila (moralidade) e meditando duas horas por dia. Eu me casei com uma dessas pessoas. Ela tinha formação em dança, ou seja, trabalho duro, não era particularmente atraída por bebidas alcoólicas e tinha amigos do Dhamma para recebê-la no final do curso. Meu ponto de entrada, no entanto, foi diferente.

Em setembro de 1998 completei meu primeiro curso de meditação de dez dias aos 27 anos e saí me sentindo feliz e grato. Na minha mente de dramaturgo/ator, eu ficava imaginando a grande mídia colada nesses centros de Vipassana com manchetes assim: "Uma saída para o sofrimento!" "Finalmente, felicidade disponível gratuitamente!" Parte de mim estava realmente perplexa por não ser esse o caso, tal era o meu brilho pós-curso. Mas depois, voltei ao trabalho. Primeira parada, um emprego de ator em um teatro regional no oeste da Pensilvânia. Muitos dos atores mais jovens estavam neste resort-teatro desde junho. Os padrões de consumo de álcool e drogas recreativas estavam bem estabelecidos. Felizmente, um amigo que fiz no curso veio me visitar e acabou sendo contratado como carpinteiro. Por várias semanas, meditamos juntos duas vezes ao dia, e então ele seguiu em frente. Continuei a meditar, mas gradualmente diminuí para apenas uma hora por dia e depois de uma para zero.

As coisas continuaram nesse ritmo quando consegui outro emprego como ator na Flórida. Não havia ninguém com quem sentar. Mais uma vez, a atmosfera não era particularmente inspiradora. Mas o que era um hábito semifrequente antes do meu primeiro curso - fumar maconha - de alguma forma agora se tornou um hábito irregular, sem uma decisão específica de minha parte. Fiquei menos interessado na experiência. Em algum momento daquela primavera, fumei pela última vez. Após meu retorno ao nordeste do país, os médicos determinaram que eu precisava remover parte do intestino após uma década de inflamação e cicatrização resultantes da doença de Crohn, uma inflamação crônica do trato gastrointestinal. Durante minha recuperação de dois meses, tive tempo para meditar novamente ou, no meu caso, ficar deitado por duas

semanas. Comecei a planejar um retorno ao centro Vipassana em Shelburne Falls, Massachusetts. Coincidentemente, uma conferência sobre Vipassana e saúde foi planejada para setembro. Fui à conferência e fiquei lá por dois meses, alternando entre sentar e servir cursos. Muitas coisas mudaram em minha mente e corpo durante esse tempo. Foi um período de cura - física e emocionalmente - sem que "cura" fosse o motivo de eu estar lá. Eu estava lá, como dito numa palestra de Goenkaji, para trilhar um "alto caminho espiritual".

Se eu não tivesse tido a oportunidade de permanecer por dois meses, se tivesse simplesmente participado de um curso de dez dias e voltado para a cidade de Nova York, talvez ainda estivesse lutando com minha prática. Goenkaji disse que "a continuidade da prática é o segredo do sucesso". Permanecer mais tempo no Centro é uma forma de cultivar essa continuidade quando você não consegue estabelecê-la em seu ambiente doméstico. Mas também foi o ato específico de servir um curso, e depois outro, que ajudou a solidificar minha inspiração.

A primeira vez foi igual à minha primeira vez sentado em termos dos novos "ângulos" a partir dos quais vi minha mente, minha relação com o mundo e a própria Vipassana. Um período prolongado de interação com outras pessoas, em uma cozinha dedicada a ajudar tornar possível a transformação que ocorre na sala de meditação, enquanto meditava três ou mais horas por dia, ajudou-me a redefinir "trabalho" como alegria. Em vez da "operação cirúrgica profunda" de fazer um curso, aprendi o que é uma "operação entre leve e média". Meditar com novos amigos, enquanto processava a evolução dessas amizades e os desafios de trabalhar juntos para um objetivo comum, não era apenas uma metáfora para os próximos anos, era um trampolim para esses anos. A felicidade de ajudar a dar essa técnica a outras pessoas seria transportada diretamente para a próxima vez que me sentei. Não poderia ser de outra forma: permaneci no centro servindo até começar aquele segundo curso.

Mas muitos alunos novos e antigos têm empregos — empregos de verdade. E famílias. E cachorros. E .... Tudo o que posso dizer é que isso foi necessário para mim. Existem outras formas de conseguir apoio: uma sessão em grupo uma vez por semana, um curso de três dias, etc. Mas mesmo depois dos meus dois meses no Centro, ainda era difícil, muito difícil. Voltei para a cidade de Nova York sem muito apoio relacionado à meditação, além da sessão em grupo uma vez por semana que ficava a uma hora de metrô de Flushing, Queens. Mas adhiṭṭhāna para sobreviver ao primeiro ano foi apenas o suficiente para fazer a técnica funcionar, de forma confusa, sonolenta, mesmo uma ou duas vezes depois de beber álcool - uma experiência tão desagradável que desistir do álcool tornou-se fácil. Meditei em igrejas, no metrô, no Central Park. Embora Goenkaji recomende não meditar em público, levei a sério seu conselho de "em qualquer lugar, a qualquer hora" para sobreviver ao primeiro ano. Lembro-me de viajar pela Itália e, quando o albergue onde estava hospedado não oferecia privacidade, encontrei um lugar confortável entre duas lixeiras em um beco de Roma.

Nesse período, dei preferência à quantidade em detrimento da qualidade. Mesmo que eu estivesse meio adormecido, ou completamente adormecido e apoiado, continuei sentado. O esforço tornou-se um marcador de posição para mim. Eu sabia que parte da minha mente ainda estava procurando uma saída para essa nova rotina. Se essa parte de mim encontrou uma saída uma vez, então, poderia encontrá-la novamente. A desagradável experiência de "dormir", com o pescoço em um ângulo doloroso, ajudou a motivar um melhor planejamento para a próxima vez. Quase uma década depois, quando tive um filho, embora tivesse mantido minha prática e participado de vários cursos longos, rebaixei o padrão de qualidade para aqueles marcadores de lugar deixando minha cabeça estar na almofada, corpo estendido em direção à minha cama. O que quer que funcione. Embora o tempo gasto meditando enquanto criava meu filho fosse um tempo longe dele, minha impressão é que ele entendeu que também estava se beneficiando. O fato de ser um pouco menos reativo quando as tensões aumentam em casa, no supermercado ou no carro, o ajudou a confiar mais nos pais. Eles podem não ser perfeitos, mas quando perdem a equanimidade, rapidamente se recuperam e até se desculpam.

Já pratico meditação Vipassana regularmente há quase duas décadas. Minha vida seria difícil de imaginar sem ela. Sou grato a esta prática por

boa parte de qualquer "sucesso" que tive mantendo nossa família unida em tempos difíceis, por experiências positivas como artista e ativista e por continuar a oferecer insights sobre os altos e baixos desta existência, muitas vezes o mesmo insight uma e outra vez. Anicca!

Olhando para trás, para aqueles primeiros dois anos de luta – o primeiro quando não consegui manter minha prática e o segundo apenas minimamente – posso ver com mais clareza a relação entre sila (moralidade) e paññā (sabedoria). Embora eu não tivesse o hábito de matar, mentir ou roubar, minha sila não era particularmente forte quando fiz meu primeiro prato. Passei a entender que ficar sentado duas horas por dia não é simplesmente a atividade física de meditar; requer um encontro simultâneo com o que estou fazendo nas outras vinte e duas horas do dia.

O que escrevi não tem a intenção de despertar culpa ou perfeccionismo, ou adicionar estresse adicional às vidas superlotadas do século XXI. Mas se algum dos itens acima tiver algum valor para você, fico feliz. Desejo-lhe sorte, serenidade e coragem. E desejo a todos sucesso neste Caminho do Meio – um leme em um mundo que às vezes pode parecer à deriva.

Shelburne Falls, 1º de janeiro de 2023.

Perguntas frequentes sobre autocursos

Todo meditador tem de desenvolver a força para enfrentar os altos e baixos da vida. E uma maneira de continuarmos a progredir na trilha do Dhamma é sentar um autocurso em casa ou em outro local fora de centro. Para auxiliá-los nesta trilha, disponibilizamos o documento pelo link abaixo, com orientações sobre como conduzir seu autocurso.

Com muita Metta!

Clique aqui para ler o documento.

https://www.dhamma.org/pt-BR/os/self_course_faq

Novo livro de Paul Fleischman

O ensaio “O Buda ensinou a não violência, não o pacifismo”, de Paul Fleischman, foi traduzido e já está disponível para ser baixado gratuitamente no site da Pariyatti.

Clique aqui para ler na íntegra.

https://store.pariyatti.org/buddha-taught-nonviolence-portuguese

Peregrinação Índia-Nepal

O Instituto Tatágata "Seguindo os Passos de Buda" retomou este ano do Centenário de Goenkaji as peregrinações aos locais conectados com a vida do Buda e o Dhamma.A peregrinação inclui também os principais centros de meditação e locais de legado do professor Goenkaji assinalando que "o tempo de Vipassana soou", ou seja, a volta do Dhamma ao continente Indiano, sua terra de origem.

Para maiores informações:

robson.almeida@dhamma.org
ana.guadarrama@dhamma.org
giovana.possignolo@dhamma.org

Saiba como doar para diversas localidades no Brasil

"Das dez paramis, a de dana é uma das mais grandiosas, e o dhammadana é a forma superior desse dana. O Buda disse: sabbadanam dhammadanam jinati – o maior dana é o dana do Dhamma." - S.N. Goenka

De acordo com a tradição pura da Vipassana, os cursos são organizados exclusivamente com base em doações feitas apenas por aqueles que tenham completado pelo menos um curso de 10 dias com S.N. Goenka ou um de seus professores assistentes, experimentaram os benefícios da técnica e desejam oferecer a outras pessoas a mesma oportunidade.

Há muitas maneiras de oferecer dana para as diversas localidades do Brasil, de acordo com suas possibilidades e sua volição. Veja as informações de cada centro de meditação/estado:

DHAMMA SANTI – RJ

Banco Itaú 341
Agência: 0380 - Rio Glória
Conta corrente: 54080-7
Associação Vipassana do Brasil
CNPJ: 04.979.151/0001-94

Outras formas de doação:
https://www.santi.dhamma.org/pt-br/alunos-antigos/doacoes-dana/como-doar/#c63836

https://dhammasantiexpansao.wordpress.com/

DHAMMA SARANA – SP

Banco Itaú - 341 Agência - 0300 Praça Panamericana
Conta Corrente - 33.400/0
Associação Vipassana de São Paulo
CNPJ 16.940.530/0001-50

Há diversas maneiras de oferecer dana para as obras de acordo com suas possibilidades e sua volição. Acesse as páginas:
https://sarana.dhamma.org/pt-BR/donations/

https://construindodhammasarana.com.br/doacoes/

(senha: behappy)

Informações: financeiro@sarana.dhamma.org

VIPASSANA AMAZÔNIA

Titular: Associação Vipassana do Planalto Central
Banco: Mercado Pago
Agência: 0001
Conta: 62490302420
Chave Pix: off-center.courses@nordeste.br.dhamma.orgChave

VIPASSANA BAHIA

Banco Bradesco
Agência: 5218-3
Conta Corrente: 37987-5
CNPJ: 26.034.000/0001-04 (PIX)
Associação Vipassana da Bahia

www.dhammabhassara.org

Para identificarmos melhor as doações pedimos que aqueles/as que desejarem doar especificamente para uma CAMPANHA, usarem o número "1" na terminação dos seus depósitos. Exemplos: R$ 101,00; R$351,00; R$ 1001,00.

VIPASSANA PLANALTO CENTRAL (DHAMMA UYYANA)

Titular: Vipassana Planalto Central
CNPJ: 14.303.164/0001-00 (PIX)
Banco do Brasil (001)
Agência: 1114-2
Conta Corrente: 40480-2

VIPASSANA PARANÁ

Titular: Associação Vipassana do Paraná
PIX/CNPJ: 35.042.315/0001-86
Banco Itaú
Agência: 3835
Conta Corrente: 84377-6

VIPASSANA MINAS GERAIS

Titular: Associação Vipassana de Minas Gerais
CNPJ: 23.096.187/0001-74
Banco Itaú (341)
Agência: 3033
Conta Corrente: 10330-4

VIPASSANA PERNAMBUCO

Chave Pix/CNPJ: 41.679.276/0001-25 - Associação Vipassana PE