



7 ਅਗਸਤ ਤੋਂ 18 ਅਗਸਤ, 2024 ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ-ਇੰਗਲਿਸ਼ ਭਾਸ਼ਾਈ
ਵਿਪਾਸਨਾ ਕੋਰਸ



Dhamma Mahāvāna

www.mahavana.dhamma.org

North Fork, CA

August 7 to 18, 2024

ਵਿਪਾਸਨਾ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਵੇਖਣਾ ਹੈ, ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪੁਰਾਣੀ ਤਕਨੀਕ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਰਤ ਵਿਚ 2500 ਤੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਸਾਰੀ ਰੋਗਾਂ ਲਈ ਇਕ ਸੰਸਾਰੀ ਉਪਚਾਰ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

ਵਿਪਾਸਨਾ ਮੈਡੀਟੇਸ਼ਨ ਦੀ ਤਕਨੀਕ ਨੂੰ ਦਸ ਦਿਨਾਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕੋਰਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਿਪਾਸਨਾ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਨੂੰ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਲਾਭਕਾਰੀ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੋਰਸਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ ਹੈ - ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਕੀਮਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਸਾਰੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਦਾਨ ਦੁਆਰਾ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ, ਇੱਕ ਕੋਰਸ ਪੂਰਾ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਵਿਪਾਸਨਾ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਦੋਭਾਸ਼ੀ (ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ - ਪੰਜਾਬੀ) 10 ਰੋਜ਼ਾ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਵਿਪਾਸਨਾ ਕੋਰਸ ਸ੍ਰੀ ਐਸ.ਐਨ. ਗੋਇਨਕਾ ਦੇ ਸਹਾਇਕ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੁਆਰਾ **7 ਅਗਸਤ ਤੋਂ 18 ਅਗਸਤ, 2024, ਤਕ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਧੰਮਾ ਮਹਾਵਾਨਾ ਦੇ ਕੇਂਦਰ** ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਕੋਰਸ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ

<http://www.mahavana.dhamma.org> ਤੇ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰੋ।