



"A convicção é a maior riqueza que se pode ter. Dhamma, quando bem praticado, traz êxtase. A verdade é o mais elevado dos sabores. Vivendo com discernimento, nossa vida é dita a melhor."

Sutta Nipata 1.184

Últimos dias!



O Centro de Meditação Dhamma Sarana continua em construção. A terceira fase da Campanha de Arrecadação está em andamento e será encerrada no dia **18 de janeiro**. Até o fim de janeiro será finalizada a etapa de construção do telhado da sala de meditação.

www.sarana.dhamma.org/construcao

[saiba mais](#)

Queridos amigos em Dhamma,

O ano de 2016 se inicia com uma notícia auspiciosa: **o Centro de Meditação Dhamma Sarana, em São Paulo, será inaugurado em março** com o primeiro curso de 10 dias para alunos antigos. Para isso, é preciso finalizar as obras de construção da sala de meditação e outras reformas necessárias, e também equipar todo o Centro. Saiba mais sobre as campanhas de arrecadação para construção da Sala de Meditação e para recebimento de equipamentos e materiais para cozinha, refeitórios e quartos.

A edição completa do Boletim Dhamma Sarana de janeiro está publicada [aqui](#).

Caso não consiga visualizar, pode copiar o link abaixo e colar no navegador.

<http://sarana.dhamma.org/boletim-dhamma-sara%E1%B9%87a-janeiro-2016/>

Veja as principais notícias do mês:

Vamos equipar o Centro!

Antes de inaugurar o Dhamma Sarana em março, será preciso equipar todas as instalações do Centro (quartos, banheiros, refeitórios e cozinha). Por isso, continuamos a divulgação de uma lista de materiais e equipamentos que podem ser doados por alunos antigos de Vipassana.



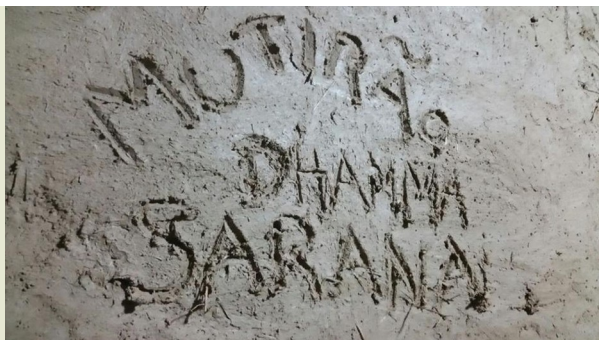
[saiba mais](#)

Serviço para alunos antigos no Dhamma

Oficina e Mutirão de Bioconstrução

Em **janeiro** terá mais um **Mutirão!** Agora que as paredes de barro foram concluídas, é preciso aplicar o reboco natural (feito com cal, areia, água e caseína). A antiga oficina está sendo transformada em dormitório e haverá um quarto e banheiro adaptados para cadeirantes.

[saiba mais](#)



Cursos de 1 dia - Dhamma Sarana e Campinas

Em janeiro haverá mais duas oportunidades de sentar com irmãos e irmãs em Dhamma para meditar por 1 dia inteiro e fortalecer a prática diária. No **Dhamma Sarana no dia 17** (domingo), das 8h45 às 16h40, e em **Campinas no dia 24**, no mesmo horário.

[saiba mais](#)

Palavras de Goenkaji

Ramaniya-Vihari era filho de um homem muito rico na cidade de Rajagaha. Cresceu cercado de todas as delícias que a fortuna material pode comprar. Quando atingiu a idade adulta, sucumbiu à intoxicação dos prazeres sensuais e começou a viver uma vida de completa indulgência.

[leia o texto completo](#)



Centro de Meditação Dhamma Sarana

Estrada da Cachoeira, 914, Fazenda Sta. Helena
Rancho Tucsons

Como Chegar: <http://sarana.dhamma.org/como-chegar-pt/>
Santana de Parnaíba - SP

info@sao-paulo.br.dhamma.org
facebook.com/groups/vipassanasaopaulo
sarana.dhamma.org
sarana.dhamma.org/construcao

(11) 94185-7289 - WhatsApp

Você está recebendo este e-mail porque realizou algum curso de Meditação Vipassana, como ensinada por S.N. Goenka na tradição de Sayagyi U Ba Khin. Caso prefira não receber mensagens da Associação Vipassana de São Paulo ou deseja atualizar seu endereço de e-mail, por favor, escreva para anuncios@la.region.dhamma.org.