

# Learn Buddhism

Newsletter

ENGLISH | हिन्दी | සිංහල | ESPAÑOL

Issue 6, October 2025

*Those who in suffering and happiness, and in the middle, overcome the seamstress;  
They stand like the stake of Inda, neither elated nor crest-fallen.*

Godatta Thera

Venerable Bhikkhu Mahinda is now in Sri Lanka to observe the Rains Retreat after completing his travels to spread Buddhism in India. Here are the highlights of his tours.

India: Bhikkhu Mahinda conducted meditation sessions over a period of two months in Leh, Ladakh; in the high Himalayas. He primarily focused on teaching the Breathing and Friendship meditation techniques. You can view Ladakh pix [here](#) and [here](#).

We are very happy to announce the launch of the FREE **Learn Buddhism** App v4. The v4 has an improved new UI and incorporates many improvements, enhancements, and bug-fixes.

**Most Importantly, v4 now offers the facility of Meditation. You can use the Meditation option to meditate, with or without instructions, silently or with chanting, with 100s of world famous Meditation Teachers.**

The App is available on the Android, Apple, and Web platforms. The App provides access to over 60,000 Teachings and Translations in 68 languages by over 3000 authors and translators. These Teachings and Translations are available in 21 file formats, ranging from AZW3 (Kindle) to ZIP. We have scanned 100s of websites to create this accessible repository, so you don't have to!

Please visit [LearnBuddhism.org](#) for download links and QR codes.

Please use the App and share your review and feedback. If you are looking for something and don't find it in the App, let us know. Also, if you know teachings that are not included in our repository, please let us know where to find them.

Finally, you are cordially invited to visit [LearnBuddhism.org](#) and [Trujillo Buddhist Center](#) to see the activities we are undertaking to spread Dhamma in Latin America. Please consider subscribing to the newsletter to get regular updates about our activities.

If you run into any issues with the App or the websites, please let us know. If you have any suggestions to improve, we will be most grateful to hear from you.

Please share this newsletter with your friends, family, and colleagues. May all beings be happy, be peaceful, be liberated.

HOME

जो लोग दुख और सुख में, और बीच में, दुर्जिन को मात देते हैं;  
वे इन्द्र के खंभे की तरह खड़े हैं, न ही उत्साहित और न ही निराश।

गोदत्त थेर

आदरणीय भिक्खु महिंदा भारत में बौद्ध धर्म के प्रचार हेतु अपनी यात्राएँ पूरी करने के बाद अब वर्षावास के लिए श्रीलंका में हैं। उनकी यात्राओं के मुख्य अंश इस प्रकार हैं:

भारत: भिक्खु महिंदा ने उच्च हिमालय में स्थित लेह, लद्दाख में दो महीने तक ध्यान सत्र आयोजित किए। उन्होंने मुख्य रूप से श्वास और मैत्री ध्यान तकनीकों को सिखाने पर ध्यान केंद्रित किया। आप लद्दाख की तस्वीरें [यहां](#) और [यहां](#) देख सकते हैं।

हमें निःशुल्क **लर्न बुद्धिज्म** ऐप v4 के लॉन्च की घोषणा करते हुए बहुत खुशी हो रही है। v4 में एक बेहतर नया UI है और इसमें कई सुधार, संवर्द्धन और बग-फिक्स शामिल हैं।

**सबसे खास बात यह है कि v4 अब ध्यान की सुविधा भी प्रदान करता है। आप ध्यान विकल्प का उपयोग करके, निर्देशों के साथ या बिना, मौन में या मंत्रोच्चार के साथ, विश्व के सैकड़ों प्रसिद्ध ध्यान शिक्षकों के साथ ध्यान कर सकते हैं।**

यह ऐप Android, Apple और वेब प्लेटफॉर्म पर उपलब्ध है। ऐप 2500 से अधिक लेखकों और अनुवादकों द्वारा 68 भाषाओं में 60,000 से अधिक शिक्षाओं और अनुवादों तक पहुँच प्रदान करता है। ये शिक्षाएँ और अनुवाद AZW3 (किंडल) से लेकर ZIP तक 21 फ़ाइल स्वरूपों में उपलब्ध हैं। हमने इस सुलभ संग्रह को बनाने के लिए 100 से अधिक वेबसाइटों को स्कैन किया है, ताकि आपको ऐसा करने की जरूरत ना पड़े!

कृपया डाउनलोड लिंक और क्यूआर कोड के लिए [LearnBuddhism.org](#) पर जाएँ।

कृपया ऐप का उपयोग करें और अपनी समीक्षा और प्रतिक्रिया साझा करें। यदि आप कुछ खोज रहे हैं और ऐप में वह नहीं मिलता है, तो हमें बताएं। साथ ही, यदि आप ऐसी शिक्षाओं को जानते हैं जो हमारे संग्रह में शामिल नहीं हैं, तो कृपया हमें बताएं कि उन्हें कहाँ पाया जा सकता है।

आखिर में, आपको [LearnBuddhism.org](#) और [Trujillo Buddhist Center](#) दृष्टिगत बौद्ध केंद्र पर आने के लिए सादर आमंत्रित किया जाता है, ताकि आप देख सकें कि हम लैटिन अमेरिका में धम्म का प्रसार करने के लिए क्या गतिविधियाँ कर रहे हैं। कृपया हमारी गतिविधियों के बारे में नियमित अपडेट प्राप्त करने के लिए न्यूज़लेटर की सदस्यता लेने पर विचार करें।

यदि आपको ऐप या वेबसाइट के साथ कोई समस्या आती है, तो कृपया हमें बताएं। यदि आपके पास सुधार के लिए कोई सुझाव है, तो हम आपकी बात सुनकर बहुत आभारी होंगे।

कृपया इस न्यूज़लेटर अपने दोस्तों, परिवार और सहकर्मियों के साथ साझा करें। सभी प्राणी सुखी हों, शांतिपूर्ण हों, मुक्त हों।

होम

යම්බඳු ආර්යයෝ වෙන්ද, සැපයුන් දෙකෙහිදීම, මධ්‍යස්ථව සිටීමෙන්;  
නුවර දොර සිටවූ කණුවක් මෙන් නොසැලී, උසස් බවට හා පහත් බවට නොපැමිණේ.  
ගෝදන්ත තෙර

ඉන්දියාවේ බුද්ධාගම දේශනා කිරීම සඳහා කළ සංචාරයන් අවසන් කිරීමෙන් පසු, පූජ්‍ය මහින්ද හිමියන් දැන් වැසි සමය සඳහා ශ්‍රී ලංකාවේ සිටී. උන්වහන්සේගේ සංචාරයන්හි කැපී පෙනෙන අවස්ථා පහත පරිදි වේ:

ඉන්දියාව: මහින්ද හිමියන් ලඩාක්හි ලේන් හි මාස දෙකක කාලයක් භාවනා සැසි පැවැත්වීය; ඉහළ හිමාලය. උන්වහන්සේ ප්‍රධාන වශයෙන් අවධානය යොමු කළේ හුස්ම ගැනීමේ සහ මිත්‍රත්ව භාවනා ක්‍රම ඉගැන්වීම කෙරෙහි ය. ඔබට ලබාත් පින්තූර [මෙතැනින්](#) බලන්න සහ [මෙතැනින්](#) බලන්න.

නොමිලේ **Learn Buddhism** App v4 හඳුන්වාදීමට ලැබීම ගැන අපි ඉතා සතුටු වන්නෙමු. v4 හි වැඩිදියුණු කළ නව අතුරු මුහුණත් ඇති අතර බොහෝ වැඩිදියුණු කිරීම්, ප්‍රසාරණයන් සහ දෝෂ නිවැරදි කිරීම් ඇතුළත් වේ.

වඩාත්ම වැදගත් දෙය නම්, v4 දැන් භාවනා පහසුකම ලබා දෙයි. ලෝක ප්‍රසිද්ධ භාවනා ගුරුවරුන් 100ක් සමඟ, උපදෙස් සහිතව හෝ රහිතව, නිහඬව හෝ සජීවීව කරමින් භාවනා කිරීමට ඔබට භාවනා විකල්පය භාවිතා කළ හැකිය.

යෙදුම ඇන්ඩ්‍රොයිඩ්, ඇපල් සහ වෙබ් වේදිකා වලින් ලබා ගත හැකිය. මෙම යෙදුමෙන් භාෂා 68ක් ඔස්සේ කතුවරුන් සහ පරිවර්තකයන් 2500කට අධික ප්‍රමාණයකගේ ඉගැන්වීම් සහ පරිවර්තනයන් 60,000 කට වැඩි ප්‍රමාණයක් සඳහා ප්‍රවේශය සපයයි. මෙම ඉගැන්වීම් සහ පරිවර්තන AZW3 (Kindle) සිට ZIP දක්වා ගොනු ආකෘති 21කින් ලබා ගත හැක. මෙම එකතුව සෑදීම සඳහා අපි වෙබ් අඩවි සිය ගණනක් පරිශීලනය කර ඇත, එබැවින් ඔබට එසේ කිරීමට අවශ්‍ය නොවේ!

කරුණාකර බාගත කිරීමේ සබැඳි සහ QR කේත සඳහා [LearnBuddhism.org](#) වෙත පිවිසෙන්න.

කරුණාකර යෙදුම භාවිතා කර ඔබේ අදහස් සහ යෝජනා හුවමාරු කරගන්න. ඔබ යමක් සොයමින් සිටින අතර එය යෙදුමේ සොයාගත නොහැකි නම්, අපට දන්වන්න. එසේම, අපගේ බෙඩාවේ ඇතුළත් නොවන ඉගැන්වීම් ඔබ දන්නේ නම්, ඒවා සොයා ගත හැකි ස්ථාන අපට දන්වන්න.

අවසාන වශයෙන්, [LearnBuddhism.org](#) සහ [Trujillo Buddhist Center](#) වෙත පිවිසීමට ඔබට සුහදව ආරාධනා කරන අතර අප විසින් ලිඛිත ඇමරිකාවේ ධර්ම ප්‍රචාරය සඳහා සිදු කරන ක්‍රියාකාරකම් ද ඔබට නැරඹිය හැක. අපගේ නීතිපතා ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ දැනගැනීමට කරුණාකර පුවත් පත්‍රිකාවට දායක වීමට සැලකිලිමත් වන්න.

ඔබ යෙදුම හෝ වෙබ් අඩවි සම්බන්ධ කිසියම් ගැටලුවකට මුහුණ දෙන්නේ නම්, කරුණාකර අපට දන්වන්න. ඔබට වැඩිදියුණු කිරීම් සම්බන්ධ යෝජනා තිබේ නම්, එයට සවන් දීමට අපි වඩාත් කැමැත්තෙන් පසුවන්නෙමු.

කරුණාකර මෙම පුවත්පසුන ඔබේ මිතුරන්, පවුලේ අය සහ සගයන් සමඟ බෙදා ගන්න. සියලු සත්වයෝ නිදන් වෙන්නවා, නිරෝගී වෙන්නවා, සුවපත් වෙන්නවා.

මුල් පිටුව

*Aquellos que en el sufrimiento y la felicidad, y en el medio, superan a la costurera;  
Se mantienen como la estaca de Inda, ni eufóricos ni abatidos.*

Godatta Thera

El Venerable Bhikkhu Mahinda se encuentra en Sri Lanka durante la temporada de lluvias tras finalizar sus viajes para predicar el budismo en la India. Los puntos destacados de sus viajes son los siguientes:

India: Bhikkhu Mahinda dirigió sesiones de meditación durante dos meses en Leh, Ladakh, en el Himalaya. Se centró principalmente en enseñar las técnicas de meditación de Respiración y Amistad. Puedes ver fotos de Ladakh [aquí](#) y [aquí](#).

Estamos muy contentos de anunciar el lanzamiento de la aplicación gratuita **Aprender Budismo** v4. La v4 tiene una nueva interfaz de usuario mejorada e incorpora muchas mejoras, mejoras y correcciones de errores.

**Lo más importante es que la v4 ahora ofrece la opción de Meditación. Puedes usarla para meditar, con o sin instrucciones, en silencio o con cánticos, con cientos de maestros de meditación de renombre mundial.**

La aplicación está disponible en las plataformas Android, Apple y Web. La aplicación proporciona acceso a más de 60.000 enseñanzas y traducciones en 68 idiomas de más de 2500 autores y traductores. Estas enseñanzas y traducciones están disponibles en 21 formatos de archivo, que van desde AZW3 (Kindle) hasta ZIP. Hemos escaneado cientos de sitios web para crear este repositorio accesible, ¡para que usted no tenga que hacerlo!

Visita [LearnBuddhism.org](#) para obtener enlaces de descarga y códigos QR.

Utiliza la aplicación y comparte tu opinión y comentarios. Si estás buscando algo y no lo encuentras en la aplicación, háznoslo saber. Además, si conoces enseñanzas que no están incluidas en nuestro repositorio, háznos saber dónde encontrarlas.

Por último, te invitamos cordialmente a visitar [LearnBuddhism.org](#) y [Trujillo Buddhist Center](#) para ver las actividades que estamos realizando para difundir el Dhamma en América Latina. Considera suscribirte al boletín para recibir actualizaciones periódicas sobre nuestras actividades.

Si tienes algún problema con la aplicación o los sitios web, infórmanos. Si tienes alguna sugerencia para mejorar, estaremos muy agradecidos de saberlo.

Por favor comparte este boletín con sus amigos, familiares, y colegas. Que todos los seres sean felices, estén en paz, estén liberados.

INICIO



Terms and Conditions | Privacy Policy

© Dhamma Publishers