विपश्यना

साधकहरूका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५३९ पौष २०५२ वर्ष ११ अ° ९

धम्मवाणी

जातिधम्मो जरा धम्मो ब्याधिधम्मो च'हं तदा।
अजरं अमरं खेमं परियेसिस्सामि निब्बुतिं ॥

- बुद्ध वंस २÷८

यी जुन जातिधर्मा, जराधर्मा र ब्याधिधर्मा छन्, त्यसबाट निबृत्त भएर बाँकी रहेको जुन अजर, अमर र क्षेमपूर्ण छ, म त्यसैको खोजीमा लाग्छु।

पुक्कुसाति (२)
(गता°को बाँकी.........)

राज्य-सुख त्यागेर गए

बिम्बिसारले यो पत्र रत्नजडित स्वर्ण खाममा राखेर त्यसलाई एकपछि अर्को गरी दशवटा बहुमूल्य बाकसभित्र बन्द गर्न लगाए। राज्य मोहर लागेको लाहा छापले सील बन्द गरे। फेरी त्यसलाई मूल्यवान बस्त्रले सुसज्जित मंगल हात्तीमाथि स्थापित गरे र राजकीय श्वेतछत्रले ओदाएर एउटा श्वेतकेतु सैनिक टोली सहित बाजा गाजाको साथमा तक्षशिलाको यात्राको लागि प्रस्थान गराए।

यस यात्राको लागि बाटो सफा गराएर बालुवा बिछ्याउन लगाए। दुवैतर्फ मंगलमय बार तथा स्वच्छ पानी भरेको कलश राख्न लगाए र आफ्नो नगरको सिमानासम्म राजा स्वयंसंग संगै पैदल गए। यसभन्दा अगाडिको यात्राको लागि संदेश बाहकलाई आदेश दिए कि यो धर्मरत्नको अनमोल कोशेली तक्षशिलासम्म अत्यंत सम्मानपूर्वक लैजानु र त्यहाँ पुगेपछि मेरो मित्रलाई मेरो तर्फबाट यो संदेश दिनु कि यो पत्र कुनै एकान्त स्थानमा आदरपूर्वक खोलेर हेर्नु।

पुक्कुसातिले आफ्नो कोशेली जनतासमक्ष खोल्नको लागि संदेश पठाएको थियो ताकि जनतामा दुई देशका राजाको मित्रताको गहिरो छाप परोस्। परन्तु बिम्बिसारले आफ्नो कोशेली एकान्तमा खोल्नको लागि संदेश पठाइयो। बिम्बिसारलाई थाहा थियो कि पुक्कुसातिमा आफ्नो पूर्व जन्मको पुण्य पारमी छ भने धर्मको यो संदेश पढेर राज्य त्याग्ने कुरा सोच्नेछ र यस्तो अवस्थामा परिवार र राज्यशासन तथा नगरका अनेक उपस्थित व्यक्तिहरूले उनको उत्साह कमजोर तुल्लाउने प्रयत्न गर्नेछ। त्यसैले उनको लागि एकान्त नै कल्याणकारी हुनेछ।

हजारौं मीललामो यात्रा पुरा गरेर त्यो शाही टोली जब गंधार देशको सिमानामा पुग्यो पुक्कुसातिले आफ्नो भारदार पठाएर राज्य उपहारको अगुवाई गराए र तक्षशिलासम्मको यात्रा बडो धुमधामसंग ससम्मान पुरा गराए। राजनगर तक्षशिलाको सिमानामा स्वागतको लागि पुक्कुसाति स्वयं पुगे र जुलूससंग संगै राजमहलसम्म पैदल आए।

मित्र बिम्बिसारको सुझाब मुताबिक उनले यो अनमोल उपहार राजमहलको एकान्त कोठामा पुऱ्याए र ढोकामा एकजना प्रहरी उभ्याए र एकान्तमा स्वयं आफ्नै हातले कोशेलीको पोको खोले। लाहाको राज्य मोहर तोडेर बाकसबाट बाकस निकाल्दै अन्तमा रत्नजडित स्वर्ण खाम निकाले र त्यसलाई खोली गोलो गरी बेरेको लामो स्वर्ण पत्रलाई अत्यन्त आदरपूर्वक बाहिर निकाले।

"मेरो मित्रले मेरो लागि यो अनमोल कोशेली पठाएको छ जुन मध्यदेश जस्तो पवित्र भूमिमा नै उत्पत्ति हुन्छ। यहाँ पाउन असंभव छ।" त्यसैले ज्यादै श्रद्धापूर्वक स्वर्ण-पत्रलाई खोलेर पढन थाले। हेरुँ मेरो मित्रको के धर्म संदेश रहेछ ?

पहिलो पंक्ति थियो:- **इध तथागतो लोके उप्पन्नो।**

- यस लोकमा तथागत उत्पन्न हुनुभएको छ।

के साँच्चै संसारमा तथागत बुद्ध उत्पन्न भएको छ। के साँच्चै म बुद्धकालमा जन्मेको छुँ। यो चिंतन मात्रले उनको मनमा प्रसन्नताको एक प्रबल प्रवाह फुट्यो। अरु फेरी अगाडि,

"इतिपि सो भगवा ... आदि" यी शब्दहरूमा भगवानको गुणहरूको वर्णन पढ्दा पढ्दै शरीरको कणकण प्रस्फुटित हुन थाल्यो। सारा शरीर रोमांचित भयो। केही बेर यही प्रसन्नतामा विभोर अवस्थामा सुद्धी बुद्धी हराईरहे। यसरी भावविभोर अवस्थामा धेरै समय बितेपछि जब भावावेश कम भयो फेरी अगाडि पढन शुरू गरे। अगाडि शुद्ध धर्मको गुणको व्याख्या थियो।

"स्वाखातो भगवता धम्मो ... आदि" पढदा पढदै फेरी तनमा त्यस्तै प्रकारले कम्पन भयो। फेरी तीब्र भावावेश जाग्यो। फेरी केही बेरसम्म सुद्धी बुद्धी हराइरहे। केही समयपछि मन शान्त भयो र त्यसपछि संघ गुणको पंक्तिहरू पढे :-

Downloaded from http://www.dhamma.digital

"**सुपटिपन्नो भगवतो सावकसंघो**..... **आदि**" फेरी त्यही दशा भयो । त्यसपछि पत्रको चतुर्थ भाग पढन थाले । त्यसमा आनापान साधनाको विवरण थियो जसलाई पढ्दा पढ्दै चित्त र शरीरमा आनन्दको यस्तो धाराप्रवाह अनुभव हुन थाल्यो कि चित्त सजिलैसित एकाग्र भयो । समाधिस्थ भयो । अनेक जन्मको पुण्य पारमिताको संग्रह थियो, त्यसैले चित्त तत्काल प्रथम ध्यान समापत्तिमा समाहित भई, अल्पकालमा नै प्रथमबाट द्वितीय, द्वितीयबाट तृतीय र तृतीयबाट चतुर्थ ध्यान समापत्तिको गहिराइसम्म सामाधिस्थ भयो । बाहिरी आलम्बनको अलिकति पनि आभास भएन । यो अवस्था बेरसम्म रह्यो । यद्यपि विपश्यनाको उच्च अवस्था प्राप्त भएको थिएन, परन्तु चौथौं ध्यान समापत्तिको धर्म रस नै अपूर्व भयो र बारम्बार त्यसैको अभ्यासमा लागिरहे र त्यसको रसास्वादनमा दुई हप्ता बिताए ।

कोठाको ढोकामा प्रहरी थियो । केवल एकजना व्यक्तिगत सहायक बाहेक अरूलाई प्रवेश निषेध थियो । १५ दिनसम्म देशका राजा राजमहलको शयनागारमा गएन, राजदरवामा गएन, न्यायालयमा गएन र सेनालयमा पनि गएन । राज्यको प्रमुख व्यक्तिहरूलाई चिन्ता हुन थाल्यो कि हाम्रो राजालाई यस्तो के कोशेली प्राप्त भयो जसमा ऊ यसप्रकार डुब्यो ।

चतुर्थ ध्यान समापत्तिको शान्ति रसको अनुभवद्वारा प्रभावित भएको राजा पुक्कुसातिलाई आफ्नो मित्रको अंतिम पंक्तिको सम्झना भयो । साँच्चै मैले राज्य त्यागेर तुरून्त अभिनिष्क्रमण गर्नु पर्छ । मेरो सद्भाग्य हो कि यस समय संसारमा बुद्ध उत्पन्न हुनु भएको छ । उनको सानिध्यमा रहेर भवभ्रमणको दुःखबाट विमुक्त गर्ने विपश्यना विद्या सिकेर आफ्नो मनुष्य जीवन सार्थक गर्नु पर्छ । के थाहा जीवन अलिकति मात्र बचेको छ कि ? मेरो मित्रको ठूलो उपकार छ, जसले मलाई यस्तो कल्याणकारी सूचना पठाए ।

यसरी जीवन-मुक्त अर्हत हुने उद्धेश्यले भगवान बुद्धद्वारा बताइएको मार्गमा हिड्नको लागि राजपाट, घरबार त्याग्ने दृढ निश्चय गरे । आफ्नै हातले तलवारद्वारा केश र दाढी-जुँगा काटे र सहायकद्वारा दुईवटा खैरो वस्त्र मगाए । एउटालाई अधोवस्त्र बनाएर लगाए, अर्को उर्ध्व वस्त्र बनाएर ओडे । माटोको एउटा भिक्षा पात्र र काठको एउटा लट्ठी पनि मंगाए । यिनलाई हातमा लिएर महलबाट तल ओर्ले ।

यो भेषमा उनलाई राजपरिवारका मानिसहरूले चिनेनन् । कोही सन्यासी राजालाई भेट्न आएको होला र अब फर्केको होला भनी ठाने । राजदरवाका राजपुरुषहरूले पनि उनलाई चिन्न सकेनन् । परन्तु जब सहायकले सारा स्थिति स्पष्ट गरे, राजमहल र दरवारमा हाहाकार मच्यो । हावासरह यो सूचना सारा नगरमा फैलियो । पुक्कुसाति जस्तो प्रजावत्सल राजाद्वारा राज्यत्यागको सूचनाले सारा जनतालाई दुःखसागरमा डुबाई दियो । जनतामाथि ठूलो बज्रपात भयो । शोकाकुल भई रोई-कराई नगरवासी, राज्यका शासनाधिकारी र राजपरिवारका मानिस भिक्षु भेषधारी पुक्कुसातिको पछि लागे । मानिसहरूले रोई-कराई भने महाराज, "तपाईं विना हामी अनाथ हुनेछौं ।"

पुक्कुसातिले सान्त्वना दिई भने "यहाँ धेरै योग्य व्यक्तिहरू छन् जसले मेरो अनुपस्थितिमा राज्य प्रशासनको दायित्वलाई अत्यंत कुशलतापूर्वक निर्वाह गर्न सक्छन् ।"

मन्त्रीहरूले उनलाई सम्झाउन प्रयत्न गरे, "महाराज मध्यदेशका राजा ज्यादै मायाबी हुन्छन् । चण्डाल हुन्छन् । तिनीहरू कुटनिति र छल छद्‌भले परिपूर्ण हुन्छन् । के थाहा, संसारमा संम्यक् सम्बुद्ध उत्पन्न हुनु भएको छ कि छैन ? हुन सक्छ, यो सबै हल्ला हो । तपाईंलाई राज्यच्यूत गराएर गंधार देशलाई दुर्बल तुल्याउन चाहन्छ ताकि समय आएपछि त्यसलाई हमला गरौं ।"

"होइन, मंत्रीहरू, मेरो परम मित्रप्रति यस्तो शंका संदेह नगर । मगध राज्य गंधार देशबाट धेरै टाढा छ । बिचमा कोशल, कोशाम्बी, चेदिय, पांचाल, कुरू जस्ता शक्ति सम्पन्न गणतन्त्रहरू छन् । तिनीहरूलाई अतिक्रमण गरेर गंधार देशलाई हातपार्नु असंभव छ । यी अदृष्य मित्र मेरो परम हितैषी हुन् । भगवान मगध देशमा रहनु भएको छ भनी थाहा छ । त्यसैले ऊ स्वयं ग्रहस्थ भएर पनि भगवानको सानिध्य भई दीर्धकालीन लाभ लिन सक्छ । परन्तु भगवान मध्यदेश छोडी यति टाढा रहनको लागि आउनु हुन्न । म उनको सानिध्यबाट वंचित हुनेछु । यसैले मलाई गृहत्याग गरेर उनको नजिक हुनको लागि प्रोत्साहित गरेको छ । मन्त्री हो, मेरो मित्रप्रति झूठो संदेह गरेर दोषी नबन । ऊ मेरो कल्याण चाहने सन्मित्र हो ।"

"**बुद्ध उप्पादो दुल्लभो लोकस्मिं≤**राज अमात्यहरू संसारमा बुद्ध उत्पत्ति हुनु साँच्चिकै दुर्लभ छ । म र म जस्ता अनेकौंको सौभाग्यले यो दुर्लभता सुलभ भएको छ । मलाई उनको शरण जान देऊ । धेरै जन्ममा मुक्तिको खोजमा व्यर्थ भौतारिएको छुँ । अब यसलाई प्राप्त गर्ने सुअवसर आएको छ । मलाई यो लाभबाट वंचित गर्ने व्यर्थ प्रयत्न नगर ।"

यसरी धेरै प्रकारले सम्झाउँदा पनि जनता मानेनन् । रोई-कराई उनको पछि लागीरहे । तब पुक्कुसातिले दृढताको कदम चाल्यो । उनले आफ्नो लट्ठीले बाटोमा एक रेखा कोरे र भने "मैले गृहजीवन त्यागेको छुँ । परंतु अब पनि तिमीहरूले मलाई मान्छौ भने सुन, यो राजाको आज्ञा हो, कसैले पनि यो सिमानाको उल्लंघन नगर ।"

Downloaded from http://www.dhamma.digital

राजा पुक्कुसातिको यो दृढ निश्चय देखेर जनता अत्तालिए र राजाको आज्ञालाई नमस्कार गर्दै, रोई-कराई फर्केर गए। गृहत्यागी श्रमण पुक्कुसाति गंधारबाट मगध तर्फ जाने महापंथमा अगाडि बढ्दै गए।

तक्षशिलाबाट राजगिरिको बाटो ज्यादै लामो छ। तर भूतपूर्व गंधार नरेश अब एक सामान्य भिक्षुको रूपमा सुदृढ निश्चय र सबल पाइलाले गइरहेको छ। भगवान बुद्ध आफ्नै हातले आफ्नो केश काटेर खैरो बस्त्र धारण गरी एक्लै सत्यान्वेषणको खोजी गर्न निस्केका थिए। म पनि वहाँकै चरण चिन्हमा लाग्नु पर्छ। म पनि एक्लै विचरण गर्नेछु। उनले पाउमा पाउपोश पनि लगाएन। म पनि नाङ्गो खुट्टाले यात्रा गर्नेछु। उनले कुनै सवारीको प्रयोग गरेको थिएन। म पनि कुनै सवारीको प्रयोग गर्दिन। उनले कुनै छाता प्रयोग गरेको थिएन। म पनि खुल्ला शिर नै यात्रा गर्नेछु। उनले केही नमागीकन जे पायो त्यसैमा सन्तुष्ट भई यात्रा गरेको थियो। म पनि अदिन्नादानबाट बिरत्त भई यात्रा गर्नेछु। दतिवनको लागि कुनै रूखको हांगा पनि आफै टोड्दिनँ। कसैले दिएन भने भोजन पनि ग्रहण गर्दिनँ।"

यी दृढ ब्रतको अटूट संकल्प धारण गरी भिक्षु पुक्कुसाति पाइला पाइला अघि बढदै गए। तक्षशिलादेखि राजगिरिसम्मको यात्रा लामो मात्र होइन, दुर्गम पनि छ। राजमहलको सुख सुविधा र वैभव विलासमा जन्मी हुर्केको पुक्कुसाति खस्रो कडा धरतीमा नांगो खुट्टा हिंडिरहेछ। पैतालामा फोका उठ्छ। हिडँदा-हिडँदा फोका फुट्छ। घाउमा पीप जम्छ। पीप बग्न थाल्छ। हिंडेको श्रम त छँदैछ। यी फोका र घाउको पीडा पनि कम चर्को थिएन।

अघि अघि व्यापारीहरूको एक टोली गइरहेको छ। पछि पछि पुक्कुसाति दृढ पाइलाले पैदल गईरहेको छ। अगाडि गईरहेको सयौं वैलगाडीमा किनबेचको सामान लादिएको छ। संग संगै केही आरामदायी रथ भएको बैलगाडी गइरहेको छ जुन टोलीका मालिक, साहुहरू सुत्न, बस्न र आराम गर्नको लागि हो। त्यसमा झल्लरदायी मोटो विछ्यौना, तकिया, गद्दा राखिएका छन्। एउटा गाडालाई दुई वटा श्वेतवर्ण मोटा ठूला गोरूले तानीरहेका छन्। यिनीहरूको पेटले जमीनलाई छोएको जस्तो भान हुन्थ्यो। लामो सिङ्ग भएकोले यिनीहरूका अनुहार सुन्दर देखिन्थे। सिङ्गहरू सुन्दर रंगले सजाइएका थिए। घाँटीमा एउटा-एउटा घण्टी झुण्ड्याइएको थियो। प्रत्येक गोरूको पिठयूमा बुट्टा भरेको रंगी विरंगी खोल बाँढेको थियो यसमा साना साना घण्टीहरूको झल्लर झुण्डयाइएको थियो। गाडाको चक्कामा चाप बाँढिएको थियो। प्रत्येक रथमा जोतेको दुई गोरूले एकैचोटी टाउको हल्लाउँदा निस्कने स्वर ज्यादै चित्ताकर्षक थियो। परंतु पछि पछि हिंडिरहेको भिक्षुको ध्यान त्यसतर्फ गएन। ऊ तलतिर हेर्दै आफ्नो गन्तव्य यात्रा हिंडेर पुरा गरीरहेछ। सूर्यास्त भएपछि यात्री समूह एकठाउँमा रोकियो। मालिकको लागि राम्रो आरामदायी, अरूको लागि साधारण गुन्द्री ओछ्याइयो जसमा उनीहरू रातमा विश्राम गरे। परंतु भिक्षु उनीहरूको नजिक जाँदैन। पर एउटा रूखमुनि पलेटी कसेर बस्छ। खुट्टाको घाऊ धुनको लागि न त पानी छ। थकित पिठयूँ सुम्सम्याउन न त कुनै साधन छ। परन्तु आनापाना ध्यान गरी तुरून्तै उपचार बाट अर्पणा समाधिमा प्रविष्ट गर्दै पहिलोबाट चौथौं ध्यान समापत्तिमा समाहित हुन्छ। रातभरी ध्यानमा मग्न भएर शरीरको सबै दुखाई, थकावट मेटाउँछ। भोलिपल्ट स्वस्थ भई यात्राको लागि फेरी तयार हुन्छ।

टोलीका मानिसहरू बिहानको जलपान गरीसकेपछि बाँकी रहेको तथा केही जूठो खाना भिक्षुको भिक्षापात्रमा हाली दिन्छ। खाना कहिले आधा पाकेको हुन्थ्यो, कहिले ज्यादै पाकेको हुन्थ्यो। कहिले सुख्खा हुन्थ्यो, कहिले गीलो हुन्थ्यो। गृहत्यागी राजसी भिक्षु भिक्षापात्रमा जे पाउँछ त्यसैलाई अमृत सरह स्वादिष्ट ठानी सहर्ष ग्रहण गर्दछ र त्यही एकछाकले दिनभरीको यात्रा गर्छ।

टोली नाइकेहरूलाई यी जो बिचरा भिखारी पछि पछि आइरहेको छ, ऊ स्वयं गंधार नरेश पुक्कुसाति हो, जसको कृपाले हामीले तक्षशिलामा आयात चुंगीको छुट पायौं र हाम्रो नाफा धेरै गुणा बढ्यो भनी थाहा पाएको भए कृतज्ञता बिभोर भई उनको लागि यात्राको सबै सुबिधा मिलाई दिन्थे जुन सुबिधा उनीहरूको लागि उपलब्ध थियो। परन्तु पुक्कुसातिको यो अभिलाषा थिएन। उनलाई एकजना श्रमणको श्रमसाध्य जीवन ठूलो लाग्दथ्यो। यो कष्टमा उनलाई अति नै मानसिक तृप्ति र प्रसन्नता लाग्थ्यो। यही प्रसन्नतामा उनले करीब १९२ योजनको लामो यात्रा पुरा गर्‍यो।

टोली श्रावस्ती नगर हुँदै अघि बढ्यो। नगरको बाहिर निस्केपछि जेतवन बिहारको सामुन्नेबाट गयो। पुक्कुसातिले सुन्यो कि यो बुद्धको बिहार हो। परंतु उनले सोच्यो कि अनेक मानिसले बुद्ध भएको दावी गर्छन्। मलाई उनीहरूसित मतलब छैन। मेरो कल्याणमित्र बिम्बिसारले जुन भगवान गौतम बुद्धको बारेमा लेखेको थियो मेरो लागि त्यही बुद्ध हो र उनलाई त मगधदेशको राजधानी राजगिरिमा भेट्छु। यही विचारले उत्साहित भई उनले श्रावस्तीबाट राजगिरीको ४५ योजनको यात्रा पुरा गरे।

जब राजगिरी पुगे, सूर्य अस्ताइसकेको थियो र राज्यको कठोर नियमानुसार नगरद्वार बन्द गरीसकेको थियो। बिहान नभएसम्म कसैको लागि खोल्दैनथ्यो। अत: उनले राजधानीको बाहिर विश्राम गर्ने निर्णय गर्‍यो। त्यहीं उनले यो सूचना पायो कि जो भगवान सम्यक् सम्बुद्धसंग भेटन त्यहाँ आएको थियो उहाँ त यो बेला श्रावस्तीको जेतवन बिहारमा रहनुभएको छ। अत: उनले निर्णय गर्‍यो कि एकरात यहीं बिताएर भोली भगवानको दर्शनको लागि फेरी यात्राको लागि निस्कनु पर्ला।

क्रमश...

(साभार: विपश्यना हिन्दी पत्रिका,
वैशाख पूर्णिमा, १९९१)

कल्याण मित्र
स.ना.गो.

Downloaded from http://www.dhamma.digital

हिन्दी "विपश्यना" पत्रिकाको शुल्क

विपश्यना विशोधन विन्यास, धम्मगिरीद्वारा प्रकाशित हिन्दी 'विपश्यना' पत्रिकाको सदस्य शुल्क बृद्धि गरिएको छ। कागजको भाउ अत्याधिक बृद्धि हुनुको कारण यसो गरिएको हो । अब उपरान्त पत्रिकाको वार्षिक शुल्क भा. रू. २०÷- र आजीवन शुल्क भा. रू. २५०÷- निर्धारण गरिएको छ। विश्वास छ सबै साधकहरूले यस मूल्यलाई सहर्ष स्वीकार गर्नेछ ।

पहिला रू. १००÷- तिरी आजीवन सदस्य बनेका पुराना सदस्यहरूले चाहेमा स्वच्छा पूर्वक बाँकी रकम तिर्नुहोला । यसबाट शुल्क तिर्न असमर्थ साधकहरू समक्ष पत्रिका वितरण गर्ने कार्यमा सहयोग हुनेछ। यदि आजीवन सदस्यदाताहरूलाई पठाइने पत्रिकामा टाँसिएको ठेगानामा 'L' नलेखिएको भए कृपया आफ्नो रसीद संख्या र मिति अथवा रसीदको फोटोकपी पठाउनु होला ।

अंग्रेजी त्रैमासिक पत्रिका 'Vipassana Newsletter' शुल्क दाताहरूलाई मात्र पठाइन्छ । यसको शुल्क निम्नानुसार निर्धारण गरिएकोछ ।

बार्षिक शुल्क भा. रु. २०÷-

आजीवन शुल्क भा. रु. २५०÷-

यदि तपाई कहाँ पत्रिका आउँदैन भने आफ्नो ग्राहक संख्या सहित पत्रिका नआएको जानकारी दिनुहोला ।

ठेगाना : **विपश्यना विशोधन विन्यास**
धम्मगिरी, इगतपुरी-४२२४०३
नाशिक, महाराष्ट्र, भारत

धर्म गाथा

हिन्दी

धरम रतन सा जगतमें, अन्य रतन ना कोय ।
जो पाए समृद्ध हो, दु:ख दैन्यता खोय ॥
बुद्ध रतन में धरम ही, रतन प्रमुखतम होय ।
महा कारूणिक जगत हित, धर्म - प्रकाशक होय ॥
संघ रतन में धरम ही, रतन प्रमुखतम होय ।
काया वाणी चित्त के, कर्म धर्ममय होय ॥
तीन रतन की शरण में, धरम रतन ही जान ।
धरम रतन धारण करे, तो ही हो कल्याण ॥
जो अपने कल्याण में, सतत सहायक होय ।
कल्याणमित्र भवमुक्ति में, सहयोगी ही होय ॥
ऐसे मंगल मित्र से, सच्चा हित सुख होय ।
शुद्ध धरमको पथ मिले, मुक्ति दुखों से होय ॥

मंगल कामना सहित
मदन कृष्ण कायस्थ
रोडहाउस क्याफे, ठमेल
फोन नं. २२९१८७

हिन्दी

केश शीर के काट कर, दाढी मूंछ मुडाय ।
लकुटी भिक्षा-पात्र ले, पहने वस्त्र कषाय ॥
चला छोडकर राज्य-सुख, भिक्षुक बना नरेश ।
पग पनही-सिर छत्रको, त्याग चला दरवेश ॥
बिन मांगे जो भी मिले, उससे कर संतोष ।
रूखी सूखी खाय कर, रहा देह को पोस ॥
पथ कंकर कंटक भरा, चलता नंगे पांव ।
फूट फफोले पाव में, भरे पीप से घाव ॥
कष्ट न बाधक बन सके, रोक न सके थकान ।
लगन एक मन में लगी, मिलें बुद्ध भगवान ॥
मिलें बुद्ध भगवान तो, मिले धरम का ज्ञान ।
निर्मल मिले विपश्यना, मिले मोक्ष निर्वाण ॥

मंगल कामना सहित
सुधा श्रेष्ठ
कोटेश्वर नेचरल फाइवर प्रडक्ट अफ नेपाल
पो.व.नं. ३२९, काठमाडौं ।

प्रकाशक : नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । *२०५२ पौष*
सम्पर्क स्थान : श्री रूप ज्योति, ज्योति भवन, पो. ब. नं. १३३, काठमाडौं । फोन : २-२५४९०, २-२३९६८
मुद्रक : नेपाल प्रेस, शुक्रपथ, काठमाडौं, नेपाल। फोन : २२१० ३२, फ्याक्स : (९७७-१) २२५ ४५०

जि.प्र.का.द.नं. ३८÷५१÷५२
हुलाक द. नं. १४÷५१÷५२

● वार्षिक शुल्क रू. २४÷-

साधकको नाम : ....

ठेगाना : ....

....

....

Downloaded from http://www.dhamma.digital