विपश्यना

साधकहरूका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५४० | भाद्र २०५३ | वर्ष १२ अ° ५

धम्मवाणी

जिघच्छा परमा रोगा सङ्खारा परमा दुखा ।
एवं ञत्वा यथाभूतं निब्बानं परमं सुखं ॥
धम्मपद १५÷७

भोक सबभन्दा ठूलो रोग हो, कर्म संस्कार सबभन्दा ठूलो दुःख हो । यस सत्यलाई यथाभूत जान कि निर्वाण सबैभन्दा ठूलो सुख हो ।

बुद्ध र बिम्बिसार

कौमारभृत्य

भारतको जनपदहरूमा गणिकाको परम्परा पुरानो होला तर राज्यले कसैलाई सर्वश्रेष्ठ सुन्दरी घोषणा गरेर जनपदकल्याणीको पदमा स्थापित गर्नु र राज्यको तर्फबाट उनको एक रातको मूल्य निर्धारण गर्नुबाट यस्तो लाग्छ कि यो २५०० वर्ष अगाडिको भारतको आफ्नो विशेषता थियो। अनेक जनपदहरूमा जनपदकल्याणीको पद जनपदको लागि शोभा मानिन्थ्यो यो गर्वको विषय थियो ।

राजगृहको निगमपति जब पहिलो पल्ट छिमेकी देशको वैभवशाली राजधानी बैशाली गएर आयो उसलाई त्यहाँको दुई कुराले ज्यादै आकर्षित पा¥यो । एक त त्यहाँको ७,७७० राजाहरूको ७,७७० राजमहल, त्यति नै भवनहरु, बगैंचा, तलाव, पोखरी । यी सबैले बैशालीको भौतिक वैभवलाई उच्च तुल्याई दिएको थियो। अर्को परम सुन्दरी जनपदकल्याणी अम्बपाली, जस्को कारणले बैशाली आफ्नो विलास वैभवको लागि प्रसिद्ध भएको थियो ।

विम्विसारले जब यी सबै व्यहोरा सुने उनलाई पहिलो क्षेत्रमा प्रतिद्वंद्धिता गर्नु असंभव लाग्यो, किनकि राजगृहमा एकतन्त्र शासन थियो । एउटै राजा थियो । उनले आफ्नो लागि र आफ्नो परिवारको लागि आखिर कतिवटा महल बनाउन सक्थ्यो र ? जबकी बैशाली गणतन्त्र थियो, त्यहाँ ७,७७० राजाहरू थिए । राज्यको सम्पत्ति ७,७७० राजाहरूमा बाँढिएको थियो । एक राजाको एउटा-एउटा निवासगृह भएपछि यति धेरै महल, भवन, बगैंचा र पोखरी हुनु स्वाभाविक थियो । राजगृहमा यस्तो हुनु असंभव थियो । परन्तु जनपदकल्याणी स्थापना गर्न सकिन्थ्यो। यस क्षेत्रमा π बैशालीसित प्रतिस्पर्धा गर्न सक्दथ्यो ।

अतः मगधको सर्वश्रेष्ठ सुन्दरी छानेर नगरगणिका बनाइ उनको मूल्य बैशालीको जनपदकल्याणीको भन्दा दुईगुणा बढी तोकिदिने निर्णय ग¥यो। शालवती नामको एउटी कुमारीलाई छानियो, जो अम्बपाली जत्तिकै सुन्दरी थिइन्। उनलाई नृत्य, वाद्य, संगीतमा निपूर्ण बनाएर नगर शोभिनी घोषणा ग¥यो । बैशाली राज्यले अम्बपालीको एक रातको मूल्य पचास मुद्रा तोकिएको थियो। मगध राजाले शालवतीको एक रातको मूल्य एकसय मुद्रा निश्चित ग¥यो।

विस्तार विस्तारै शालवती नगर दुलहीको रूपमा प्रसिद्ध हुँदै गइन्। केही समय पछि शालवती गर्भवती भइन्। यस कारणले आफ्नो व्यवसायमा हानी हुन्छ कि भन्ने डर उनलाई थियो । अतः वडो सतर्कता साथ गर्भकाल पूरा गरिन् र उनले एक पुत्रलाई जन्म दिइन् । आफ्नो व्यवसायमा नोक्सान नहोस् भनेर उनले आफ्नो पुत्रलाई परित्याग गर्ने निर्णय गरिन् । कठोर हृदयकी ती माताले आफ्नो पुत्र रत्नलाई धूलो फाल्ने टोकरीमा राखेर बाहिर गल्लीको छेउमा फोहरको थुप्रोमा फाल्न आदेश दिइन् । धाईले त्यसै गरिन् ।

बिहानीपख अभय कुमार राजा विम्विसारको सेवामा जानको लागि त्यतैतिरबाट निस्क्यो। फोहरको थुप्रोमा कागहरू झुमिरहेको देख्यो। त्यहाँबाट कुनै शिशु रोएको आवाज आइरहेको सुने। उसले आफ्नो सेवकलाई हेर्न पठाए। फालिएको बालक फेला प¥यो। कागको आक्रमण हुँदा हुँदै पनि त्यो जिवीत थियो । यो देखेर अभय कुमारले उसको नाम जीवक राखे र उसको उचीत पालन-पोषणको लागि आफ्नो महलमा ल्यायो। जीवकलाई राम्ररी पाल्यो। कुमारको पौष्यपुत्र भएको कारणले उसको अर्को नाम कौमारभृत्य राख्यो ।

ठूलो भएपछि जीवकले आफ्नो आमा बाबु को हुन् जान्न चा¥यो। तर अभयले आफू नै तिनको पिता रहेको र आमा को हुन् त्यसको बारेमा अज्ञात रहेको जानकारी दिए। एउटा मान्यता अनुसार शालवतीको कोखबाट जन्मेको जीवक अभयको नै पुत्र थियो। अभय, जीवकलाई गणिकाको पुत्र भनेर घोषणा गर्ने पक्षमा थिएन। त्यसैले उसले आमाको नाम लुकायो। अथवा यो पनि हुन सक्छ कि अभयलाई

Downloaded from http://www.dhamma.digital

जीवकको आमा को हो भन्ने साँच्चिकै थाहा थिएन । जे होस् π अभय राजकुमारको वास्तविक छोरा नभए पनि उसको पौष्य पुत्र त थियो नै । अत: महाराज विम्सिारको पनि पौष्य नाति भयो ।

जीवक ठूलो हुँदै गयो । उनले राजाको सम्पर्कमा आउने व्यक्तिहरू कुनै न कुनै विद्यामा निपुर्ण भएको पाए । गुणहीन व्यक्तिको त्यहाँ कुनै कदर नै हुँदैनथ्यो । त्यसैले उनले कुनै शीप सिक्ने निर्णय गरे । त्यस समयमा तक्षशिलाको विश्वविद्यालय ज्यादै प्रसिद्ध थियो । त्यहाँ धेरै प्रकारको विद्या सिकाउँथ्यो । अत: जीवक अभयकुमारलाई केही जानकारी नै नदिइकन तक्षशिला तर्फ लाग्यो । त्यहाँ उनले आयुर्वेद विषयका दिक्षा प्रमुख सित भेटे । आचार्यले युवक मेहनती देखे र उसलाई चिकित्सा शास्त्र पढ्ने अनुमति दियो ।

जीवक मेधावी र परिश्रमी पनि थियो । सात वर्षसम्म निष्ठापूर्वक चिकित्सा-शास्त्रको विद्या हासिल गरिरह्यो र साथ साथै त्यसको व्यवहारिक ज्ञान पनि प्राप्त गरीरह्यो । सात वर्षसम्म अध्ययन गर्दा पनि उनले यस विद्याको अन्त देखेन, π अधैर्य भयो र यस विद्याको त अन्त नै छैन के गर्ने ? उसले आचार्यसंग प्रश्न गरे । आचार्यले उसको योग्यता जाँन्नको लागि भन्यो कि कोदाली लिएर यहाँ आसपासको एक योजन जमीन जाँचेर आπ । यदि यस क्षेत्रमा कुनै अभैषज अथवा औषधिको गुण नभएको कुनै बोट पायौ भने उखेलेर ल्याπ । जीवक हिंड्यो, उसले बताइएको सिमानाको जमीन जाँचेर हेर्‍यो । उसले कुनै पनि त्यस्तो बोट विरुवा पाएनन् जस्मा औषधिको कुनै गुण नहोस् । π खाली हात फर्कियो र भन्यो सबै विरुवामा कुनै न कुनै औषधिको गुण विद्यमान छ । यो सुनेर आचार्य ज्यादै प्रसन्न भए । त्यो जीवकको परीक्षा थियो । π त्यो परिक्षामा सफल भयो । शिष्यको परिपक्व योग्यता देखेर आचार्य सन्तुष्ट भयो । आचार्यले भन्यो "अब तिम्रो शिक्षा पुरा भयो, तिमी घर फर्कन सक्छौ । जुन तिमीले सिकेका छौ त्यसले आो जिविका राम्ररी चलाउन सक्छौ ।" आचार्य जान्दथ्यो कि जीवकसंग गुरु दक्षिणा दिनको लागि केही पनि छैन । त्यसैले प्रसन्न भएर आो योग्य शिष्यसंग कुनै दक्षिणा नमागीकन उल्टो उसलाई बाटो खर्च दिई बिदा गर्‍यो ।

जीवक मगध तर्फ लाग्यो, तर खर्च ज्यादै कम थियो । साकेत पुग्दा-पुग्दै खर्च सकियो । अझ लामो बाटो बाँकी थियो । अत: उसले केही दिन त्यहीं बसेर कुनै रोगीको उपचार गर्ने निर्णय गर्‍यो । शहरमा रोगीको खोजी गर्न निस्क्यो त उसले थाहा पायो कि साकेतको सेठको पत्नी टाउको दुख्ने रोगले पिडित छिन्, धेरै वैद्यहरूले उनको औषधि गरे तर कोही पनि सफल भएन । जीवक सेठको ढोकामा पुग्यो र द्वारपाललाई आो परिचय दियो र सेठानीको उपचार गरी दिने उत्सुकता देखायो । द्वारपालले भित्र गएर सेठानीलाई यो सूचना दियो । परन्तु द्वारपालसंग सोधेपछि जब सेठानीले आगन्तुक वैद्य युवक छ भनेर थाहा पाइन् उनी अक्मकिइन् । सेठानीले अविश्वस्त भएर भनिन्, "सात वर्ष पुरानो रोग हो । थुप्रै अनुभवी र वयोवृद्ध वैद्यले धेरै धन पारिश्रमिकको रूपमा लिएर गए र तर निको गर्नमा कोही सफल भएन । यो युवक, अनुभवहीन मान्छेले के उपचार गर्ला ? ब्यर्थ किन धन वरवाद गर्ने ?"

द्वारपालले जब यो कुरा जीवकलाई सुनायो, जीवकले भन्यो, "मलाई कुनै अग्रीम पारिश्रमिक नदेπ । जब ठीक हुनेछ तब मात्र पारिश्रमिक देπ र त्यो पनि जति दिन मन लाग्छ त्यति मात्र देπ ।"

यो सुनेर सेठानीले जीवकलाई भित्र बोलायो । जीवकले रोग जाँच्यो र उपचारको लागि अंजुली भरी घ्यू माग्यो । उसले घ्यूमा केही औषधि मिलाए र त्यसलाई पकायो र सेठानीलाई उत्तानो पारी सुताएर नाकमा औषधि हाल्यो । घ्यू मुखको बाटो गरी निस्क्यो । सेठानीले त्यो कफदानीमा थुक्यो र नोकरलाई भन्यो, "यो कुने भाँडोमा हाल्नु पछि केही काम आउला ।"

यो देखेर जीवक ज्यादै उदास भयो । जो सेठानीले यो फोहर घ्यू पनि पछि काममा लिन भाँडोमा राख्न लगाउँछ भने π कतिको कँजुसी होला । उनी ठीक भए पनि मलाई के पारिश्रमिक देला र ? यो घ्यूमा मेरो महँगो औषधि परेको छ, त्यसको मूल्य पाउन पनि कठीन हुन्छ । सेठानीले जीवकको मनको भाव थाहा पायो । सेठानीले जीवकलाई सम्झाइन् कि, "म एक श्रेष्ठी-पत्नी हुँ, कुशल गृहिणी । किफायती र संयम हुनु स्वाभाविक छ । कुनै पनि कामलाग्ने वस्तु ाँक्नु हुँदैन । यो फोहोर घ्यू खानमा काम लाग्दैन तर नोकरहरूको खुट्टामा दल्न काम लाग्न सक्छ । बत्ती बाल्नमा काम लाग्न सक्छ । त्यसैले भाँडोमा राख्न लगाएको हुँ । तिमी चिन्ता नलेπ । यदि म निरोगी भएँ भने तिम्रो पारिश्रमिकमा कमी आउने छैन ।"

उनको रोग निको भयो । सातवर्ष पुरानो रोग जीवकको एकै पटकको उपचारले निको भयो । सेठानी ज्यादै प्रसन्न भइन् । उनले जीवकलाई चार हजार मुद्रा दिइन् । आमा रोग-मुक्त देखेर छोरा, ज्यादै प्रसन्न भयो । उसले आो तर्फबाट जीवकलाई चारहजार मुद्रा दियो । सासु स्वस्थ्य भएको देखेर बुहारी ज्यादै प्रसन्न भइन् । उनले आो तर्फबाट जीवकलाई चार हजार मुद्रा दिइन् । श्रीमती स्वस्थ्य-प्रसन्न देखेर श्रेष्ठी हर्षीत भए । उसले जीवकलाई चार हजार मुद्रा मात्र दिएन, एक नोकर र एक नोकर्नी पनि दिए र यात्राको लागि घोड-चढी बग्गी एउटा पनि दिए ।

यत्ति धेरै धन लिएर जीवक राजगृह फर्क्यो । आो शिक्षाको पहिलो कमाई पिता अभयकुमारलाई समर्पित गरेर नमस्कार

Downloaded from http://www.dhamma.digital

गऱ्यो । अभय राजकुमार जीवक फर्केर आएको देखेर अत्यन्त प्रसन्न भयो र उसको प्रथम कमाई उसैलाई फर्काएर भन्यो “मेरो महलको छेउमै घर बनाएर बस ।” जीवक घर बनाइ बस्न थाल्यो । आफ्नो कमाईको केही अंश आफ्नो गुरुलाई पठायो ।

त्यस समयमा महाराज विम्बिसारलाई भंगदरको रोग थियो । महाराजले अभय राजकुमारसंग कोही असल वैद्यलाई जाँच गराउने सल्लाह गरे । कुमारले युवक जीवकद्वारा उपचार गराउने सुझाव दियो । महाराजले स्वीकृती दिए । जीवकले उपचार गऱ्यो र एक मात्रा औषधिले नै रोग निको भयो । महाराज प्रसन्न भए र पाँचसय नारीहरूलाई जीउभरी अलंकृत गरेर उतारिएको ती सबै आभुषण अलंकार जीवकलाई पुरस्कार स्वरुप दिए ।

जीवकले भन्यो, “तपाईंले मेरो उपचारको सम्झना गर्नुस्, यही मेरो लागि पर्याप्त छ ।”

महाराज खुसी हुँदै भने, “आजदेखि तिमीले मेरो र मेरो आवासको तथा भगवान बुद्ध र उनको भिक्षु संघको सेवा, चिकित्सा गर ।”

यसरी विम्बिसारको पौष्य पुत्र जीवक भगवानको सम्पर्कमा आयो । त्यो बेलाको प्रसिद्ध भिषक महाभिषक भगवान बुद्धको सम्पर्कमा आयो । भगवानको सम्पर्कमा आयो त शुद्ध धर्मको सम्पर्कमा आयो । उसको भाग्य जाग्यो । उसको मङ्गल सिद्ध भयो ।

(साभार:हिन्दी विपश्यना पत्रिका, भाद्र पुर्णिमा, १९९३) **कल्याण मित्र** स.ना.गो.

✿

(जातक कथाबाट)

बुद्धिमानको संगत

धेरै समय अगाडि एक देशमा ब्रह्मदत्त नामको राजा राज्य गर्दथ्यो । ती राजा अत्यन्त दयालु थिए । सबै प्रजाको मङ्गल चाहन्थे । त्यस देशको प्रसिद्धि निकै टाढासम्म फैलिएको थियो । त्यस देशका निवासीहरू आफ्नो जीवन यापन गर्न कृषि व्यवसाय गर्नुका साथ-साथै टाढा-टाढाका शहर तथा अन्य देशमा गएर ब्यापार गर्दथे ।

त्यहाँको एक जना अत्यन्त ठूलो व्यापारी पाँचसय गाडा सहित टाढाका देशमा गएर ब्यापार गर्दथे । यसरी ब्यापार गर्न जाँदा आफ्नो जमातका मानिसहरूलाई खानपिन तथा रहने बस्नेको व्यवस्था गर्नु पर्दथ्यो । बाटो लामो भएकोले कोही बिरामी पर्दा हेरविचार गर्ने, औषधि उपचार तथा हिंसक जनावरहरूबाट बच्ने उपाय पनि राम्ररी थाहा हुनु पर्दथ्यो । आफ्नो साथीहरूलाई कुशलता पूर्वक फर्काएर ल्याउनु नाइकेको जिम्मा थियो ।

एक समय ती व्यापारी त्यस्तै ब्यापार गर्न गएका थिए । जाँदा-जाँदा जङ्गलको बाटो आइपुग्यो । जङ्गलमा प्रवेश गर्नु अगाडि सबै साथीहरूलाई जम्मा गरेर जङ्गल भित्र कसरी रहने बस्ने भन्ने बारेमा निर्देशन दिए, “साथीहरू, यो जङ्गलमा विषका रूखहरू छन् । विषालु फलहरू, विषालु फूलहरू, विषालु जनावरहरू, विषालु मह छन् । अत: तिमीहरूले पहिला कहिल्यै पनि नखाएको, कुनै पनि पात, फूल र फल मसंग नसोधिकन नखाऊ । यसबाट हाम्रो ज्यानै जान सक्नेछ ।” सबैले आफ्नो नाइकेको कुरा स्वीकार गरे र सबैजना जङ्गलभित्र लागे ।

जङ्गलको छेउमा गाउँबाट नजिकै “किंफल” भन्ने रूख थियो । यस रूखको हाँगा, पात, डाँठ र फल सबै आँपको जस्तै हुन्छ । रूखको रङ्ग, गन्ध र रस पनि आँपको जस्तै हुन्छ । यो खायो भने चाहिं हलाहल विषले झैं तुरून्त मर्छन् । अगाडि गइरहेका केही लोभी स्वभावका मानिसहरूले यो आँपको रूख हो भन्ने ठानी फलहरू खाए । कोही चाहिं नाइकेलाई सोधेर मात्र खाने भनेर फल टिपेर पर्खिरहे । नाइके आइपुगेपछि “यो आँपको फल हामी खाऔं ?” भनी सोधे । नाइकेले राम्ररी जाँचे पछि “यो आँपको बोट होइन, यो किंफल भन्ने बोट हो, यो विषालु हुन्छ” भने । खाइसकेको केही मानिसहरूलाई हतपत बमन गर्न दिए र चतुमधु खुवाई निरोगी तुल्याए । चतुमधु भनेको चार प्रकारको पदार्थ मिलाई बनाइएको औषधि हो, जसमा मह, अदुवा, घ्यू र सखर हुन्छ । त्यसपछि यी जमात पुन: अगाडि बढ्ने तरखर गर्न थाले ।

यो भन्दा अगाडि चाहिं जब फल खाएर मानिसहरू मर्थे तब त्यहाँ गाउँको मानिसहरू आएर तिनीहरूको मालसामान लिएर जान्थ्यो । त्यसपटक पनि गाउँलेहरू मालसामान लिनको लागि सूर्योदय हुनु पूर्व नै त्यहाँ पुगे । तर त्यहाँ मानिसहरू निरोगी नै देखे, उनीहरू छक्क परे र सोधे “कसरी तिमीहरूले यो आँपको रूख होइन भनेर थाहा पायौ ?” “हामी त जान्दैनौं तर हाम्रा नाइके जान्दछन्” भनेर उत्तर दिए । तिनीहरू फेरि नाइके कहाँ गएर सोधे, “नाइके तिमीले यो आँपको रूख होइन भनेर कसरी थाहा पायौ ? उनले दुईवटा कारण औंल्याउँदै भने, “पहिलो त यो रूख चढ्न गाऱ्हो छैन र अर्को यो गाउँबाट टाढा छैन । यदि खान हुने असल फल भएको भए गाउँलेहरूले खान्थे, एउटा फल पनि बाँकी हुँदैनथ्यो । यी दुई कारणले यो असल फल होइन भनेर थाहा पाएँ ।” नाइकेको बुद्धिमता देखेर सबैले आफूलाई धन्य सम्झे । यस्तो समझदार नाइकेसंग यात्रा गरेर आफ्नो ज्यान जोगेको महसूस गरे । त्यसपछि उनीहरू नाइकेको एकदम आदर गर्न थाले र बाँकी यात्रा आनन्दपूर्वक विताए ।

✿

Downloaded from http://www.dhamma.digital

धम्मतराईको सूचना

सामुहिक साधना

धम्मतराई विपश्यना केन्द्र, परवानीपुरमा प्रत्येक शनिवार विहान ८:३० वजे देखि ९:३० बजेसम्म सामुहिक साधना सञ्चालन भइरहेको छ । रानी सति अतिथि सदन, वीरगञ्जदेखि धम्मराई जानको लागि बसको व्यवस्था छ । वीरगञ्जबाट विहान ७:४५ बजे बस जानेछ ।

एक दिवसीय शिविर

हरेक अंग्रेजी महिनाको अन्तिम शनिवार एक दिवसीय शिविर सञ्चालन गर्ने व्यवस्था गरेको छ । शिविर कार्यक्रम निम्नानुसार सञ्चालन हुनेछ ।

१) सेप्टेम्वर २८
(असोज १२ गते)

२) अक्टोवर २६
(कार्तिक १० गते)

३) नोभेम्वर ३०
(मंसीर १५ गते)

४) डिसेम्वर २८
(पुष २३ गते)

यसको लागि निम्न ठेगानामा सम्पर्क राख्नु होला ।

१) **ज्योति स्पिनिङ्ग मिल्स लि.**
ज्योति फार्म, पो.व. नं. १, परवानीपुर, नेपाल ।
फोन नं. (०५१) ३९४०५÷३९४०७÷३९४०८
फ्याक्स नं. (९७७) ५१-३९४०९

२) **रानी सति अतिथि सदन**
वीरगञ्ज, नेपाल ।
फोन नं. (०५१) २१४८५÷२२०९२

धर्म गाथा

हिन्दी

बडे भाग्य से ही मिलें, भिषकराज भगवंत ।
जो औषधि सेवन करे, करे रोग का अन्त ॥

बडे भाग्य से ही मिले शुद्ध धरम का पंथ ।
चलते चलते पंथ पर, करे दु:खों का अंत ॥

बडे भाग्य से ही मिले, संतों का समुदाय ।
मिले प्रेरणा तप करे, सहज मुक्त हो जाय ॥

अंधी गलियों मे भटक, भूल गया सन्मार्ग ।
विपश्यना की साधना, सहज मुक्ति का मार्ग ॥

करे शील पालन सदा, होय समाधि अडोल ।
जागे प्रज्ञा तो पिए, अमृत का रस धोल ॥

रोग शोक सारे मिटें, होंय ग्रन्थियां क्षीण ।
शाप ताप सारे धुलें, पाए मोक्ष प्रवीण ॥

मंगल कामना सहित
श्री मदनकृष्ण कायस्थ
रोडहाउस क्याफे, ठमेल
फोन नं. २२९१८७

हिन्दी

पल पल जागे कामना, पल पल मन बेचैन ।
देख कामना त्याग कर, पाए सुख की चैन ॥

जबतक मन चिपका रहे, लिये लालसा लोभ ।
तबतक दु:ख ही दु:ख है, बेचैनी विक्षोभ ॥

हो न चित्त के वश कभी, यह ही मङ्गल मूल ।
राखे चित्त वश में सदा, दूर होय भवमूल ॥

तृष्णा से ब्याकुल ब्यथित, दुखित हुआ सन्सार ।
तृष्णा टूटे दु:ख मिटे, नहीं अन्य उपचार ।

तृष्णा पूरी कर सकूं, ऐसा नहीं उपाय ।
बिन पेंदे की बाल्टी, कभी भरी ना जाय ॥

तृष्णा जड से खोद कर, अनासक्त बन जांय ।
भव बन्धन से छुटन का, अन्य न और उपाय ॥

मंगल कामना सहित
भाजुरत्न फर्मा
वीरगञ्ज ।

प्रकाशक : नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । फोन : ३७१६५५ *२०५३ भाद्र*
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