# विपश्यना

साधकहरूका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५४० कार्तिक २०५३ वर्ष १३ अङ्क ७


## धम्मवाणी

*ये रागरत्तानुपतन्ति सोतं*
*सयं कतं मक्कटकोव जालं।*
*एतम्पि छेत्वान वजन्ति धीरा*
*अनपेक्खिनो सब्बदुक्खं पहाय ॥*

धम्मपद ३४७-१४

**जो ब्यक्ति रागमा रक्त रहन्छ त्यो ब्यक्ति माकुराले बनाएको आफ्नो जालमा फसे झैं बन्धनमा फस्दछ। बुद्धिमान ब्यक्ति यस बन्धनलाई उछिनेर सारा दुःखलाई छोडी आकांक्षा रहित भई अगाडि बढ्दछ।**

**बुद्ध र बिम्बिसार**

## मगधको भाग्य उदय

२६०० वर्ष पूर्व उत्तर भारतमा १६ प्रमुख जनपदहरू थिए। ती हुन् (१) अंग (२) मगध (३) काशी (४) कोशल (५) व्रिजी (वज्जी) (६) मल्ल (७) चेतिय (८) वंस (९) कुरू (१०) पंचाल (११) मत्स्य (१२) शूरसेन (१३) अश्वक (१४) अवन्ती (१५) गन्धार र (१६) कंबोज

ती मध्ये एउटा राज्यमा गणतन्त्र शासन थियो अन्यमा राजतन्त्र शासन।

ती मध्ये मगध अति विशाल र शक्तिशाली जनपद थियो। त्यहाँको राजवंशीय शासनको शासक महाराज भांति थियो। उनकी महारानी बिम्बिबाट एक पुत्ररत्न प्राप्त भयो। बिम्बिको पुत्र भएकोले बिम्बिसार नामले प्रसिद्ध भयो।

बिम्बिसार बडो महत्वाकांक्षी थियो। किशोर अवस्थामा नै उसको मनमा राज्याभिषेकको प्रवल कामना जागेको थियो। राजा भातिको पनि पुत्र स्नेह कम्ती थिएन। पन्द्र वर्षको किशोर कुमारलाई राज्याभिषेक गरी आफूले अवकाश लिए। यसबाट बिम्बिसारको महत्वाकांक्षा बढ्दै गयो। युवा अवस्थासम्म पुग्दा नपुग्दै शस्त्र विद्या र शैन्य सञ्चालनको रण कौशलमा उ निपुर्ण भैसकेको थियो। उसले आफ्नो सेनालाई विभिन्न शस्त्रद्वारा सुसज्जीत गरे। आफ्नो विपुल शैन्य बल र युद्ध चतुरताले छिमेकी अंग जनपदलाई आफ्नो अधिनमा लिएको थियो। अंग र मगध संयुक्त भएपछि बिम्बिसारको शक्ति झन बढ्यो। सेनाको संख्यामा बृद्धि भयो। त्यस विशाल सेनाको नायक भएको कारण सेनानी बिम्बिसार कहलिन थाल्यो। यसप्रकार सेतो झण्डाले सुसज्जित बिम्बिसारको श्वेतकेतु सेनाको शक्ति बढ्न थाल्यो र आसपासको जनपदहरूमा आफ्नो धाक जमाउन थाल्यो।

मगधको पश्चिमोत्तर दिशामा विशाल र शक्तिशाली राज्य कोशल थियो। त्यस राज्यको शासक महाराज महाकोशल थियो। उनको पुत्रको नाम थियो प्रशेनजित र पुत्री थियो कोशलदेवी। प्रशेनजितको विवाह मगध नरेश भातिकी पुत्री अर्थात बिम्बिसारकी बहिनीसंग भएको थियो। सेनानी बिम्बिसारको बढ्दै गएको शैन्यबलले कोशल नरेश प्रभावित थियो। उसले राजकुमारी कोशलदेवीको विवाह युवा नरेश बिम्बिसारसंग गरी मगधसंगको सम्बन्ध झन सुदृढ बनायो। महाराज महाकोशलले आफ्नो छोरीलाई काशी राज्य दाइजोको रूपमा दियो। यसबाट बिम्बिसारको साम्राज्य शक्ति झन् बढ्यो। अब उ अंग, मगध र काशी जस्ता तीन महाजनपदहरूको सम्राट भयो। उसको राज्य सम्पदा, ऐश्वर्य र शैन्यबल बृद्धि भयो। यसको साथसाथै युवावस्थाको कामभोगको लिप्सा पनि बढ्न थाल्यो। अग्रराजमहिषि कोशलदेवीको अतिरिक्त आसपासका राज्यहरूका देवांगनाहरू, राजकुमारीहरू र अन्य सुन्दरीहरूसंग उनको सम्बन्ध थियो।

सुदुर मद्र (मद्द) देशको राजधानी सागल (वर्तमान पाकिस्तानको पंजावको लाहौर नजिकैको स्यालकोट नगर) की राजकुमारी खेमा सुवर्ण वर्णकी थिईन्। ती सर्वाङ्ग सुन्दरीकी सौन्दर्य चर्चा सुनेर बिम्बिसारले राजकुमारी खेमासंग पनि विवाह गऱ्यो। युवा सेनानी बिम्बिसारले जब कुनै जनपदमा कुनै रूप सुन्दरीको चर्चा सुन्थे तब उनलाई पाउन अधिर हुन्थ्यो। तत्कालीन समाजमा प्रचलित लिच्छवी जनपदकल्याणी आम्रपाली र उज्जैनकी जनपदकल्याणी पद्मावतीसंग पनि उनको सम्बन्ध थियो।

धनको र राज्यको मदले उसको काम-मद अति नै प्रवल भयो। यति हुँदा हुँदै पनि बिम्बिसारमा मानवी भावना व्याप्त भएको पाउँछौं। गणिकाहरूबाट जन्मेका आफ्ना सन्तानहरूलाई पालन पोषण गरे, उनीहरू प्रतिको आफ्नो कतर्ब्यबाट बिमुख भएन। बिम्बिसारको हृदयमा आफ्ना सम्पूर्ण सन्तान प्रति त्यति नै सहानुभूति र वात्सल्य प्रेम थियो। उनका अन्य रानीहरूको तर्फका सन्तानहरूमा राजकुमार अजातशत्रु, राजकुमार शीलव, राजकुमार चुन्द र राजकुमारी चुन्दी थिए।

★ ★ ★

Downloaded from http://www.dhamma.digital

यो कुरा प्रष्ट हुन आउँछ कि बिम्बिसारलाई आफ्नो परिवार प्रिय थियो । पन्ध्र वर्षको किशोर अवस्थामा राज्याभिषेक भएपछि १६ वर्षसम्म मगध साम्राज्यको शासन गर्‍यो । ३१ वर्षको उमेरमा राजगृहको लट्ठीवनमा पहिलो पल्ट भगवान वुद्धको साक्षात्कार भयो । हुनत छ: वर्ष पहिले नै बोधिसत्व अवस्थामा सन्यासी सिद्धार्थ गौतमसंग पाण्डव पर्वतमा भेट भएको थियो । भगवान गौतम बुद्धको उपदेश सुनेर बिम्बिसार अन्तर्मुखी भयो, सत्यको दर्शन गर्‍यो र उ स्रोतापन्न भयो त बिम्बिसार कृतज्ञताले विभोर भयो । विपश्यनाबाट आफू भित्र अलिकति मात्र सत्यको अनुभूति हुँदैमा पनि साधक कृतज्ञता विभोर हुन पुग्छ भने त्यो त स्रोतापन्न अवस्था थियो कृतज्ञताको कुरा के गर्नु र ?

उसको जीवनधारा नै बदल्यो । रात दिन कामभोगमा डुबिरहने व्यक्ति धर्मरसको स्वादले धन्य हुन पुग्यो । आफ्नो अनुभवबाट थाहापायो कि **"धम्म रसं सब्ब रसं जिनाति"** साँच्चै धर्मरस सबै रसहरू भन्दा सर्वश्रेष्ठ छ । यस्तो धर्मको रस सबैले स्वाद लिउन् । यस समयमा उनलाई राजपरिवारको सम्झना आयो । आफ्ना प्यारा रानीहरू र छोराछोरीहरूलाई पनि यस्तो धर्म लाभ होस् । यही कुशल कामनाको फल स्वरूप उसले भगवान र सबै भिक्षुसंघलाई भोलीको भोजनको लागि आमन्त्रण गर्‍यो, भगवान मौन भई स्वीकृति दिनुभयो । दोस्रो दिन भिक्षुसंघ सहित भगवान बुद्ध भोजनको लागि राजमहल पाल्नु भयो । भगवानलाई अत्यन्त सन्मान पूर्वक भोजन गरायो । भोजनपछि भगवानलाई अग्लो आसनमा बसाई परिवार सहित आफू तल्लो आसनमा बसी धर्मोपदेश सुन्यो । कानमा शुद्ध धर्मको अमृत रस प्रवाह भयो । त्यहीं बस्दा बस्दै उनलाई आफ्नो प्रजाहरूको सम्झना आयो । प्रजा राजाको सन्तान सरह हो । सबैलाई यो विशुद्ध मुक्ति मार्ग मिलोस् । यो कुरा तबमात्र संभव हुन्छ जब भगवान बुद्ध लामो समयसम्म राजगृहमै विहार गर्नु भई धर्मप्रचार गर्नुहुन्छ, भविष्यमा पनि राजगृह आइरहनु हुन्छ ।

राजनगरी राजगृहको कल्याणको लागि यस्तो एक उचित स्थानको आवश्यक थियो जहाँ साधक भिक्षु संघ सहित भगवान निवास गर्न सकोस् र शुद्ध धर्मको मार्गमा हिंड्ने नागरिक तथा जनपदवासीहरूलाई उचित मार्ग-निर्देशन गर्न सकोस् । परन्तु त्यो ठाउँ नगरभन्दा नजिकै तर कोलाहलबाट मुक्त शान्त वातावरण हुनु आवश्यक थियो । बिम्बिसारलाई एकाएक आफ्नो वेणुवनको सम्झना आउँछ । त्यो ठाउँ उक्त कामको लागि निकै उपयुक्त थियो । अत्यन्त विनीत भावले भगवान सामू हात जोडेर आफ्नो मनको कुरा व्यक्त गर्‍यो र वेणुवन दान गर्ने धर्मकामना व्यक्त गर्‍यो । भगवानले मौन भई स्वीकृति दिनुभयो । बिम्बिसार पुन: कृतज्ञता विभोर भयो । **"सब्ब दानं धम्म दानं जिनाति"** धर्मदान सबै दानहरूमा श्रेष्ठ छ । भगवानले राजगृहको वेणुवन साधक संघको लागि सहर्ष स्वीकार गर्नुभयो । मगध नरेश धन्य भयो । यहाँ अनेक मानिस शुद्ध धर्मबाट लाभान्वित हुन्छन् । भव विभुक्तिको मार्गमा अग्रसर हुन सक्ने विपश्यना विद्या सिक्न पाउँछन् । मेरा परिवार धन्य हुनेछन् । मेरा प्रजा धन्य हुनेछन् ।

वास्तवमा त्यस्तै भयो । वेणुवनको कलन्दप निवासमा साधक संघको पहिलो विहार बन्यो । मगधको भाग्य उदय भयो । राजपरिवार, राजनगर तथा सम्पूर्ण मगध राष्ट्र र त्यो भन्दा बाहिर का अनेक मानिसहरू शुद्ध धर्मको सम्पर्कमा आए । कल्याण लाभि बने ।

आज पुन: शुद्ध धर्मको उदय भएको छ । धेरैभन्दा धेरै व्यक्ति यसको सम्पर्कमा आउन् र कल्याण लाभि होउन् ।

(साभार: विपश्यना हिन्दी पत्रिका, १९८९, भाद्र पूर्णिमा)

**कल्याण मित्र**
स.ना.गो.

## खेमा महारानीसंग सम्बन्धित एक घटना

खेमा महारानी बिम्बिसारकी मुख्य महारानी मध्ये एक थिइन् । उनी अत्यन्त सुन्दरी थिइन् र आफ्नो रूप र सौन्दर्यमा निक्कै अभिमान थियो । "भगवान रूप तथा सौन्दर्यको निन्दा गर्नुहुन्छ" भन्ने थाहापाएर उनी भगवानको दर्शन गर्न चाहँदैनथिई । महाराज बिम्बिसार भने कुनै उपाय गरेर आफ्नो महारानीलाई भगवानको सामू लाने प्रयत्नमा थिए । एक दिन भगवान निवास गर्नुभएको वेणुवनको रमणीय वातावरणको वर्णनात्मक गीत बनाई राजमहलमा गाउन लगाइयो । यो गीत सुनेर महारानी खेमाले वेणुवन हेर्ने इच्छा व्यक्त गरिन् ।

खेमा वेणुवन पुग्दा भगवान आफ्ना शिष्यहरूलाई धर्मोपदेश दिइरहनु भएको थियो । साथमा एक अत्यन्त रूपवती सुन्दरीले भगवानलाई पंखाले हम्कीरहेकी थिइन् । खेमा ती सुन्दरीको रूप-सौन्दर्यता देखेर एक टकले हेरीरही । ती सुन्दरीको सौन्दर्यको अगाडि आफ्नो रूप तुच्छ झैं लाग्न थाल्यो । हेर्दा हेर्दै ती सुन्दरीको सौन्दर्य ओइलिदै गयो , निश्तेज हुँदै गयो, तरूणी सुन्दरी हेर्दा हेर्दै बूढी हुँदै गइन् । यस परिवर्तनले खेमाको अभिमान घट्दै गयो, अनित्य स्वभावलाई बुझ्दै गईन ।

उनको मनस्थितिलाई बुझेर भगवानले भन्नुभयो "ऐ ! खेमा, यस नाशवान शरीरलाई हेर, जस प्रति तिम्रो त्यस्तो अभिमान थियो । हेर, ती सुन्दरीको सौन्दर्यता कसरी ओइलिदै गयो । यस शरीरको असारत्वलाई हेर ।"

बुद्धको यस उपदेशलाई सुनेर खेमा स्रोतापन्न भइन् । बुद्धले फेरि भन्नुभयो "खेमा ! यी सम्पूर्ण प्राणी रागमा अनुरक्त, द्वेषले दूषित

Downloaded from http://www.dhamma.digital

र मोहले मोहित भएर तृष्णाको बन्धन त्याग्न सक्दैन र त्यसमा लुटपुती खेलीरहन्छ" भन्नु हुँदै एउटा गाथा भन्नु भयो ।

"जो व्यक्ति रागमा रक्त रहन्छ त्यो व्यक्ति माकुराले बनाएको आफ्नो जालमा स्वयं फसे झैं बन्धनमा फस्दछ । बुद्धिमान व्यक्ति यस बन्धनलाई उछिनेर सारा दुःखलाई छोडी आकांक्षारहित भई अगाडि बढ्दछ ।"

यस उपदेश सुनेपछि खेमा महारानीले अर्हत फल प्राप्त गरिन्, सम्पूर्ण भव बन्धनबाट मुक्त भइन् ।

- धम्मपद ३४७-१४

✿

**जातक कथाबाट**

## यथार्थ जान

एक ठाउँमा बेलको रूखको एउटा ठूलो वन थियो । त्यस वनमा विभिन्न किसिमका जनावर रहन्थे । ती मध्ये एउटा नटखट् खरायो बेलको रूखमुनि निवास गर्दथ्यो । एकदिन खाना खाईसकेपछि आराम गर्न आफ्नो निवासमा गयो । त्यहाँ बसेर मनमनै सोच्न थाल्यो "यदि यो महापृथ्वी पल्टिएमा कहाँ जाने होला ।" त्यसै समयमा एउटा पाकेको बेल नजिकैको तालवृक्षको पात माथि खस्यो । यसको आवाज सुनेर "अवश्य पनि पृथ्वी पल्टिँदै छ" भन्दै उफ्रेर भाग्यो । आफ्नो ज्यान जोगाउन बेगले भागिरहेको नटखट् खरायोलाई देखेर अर्को खरायोले सोध्यो, "साथी ! यस्तो भयभित भएर किन कुदेको ?"

"भो केही नसोध !"

"किन डराएको ? किन डराएको ?" भन्दै अर्को खरायो पनि त्यसको पछि पछि दौड्न थाल्यो ? नटखट्ले भन्यो, "यहाँ पृथ्वी पल्टिँदै छ ।"

"साँच्चै हो ! भन्दै त्यसको पछि लाग्यो । उनीहरूको कुरा सुनेर अरू खरायो पनि पछि लागे । खरायोको एक जमातलाई मृगले देखे । त्यस्तै जजस्ले देखे ती सबै पृथ्वी पल्टिँदै छ भन्ने भयले आफ्नो ज्यान जोगाउन त्यस बथानमा सामेल भए ।

यति धेरै संख्यामा जनावरहरू भागेकोले जंगलमा ठूलो आवाज आइरहेको थियो । भयले त्रसित विभिन्न जनावरहरूको रुवाईले जंगल गुन्जाएमान थियो ।

त्यस जंगलका राजा सिंह थियो, उनको नाम "बोधि" थियो । नाम झैं त्यो सिंह बुद्धिमान तथा ज्ञानवान थियो । आफ्ना साथीहरू त्रसित हुँदै भागेको देखेर सिंहले सोधे, "साथी हो, किन भागेको, के भयो ?" ती मध्ये एकले भने "यहाँ पृथ्वी पल्टिँदै छ ।" सिंहलाई आश्चर्य लाग्यो । एक छिन सोच्यो "पृथ्वी पल्टिने ! यो त कहिल्यै हुन सक्दैन । अवश्य पनि यिनीहरूको भ्रम हुन सक्छ । यदि मैले केही गरेन भने यी सबैको विनाश हुनेछ । यिनीहरूलाई बचाउनेछु" भनी सोची सिंह अगाडिको पर्वतको फेदीमा गई तीनपटक सिंहनाद गरे । सिंह गर्जेको स्वरले भयभित भई सबै जनावर एक ठाउँमा जम्मा भए ।

सिंहले सोधे, "किन भागिरहेका हौ ?"

"पृथ्वी पल्टिँदै छ ।"

"कसले पृथ्वी पल्टेको देख्यो ?"

"हात्ती जान्दछ ।"

"हात्ती, तिमीले देखेका छौ ?"

"होइन, भालु जान्दछ ।"

यस्तै सोध्दै जाँदा उस्ले फलानो, ढिस्कानो गर्दै अन्तमा नटखट्सम्म पुग्यो । नटखट् मरण भयले त्रसित त्यसमा पनि सिंहको अगाडि भयले काँपिरहेको थियो । "नटखट् तिमीले कसरी थाहा पायौ पृथ्वी पल्टिँदै छ भनेर ?"

"हो, स्वामी ! मैले देखेको । मेरो निवासमा लेटिरहेको समयमा मैले यस्तो सोच्नथालें कि पृथ्वी पल्टियो भने कहाँ जाने होला ? त्यसै समयमा पृथ्वी पल्टेको ठूलो आवाज सुनें । त्यो आवाज सुनेर भागेको हुँ ।"

नटखट्को वर्णन सुनेर सिंहले कुरा बुझ्यो, यिनीहरूलाई प्रत्यक्षतः देखाउने छु भनी सोची "ल जाऔं, पृथ्वी खसेको हेर्न, भनी सिंहले खरायोलाई पिठ्यूमा हाले र बाँकी सबैलाई त्यहीं बसिरहन भने ।" सिंह बेगले कुदे । त्यस ठाउँमा पुगे पछि, खरायोले आवाज आएको ठाउँ देखाई दिए । त्यहाँ तालको पातमाथि खसेको बेल देखेर सिंहले निश्चित गऱ्यो । फेरि सबै जनावरहरू भएको ठाउँमा आई सबैलाई आश्वासन दिंदै सिंहले भने -

"यथार्थ के हो नजानिकन आर्काको लै लैमा लाग्नाले आफूले दुःख पाउँछ, यो मूर्खपन हो ।"

"जो शीलवान् हुन्छ, प्रज्ञावान हुन्छ, ऊ शान्त हुन्छ, त्यस्ता बुद्धिमानी अर्काको हा...हा...मा लागी आँखा चिम्लेर अनुसरण गर्दैन । अन्ध श्रद्धाबाट टाढा रहन्छन् ।"

(दद्धभ जातकमा आधारित)

✿

## धर्मसेवकहरूलाई जानकारी

धर्मश्रृङ्गमा नियमित रूपमा शिविरहरू सञ्चालन भैरहेका छन् । शिविर सञ्चालनको लागि आवश्यक कार्यको साथसाथै अन्य मर्मत तथा स्याहार सम्भारको कार्य गरी रहनु पर्ने वान्छनीय देखिएको छ । अतः धर्मसेवकहरू जस्जस्लाई जुन क्षेत्रमा सेवा दिन ईच्छा छ सोही अनुसार सेवा दिनको निमित्त आफ्नो नाम लेखाई दिन हुन विनम्र अनुरोध छ । सेवा गर्न पर्ने विभिन्न सेवाक्षेत्रहरू विभाजन गरिएका छन् ।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

अ) **परिवेक्षण समूह**
- क) फर्निचर
- ख) झ्याल/ढोका
- ग) पाईप फिटिंग
- घ) बिजुली
- ङ) निर्माण तथा स्याहार सम्भार
- च) सिलाई सम्वन्धी कार्य
- छ) अडियो/भिडियो

आ) **मर्मत समूह**
- क) फर्निचर तथा झ्याल/ढोका
- ख) पाईप फिटिंग
- ग) बिजुली
- घ) निर्माण तथा स्याहार सम्भार
- ङ) सिलाई सम्बन्धी कार्य
- च) अडियो/भिडियो

इ) **सफाई समूह**
- क) महिला क्षेत्र
  - बाहिर (कम्पाउण्ड)
  - भित्र
- ख) पुरुष क्षेत्र
  - बाहिर (कम्पाउण्ड)
  - भित्र
- ग) बाथरुम तथा टोइलेट
- घ) धुलाई

ई) **स्टक निरिक्षण**
- क) भाँडाकुँडा
- ख) फर्निचर
- ग) कपडा सम्वन्धी
  (चकटी, डसना, सिरक, झुल, तकिया, पर्दा आदि)
- घ) बिजुली सम्वन्धी तथा अडियो सामाग्री
- ङ) शिक्षण सामाग्री

# धर्म गाथा

## हिन्दी

काम भोग के रोग से, विकल सकल संसार ।
उपर उपर सुख दिखे, भीतर दुक्ख अपार ॥
यह तो लड्डू-बूर के, बिन चाखे पछ्रताय ।
चाखे मीठे जहर को, चख कर भी पछताय ॥
भव भव डूबा ही हा, राग-रंग के पंक ।
अब तो बाहर निकल रे ! हो निर्भय निःशंक ॥
जब जागे मन वासना, जगे काम के भोग ।
तब तब जागे दुक्ख ही, भय का ही संयोग ॥
जन जन मन की कालिमा, कलजुग का अंधियार ।
जन जन मन की स्वच्छता, सतजुगका उजियार ॥
दूर होय सब कालिमा, दूर होय कलिकाल ।
जागे सतयुग धरम का, जन जन होय निहाल ॥

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

## हिन्दी

जीवन मे जागे धरम, तन मन पुलकित होय ।
अपना भी मंगल सधे, जन मन मंगल होय ॥
धरती पर फिर धर्म की, अमृत वर्षा होय ।
शाप ताप सारे धुलें, सबका मंगल होय ॥
दुखियारे दुःख मुक्त हों, भय त्यागें भयभीत ।
बैर छोडकर लोग सब, करें परस्पर प्रीत ॥
जैसे मेरे दुःख कटे, सब के दुःख कट जाँय ।
जैसे मेरे दिन फिरे, सब के दिन फिर जाँय ॥
मेरे सुख में शान्ति में, भाग सभी का होय ।
इस मंगलमय धर्म का, लाभ सभी को होय ॥
इस दुखियारे जगत में, सुखिया दिखे न कोय ।
शुद्ध धरम जग में जगे, जन जन सुखिया होय ॥

**मंगल कामना सहित**
भाजुरत्न फर्मा
वीरगञ्ज ।

*सम्पादक :* रोशनी शाक्य, *प्रकाशक :* नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । फोन : ३७१६५५/३७१००७ २०५३ कार्तिक
*सम्पर्क स्थान :* श्री रूप ज्योति, ज्योति भवन, पो. ब. नं. १३३, काठमाडौं । फोन : २-२५४९०/२-२३९६८/२-४८९४९
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