विपश्यना

साधकहरुका लागि
प्रेरणा पत्र

बुद्ध वर्ष २५४४ फागुन २०५७ वर्ष १७ अङ्क ११

धम्मवाणी

दहरा च हि वुद्धा च, ये बाला ये च पण्डिता ।
अड्ढा चेव दलिद्दा च, सब्बे मच्चुपरायणा ॥
***दशरथ जातक** ४६१-८७*

युवा र बृद्ध, मूर्ख र पण्डित, धनी र गरीब सबै मरण धर्मा हुन् ।

पुत्र वियोग

बोधिसत्वको जीवनको एउटा घटना थियो । एक पटक उहाँ वाराणसीको ब्राम्हण कुलमा जन्मेका थिए । ठूलो भएपछि परिवारको जेठो व्यक्ति भए । उनको परिवारमा उनको पत्नी, छोरा छोरी, बुहारी र एकजना दासी थिइन् । जम्मा छ: जनाको परिवार सुखी परिवार थियो । परिवार पालन पोषणको लागि बोधिसत्व शहरभन्दा बाहिर खेती गर्दथ्यो । उनको काममा छोराले सगाउने गर्दथ्यो ।

सधैं झैं उनी एकदिन खेतमा काम गरीरहेका थिए । एक्लै हलो चलाउँदै थिए, छोरो खेतको झार-पात जम्मा गरेर बालिरहेका थिए । यत्तिकैमा झार-पात भित्रबाट एउटा साँप निस्के र छोरोलाई डसिदिए । साँपको विष उनको शरीर भरी फैलियो र उनको छोरो त्यहीं भूईमा लड्यो । बोधिसत्वले टाढैबाट आफ्नो छोरो लडेको देखे र दौड्दै छोरो कहाँ आइपुगे । त्यतिञ्जेल सम्ममा उनको छोरोको प्राण गइसकेको थियो । बोधिसत्वले त्यस लाशलाई छेउको एउटा रुखमुनी राखे र आफू फेरि काममा लागे ।

केही समय पछि एकजना किसान शहर तर्फ गईरहेको उनले देखे । बोधिसत्वले एउटा सूचना आफ्नो घरसम्म पूऱ्याई दिन त्यस किसानलाई अनुरोध गरे । दिनहुँ दासीले बोधिसत्व र उनको छोरालाई खेतसम्म खाजा ल्याउँथिइन् । आज दुइजनाको लागि खाजा चाहिँदैन केवल एकजनाको लागि मात्र ल्याउनु र परिवारका सबैजना स्वच्छ कपडा लगाइ केही सुगन्धित फूल लिएर आउनु भन्ने सूचना उनले पठाए ।

जब ब्राम्हणीले यस्तो सूचना सुनिन् उनले आफ्नो छोरोको मृत्यु भएको बुझिन् । परन्तु यस्तो दुखद् सूचना पाएर पनि ब्राम्हणी विचलित भइनन् । परिवारको अन्यचार जना पनि विचलित भएनन् र बोधिसत्वको आदेशानुसार खेत तर्फलागे । उनीहरू मध्ये न कोही रोए कराए न विलाप-प्रलाप नै गरे ।

बोधिसत्व आफ्नो हरेक जीवनमा धर्मको जीवन जिएर कुनै न कुनै पारमी पुष्ट गर्ने काम गर्दछ । केवल आफू एक्लै धर्मको जीवन जिउँदैन साथमा आफ्ना स्वजन परिजन साथी भाई लाई पनि धर्ममय जीवन जिउने शिक्षा सिकाउँदछ । सम्यक सम्बुद्ध भएपछि त अनेक व्यक्तिहरूलाई शुद्ध धर्मको मार्ग सिकाएर भव मुक्तिको मार्गमा अग्रसर हुन उचित निर्देशन दिनु पर्ने हुन्छ । त्यसैले प्रत्येक जीवनमा अत्यन्त मैत्री चित्तले धर्म देशना दिन सामर्थ्य बनाउँदै लान्छ । अत: बोधिसत्व आफ्नो परिवारका सबैजनालाई गृहस्थ जीवनका सम्पूर्ण जिम्मेवारि कुशलतापूर्वक निभाउँदै शुद्ध धर्ममा प्रतिष्ठित हुने उपदेश दिनहुँ दिन्थ्यो । र आफू स्वयं पनि धर्म पूर्वक जीवन जिएर सबैको प्रेरणाको आदर्श बन्दथे । उनले आफ्नो परिवारका सदस्यहरूलाई एउटै मात्र शिक्षा दिएको थियो कि शीलको पालन गर । प्रसन्न चित्तले यथाशक्ति दान दिनु । साधना द्वारा चित्तलाई वशमा राखी उदय-व्यय बोध गरेर चित्त निर्मल गर्नु । समय समयमा मरणानुस्मृति भावना द्वारा निसर्गको नियमको सत्यलाई बुझ्दै रहनु कि जुन जन्मिएका छन् ती ढिलो या चाँडै समय भएपछि स्वत मृत्यु हुन्छन् । मृत्युको फन्दाबाट कोही पनि प्राणी बच्न सक्दैन । बोधिसत्व स्वयं मरणानुस्मृतिको साधनामा परिपक्व थिए र आफ्नो परिवारका सदस्यहरूलाई पनि परि पक्व बनाएका थिए ।

जब परिवारका सबैजना खेतमा पुगे तब जुन कुराको शंका थियो त्यही भयो । तर युवा पुत्रको लाशलाई देखेर न कोही रोएर छाती पिती पिती विलाप नै गरे । सबै जनाले नजीकै रहेको दाउरा बटुल्न थाले, लाशको अन्तेष्टि गर्ने काममा लागे । छिट्टै चिता तयार गरे र लाशलाई चितामाथि राखे । आफूले ल्याएको सुगन्धित फूल लाशमा चढाए र चिता जलाएर त्यसको सामून्ने बसे ।

एक जना मान्छेले यी सबै घटना हेरीरहेका थिए । सबै घटना हेरेर ऊ जिल्ल परीरहेका थिए । उसले अचम्म मानेर किसान बोधिसत्वलाई सोधे-

Downloaded from http://www.dhamma.digital

– “के कुनै पशुलाई जलाइरहेका हौ ?”

– “होइन, यो पशु होइन मृत मनुष्यको शरीरलाई जलाइराखेका हौं ।” बोधिसत्वले उत्तर दिए ।

– “त्यसो भए यो तिम्रो दुश्मन होला ?”

– “होइन यो दुश्मन होइन मेरो एक्लो छोरो हो ।”

– “त्यसो भए तिम्रो यो छोरोसंग सम्बन्ध बिग्रेको होला ?”

– “होइन, होइन । यो मेरो अत्यन्त प्रिय पुत्र हो ।”

– “त्यसोभए एक्लो छोरो मर्दा पनि तिमी किन नरोएको, विलाप किन नगरेको ?

– “जे भयो भयो । जसरी साँपले आफ्नो काँचुली फेरेर जान्छ त्यसरी नै यसले पनि आफ्नो शरीर छोडेर गयो । अब विलाप गरेर के पाउँछ ? विलाप गऱ्यो भन्दैमा त्यो त फर्किदैन ।”

आगन्तुकले यही प्रश्न मृत व्यक्तिको आमालाई गरे । “तिमी त उसको आमा, बाबुको मन त कठोर हुन सक्छ । तिमीले त नौ महिनासम्म पेटमा राखेर जन्म दिएको, दूध पिलाएर उसलाई पोषण दिएकी आमा हौ । आमाको हृदय त अत्यन्त कोमल हुन्छ । एक्लो छोरोको मृत्यु भएर पनि तिमी किन नरोएको ?”

यसरी नै मृतकको पत्नीलाई पनि उसले यही प्रश्न गरे “तिम्रो त सर्वस्व नै लुट्यो । यस्तो तरुनी अवस्थामा नै आफ्नो सिउँदो उजाड भयो । तर पनि तिमी रोएनौ किन ?”

त्यस्तै मृतकको बहिनीलाई सोध्यो–“बहिनीलाई त आफ्नो दाई अत्यन्तै प्यारो हुन्छ । तिमी कस्ती बहिनी हौ जो आफ्नो दाईको मृत्यु भएर पनि नरोइकन बसीरहेछौ ?”

त्यसपछि दासीलाई सोधे-“मृतकले अवश्य पनि तिमीलाई कटू व्यवहार गरेको हुनु पर्छ त्यसैले तिमी पनि नरोई बसीरह्यौ ।”

दासीले भनी–“उहाँ अत्यन्त प्रिय, मृदुभाषी हुनुहुन्थ्यो । उहाँको व्यवहार अत्यन्त मधुर थियो । सवैको प्यारो थियो ।

– “तै पनि किन नराएको ?”

सबैजनाको एउटै उत्तर थियो–“रोएर के पाउँछ ? उ जसरी आयो त्यसरी नै गयो । संसारमा सबैको जीवन अनिश्चित नै हुन्छ, मृत्यु त सबैको निश्चित छ । आफ्नो कर्म अनुसार प्राणी संसारमा आउँछ र आफ्नो कर्म अनुसार जान्छ ।

यथागतो तथागतो तत्थ का परिदेवना ?

- जसरी आयो त्यसरी नै गयो यसको लागि रुनु कराउनु किन ?

जानुपर्ने गयो । यो निष्प्राण शरीर जुन चितामा जलाई राखेका छौं त्यसलाई के मतलब कि हामी त्यसका लागि रोइरहेका छौं । रोएर हामी आफ्नो भलो गर्छौं न अन्य कसैको नै । रोएर आफू स्वयं र अन्यलाई पनि दु:खी बनाउँछौं ।

तस्मा एवं न सोचामि गतो सो तस्स या गति ॥

-आफ्नो कर्माअनुसार जस्तो गति छ त्यहाँ गयो त्यसको लागि हामीले शोक गर्नु पर्दैन ।

यस प्रकार बोधिसत्वले यस जीवनमा स्वयं आफ्नो क्षान्ती पारमी बढायो र अन्यलाई पारमी बढाउने काममा सहायक बन्यो ।

(साभार: विपश्यना पत्रिका, माघ पूर्णिमा, १९९५) **कल्याण मित्र** स.ना.गो.

✿

भगवानको समयको एउटा घटना

सुनारकी छोरी शुभा

राजगृहका एकजना सुनारकी छोरी शुभा तरुनी भएपछि भगवानको उपदेश सुन्न गई । अनेक पूर्व जन्मको पूण्य संचीत व्यक्तिहरूलाई भगवानको उपदेश पहिलो पल्ट सुन्दा नै धर्म संवेग उत्पन्न हुन्छ र दत्तचित्तका साथ धर्म श्रवण गर्दा गर्दै भित्रै भित्र विपश्यना चल्न थाल्दछ । शरीर र चित्तको उदय- व्ययको सत्यको यथार्थ बोध हुन थाल्छ र यही बोध बढ्दै बढ्दै शरीर र चित्त भन्दा पनि परको निरोध अवस्थाको साक्षात्कार हुन थाल्छ र जुन समुदय हुन्छन् ती सबै निरोध हुन्छन् “यं किञ्चि समुदयधम्मं, सब्ब तं निरोध- धम्मन्ति ” भन्ने अनुभव हुन्छ । साधक अनार्यबाट आर्य हुन्छ । सुनारकी छोरी शुभाले पनि आफ्नो अनुभव संक्षिप्तमा यस प्रकार व्यक्त गरीन् -

दहराहं सुद्धवसना - युवा अवस्थामा शुद्ध गृहस्थी वस्त्रधारण गरेर,
यं पुरे धम्मपस्सुणिं - जब मैले पहिलो पल्ट धर्म सुने,
तस्सा मे अप्पमत्ताय - तब छोटो समयमा नै मलाई,
सच्चाभिसमयो अहु - सत्यको साक्षात्कार भयो ।

यस प्रकार धर्म श्रवण गर्दा गर्दै स्रोतापन्न अवस्था सम्म साक्षात्कार गरेको व्यक्ति गृहस्थ भएर पनि सद्गृहस्थको जीवन व्यतित गर्दछ । उनी पनि गृहस्थको सम्पूर्ण जिम्मेवारीहरू निभाउँदै विस्तारै मुक्ति मार्गमा अघि बढ्दै थिइन् । कोही भने प्रव्रजित भएर सम्पूर्ण रूपले मुक्ति मार्गमा अग्रसर हुन्थे ।

युवती शुभाको मनमा पनि गृह त्याग गर्ने धर्म संवेग जाग्यो । उनको आमा बुबा भने युवती छोरीलाई बिवाह गरिदिएर गृहस्थी जीवन यापन गरोस् भन्ने चाहन्थ्यो । परन्तु शुभा आफ्नो निश्चयमा दृढ रहिन् । घर परिवारका व्यक्तिहरू उनको प्रबज्या तोड्न बार बार प्रयत्न गरीरहन्थे तर शुभा स्थिर भएर विरक्तिको मार्गमा नै अघि बढ्दै थिइन् । उनले दृढतापूर्वक भनिन्-

तं मं ञाती अमित्ताब, किं वो कामेसु युज्जथ ।

मेरो साथी भाई तिमीहरू मसंग शत्रुको झैं किन व्यवहार गरीरहेको ? मलाई किन काम भोगमा लगाउन चाहेको ?

Downloaded from http://www.dhamma.digital

जानाथ मं पब्बजितं, कामेसु भयदस्सिनिं। तिमीहरूलाई थाहा नै छ कि काम-भोगको जीवनमा भय देखेर म प्रबजित भएकी हुँ। रणं करित्वा कामानं, सीति भावाभिकङिखनी ।

म काम भोग प्रति युद्ध गरेर परम शान्ति प्राप्त गर्न इच्छुक व्यक्ति हुँ ।

जो संग अनेक जन्मदेखीको पारमी संकलित छ त्यस्तो व्यक्तिलाई मुक्ति मार्गबाट कसरी विमुख गर्न सकिएला ?

आखिर शुभाले मुक्ति मार्गमा विजय प्राप्त गरिन् र आफ्नो उद्‌गार यसरी व्यक्त गरिन् ।

अज्जट्ठमी पब्बजिता, सद्धा सद्धम्मसोभना ।

श्रद्धापूर्वक सद्धर्म मार्गमा प्रवज्या भएको शुभाको आठौं दिन हो र

सब्बयोगविसंयुत्ता, कतकिच्चा अनासवा ।

उनी सारा संयोजनबाट विमुक्त भइन्, अनास्रव भइन् । सुनार कि छोरी शुभा धन्य भइन् ।

नालागिरि

देवदत्त भगवानको मामाको छोरा हो। सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएपछि जब पहिलो पल्ट भगवान कपिलवस्तु जानुभयो, त्यस समयमा केही शाक्य राजकुमारहरूका साथमा देवदत्त पनि प्रवजित भएका थिए । उनले मुक्तिदायिनी मार्ग विपश्यनाको अभ्यास राम्ररी गर्न सकेका थिएनन् तर ध्यान समापतिमा भने अगाडि बढेको थियो । यसको अभ्यासबाट उनले अनेक प्रकारको ऋद्धिबल प्राप्त गरेका थिए। देवदत्तको महत्वाकांक्षा बढ्दै गयो। उनी भगवान जस्तै भिक्षु संघको प्रमुख बन्न उत्सुक थिए। तर यस विषयमा आफू सफल हुने असम्भव देखेर भगवानलाई हत्या गर्ने पापमय संकल्प गरे। उनले अजातशत्रुलाई ऋद्धिबल देखाएर प्रभावित गरेका थिए । उसलाई आफ्नो पिता बिम्बिसारलाई मारेर राजगद्दीमा बस्न प्रोत्साहित गरेका थिए। भगवानलाई मारेर भिक्षु संघको प्रमुख बन्ने कुयोजनामा आफूलाई सहयोग गर्न आह्वान गरको थियो । यस कार्यको लागि अजातशत्रुले केही धनुषधारी सैनिकहरूलाई नियुक्त गरेका थिए। तर उनीहरू सफल हुन सकेन । तब देवदत्तले गृद्धकूट पर्वतमा चढेर भगवान बुद्धको हत्या गर्न ठूलो शिलाखण्डले प्रहार गर्ने दुष्प्रयास गरे। परन्तु भगवान यसबाट पनि बचे। तब उसले भगवानको हत्या गर्ने एउटा अर्को योजना बनाए । देवदत्त राजाको हात्तिशालामा गए । माउतेहरूलाई धेरै पैसा र उच्च पद दिलाउने आश्वासन दिए। देवदत्त र राजा अजातशत्रुको मित्रता राम्रो छ भन्ने कुरा ती कर्मचारीहरूलाई राम्ररी जानकारी थियो । अत: ती कर्मचारीहरूले देवदत्तको कुरा माने । त्यस समय हात्तिशालामा नालागिरि नामको एउटा बडो शक्तिशाली तर हरामी हिंसक हात्ती थियो । त्यसको स्वभाव मनुष्य घातक थियो । अत: त्यसलाई संधै बाँडेर राखिन्थ्यो । देवदत्तले माउतेहरूलाई सम्झाए कि जुन समयमा बुद्ध भिक्षाटनको लागि शहरमा आउनुहुन्छ त्यसै समयमा त्यस गल्लीमा बडमाश हात्तीलाई छोडिदिनु ता कि भगवानलाई कुल्चेर मारिदेओस् ।

माउतेहरूले देवदत्तको कुरा माने। जब भगवान भिक्षाटनको लागि सडकमा आउनुभयो तब क्रुद्ध नालागिरिलाई छोड्यो । नालागिरि आफ्नो सुंड उठाउँदै, ठूल-ठूला कान हल्लाउँदै ठूलो स्वरमा कराउँदै भगवान भए तिर दौड्यो। सडकमा रहेका मानिसहरू डरले आ-आफ्नो ज्यान बचाउन नजीकैका घर घर भित्र घुसे । भिक्षुहरूले भगवानलाई पनि सडकबाट भाग्नको लागि निवेदन गरेका थिए । परन्तु भगवान निश्चल, निष्कंप र शान्तचित्त पूर्वक अगाडि बढ्दै जानुभयो। बाहिरी आक्रमणद्वारा संबुद्ध प्राणान्त हुँदैन भन्ने उहाँ आस्वस्त हुनु हुन्थ्यो ।

अट्ठानमेतं, भिक्खवे, अनवकासो, यं परुप क्कमेन तथागतं जीविता वारापय्य ॥

- यस्तो संम्भव छैन कि भिक्षुहरू हो ! कुनै बाहिरी आक्रमण द्वारा तथागतको जीवनको अंत हुन सक्दैन ।

भगवान क्रमश: अगाडि बढ्दै हुनुहुन्थ्यो । क्रुद्ध हात्ती भगवानको नजीकै पुगीसकेको थियो । त्यो कराउँदै कान हल्लाई रहेको थियो। क्रुद्ध थियो त्यसैले व्याकुल थियो, दु:खी थियो। त्यस व्याकुल प्राणीलाई सुखी गर्नको लागि भगवानको हृदयबाट करुणाको फोहरा निस्क्यो। क्रुद्ध हात्ती उपर विपुल मैत्रीको शीतल धारा वहन थाल्यो। जसरी मैत्रीको धाराले हात्तीलाई प्रभावित हुनथाल्यो, हात्तीको रीस कम हुँदै गयो, त्यसको उग्र स्वरूप कम हुँदै गयो। ऊ शान्त हुन थाल्यो । भगवानको नजीकै पुग्दा त त्यस्ले आफ्नो सूँड तल राख्यो र भगवान समक्ष घुँडा टेक्यो । भगवानले वात्सल्यभावले आफ्नो हातले हात्तीलाई थपथपायो । प्रमत्त, क्रुद्ध हात्ती भगवानको मैत्री तरंगले अभिषित भएर वात्सल्य मयी हातको पावन स्पर्शले पुलकित भए । त्यो भगवानको अगाडिको जमीनको धूलो उदाउँदै पछाडि पछाडि गए। भगवानको दर्शन होउञ्जेलसम्म पछि पछि हट्दै गए ।

भनिन्छ भगवानको शरीरमा दशवटा हात्तीको बल हुन्छ । उहाँले आफ्नो शारीरिक बल प्रयोग गरेर अथवा स्वयं क्रुद्ध भएर कुनै अस्त्र-शस्त्र प्रयोग गरेर पशुको हत्या गरेको भए, त्यसको दमन त हुन्थ्यो तर कल्याणकारी दमन हुँदैनथ्यो। धर्ममय दमन हुँदैनथ्यो।

Downloaded from http://www.dhamma.digital

दमन धर्मद्वारा गरीयो त्यसैले साँचो जीत भयो ।

अक्कोधेन जिने कोधं-क्रोधलाई अक्रोधले जित्यो । (ध.प.२२३)

यही धर्म हो । यसै धर्म बलद्वारा हात्तीलाई जीत्यो त्यस्तै डाकु अंगुलिमाललाई जित्यो, यक्ष आलवकलाई जीत्यो । त्यसैले भनियो -

दण्डेनेके दमयन्ति, अङ्कुसेहि कसाहि च ।
अदण्डेन असत्थेन, नागो दन्तो मेहसिना ॥

- कोही कोही लट्ठी द्वारा, अंकुश द्वारा या चाबुक द्वारा दमन गर्दछन् । महर्षिले बिना लट्ठी, बिना शस्त्र हात्तीको दमन गर्‍यो । यसै प्रकार त्यस प्रमत्त नालागिरी हात्तीलाई -

मेत्तम्बुसेकविधिना जितबा मुनिन्दो ।

- भगवान मुनीन्द्रले मैत्री रूपी जलको वर्षा गरेर जित्यो जुन कल्याणकारी जीत भयो ।

धम्म चितवन

चितवन जिल्लाको देवघाटमा नयाँ विपश्यना केन्द्र स्थापना गरिएको छ । पूज्य गुरुजी श्री सत्यनारायण गोयन्काज्यूले यस केन्द्रलाई धम्म चितवन नामाकरण गर्नु भएको छ । धम्म चितवन नेपालको पाँचौं ध्यान केन्द्र हो । यस केन्द्रको लागि नेपाल अहिंसा बादी बौद्ध धर्म चक्र संघ, देवघाट गुम्बा र चित्रवन विहार संघबाट छुट्टा छुट्टै जमीन उपलब्ध गराएको थियो । प्राप्त यी दुई स्थानका जमीन मध्ये प्रथम चरणमा देवघाट क्षेत्रमा केन्द्र सञ्चालनका लागि आवश्यक धम्महल, शौचालय, भोजन कक्ष, भान्छाघर, आचार्य निवासको निर्माण तथा पानी, विजुली, फर्निचर भाँडाकुँडा र ओछ्यान आदिको व्यवस्था गरिने योजना रहेको छ । दोस्रो चरणमा महिला तथा पुरुषका लागि निवासको निर्माण गरिनेछन् । यदि पूराना साधक साधिकाहरू दान दिन चाहनु हुन्छ भने ने.वि.के. ज्योति भवन वा धम्म श्रृङ्गमा सम्पर्क राख्न सक्नु हुनेछ ।

धर्म गाथा

हिन्दी

शील विहारी है वही, सदाचारयुत होय ।
काया वाणी चित्त के, कर्म न दूषित होय ॥

शील विहारी पुरुष हो, शीलवती हो नार ।
शीलवंत संतान हो, तभी सुखी परिवार ॥

हिंसा चोरी मद्यरत, रहे निरत ब्यभिचार ।
ये ही काया मैल है, काया-शील सुधार ॥

बोल झूठ कड़वे वचन, युगली या बकवास ।
वाणी को मैली करी, किया शील का नाश ॥

औरों के सुख छीन कर, सुख चाहे जो आप ।
उस मूरख के ना मिटें, दुक्ख और संताप ॥

गंध गुलाब बहे वहीं, चले पवन जिस ओर ।
शील-गंध बिन पवन के, गमके चारों ओर ॥

हिन्दी

उद्यम में पुरुषार्थ में, दिन दिन उन्नति होय ।
बने सहायक धर्म के, धर्म सहायक होय ॥

सतत कर्मरत ही रहे, विकल न होय उदास ।
भरा रहे उतसाह मन, कभी न होय निराश ॥

श्रम कर श्रम कर बावरे ! श्रमिकों का संसार ।
बिन श्रम रोटी ना मिले, तू चाहे भव-पार ॥

अपनी अपनी मुक्ति की, कुंजी अपने हाथ ।
उद्यम से ताले खुलें, सध जाये परमार्थ ॥

जब जब प्रबल प्रमाद हो, करे घोर प्रतिकार ।
जगत रहे अविचल , तो ही छुटें विकार ॥

चेत चेत कर, चेत कर, मत अचेत हो सोय ।
हो सचेत अमृत चखे, हो अचेत सब खोय ॥

मंगल मैत्री सहित
भाजुरत्न फर्मा
विरगञ्ज

सम्पादक : रोशनी शाक्य, *प्रकाशक :* नेपाल विपश्यना केन्द्र, धर्मश्रृङ्ग, बुढानीलकण्ठ, काठमाडौं । फोन : ३७१६५५, ३७१००७ *फागुन २०५७*
सम्पर्क स्थान : श्री रूप ज्योति, ज्योति भवन, पो. ब. नं. १२८९६, काठमाडौं । फोन : २-२५४९०, २-२३९६८, २-४८९४९, २-५०५८१
मुद्रक : न्यू नेपाल प्रेस, प्रधान कार्यालय फोन : ४३४ ८५०, ४३४ ७५३; शाखा कार्यालय फोन : २५ ९० ३२, २५९४५०, फ्याक्स : (+९७७-१) २५८६७८

जि.प्र.का.द.नं. ३८/५१/५२

साधकको नाम : ....

ठेगाना : ....

....

....

● आजीवन शुल्क रू. ४००/-
● वार्षिक शुल्क रू. २५/-

Downloaded from http://www.dhamma.digital