



قدم اول

بودا

جین ہوپ و بورین وان لون / علی کاشفی پور

بودا

قدم اول

نویسنده: جین هوپ - طراح: بورین وان لون
ترجمه علی کاشفی پور



این کتاب ترجمه‌ای است از:

Buddha

For beginners

Jane Hope and Borin Van Loon

Published in 1994 by Icon Books Ltd.

Hope, Jane

هوپ، جین

بودا: قدم اول / نویسنده جین هوپ؛ طراح بورین وان لون؛ ترجمه علی کاشفی‌پور. - تهران: شیرازه، ۱۳۷۸.

ISBN 964-6578-22-5: ۹۰۰۰ ریال

۱۷۱ ص.: مصور.

Buddha for beginners.

عنوان اصلی:

چاپ دوم: ۱۳۷۹: ۹۰۰۰ ریال.

۱. بودا و بودیسم - عقاید - مقدمات. ۲. فلسفه بودایی - مقدمات.
الف. کاشفی‌پور، علی، مترجم. ب. وان لون، بورین، Van Loon, Borin، تصویرگر.
ج. عنوان.

۲۹۴/۳۴۲

BQ ۴۱۳۲ / ۹ ب ۹

۱۳۷۸

۱۲۳۹۷ - ۷۸ م

کتابخانه ملی ایران



بودا

قدم اول

نویسنده: جین هوپ و بورین وان لون

مترجم: علی کاشفی‌پور

طراح جلد: علی خورشیدپور

حروفچینی و صفحه‌آرایی: مؤسسه جهان کتاب

لینوگرافی: کوثر

چاپ و صحافی: فاروس

چاپ دوم: ۱۳۷۹

تعداد: ۲۲۰۰

حق چاپ و نشر محفوظ است.

تهران، صندوق پستی: ۱۱۳۸ / ۱۹۳۹۵

تلفن: ۲۵۶۰۹۸۳

ISBN 964 - 6578 - 22 - 5 ۹۶۴ - ۶۵۷۸ - ۲۲ - ۵

آموختن راه بودا، شناختن فویش است.
شناختن فویش، فراموش کردن فویش است.
شناختن فویش، روشنایی یافتن به واسطه هر چیزی در جهان است.
فراموش کردن فویش، روشنایی یافتن به واسطه هر چیز، ترک کردن تن و روان است.



بخش اول

مقدمه

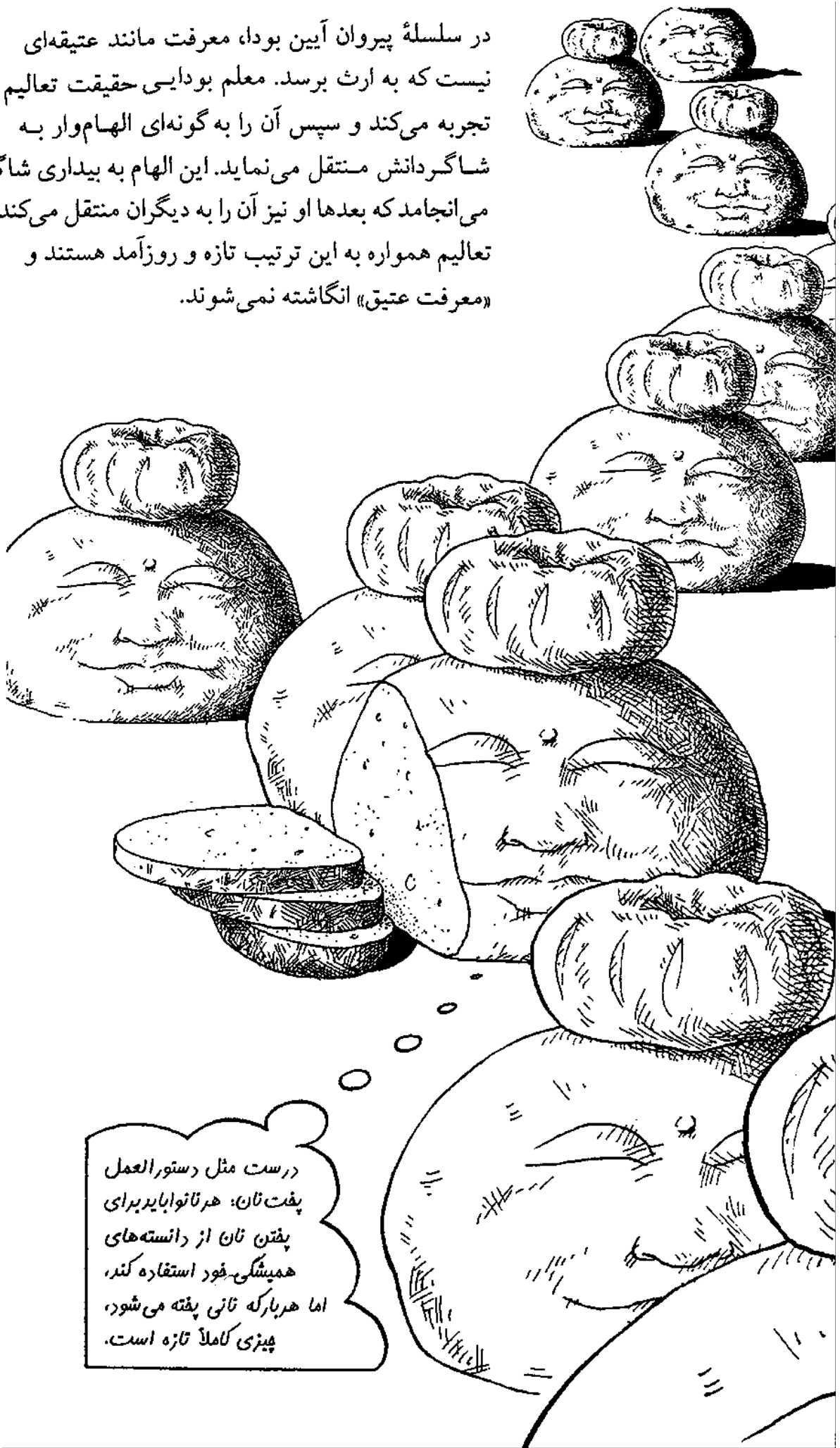
درباره اینکه بودا چه یا که بوده است، اختلاف نظرهای بسیاری وجود دارد. «بودا» از لحاظ لغوی به معنای «به بیداری رسیده» است.



مکتب‌های شرقی بر این باورند که بوداهای بسیاری در گذشته وجود داشته‌اند و بوداهای بسیاری هم در آینده به وجود می‌آیند.

با این همه چهره‌ای تاریخی وجود دارد که نام خانوادگی او سیدارتا گوتاما است و کسی که اکنون به نام بودا شناخته می‌شود، همین شخص است. به او شاکیامونی بودا (فرزانه قبیله شاکیا) نیز گفته می‌شود. زندگی و تعالیم بودای تاریخی نقطه عطفی در معرفت بشری است، اگرچه بودا شخصاً انسانی معمولی بود و هیچ ادعایی درباره ارتباط با منابع غیبی نداشت. اعتقاد به خدای آفریننده هیچ جایی در آیین بودایی ندارد.

در سلسلهٔ پیروان آیین بودا، معرفت مانند عتیقه‌ای نیست که به ارث برسد. معلم بودایی حقیقت تعالیم را تجربه می‌کند و سپس آن را به گونه‌ای الهام‌وار به شاگردانش منتقل می‌نماید. این الهام به بیداری شاگرد می‌انجامد که بعدها او نیز آن را به دیگران منتقل می‌کند. تعالیم همواره به این ترتیب تازه و روزآمد هستند و «معرفت عتیق» انگاشته نمی‌شوند.



درست مثل دستور العمل
پخت نان، هر نانوا باید برای
پختن نان از دانسته‌های
همیشگی خود استفاده کند،
اما هر بار که تانی پخته می‌شود،
پیزی کاملاً تازه است.

آیا بودا یک شخصیت تاریخی بوده است؟

اساس تجربه بودایی متکی بر دریافت‌های شخصی از حقیقت است و نهایتاً اینکه آیا یک بودای تاریخی وجود داشته است یا نه، اصلاً مهم نیست. با این حال سنت‌ها و افسانه‌هایی که زندگی بودا را احاطه کرده‌اند، شکلی تمثیل‌وار دارند. شکل و ماهیت دقیق یک سفر روحانی.

حکایت‌ها و تعالیم بودا تا قرن‌ها پس از مرگ او نوشته نشدند. متون موجود نیز هیچ‌گاه به عنوان «نسخه رسمی» انگاشته نشدند. بودا به پیروانش توصیه می‌کرد هرچه را او می‌گوید شخصاً در بوته آزمایش بگذارند، و نتیجتاً در طول اعصار، پیروان بودا به جای تفسیر آنچه ممکن است مورد نظر متون قدیمی باشد، به دانش خود اعتماد کرده‌اند.





نظریه «تغییر و ناپایداری» که قلب آئین بودایی است، همواره مانع هرگونه کرایش به سوی بنیادگرایی می‌باشد.

زندگی بودا

شاهزاده سیدارتا در حدود سال ۵۶۰ ق. م در قلمروی کوچکی در کوهپایه‌های هیمالیا به دنیا آمد. پدر او فرمانروایی از قبیله شاکیا بود. گفته شده است مادر او، ملکه مایا، چنان بشاش و جذاب بود که حتی خدایان به او غبطه می‌خوردند. او را مایادوی یا «الهه توهم» می‌نامیدند، زیرا او به نحوی باورنکردنی زیبا بود. در شب بسته شدن نطفه بودا، ملکه مایا یک فیل سفید را در خواب دید. این خواب براو آشکار کرد که این کودک، فردی استثنایی خواهد شد.



اندکی پس از به دنیا آمدن سیدارتا، مردی مقدس پیشگویی کرد:

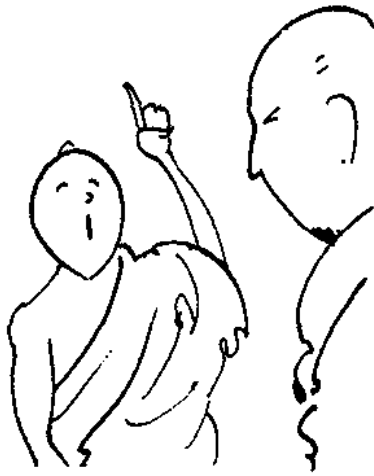
اگر او در قصر بماند، یک فرمانروای پرهسته جوانی خواهد شد، ولی اگر به زندگی مذهبی پای نهد، به روشنایی خواهد رسید و معلمی برای فرایان و انسانها خواهد بود.

این پیشگویی من را مشوش می‌کند... من می‌فواهم پس از مرگ من، سیدارتا بر تفت بنشیند.

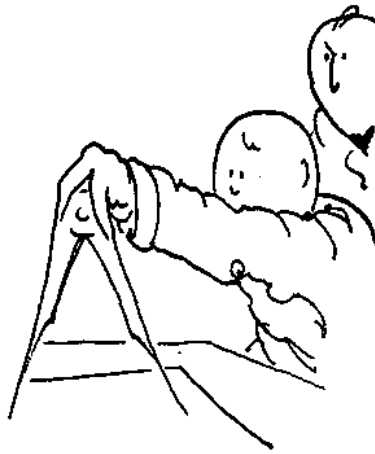


زندگی در قصر

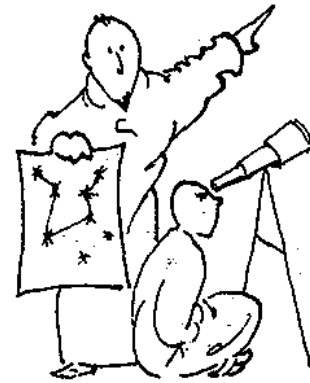
فرمانروا مصمم شد تنها نخستین بخش پیشگویی را محقق کند. بنابراین مراقبت و توجه بی‌دریغی نسبت به پسرش می‌ذول داشت. شاهزاده بزرگ می‌شد و به تدریج هنرها و علوم سنتی را می‌آموخت و بر



و زبان‌های مختلف



ریاضیات



نجوم،

تسلط می‌یافت. همچنین به ورزش‌های سنتی مانند



و سوارکاری



کشتی



تیراندازی،

می‌پرداخت.

مقایق تلخ می‌توانند ذهن پسر را متوجه مذهب کنند، بنابراین هر لذت و نعمتی را که در دنیا متصور است، برایش فراهم خواهم کرد.



برای اینکه او به قصر دلبسته شود، فرمانروا حرمسرائی ساخت و تلاش کرد که لذات مادی محور زندگی او را تشکیل دهند و او هیچگاه از قصر خارج نشود.



به مرور زمان، زنان قصر دربارهٔ دنیای بیرون و اینکه چه اندازه زیباست، با او صحبت کردند. سفری به بیرون از قصر برای شاهزاده ترتیب داده شد، اما قبل از هرچیز فرمانروا دستور داد راه‌ها از وجود افراد پیر، بیمار، دیوانه و یا علیل پاک شوند.



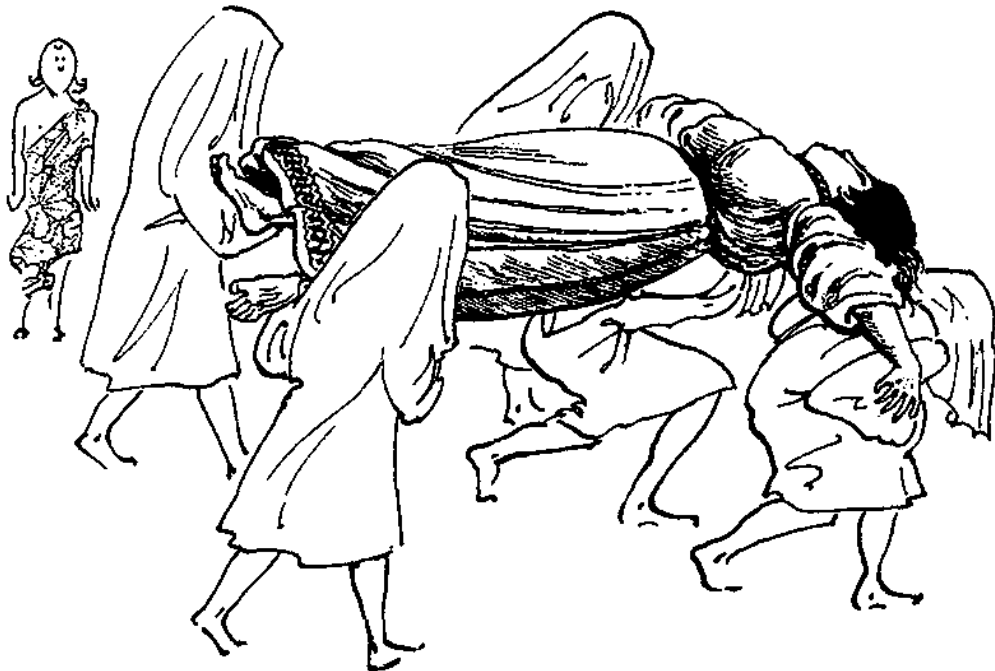
بیرون از قصر

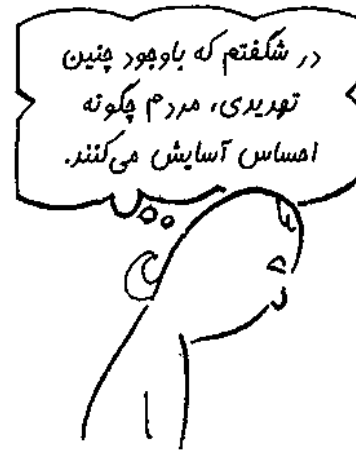
شاهزاده چند بار از قصر بیرون رفت و هر بار چیزی دید که ذهنش را مشوش کرد بار اول پیرمردی گوژپشت و بی دندان دید.

بار دوم مرد بیماری را دید که شکمی متورم داشت و از کثافت و مگس پوشیده شده بود.



در سومین گردش، جسد کسی را دید که در خیابان توسط دوستان و خانواده غمگینش حمل می شد.



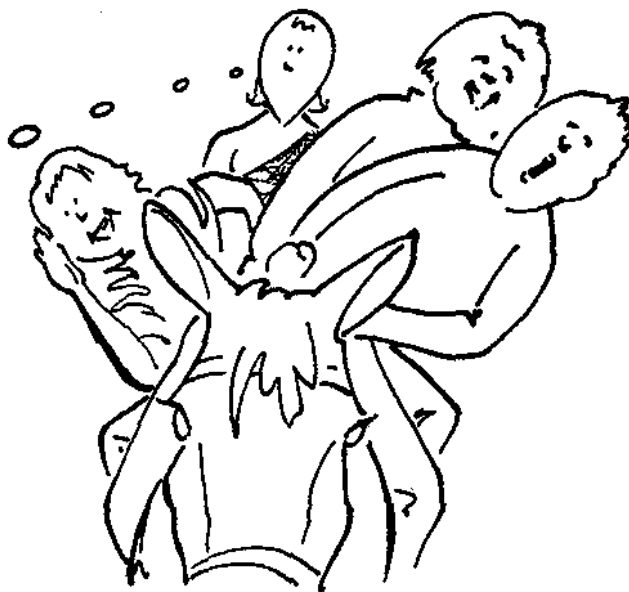


هنگامی که به ناگزیر بودن پیری، بیماری و مرگ فکر کرد، احساس اضطراب، و ترس نمود. او ساکت و درونگرا شده بود.



مردان جوان باهم به حومه زیبای شهر راندند.

من با این گروه احساس
غریبی می‌کنم. هر‌ها نگاه
می‌کنم، رنج می‌بینم.



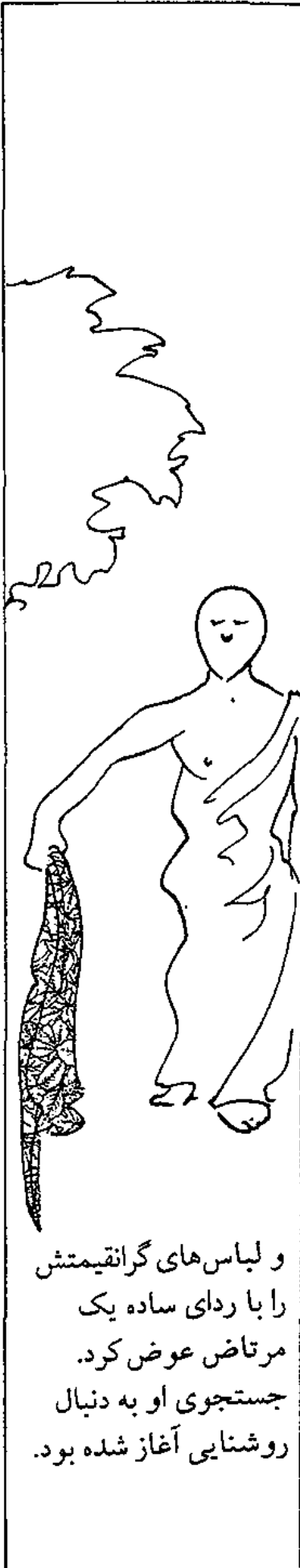
او تمام سرخوشی ناشی از جوانی، نشاط و قدرت را از دست داده بود.

جدا از دوستان خویش، به مکانی خلوت رفت و زیر یک درخت پامادورا نشست. در آنجا به آنچه دیده بود، اندیشید. او مستقیماً با هراس از مرگ روبرو شد و برآن غلبه کرد و نهایتاً رسیدن به آرامش را ممکن دید.





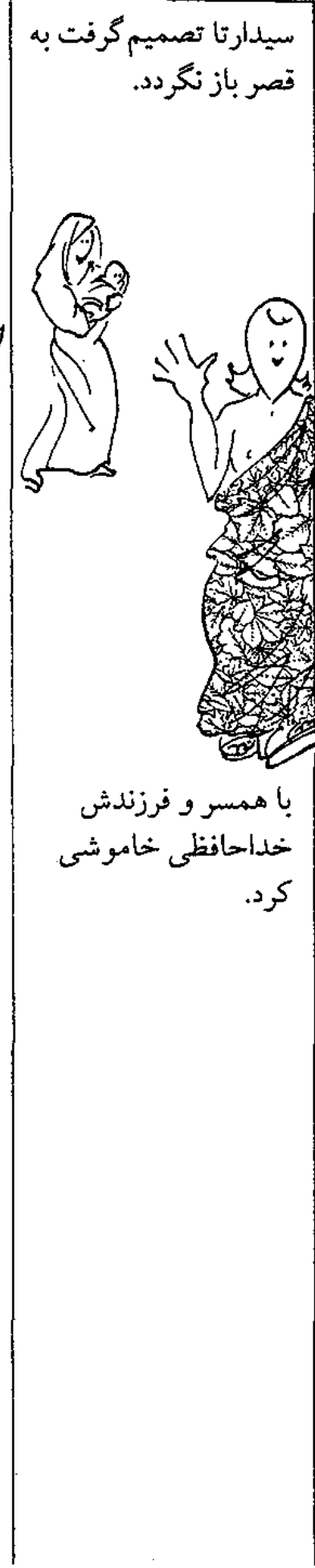
به نظر می‌رسد این گدای بی‌خانه که هیچ مال و
مکنتی ندارد، هسی اصیل از آرامش و وفای با
پیری، بیماری و مرگ دارد.



و لباس های گرانبهایش
را با ردای ساده یک
مرتاض عوض کرد.
جستجوی او به دنبال
روشنایی آغاز شده بود.



و به حاشیه جنگل رفت.
در آنجا موهایش را با
شمشیری قطع کرد.



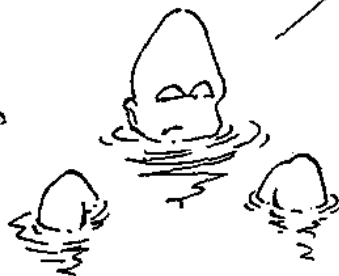
سیدارتا تصمیم گرفت به
قصر باز نگردد.

با همسر و فرزندش
خدا حافظی خاموشی
کرد.

از آن پس شاهزاده روش‌های مختلفی را که میان مرتاضان و جوکیان مرسوم بود، آموخت.

ما معتقدیم که لازم است پرتن مسلط شویم تا ذهن آزاد شود.

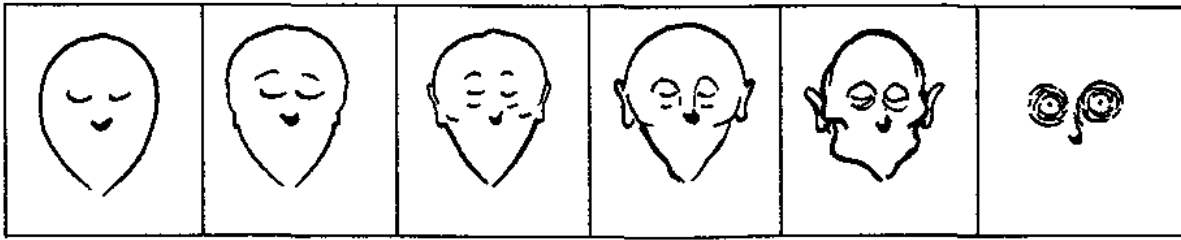
این مرتاضان همان‌گونه به درد پرداخته‌اند که ساکنان قصر به تفریح. آنها با خوردن ریشه، دانه و پوست درختان و آب زنده‌اند. لباس کامل آنها، کهنه‌پاره‌هایی بیش نیست و در فضای باز یا در غار و یا روی درخت می‌خوابند.



آنها

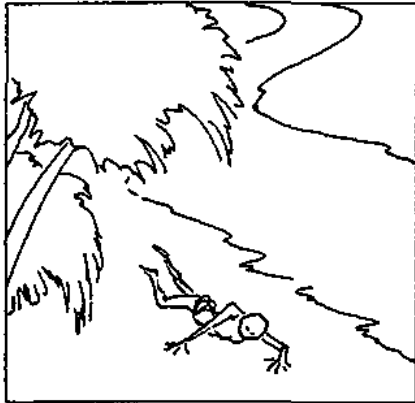
به روش‌های مختلف

به خود سختی می‌دادند، همچنان‌که امروز نیز در هند رایج است: هیچ‌گاه حمام نمی‌کنند، در گل فرو می‌روند و مدت‌ها در یک حالت باقی می‌مانند.



قسم می‌خورم با فلاس کردن خودم از تمام دبستگی‌های
جسمی و روانی، تسلط کامل بر تن و روانم پیدا کنم.

جدیت سیدارتا او را پیش‌تر برد.



او تمام افکارش را سرکوب کرد، نفسش را برای مقاطعی
از زمان قطع نمود و گرسنگی کشید. در پایان ریاضت‌هایش،
پوست و استخوانی بیش نبود. او در ساحل رودخانه از
حال رفت. بچه‌های روستایی فکر کردند او یک شبح
غبارآلود است، اما او به تدریج هوشیاری‌اش را
بازیافت، سپس خود را در رودخانه شست.



یک دختر روستایی برایش
مقداری شیر و برنج آورد و
او آنها را با سپاسگذاری
خورد.





حال که نیرو به بدنم باز می‌گردد، می‌بینم راهی را که دنبال می‌کردم، به هیچ‌جا نرسیده است.

فرد آزاری بیش از حد صرفاً بدنم را فرسوده است.



او دریافتی را که هنگام نشستن زیر درخت پامادورا به آن رسیده بود، به یاد آورد: شادابی، هشیاری و بی‌تشویشی.

سیدارتا محل نشستن راحتی را از علف‌های کوشا زیر درخت بزرگ سایه‌گستری - که به نام درخت بُدی شناخته می‌شود - برای خود فراهم کرد.



قسم می‌خورم اینها را ترک نکنم تا زمانی که معرفتم کامل شود... یا اینکه بمیرم.

او تمام متون مذهبی را خوانده بود و تمام روش‌ها را امتحان کرده بود. حال دیگر چیزی نمانده بود که به آن تکیه کند، هیچ‌کس نبود که به او رو کند، هیچ‌جایی نبود که برود.

موانع

گفته شده است که دنیا از تصمیم سیدار تا برای رسیدن به آزادی به وجد آمد، اما همین موضوع خشم ماره را برانگیخت. ماره علاوه بر اینکه مظهري از مرگ است، نماد تمام موانعی است که فرد را از رسیدن به روشنایی باز می‌دارد.

در اینجا روایت‌های سنتی بسیار هیجان‌انگیز هستند. «ماره» به سپاهیان فرمان داد با نیزه‌هایی مسین، شمشیرهایی آتشین و دیگ‌های روغن جوشان به سیدار تا حمله کنند. آنها سوار به جسد‌هایی در حال پوسیدن و مسلح به قلاب‌ها و تازیانه‌ها و چرخ‌های آتشین بر او تاختند. از موهای بعضی آتش می‌جهید و بعضی، فیل‌های دیوانه را برفراز درختان می‌رانند، زمین می‌لرزید و گوشه گوشه آسمان برق می‌زد. اما هرچیزی که با او تماس پیدا می‌کرد، به بارانی از گل‌های خوشبو و لطیف تبدیل می‌شد.»

هنگامی که سلاح‌های ترس در به هم زدن آرامش او شکست خوردند، ماره دخترانش را



فرستاد تا با استفاده از تمام
 سلاح‌های اغواگر، سیدار تا را
 اغفال کنند. آنها بسیاری از
 الهه‌ها را احضار کردند.
 روایت‌های سنتی در اینجا هم
 به همان اندازه هیجان‌انگیز
 هستند. «بعضی از الهه‌ها تنها
 نیمی از صورتشان را پوشانده
 بودند؛ بعضی خود را به او نشان
 می‌دادند؛ بعضی به او پوزخند
 می‌زدند؛ بعضی با اغواگری کش
 و قوس می‌آمدند و خمیازه
 می‌کشیدند؛ بعضی عامدانه
 خود را آشفته می‌نمودند؛
 بعضی او را به نام می‌خواندند؛
 بعضی به آهستگی در مقابلش
 راه می‌رفتند؛ بعضی کمربندهای
 طلائی‌شان را با انگشت لمس

بیا و دنیا را بپوش و نیروانا و
 راه رهایی را تا هنگام پیری
 فراموش کن.

می‌کردند؛ بعضی خود را مثل
 درخت نخل تکان می‌دادند. و
 همه با او نجوا می‌کردند:
 همانند بارپیش، هوس‌ها هم او
 را تکان ندادند. او دختران
 مسحورکننده و الهه‌های موهوم
 را به صورت پیرزنانی غمگین
 می‌دید.



ماره و دخترانش برای هرکسی که به مراقبه می‌پردازد، آشنا هستند: رو شدن ترس‌های فرو خورده ظلمانی، خاطرات به فراموشی سپرده شده، خیالات شهوانی و در پیشاپیش همه، آرزوی بازگشت به وضعیت عادی.



هتی اگر باین موانع بینگم، آنها قدر تمندتر
فواهند شد. پذیرفتن بی تشویش امیال
و هراس‌های فورم است که باعث
می‌شود آنها قدر نشان را از دست
برهند.

من با آنها تنها مانند هوای
دائماً متغیر اطراف یک کوه
رفتار می‌کنم.

روشنایی بودا

با اصرار بر این روش، ذهن او صاف و آرام شد.

در اولین پاس شب، او تولدهای پیشین خود را به یاد آورد و با شفقت به این موضوع اندیشید که:

آدمیان بارها و بارها کسانی را که دوست می‌دارند، ترک می‌کنند؛ هنگامی که می‌میرند و اهبارا در قالب تولدهای پریر بودن، آرامه می‌دهند، بی‌هیچ توفقی، مانند پرفی در گردش.

این حرکت پیوسته، سه‌سارا
هرفه‌هات، نامیده می‌شود.



در دومین پاس شب، او دریافت که تجربه‌های کنونی مردم ناشی از اعمال گذشته آنهاست.

این قانون گرما نامیده می‌شود. گرما از اعتقاد کاذب به مفهوم «فویشتن» ریشه می‌گیرد که واکنش‌هایی زنجیره‌ای در پی دارد. واکنش‌هایی تلافی برای حفظ آن اساس دروغین از خود و حفظ قدری امنیت. اگرچه امنیت در کار نیست و هیچ کس هیچ مأمنی را نمی‌تواند بیابد. در دنیای سمسارا، هیچ چیز واقعی نیست.

در سومین پاس شب،
سیدارتا دریافت...

مردم از طبیعت حقیقی خود
غافلند و این بی‌فبیری باعث
می‌شود پیای رنج بسیار ببرند.

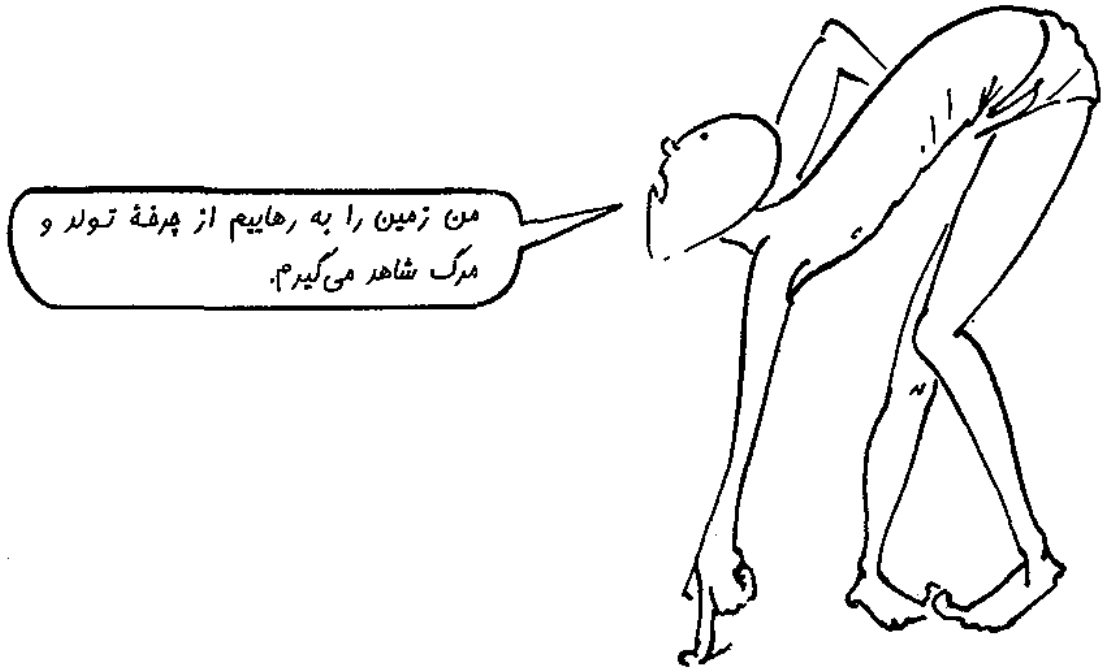




من نیز در پنین پرفه ماشینواری

گرفتارم. بودنی که من به آن باور داشتم، سافتاری خیالین بود. من یک اسم، یک تاریفه شفصی، انبوهی فاطرات، اقلار و رؤیا دارم؛ اما هنگامی که دقیق نگاه می‌کنم، آنها کاملاً موهوم هستند. آنچه من به دنبال آن بوده‌ام، هرگز مفقود نشده بود، نه برای من و نه برای هیچ‌کس دیگر. هیچ چیز برای رسیدن و بالطبع هیچ تلاشی برای رسیدن به آن وجود ندارد. تصاویر ذهنی من از اساس پاک شده‌اند، مانند قطره بارانی که به وسعت اقیانوس می‌پیوندد، یا شبیه ابری که در آسمان ناپدید می‌شود؛ از جایی برمی‌فیزد و در جایی محو می‌گردد.

هنگامی که سیدارتا به این باور رسید، زمین را لمس کرد:



گفته شده است که در این هنگام زمین مانند زنی مست از شراب به حرکت در آمد و از آسمان بارانی از گل بر او بارید.



بودا

صبح، وقتی سیدارتا
به اطراف نگاه کرد،
با چشمان جدیدی
می دید:

همه چیز به نحو
فوق العاده ای شفاف
است. من تمام
چشم انداز مقابلم
را می بینم.
دست هایم و
پاهایم و
انگشتانم را
می بینم و بوی
گل ناب رودخانه
را استشمام می کنم. از زنده
بودنم به شدت در تعجبم.
شگفتا این روشنایی،
طبیعت همه آرمیان است،
حال آنکه مردم از فقدان
آن رنج می برند.

چنین بود که سیدارتا گوتاما، شش سال پس از ترک قصر، بودا شد:
«کسی که بیدار شد»، که به شاکیا مونی (فرزانه قبیله شاکیا) شناخته می شود.

برای مدتی همچنان زیر درخت بُدی نشست تا از حس آزادی‌اش لذت ببرد. به تعلیم دادن اندیشید، اما احساس کرد هیچ‌کس نمی‌خواهد دربارهٔ حقیقت آنچه او تجربه کرده است، چیزی بشنود.

از یک طرف او دنیایی را می‌دید که در جستجوی امنیت پایدار، گم شده بود و در طرف دیگر، ظرافت چیزی را می‌دید که باید آن را تعلیم می‌داد. در هر حال، پیش از جستجویش سوگند خورده بود که اگر روزی توان این کار را به دست آورد، برای برچیدن بساط رنج در دنیا بکوشد.

آیا مردم هیچ‌گاه به آموختن چیزی که پندار و بود داشتنشان را از ریشه سست می‌کند، مشتاق خواهند بود؟

بعضی از مردم نسبت به دیگران تعلقات کمتری دارند، پس باید با آنها دربارهٔ آنچه تجربه کرده‌ام، صحبت کنم.



آنچه بودا تعلیم داد

اگرچه هرگز نمی‌توانیم دربارهٔ صحت آنچه به عنوان کلمات بودا به ما رسیده است، کاملاً مطمئن باشیم، اما روشن است که پیامی اساسی وجود دارد که میان تمام مکاتب بودایی مشترک است. اساس تعلیم اولیهٔ بودا در خطابه‌ای آمده است که او در چمنزار گوزن در منطقهٔ سارنات هند شمالی برای اولین شاگردانش ایراد کرد. این خطابه اکنون گفتار دربارهٔ چهار حقیقت عالی نامیده می‌شود.



حقیقت عالی رنج



اولین چهار حقیقت عالی، حقیقت رنج است.

رنج ترجمه‌ای تقریبی از کلمه پالی دوگا است. دوگا بر ناپایداری، نقص و ناخشنودی دلالت می‌کند. بودا تعالیم را نه با صحبت درباره‌ی روشنائی خودش و نه درباره‌ی سعادت، گشایش و یا روشنی، بلکه با صحبت از حقیقت رنج آغاز کرد. بسیاری از مردم به دلیل تاکید بودا بر رنج، تعالیم او را بدبینانه می‌دانند. شمایل‌های بودا همیشه ظاهری با طراوت و آرام را نشان می‌دهند، و معمولاً دیده می‌شود اساتید آیین بودائی می‌توانند جدیت هدفمند خود را با احساس سرخوشی و شادی واقعی همراه کنند. در این مورد، دالایی لاما مثال خوبی است.

آیا این شادی ادامه خواهد داشت؟



چگونه می‌توانم این شادی را حفظ کنم؟



و بسیاری از غربی‌ها

می‌پرسند:

آیا حق دارم

فوشمال باشم؟



من واقعیت فوشمالی را انکار نمی‌کنم، تنها هشدار می‌دهم که حتی وقتی فوشمال هستیم، دغدغه‌ای ذاتی فوشمالی ما را فرا گرفته است.

به منزله‌ی انسان، همگی از دغدغه‌ای ذاتی که در تمام فعالیت‌های ما رخنه می‌کند و آرامش و شادی پایدار را ناممکن می‌سازد، رنج می‌بریم.

زندگی پین
هرزه‌ای ست
(سپس فواهی
مرد)



ما زندگی می‌کنیم، بی‌اندیشه از سیر طبیعی حیات. ما همه زاییده شده‌ایم، اما درد و وحشت ناشی از این انتقال را فراموش کرده‌ایم و به یاد نمی‌آوریم که ناگهان از محیطی امن و محصور به فضایی ناآشنا و جدید پرتاب شدیم. ما از بیماری آزاده می‌شویم، گویا شدیداً به ما خیانت شده است و بدن‌های مان، دشمنان ما شده‌اند. به نظر پیری چیز است که برای دیگران اتفاق می‌افتد و مرگ شایعه‌ایست که شاید حقیقت داشته باشد و شاید حقیقت نداشته باشد.



ما معمولاً اهدافی برای خود خلق و به سوی آنها حرکت می‌کنیم. ما امیدواریم به اوج امنیت پایدار دست پیدا کنیم و همین امید ما را پیوسته دلمشغول می‌دارد. ما دائماً در حال شنا به سمت جایی هستیم که خیال می‌کنیم ساحل است، چیزی که خیال می‌کنیم پاسخ مشکل ماست: خواه یک رابطه عاشقانه جدید، خواه درمان یک بیماری، خواه راهی برای جوان ماندن و خواه رسیدن به ثواب ملکوتی.

درکل، آنچه فکر می‌کنیم جواب ما خواهد بود، خود به عامل افزایش رنج بدل می‌شود؛ پس دوباره به دنبال راه حل می‌گردیم - این چرخه بی‌پایان است.



معادل سانسکریت این زنجیره چرخشی سَمسارا است. تا وقتی که در غفلت زندگی می‌کنیم، وجود، سمسارایی بی‌پایان است.

رنج از هیبت اولیه آغاز می‌شود. با حرکت این هیبت فطری که از ندانستن
اینکه که یا چه هستیم ناشی می‌شود، ما درک فویش را بر پایه‌ی تصویری از خود
به منزله‌ی یک کلیت مستمر بنا می‌کنیم.



این کلیت مستمر، «خویشتن» نامیده می‌شود. وقتی به این معنای خود نگاه می‌کنیم،
می‌بینیم هیچ چیز ملموس، حقیقی و یا بسیطی وجود ندارد که بتوانیم آن را «من» بنامیم. این
دریافت به ناامنی دائم می‌انجامد. عدم درک حقیقت ناپایداری و بی‌خویشتنی موجب
می‌شود که ما به خاطر ندانستن اینکه که هستیم، رنج ببریم. هرچه بیشتر به اعتقاد به حقیقت
خود متکی باشیم، درد و غربت بیشتری حس می‌کنیم.

حقیقت عالی پایان رنج

تمام انسان‌ها بارقه‌هایی از روشنائی را تجربه کرده‌اند.



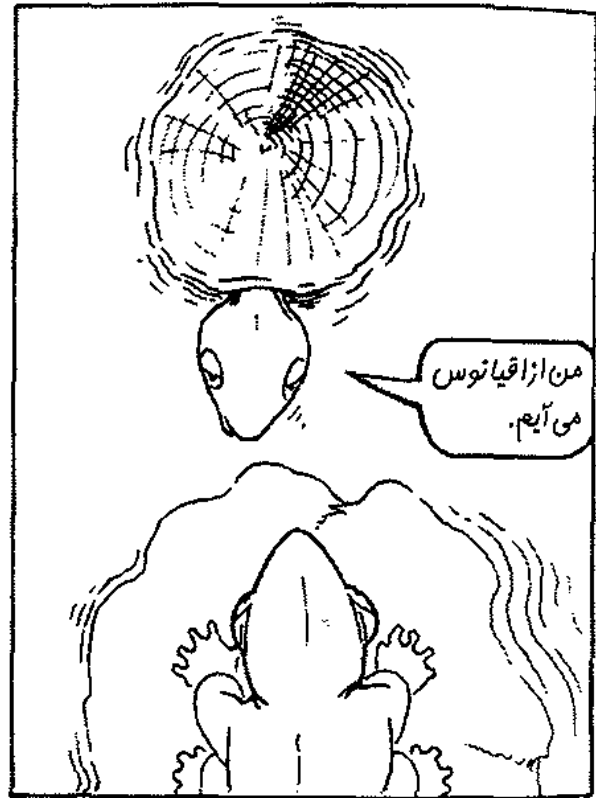
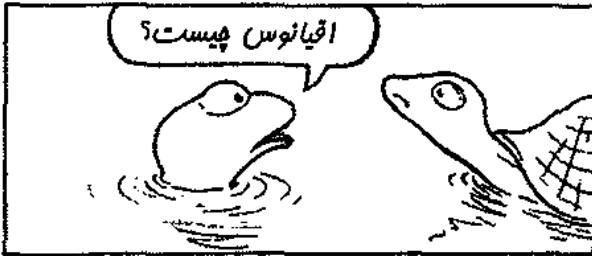
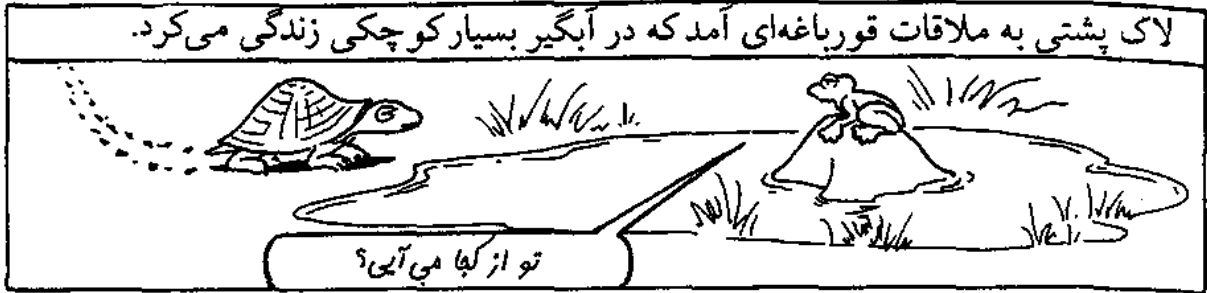
لحظاتی که «من» خودپسند مانع نیست، لحظات کاملاً مستقلى که در آنها ذهن اسیر خاطرات گذشته و یا رؤیاهای آینده نیست و کاملاً معطوف به زمان حال است – چنین لحظاتی هر زمان ممکن است اتفاق بیافتند. این بارقه‌های بودن در زمان حال، درخشان هستند و با ذهن معمولی و کشمکش‌هایش آشکارا در تضادند.

پایان رنج، روشنائی است: نیروانا.

تمام تعالیم بودا وسیله‌ایست برای اینکه روشنائی را خودمان تجربه کنیم، نه به عنوان تمرینی نظری، بلکه چونان تجربه‌ای مستقیم.

روشنائی شرح‌داری نیست، تنها تجربه‌کردنی است.

داستانی هست که برای نمایش همین نکته مورد استفاده قرار می‌گیرد...

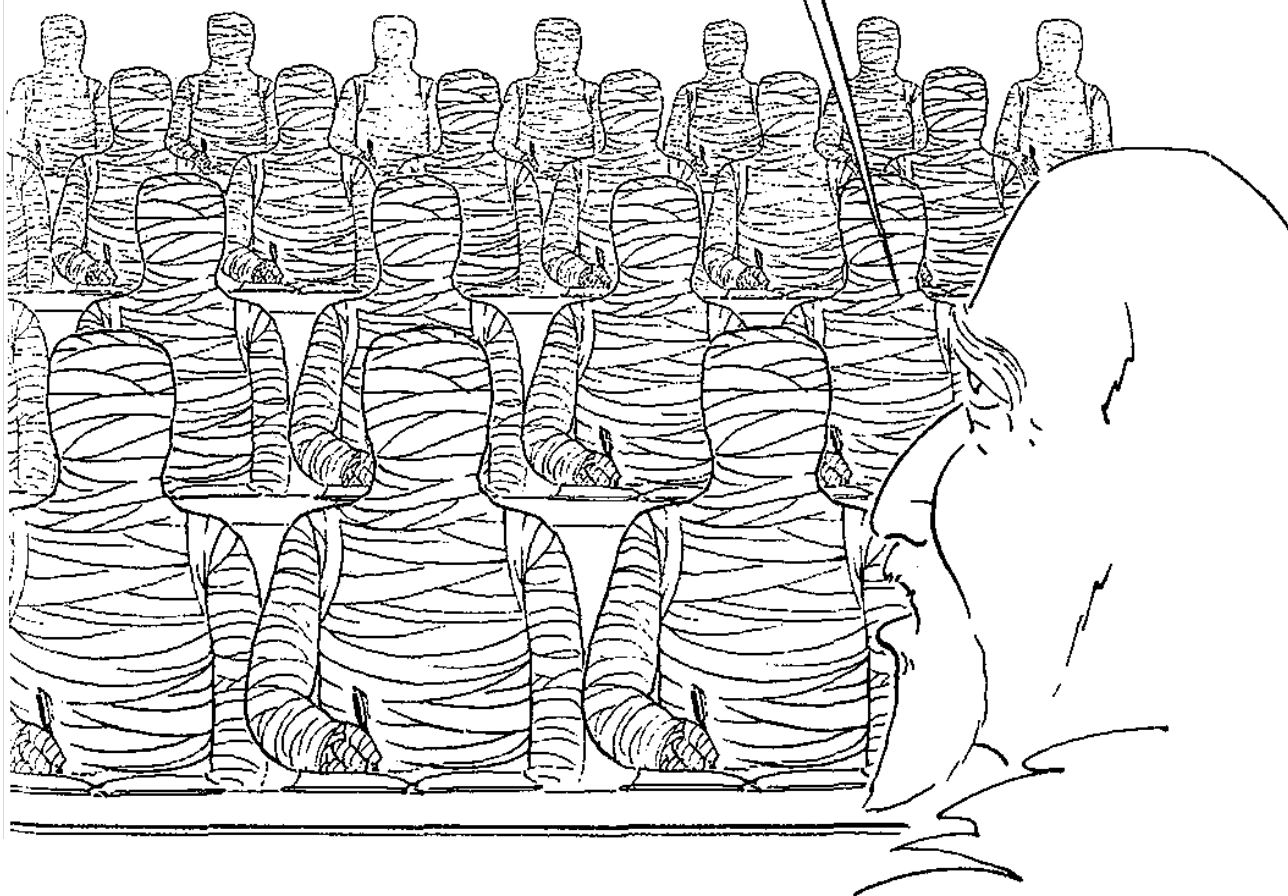


در نهایت لاک پشت باید قورباغه را به اقیانوس ببرد و قورباغه از وسعت آن مبهوت شود.



معلم انواع روش‌ها را به کار می‌گیرد تا به شاگردش، وسعت ذهن روشنائی یافته و پوچی ماندن در یک پرکه کوچک را نشان بدهد. معلمی شاگردانش را به مومیائی‌های مصری تشبیه کرد که نواریچ مانند را به آزادی ترجیح می‌دهند.

زندگی بدون پیپیره شدن در علائق خودخواهانه ناممکن نیست، اما بازگردن نواریچی‌ها تنها به دست خود شاگرد میسر است.



روشنائی احساس کامل آزادیست که با رهایی از مفهوم فردی «خود» به وجود می‌آید. برای به دست آوردن اعتماد به اینکه چنین آزادی‌ای ممکن است، راهی دراز باید رفت. بارقه‌های ذهنی که به روشنائی می‌رسند، انگیزه‌ای برای جستجوی راه خروج از حیرت ایجاد می‌کنند. بودا درباره‌ی راهی سخن گفت که مردم عادی نیز می‌توانند با پیمودن آن، آزادی خود را بیابند.

حقیقت عالی راه پایان دادن به رنج

بوداراهی را معرفی کرد به توقف تقلا و رسیدن به روشنایی می انجامد.

من چیزی را تضمین نمی‌کنم و به شما یادآوری می‌کنم که هیچ نجات دهنده
بیرونی ای وجود ندارد. شما برای انجام آنچه من کرده‌ام باید به خودتان تکیه کنید.

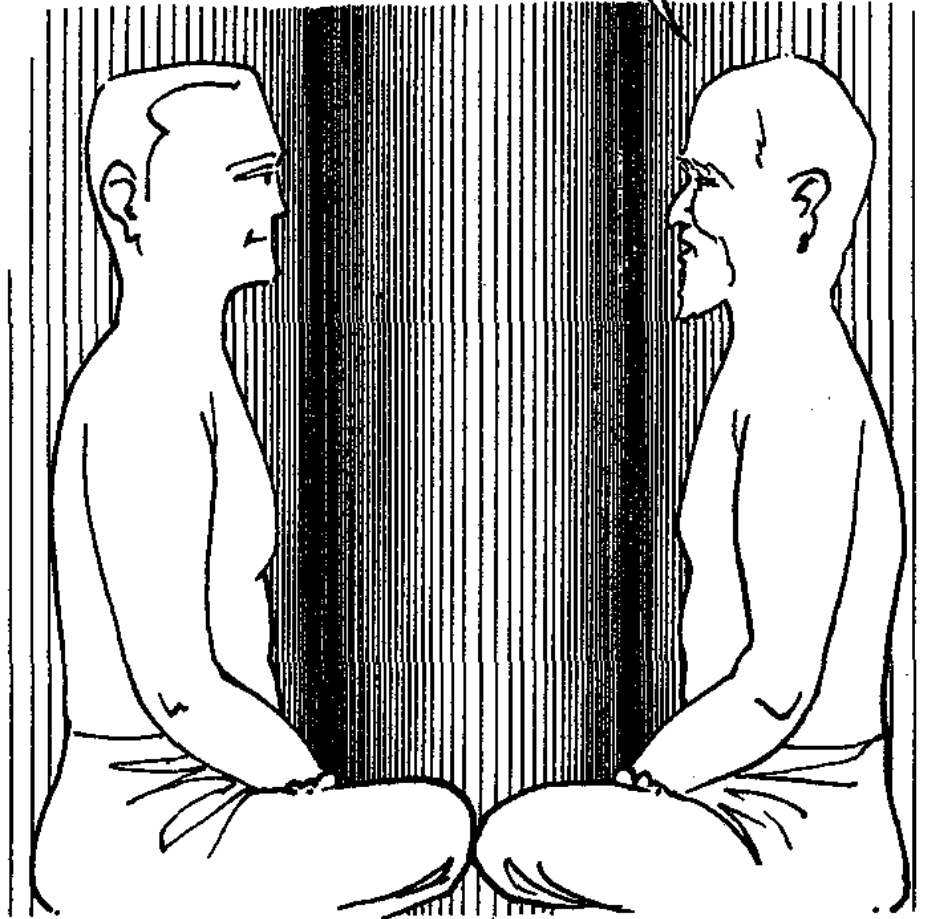


از آنجا که جوهره
تعالیم بودا در مراقبه
است، پیمودن راه به معنی
تعهد قلبی به رعایت
انضباط است.

مراقبه

مراقبه اساس اعمال آيين بودائي است. مراقبه ۲۵۰۰ سال پيش توسط بودا آموخته شد و از آن هنگام، اساس اين آئين بوده است. مراقبه بر سنتي شفاهي بنا شده است. از زمان بودا، اين سلوك از فردي به فرد ديگر منتقل شده است. به اين ترتيب، اين سنت، زنده مانده است.

مهم است به ياد داشته باشي كه اگر مي خواهي آئين را بشناسي، به آموزشي بي واسطه نياز مندي.



در مراقبه، مي آموزيم از افكار و خيالاتي فراتر برويم كه مانع تجربه شهودي مستقيم اين امر مي شوند كه بدانيم كه يا چه هستيم. فعاليت دائم ذهني ما مسئول ايجاد توهم موجوديت مستقل است. اين فعاليت ما را فرسوده مي كند.



در مراقبه می آموزیم
که آرام باشیم.

بیشتر ما همواره مشغول کاری هستیم، و اگر
مشغولیتی هم نداشته باشیم، به صحبت با
خودمان می پردازیم.

ما دلمشغول گذشته‌ای هستیم که قبلاً اتفاق افتاده است، و دل‌نگران
آینده‌ای هستیم که هنوز وجود ندارد. ما نگرانیم که چه اتفاقی خواهد افتاد و درباره چیزهای
مختلفی فکر می‌کنیم که ما را مضطرب، دلسرد، احساساتی، عصبانی، رنجیده و هراسان
می‌کنند. هنگامی که بسیار چنین دلمشغول می‌شویم، آگاهی‌مان از زمان حال منحرف
می‌شود، به نحوی که به سختی متوجه زوال آن می‌شویم. بدون چشیدن می‌خوریم، بدون
دیدن نگاه می‌کنیم و حتی بدون اینکه متوجه باشیم چه چیزی واقعی است، زندگی می‌کنیم.

مراقبه به تمرکز کامل یا خلاصی از افکار یا سعی به آرام
 بودن نمی پردازد. این سلوک تنها فضایی ایجاد می کند
 که بتوانیم به راحتی با بدن مان، تنفس مان و محیط مان
 ارتباط برقرار کنیم. افکار به سادگی در فضای بزرگتری
 رخ می دهند. در آن موقعیت ساده، ما توجه مان
 را دوباره و دوباره از خیال به واقعیت ساده بودن
 در لحظه حال باز می گردانیم.



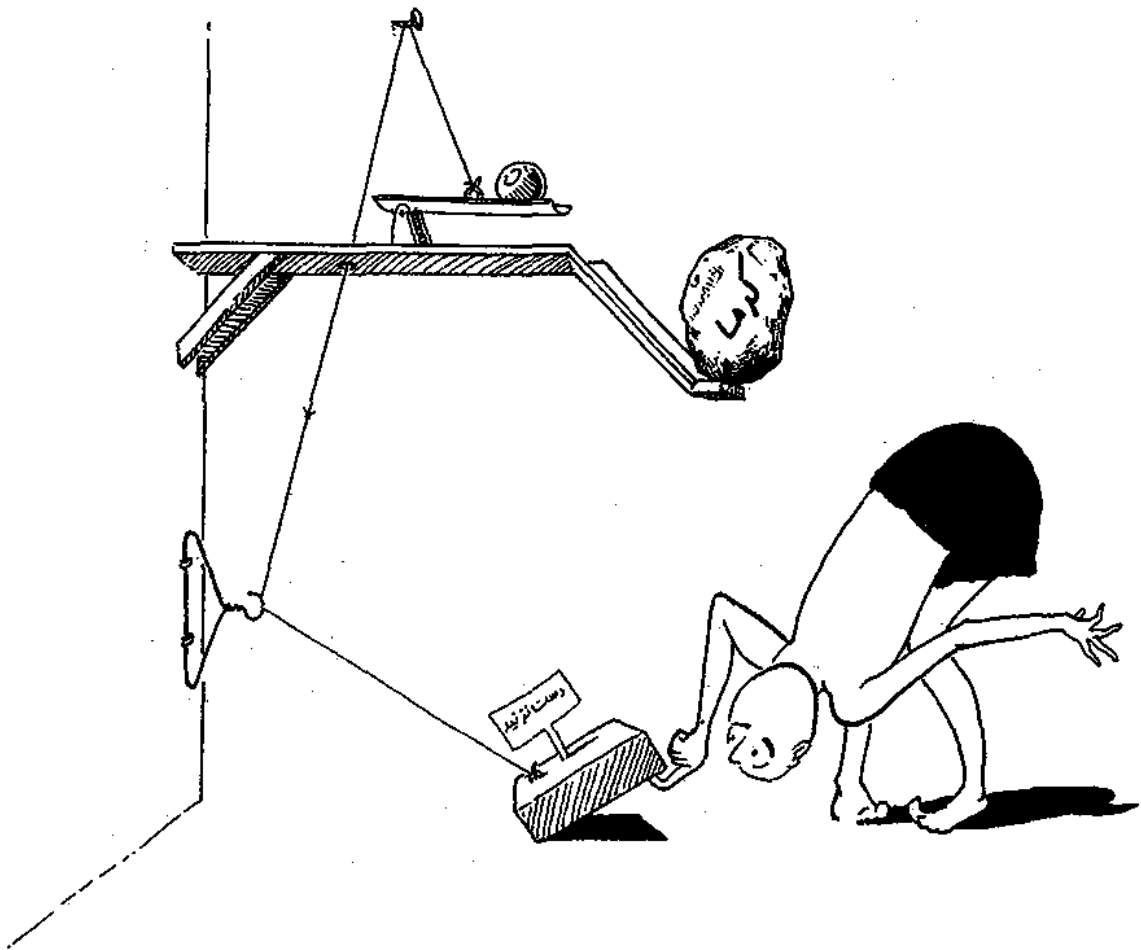
توانایی زندگی در لحظه حال به پای زندگی در خیال، به ما اجازه می دهد شادی را در هر لحظه تجربه کنیم.
 رانج افکار و تشویش ها و راهی از تعقیب توسط هوا طیف و اساس
 این عمل اساس
 از گمراهی به امکان می آورد. اساس و اساس
 تجربه کنیم.

انتقادی به مراقبه وارد می شود دالّ بر اینکه این عمل به
 سلامت درونی آسیب می رساند. این انتقاد در عمل
 وارد نیست چرا که مراقبه انرژی ای را که ممکن
 است در وضعیت تشویش گرفتار مانده باشد،
 آزاد می کند.

کرما

کرما عقیده‌ای شرقی است که غرب را مجذوب خود کرده است، اما معمولاً به غلط به سرنوشت یا تقدیر تعبیر شده است.

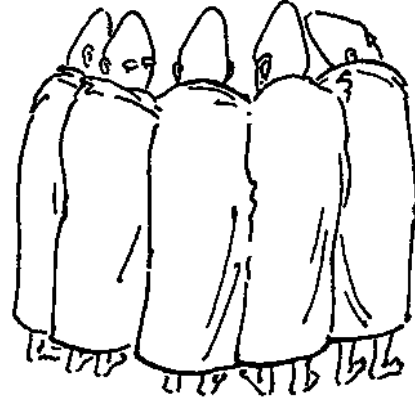
کرما از لحاظ لغوی به معنای «کردار» است - این همان قانون عمل و عکس‌العمل است. کرما هم شامل نیروی بالقوه‌ایست که در عمل پنهان است و هم شامل نتایجی که اعمال به بار می‌آورند. هر عملی، هرچند کوچک، عاقبتی خواهد داشت. بنابراین برای یک بودائی، هر عمل، هر فکر و هر کلمه‌ای مهم است و نتیجه‌ای در پی دارد.



موقعیت فعلی ما به اعمال گذشته بستگی دارد و موقعیت آینده ما به اعمال امروز وابسته است. گذشته از سطح فردی، ملت‌ها نیز به کرمای خود دچارند که موقعیت‌های فردی را نیز تغییر می‌دهند. با درک روشن اینکه خودخواهی ما چگونه دیگران را آزار می‌دهد، می‌توانیم شخصاً در کاهش رنج‌های محیط اطراف‌مان نقش داشته باشیم.

زندگی بودا

اولین پیروان بودا پنج مرتاض بودند که او قبلاً با آنها حشر و نشر داشت. وقتی آنها او را اولین بار بعد از روشنایی اش در چمنزار گوزن دیدند، قصد داشتند از او دوری کنند چرا که بودا طریقت روزه‌داری و مشقت را ترک کرده بود.



با این حال چیزی بسیار درخشان در بودا وجود داشت که مرتاضان را در پیش پای او نشانده تانخستین تعالیم را بشنوند، و به این ترتیب، آنها مجذوب شدند و هسته یک انجمن را تشکیل دادند: یک سنگا شامل مردانی که راهی را که بودا تشریح کرده بود، دنبال می‌کردند.

(زنان بعداً اجازه پیوستن به آنرا یافتند.) این راهبان به سادگی می‌زیستند و فقط آنچه را اساساً برای زنده بودن لازم بود، به همراه داشتند: یک ردا، یک کاسه، یک سوزن، یک صافی آب و یک تیغ آنها در حالی که در منطقه هند شمالی مسافرت می‌نمودند، به مراقبه می‌پرداختند و برای تهیه غذای شان، گدایی می‌کردند.



طی ۴۹ سال بعد، بودا به روستاهای هند رفت، در حالی که به زبان محلی سخن می‌گفت و در مکالمات خود از موضوعات زندگی روزمره که راحت‌تر درک می‌شدند، استفاده می‌کرد.



او به یک روستایی یاد داد که در حال نخ ریزی، به مراقبه بپردازد.

و هنگامی که مادری آشفته، ملتمسانه از او خواست فرزند مرده‌ای را که در آغوش داشت، شفا دهد، معجزه‌ای نشان نداد:



زن دانه‌ای نیاورد، اما با این فهم که مرگ فراگیر است بازگشت و به جمع پیروان پیوست.

در طول موسم بارندگی، وقتی سفر کردن سخت بود، بودا و پیروانش به مراقبه می پرداختند. اولین اقامتگاه‌های شان، پناهگاه‌هایی بیش نبود، اما به تدریج، هنگامی که حکام و حامیان ثروتمند، باغ‌ها و بوستان‌هایی را به عنوان اقامتگاه به آنها هدیه کردند، پایگاه‌های دائمی تأسیس شد.



من این هدایا را می‌پذیرم، اما چونان راهبی سرگردان
زندگی را ادامه می‌دهم، برای غذایم گدایی
می‌کنم و روزهایم را به مراقبه می‌گذرانم.

اما بودا علاوه بر مراقبه، هر روز عصر، بعد از صرف غذای ظهر، تعلیم می‌داد و به سؤال‌های کسانی که برای شنیدن آمده بودند، پاسخ می‌گفت.

مرگ بودا

هنگامی که حدوداً ۸۰ ساله شد، احساس کرد مرگ فرار رسیده است، پس پیروانش را در کوشی ناگارا گردآورد.

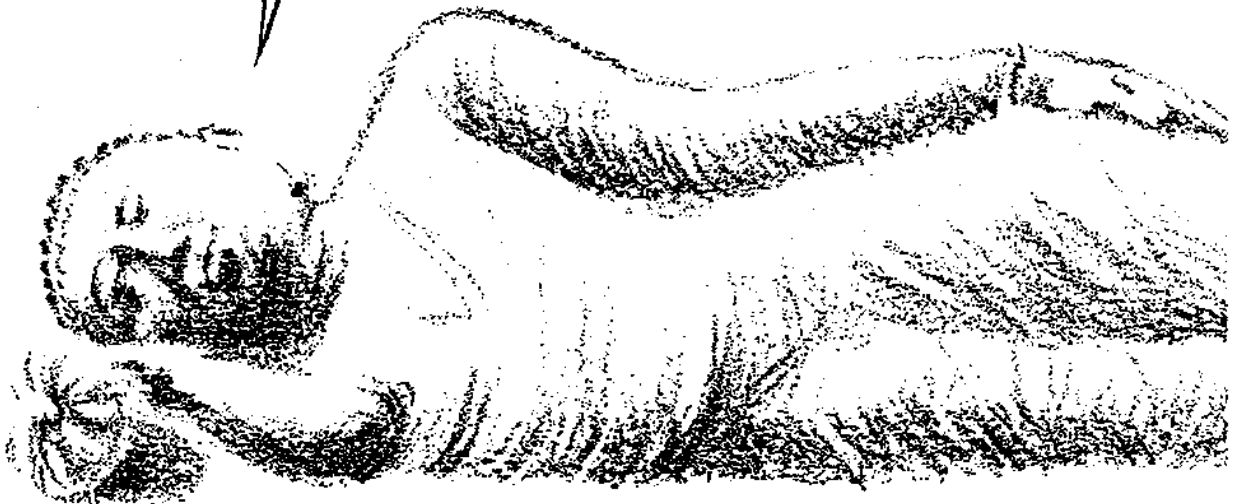


نشیمنگاهی برای من زیر
درختان بسازید.



او برطرف
راستش دراز کشید،
در حالیکه سرش به روی
دستش بود. گفته شده است که
در این لحظه، هیچ صدائی از پرندگان
شنیده نمی شد، بادهای از وزیدن باز
ایستادند و درختان گل های پژمرده شان
را به سان قطرات اشک فروریختند.

به شما یادآوری می کنم که همه چیز ناپایدار است. به شما نصیحت می کنم به خود پناه ببرید،
و به درما، به تعالیم... آیا سؤالی ندارید؟



هیچ سؤالی نبود.

هرچیز که متولد می شود، در معرض زوال است. چون هیچ نجات دهنده بیرونی ای وجود ندارد، تلاش
برای رسیدن به آزادی شما به خود شما بستگی دارد... اینها آفرین کلمات من هستند.

گفته شده است که وقتی بودا مرد، زمین چون کشتی‌ای که در زیر ضربات طوفان است، لرزید و از آسمان شراره‌های آتش فرو افتاد. صاعقه‌هایی هولناک به زمین خوردند و بادهایی شدید آسمان را در هم کوفتند. نور ماه نقصان یافت و به جای آسمان صاف، ظلماتی مرموز همه جا را فراگرفت. رودها، غمگانه، از آب‌های خروشان لبریز شدند. گل‌های زیبا، با آنکه فصل رویدن نبود، شکفتند و جایگاه بودا را پوشاندند، درختان بر روی او خم شدند و او را گلباران کردند.

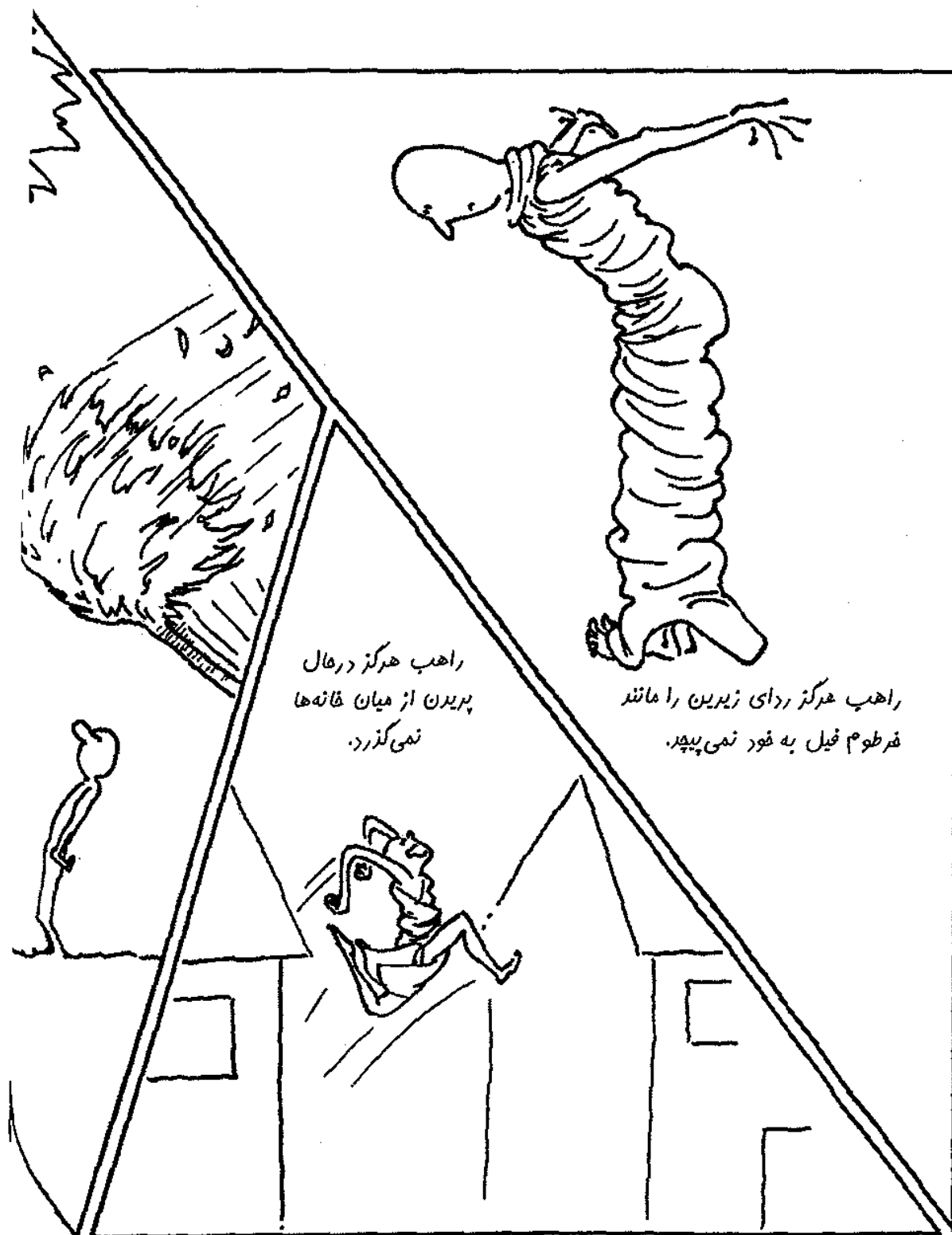


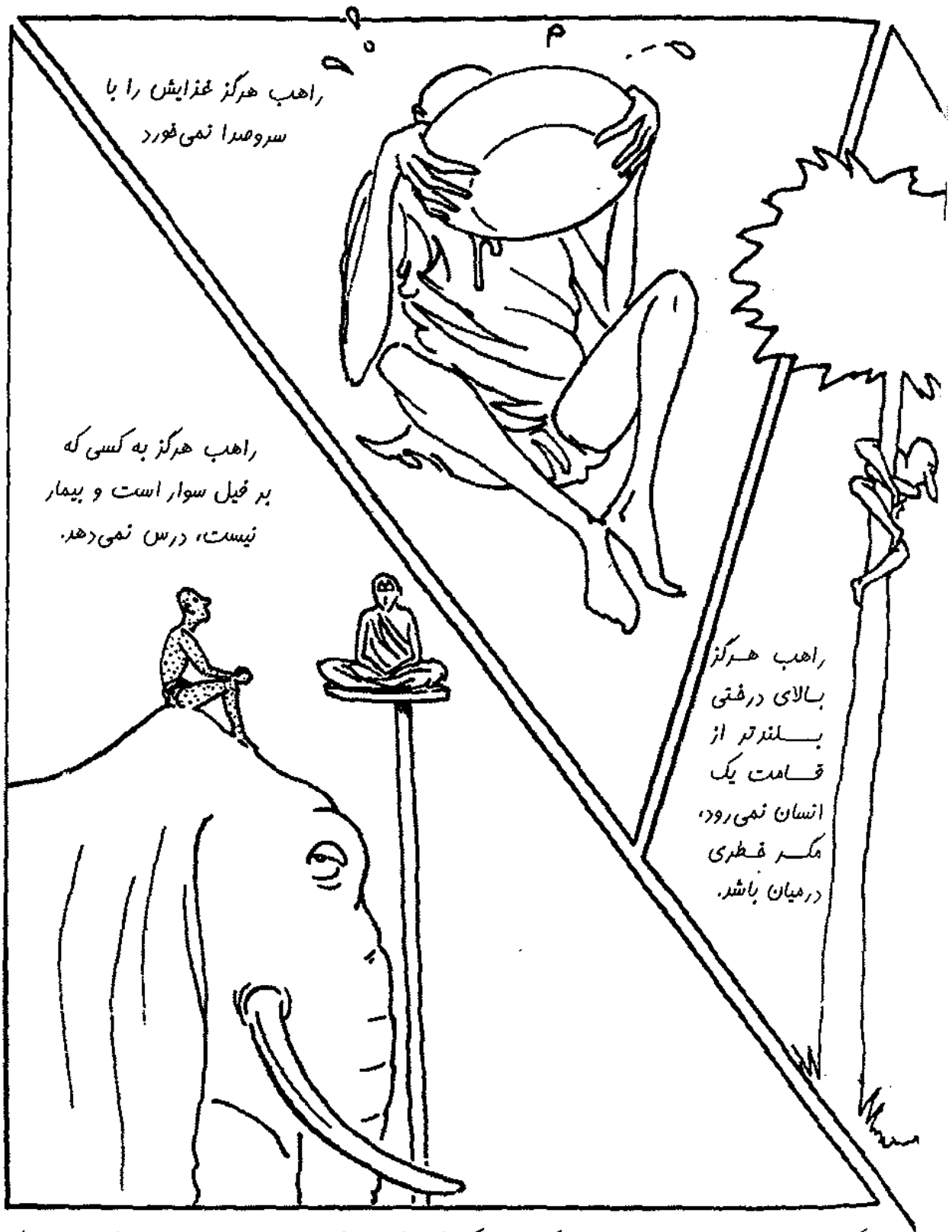
سرگذشت اولین بودائیان

در اولین فصل بارانی بعد از مرگ بودا، راهب‌ها و راهبه‌ها در غاری کوهستانی گردآمدند و اولین شورا را برگزار کردند. بسیاری از پیروان نزدیک که آنچه را بودا به آنها آموخته بود، به یاد سپرده بودند، تعالیم را برای تمام جمعیت تکرار کردند تا همدلی جمعیت تضمین شود.



این گروه‌ها در طول حیات بودا شروع به شکل گرفتن کرده بودند. در ابتدا هیچ شریعتی وجود نداشت، اما به تدریج قوانین معینی تثبیت شدند. این قواعد از پاسخ‌هایی که بودا به پرسش‌های مربوط به مسائل خاص رفتاری داده بود، پدید آمدند. پاسخ‌های خودانگیخته به قواعدی سخت و تغییرناپذیر بدل شدند. اینک برخی از قواعد نامفهوم:





راهب هرگز نخزایش را با
سروصدرا نمی خورد

راهب هرگز به کسی که
بر فیل سوار است و بیمار
نیست، درس نمی دهد.

راهب هرگز
بالای درختی
بلندتر از
قامت یک
انسان نمی رود،
مگر قطری
در میان باشد.

گروه‌های اولیه در حفظ سرزندگی و انگیزه اولیه‌ای که در زمان حیات بودا وجود داشت، موفق بودند. قواعد راهبانه مهم‌ترین خصیصه نبود، و در اسناد ثبت شده است که بسیاری از راهب‌ها و راهبه‌ها به آزادی رسیدند.

دومین شورای جماعت بودایی، که حدوداً صدسال پس از مرگ بودا برگزار شد، مبدأ اولین دو دستگی بود.

قبل از مرگ، از بودا پرسیده شد:

این چه انتظاری است که جماعت از من دارد؟ هرگز آرزو نداشته باشم چنین انتظاری را به تعالیم من مرتبط کنید. من هیچ آموزشی ندارم. من به پایان زندگی رسیدم. بعد از مرگ من، هر کدام از شما باید برای رهایی خودشان تلاش کنند.

آیا جماعت را راهنمایی نموده، پانثینی انتقاب می‌کنید؟



به نظر می‌رسد دومین شورا به کشمکش انجامید:

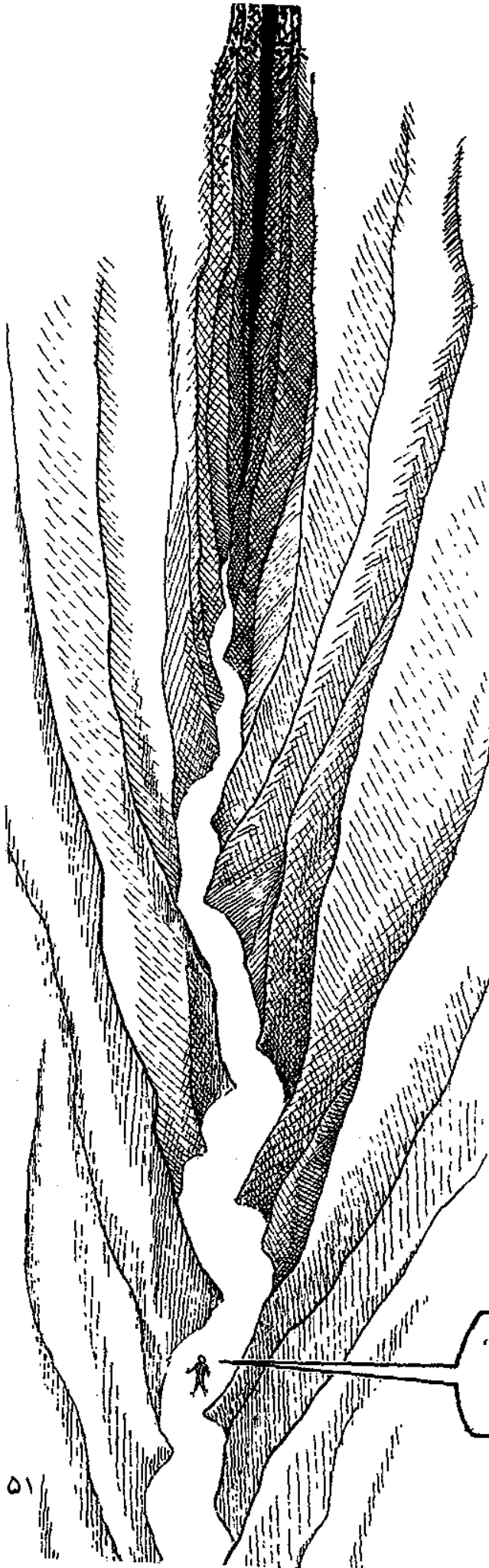
اما برای مواجهه با موقعیت‌های تازه، باید تغییراتی داده شود.

ما می‌فواهیم به طریقت بی‌نقص سنت تثبیت شده موجود و فادار بمانیم.


تفاوت آرا همچنین به گسترش جنبش غیرزاهدانه نیرومندی در آئین بودائی انجامید که بزرگان رهبانیت را که سنگای اولیه تحت سلطه آنان بود، مضطرب ساخت. این جنبش در تکامل مکتب مه‌ایانا یا «ارابه بزرگتر» که به روی همگان باز بود، مؤثر بودند. عناصر محافظه کارتر تا به امروز تحت عنوان مکتب تراواده‌ای بزرگان، در جنوب شرقی آسیا باقی مانده‌اند.

سه یانا

هیچ کدام از
گفتارها در زمان
حیات بودا نوشته نشدند.
با این وجود، طبق سنت
تبتی، تعالیم به سه یانا
یا ازابه متمایز تقسیم
می شوند: هینایانا،
مهایانا و واجرایانا.
هینایانا، در لغت به
معنی «ارابه کوچکتر»
است، اما دقیق تر خواهد
بود اگر آن را «راه باریک»
بنامیم. هینایانا از آن
جهت باریک است که
انضباط خشک مراقبه،
فرّاریت و سردرگمی ذهن را
می کاهد و یا مهار می کند و
تجربه مستقیم و خالص
ذهن را ممکن می سازد.
علاوه بر انضباط مراقبه،
هینایانا براهمیت دقت و
انضباط رفتاری نیز
تأکید دارد.



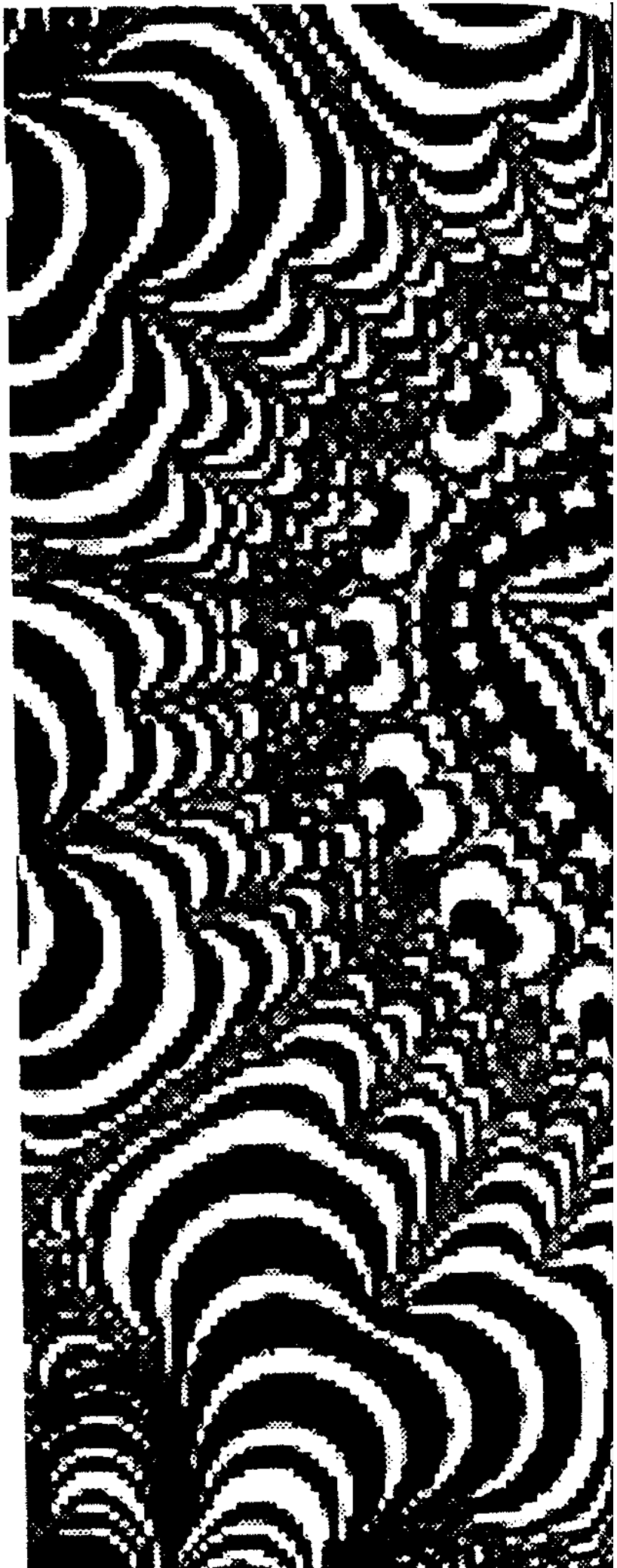
عمل کردن به این دو گونه انضباط،
هرارت ترس را فرومی نشاند. به
همین دلیل، عمل کننده، دیگر
باعث آزار خود و دیگران
نمی شود.



مهایانا یا «ارابه بزرگتر»،
در مقابل مسیر باریک انضباط هیانایانا،
به بزرگرایی باز و عریض می‌ماند. این یانا
از مرحله رسیدن به آزادی فردی صرف هیانایانا فراتر
می‌رود. هدف آن آزادی تمام موجودات زنده است،
بدین معنی که همه چیز در منظر وسیع مهایانا قرار می‌گیرد.
تمام آشوب و رنج خود و دیگران بخشی از مسیر است.
سومین یانا، واجرایانا، به معنی ارابه الماسی یا تباه‌ناپذیر است.
بیداری و اجرایانا زوال‌ناپذیر است، زیرا که به عنوان طبیعت فطری ما
پذیرفته شده است.

معلوم نیست که بودا هر سه
یا نا را تعلیم داده باشد.
آنچه روشن است، تداوم
تجربه پویا در تمام این
مراحل است، و نیز اینکه
یا ناها به نحو قابل توجهی
به منبع اولیه الهام تعالیم
بودا وفادار می مانند.

بدون آموزش اولیه مناسب
در هینایانا و مهاییانا، قدم
گذاشتن به مسیر
پیش‌بینی ناپذیر و پرهیجان
واجرایانا غیر ممکن است.
رابطه این سه مرحله در
تمثیلی سنتی آمده است.
هینایانا پایه کاخ روشنایی
است؛ مهاییانا شامل دیوارها
و روبنای کاخ است؛ و
واجرایانا سقف بلند و طلایی
آن است که وجودش
بریاناهای دیگر متکی
است، اما آنها را به نحو
مجلی کامل می کند. بدون
زیرساخت قوی انضباطی،
بعداً هیچ چیز به نتیجه
نخواهد رسید.

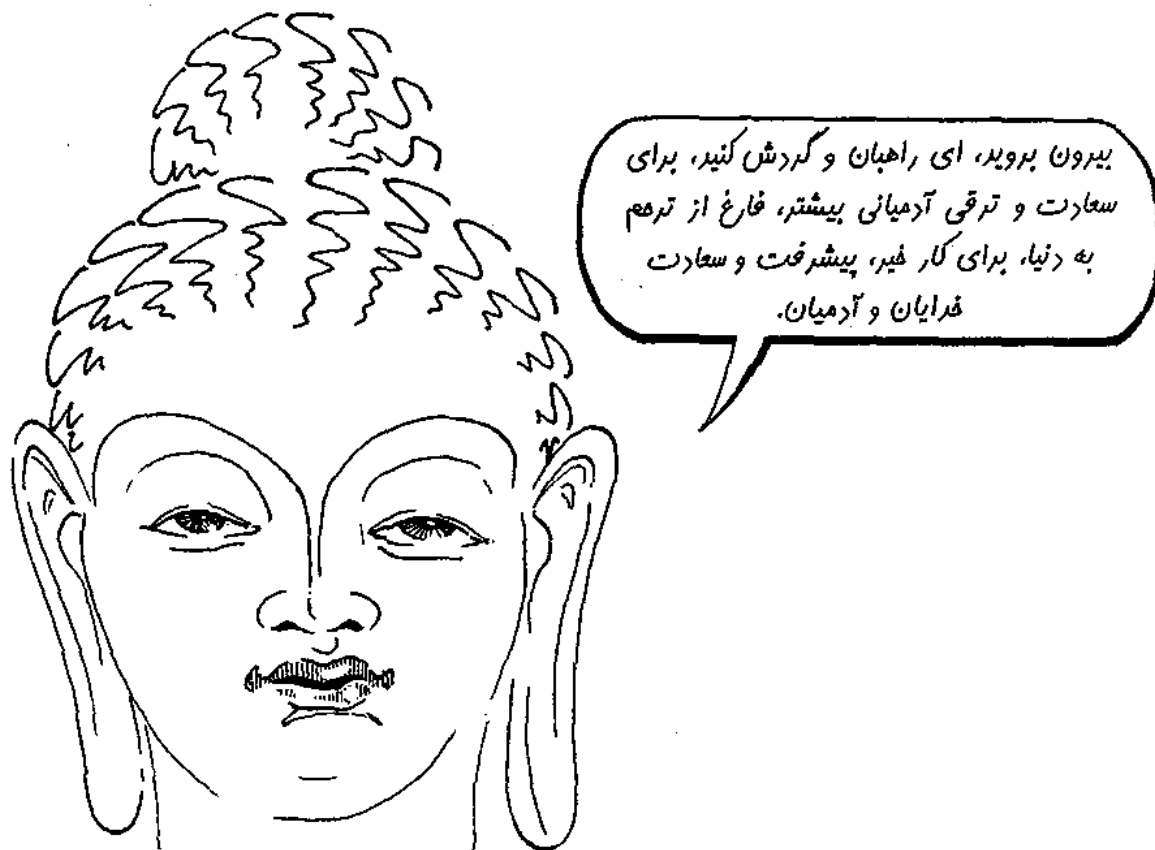


سنت مه‌ایانا

مه‌ایانا که در قرن یکم میلادی سربلند کرد، ارابه بزرگتر نامیده می‌شود، چرا که راهیابی به راه آزادی را برای مردم عادی نیز مانند راهبان باز کرد. جماعت راهبان با تلقی خود به عنوان تنها پاسداران کلمات بود، صاحب‌خانه‌های معمولی را تا حد صدقه بگیران صرف پایین آورده بودند.



به راهبان فرصت داده شد که زندگی نسبتاً ممتازی فراهم نمایند، اما آنها به جای دستگیری از توده غیرروحانی، خود را منزوی نمودند. تعالیم مرتبط با مراقبه و موضوعاتی که بیشتر رنگ روانشناختی داشتند، تنها در میان راهبان تدریس می‌شد. بودا، خود این تمایل درونگرایانه را قویاً نهي می‌کرد و همیشه پیروانش را ترغیب می‌نمود که به بیرون و به میان دنیا بروند. از یکی از گفتارهای بودا:



این دعوت، فراموش شده بود، و نخستین سنگای راهبان در تلاش برای پرواز به بیرون از جهان بود. اینک می‌پنداشتند با پرهیز کامل از مواجهه با زندگی عادی می‌توان از رنج کشیدن دور بود.

پیروان مهاییانا به منبع اولیه الهام بودا بازگشتند تا حس همدلی با تمام موجودات را پرورش دهند. آنها احساس می‌کردند که تنها هنگامی آزادی ممکن است که در آن، تجربه بتواند برای تحقق بخشیدن به سعادت دیگران مورد استفاده قرار گیرد. وقتی بقیه مردم رنج می‌برند، آزادی فردی ناممکن است.



این آرمان جدید به بودی ستوا انجامید، کسی که ویژگی خاصش همانا همدردی است. بودی ستوا، روشنایی فردی را چندان به تأخیر می‌اندازد که تمام موجودات رها شده باشند. به این ترتیب، تمام جهان به جاده آزادی کشیده شد و این همدردی فراگیر، رنج شخصی را مغلوب خود نمود. تا آنجا که اندوه فردی معنی خود را از دست داد. شگفت است که اگر ما رنج خود را بپذیریم و آن را تنها به رنج دیگران نسبت دهیم، آن درد را به ابزاری برای آزادی تبدیل کرده‌ایم.

آرمان بودی ستوا آئین اولیه بودائیان را که در پی فرار از دنیا بود، دگرگون کرد، و آن را از مجموعه‌ای از مکتب‌ها - که همه مدعی در اختیار داشتن تفسیر صحیح تعالیم بودا بودند - به مذهبی جهانی بدل کرد که آزادی شخصی را در مقابل احساس مسئولیت نسبت به آزادی تمام موجودات در مقام دوم قرار می‌داد. همدردی و همدلی با موجودات همانند ما از فرار از رنج‌های مان بسیار مهم‌تر است.

برای پیروان مهاییانا، بودای تاریخی اهمیت کمتری یافت. بودا در طول حیات خود، نمونه زنده کسی بود که می‌خواست خود را وقف دیگران کند و پس از مرگ، منش بودا که در تمام موجودات فطری است، از بودای تاریخی مهم‌تر شد.



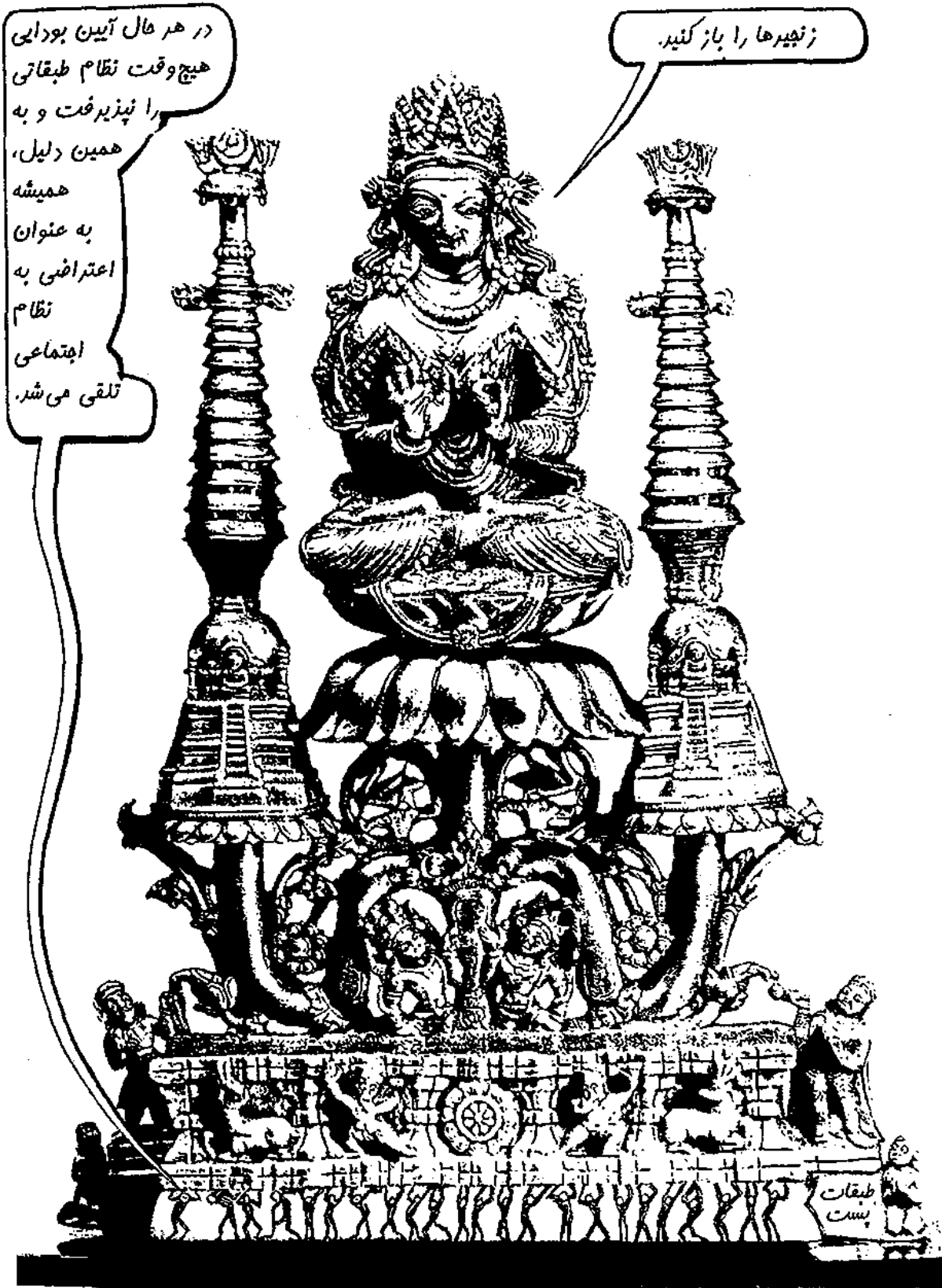
گسترش آیین بودایی

آیین بودایی در هند با حمایت و پشتیبانی پادشاهان و ثروتمندان غیرروحانی شکوفا شد. در قرن سوم میلادی، امپراتور آشوکا این آیین را پذیرفت و موجب تقویت بسیار آن شد.



آشوکا برای بنیانگذاری شیوه عدم خشونت در امپراطوری خود، بر زندگانی بودایی، حرکت اجتماعی و حقوقی دلسوزانه و عادلانه برای همه تأکید می کرد. حکومت او فوق العاده انسانی بود. او بیمارستان هایی برای انسان ها و حیوان ها تأسیس کرد، در سراسر هند به حفر چاه ها و قنات ها پرداخت و از تمام سنت های مذهبی کشور حمایت نمود.

آشوکا کمک کرد آیین بودایی به عنوان یک مذهب مردمی تثبیت شود، در حالی که سابقاً در هند این آیین منحصر به طبقات تحصیلکرده و ممتاز بود.



افول آیین بودایی در هند

از قرن نهم میلادی به بعد، هند در دریای متلاطم تحولات اجتماعی فرو رفت و آیین بودایی افول کرد. علت عمده این افول، آمیختن آن با شکل تازه‌ای از آیین عبادی هندو بود که جاذبه بسیاری برای مردم عادی داشت.

در قرن یازدهم میلادی، قبایلی از مسلمانان به کشور هجوم آوردند و کسانی را که از «خدای یکتا»ی اسلام پیروی نمی‌کردند، از پیش خود تاراندند.

در پایان قرن سیزدهم میلادی، آیین بودایی از سرزمین مادری‌اش کاملاً محو شده بود. به هر حال تا این زمان، تعداد زیادی از مکاتب بودایی مختلف در تمام آسیا: تبت، چین، کره و ژاپن تأسیس شده بودند.

مطالعه و سلوک مهیا نا

متون بودایی ممکن است گیج کننده و مبهم به نظر برسند. این امر بی دلیل نیست. آیین بودایی هرگز موضوعی برای تحصیل صرف تلقی نشده بود، بلکه همواره قصد براین بوده است که نظریات با مراقبه همراه شوند.

یک معلم ین گفت:

دانستن نمی تواند تو را آزاد کند. مطالعه صرف امکان ریشه کن کردن توهم را به وجود نمی آورد. تمام اینها تا وقتی که درک نشده باشند، بی معنی هستند - درک نتیجه مراقبه است.

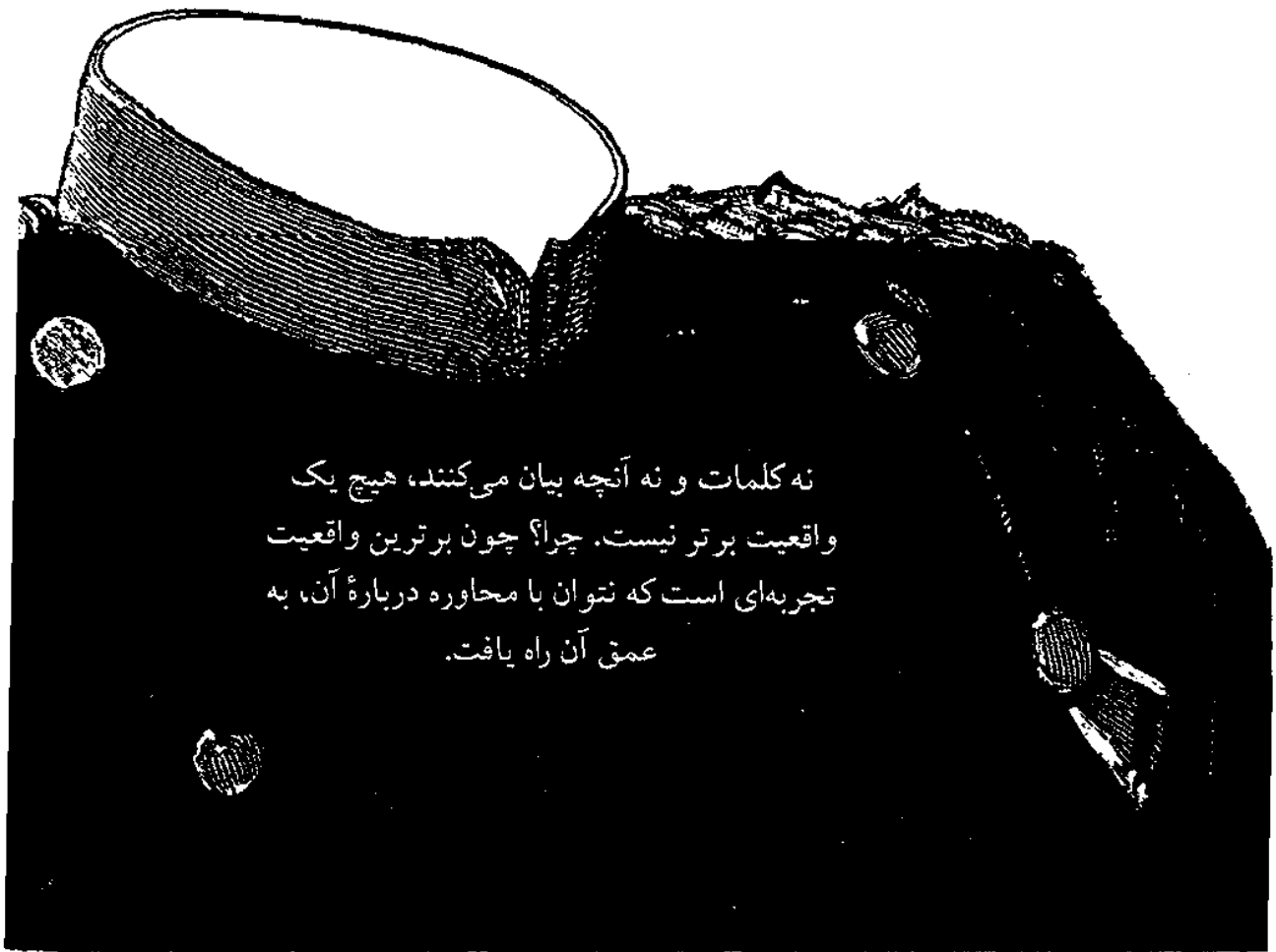


زیاد یاد گرفتن مانند کار مرد مستمندی است که گنجه های دیگران را می شمرد، بدون اینکه خود یک سکه داشته باشد.

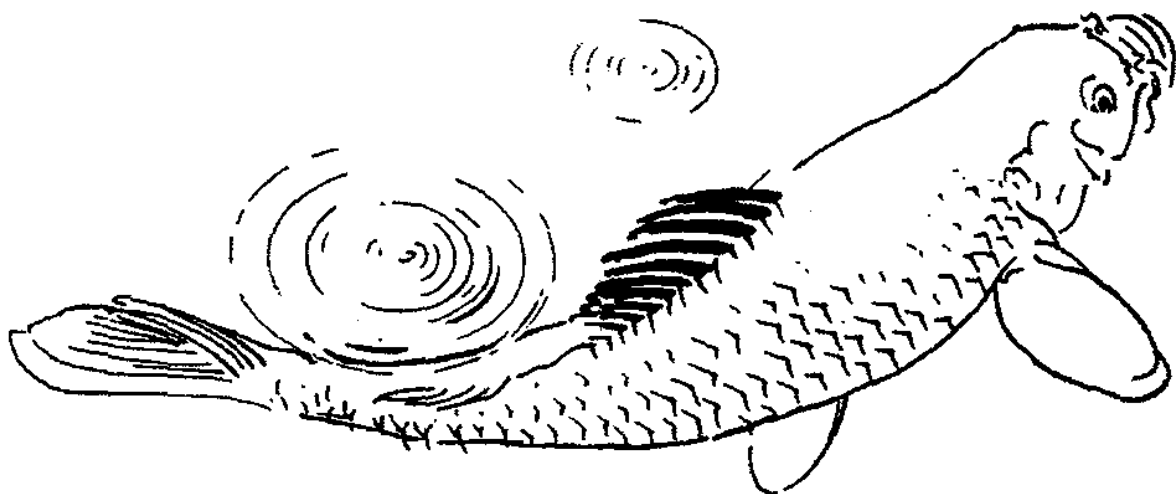


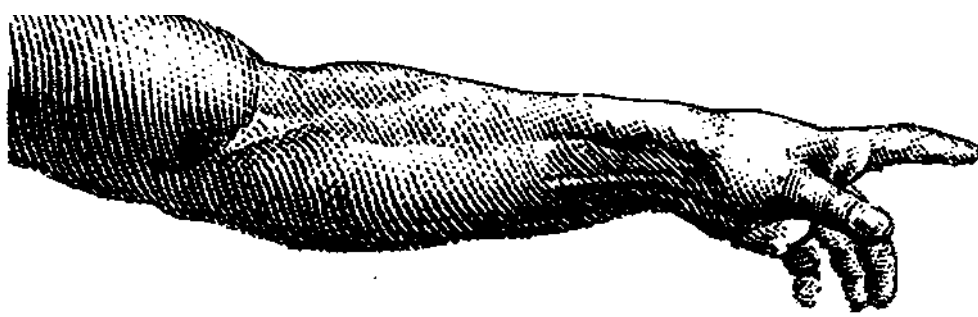
نشان دادن راه با کلمات

کلمات فقط راهی برای اشاره به سوی واقعیت هستند. یک متن مهیانا می گوید:



نه کلمات و نه آنچه بیان می کنند، هیچ یک
واقعیت برتر نیست. چرا؟ چون برترین واقعیت
تجربه‌ای است که نتوان با محاوره درباره آن، به
عمق آن راه یافت.





شعر و
نمادهای
بصری به
واقعیت
بسیار
نزدیکترند.



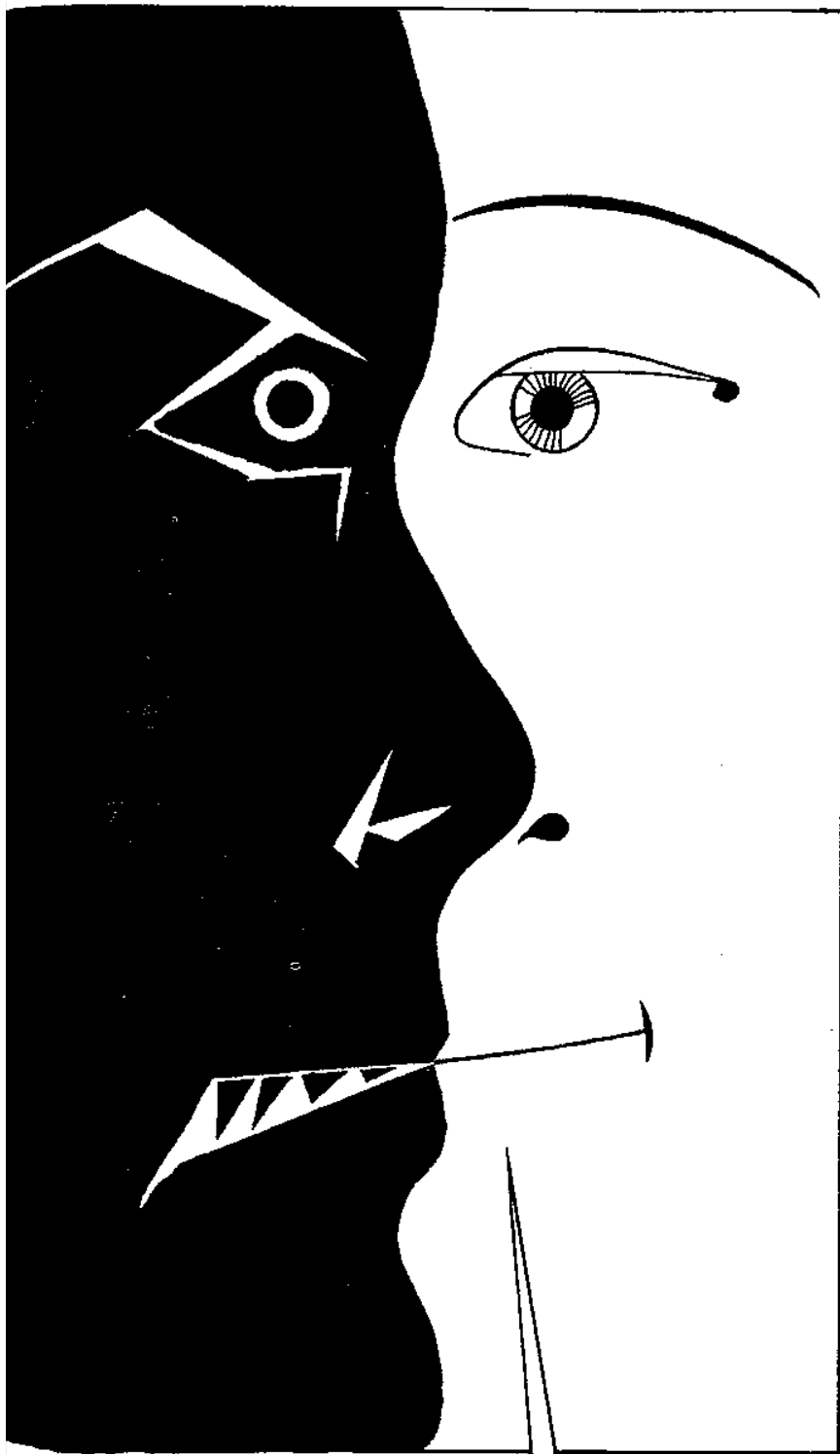
ذهن باید در مقام
فرد باشد تا فرد را
بفهمد.



وسیع و بی انتها
هیچ چیز پنهان نیست
در آب زلال
هرچند به عمق رفته باشی
ماهی مانند ماهی شنا می کند
آسمان وسیع بی کرانه
گستره شفاف
پرنده مانند پرنده می پرد
بسیار ظریف و ژرف
چگونه می توانم توصیف کنم؟

مراحل طریقت مهائانا مایتری

دروازه ورود به سلوک در
مسیر مهائانا، مایتری یا
مهربانی به خود
نامیده می شود.



تکامل مایتری وقتی
پدید می آید که منفی بودن
را به عنوان قسمتی از راه
می پذیریم. ما باید با
خودمان دوست باشیم و با
آن جنبه هایی از خود که
دوستشان نداریم، مهربان
باشیم. با آموختن مهربانی
با خود، کشف می کنیم که
ذاتاً رثوف هستیم. ما
هنگامی خشن می شویم که
زخم های خود را انکار
می کنیم و دیگران را مسئول
دردهای مان می دانیم و آنها
را سرزنش می کنیم. حال
آنکه با اقرار به عیوب
خودمان، برای پذیرش آنها
آماده می شویم.

وقتی به اطراف نگاه می کنیم، می بینیم تمام جهان با آسیب پذیری و شکنندگی
مبارزه می کند و سعی می کند غلاف سفتی برای خود فراهم کند تا دست هیچ کس به او نرسد.

تعلیمات مهائانا می گوید که تمام موجودات دارای مهربانی و نیز بیداری درونی که طبیعت بودا نامیده می شود، هستند.

کشف طبیعت بودا به رشد حس
همدردی می انجامد. همدردی
توصیفی طبیعی از خوبی
درونی است.



استعداد بودا
شروع از ابتدا
در ما موجود
پوره است.

جوهره سلوک مهائانا، تکامل بخشیدن
به حس همدردی به وسیله آموزش
وارونه کردن منطق خودمحرانۀ طبیعی
به ذهن است. سلوک مهائانا به
مامی آموزد که به جای جستجوی
دشمنان در دنیای بیرون از خود، دشمن
واقعی مان را آنچه خودخواهی ما را
ارضا می کند. به شمار آوریم.

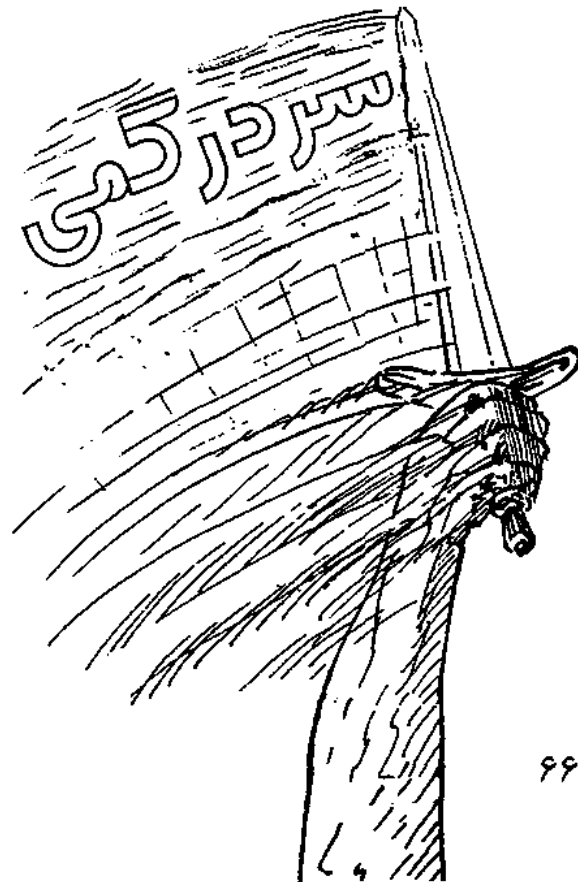


عمل یک بودی ستوا

اعمال یک بودی ستوا باید حاوی بینش و درکی باشد که او را از خویشتن محوری فراتر ببرد. بودی ستوا در تلاش برای خوب بودن یا مهربان بودن نیست، او خودش نیتی را با سردرگمی اشتباه نمی گیرد. ارتباط او با جهان خود به خود دلسوزانه است.



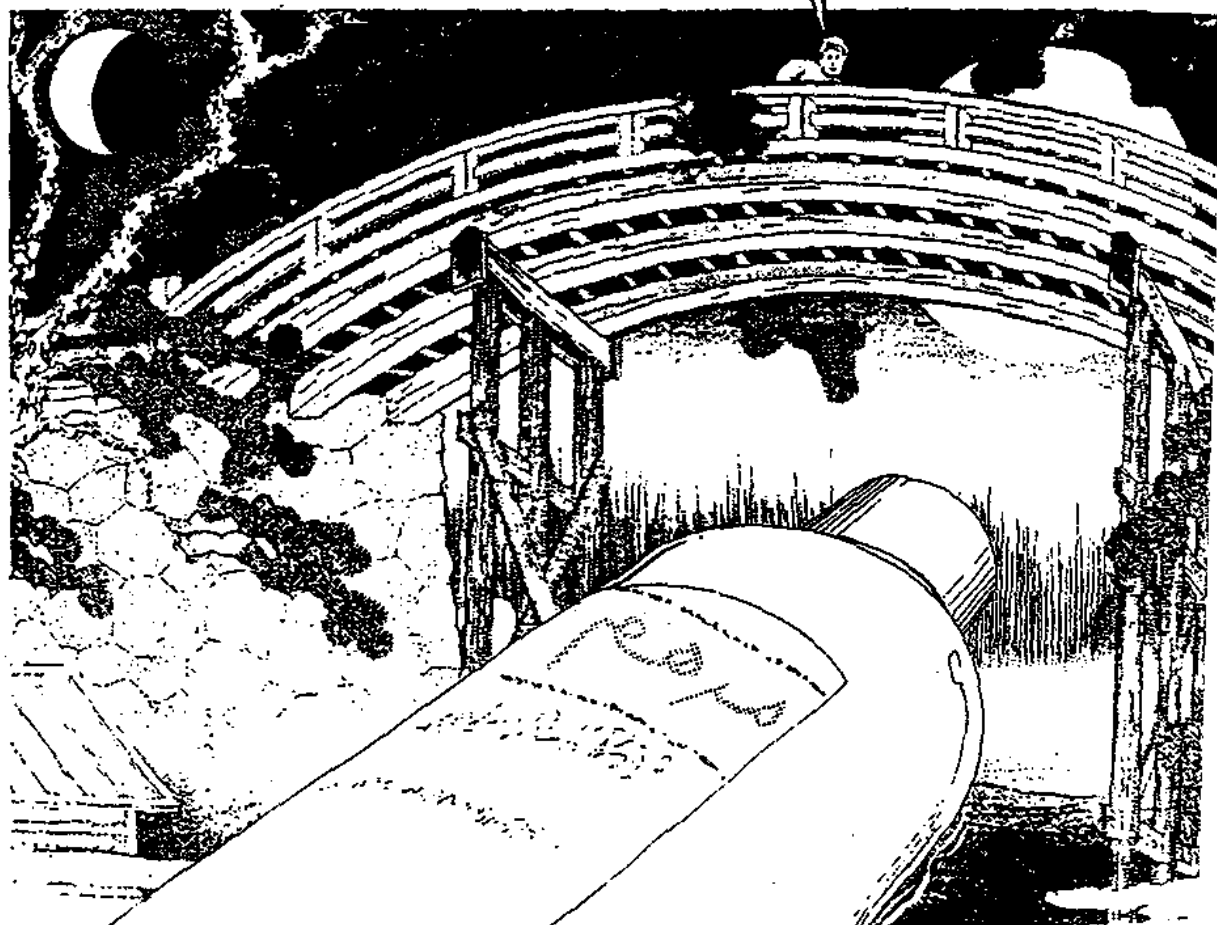
این دلسوزی خودجوش از ترک تمام تصورات با کمک نیروی آگاهی دقیق یا پرچنا ناشی می شود. پرچنا، شعور کاملاً آزاد شده است. پرچنا به اثبات شخصیت بستگی ندارد و به طور سنتی به دشمنی دلبسته تعبیر شده است که از میان تمام سردرگمی ها راه را باز می کند. پرچنا راهی از میان تمام گونه های متصور خوبی می گشاید، در غیر این صورت ممکن است تعبیر ما از دلسوزی کاملاً پرخاشگرانه باشد و مهربانی مان را به زور به خورد مردم بدهیم. بدون پرچنا، خوبی بودی ستوا، پرهیزگاری صرف خواهد بود.



بدین صورت، بودی ستوا، خودبه خود و بدون
تلاش آگاهانه، به دیگران کمک می‌کند.
شتی دوا، معلم بزرگ مه‌ایانا در قرن هشتم میلادی،
در رساله خود، ورود به مسیر مه‌ایانا، نویسد:



ما باید مانند پلی باشیم که مسافران از روی آن می‌گذرند، مانند مهتاب که گرمای هیجان را
فرو می‌نشاند، مانند دارویی که بیماری‌ها را درمان می‌کند، مانند خورشید که قلمت جهل را
روشن می‌کند.



سونیاتا

همدردی واقعی نتیجه تجربه کردن سونیاتا است. «سونیا» یعنی خالی و «تا» یعنی «بودن». آموزه خلاء، درس اصلی مهایانا است و آن، حقیقت اعلای بی‌خویشتی است.

تجربه سونیاتا، بارقه‌ای در یک
ذهن است.



هیچ منظری در گذشته، حال یا آینده وجود
نداشته و ندارد و فرد می‌تواند جهان را
بدون هیچ پیش‌پنداری ببیند.

گفته می شود هنگامی که بودا برای نخستین بار درباره سونیاتا سخن گفت، هزاران تن از پیروانش دچار حمله قلبی شدند و مردند. برای اولین بار، قالیچه ها کاملاً از زیر پای آنها کشیده شده بود. گرچه آنها پیش تر دیده بودند که خویشتن آنها یک بنای دروغین است، آنچه اینک بودا می گفت این بود که همه پدیده های موجود از هرگونه خویشتن حقیقی بی بهره اند.



تمام پدیده ها ظاهر و موقوت می شوند، و دائماً در حال تغییرند. مهم نیست عقل سلیم چه می بیند، اگر دقیق تر نگاه کنیم، می توانیم ببینیم هیچ جا ثباتی وجود ندارد. ما مجبوریم به فهم این نکته قانع باشیم که این پدیده شکفت آور، تنها نمود است و ما نه می توانیم آن را نگهداریم و نه می توانیم مالک آن باشیم.

راهبان از ملاقات با او هراسان
بودند، زیرا او معمولاً آنها
را در بحث شکست می داد.

ماهیت متناقض حقیقت در
یکی از درس های مهاریانا
به نام سوت های ویمالاکتیری
بیان شده است. گفته شده
ویمالاکتیری یکی از پیروان
ثروتمند بودا بود که زندگی
دنیوی داشت، اما در
مسیر بودی ستوا
گام برمی داشت.



یک بودی ستوا باید به تمام موجودات زنده توجه داشته باشد، همانگونه که یک فرزند به این چیزها توجه دارد...

چگونه یک بودی ستوا باید رعایت تمام موجودات را بکند؟

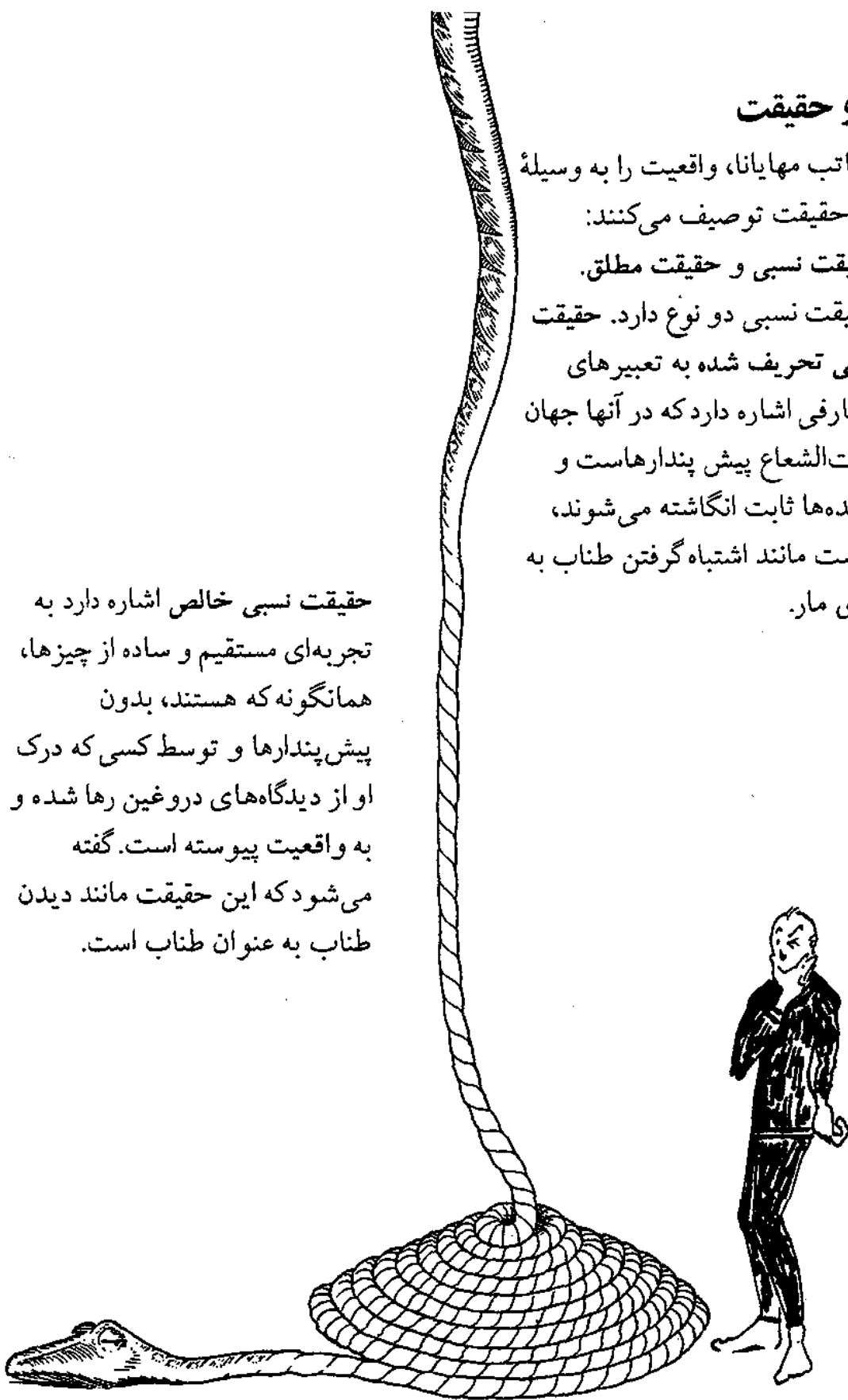


توصیف‌های زنده‌ای از واقعیت بدون محتوا.

دو حقیقت

مکاتب مه‌ایانا، واقعیت را به وسیلهٔ دو حقیقت توصیف می‌کنند: حقیقت نسبی و حقیقت مطلق. حقیقت نسبی دو نوع دارد. حقیقت نسبی تحریف شده به تعبیرهای متعارفی اشاره دارد که در آنها جهان تحت الشعاع پیش‌پندارهاست و پدیده‌ها ثابت انگاشته می‌شوند، درست مانند اشتباه گرفتن طناب به جای مار.

حقیقت نسبی خالص اشاره دارد به تجربه‌ای مستقیم و ساده از چیزها، همانگونه که هستند، بدون پیش‌پندارها و توسط کسی که درک او از دیدگاه‌های دروغین رها شده و به واقعیت پیوسته است. گفته می‌شود که این حقیقت مانند دیدن طناب به عنوان طناب است.

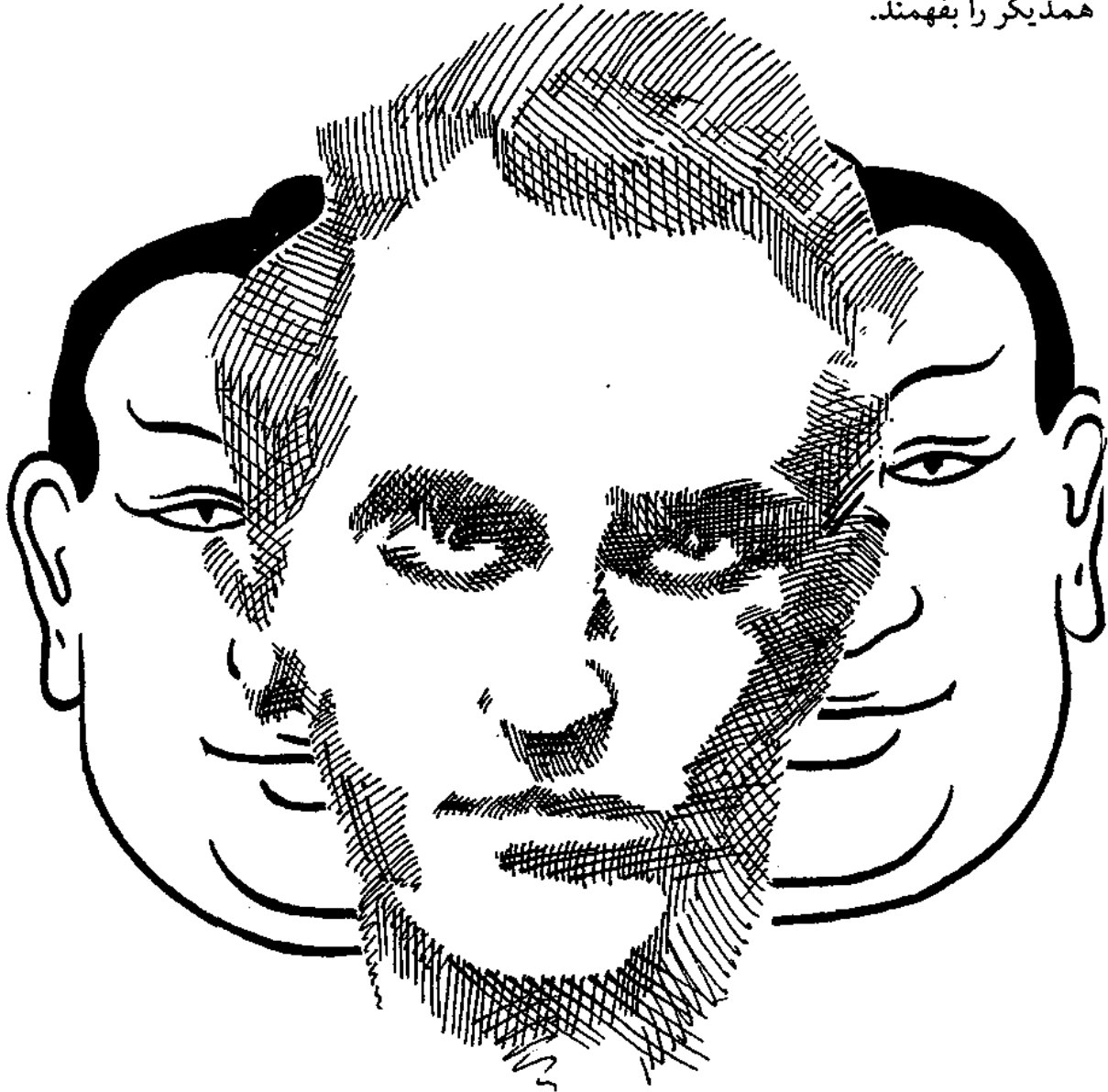


حقیقت مطلق، خلاء است، خویشتن حقیقی رها شده از کرانه‌های بودن و نبودن، نیالوده به سردرگمی، شاداب و بی‌اندیشه از درد و لذت.

مکاتب و مه‌ایانا

مکتب مدیمکا

مکتب مدیمکا توسط ناگارجونا در حوالی قرن دوم میلادی پایه‌گذاری شد. در افسانه‌ها، ناگارجونا را ناگ‌ها - خدایان مارآبی - تعلیم دادند: خدایانی که حافظ متون مقدس بودائی بودند و مراقبت از آنها به ایشان واگذار شده بود، چرا که بشریت برای پذیرفتن آنها هنوز ناپخته بود. اگرچه مکتب مهمی که ناگارجونا پایه‌گذاری کرد از خود هیچ چشم‌اندازی به جا نگذاشت، ولی در هزاران متن باقیمانده از آن، به تضاد ذاتی‌ای که در هر دیدگاهی که بخواید همواره طبیعت و واقعیت را یکسان بینگارد اشاره شده است. شاید ویتگنشتاین و ناگارجونا همدیگر را بفهمند.



هرچند برای محققان، مدیمکا به نقدی فلسفی می‌ماند، اما دستاورد اصلی این مکتب چیزی از نوع مراقبه است: زدودن پوچی از تسلط بر تمام دیدگاه‌ها و در نتیجه، رخصتی برای آرامش ذهن، رها از تمام ساختمان‌های دوگانه فکر. این است فهم سونیاتا.



مکتب یوگاچارا

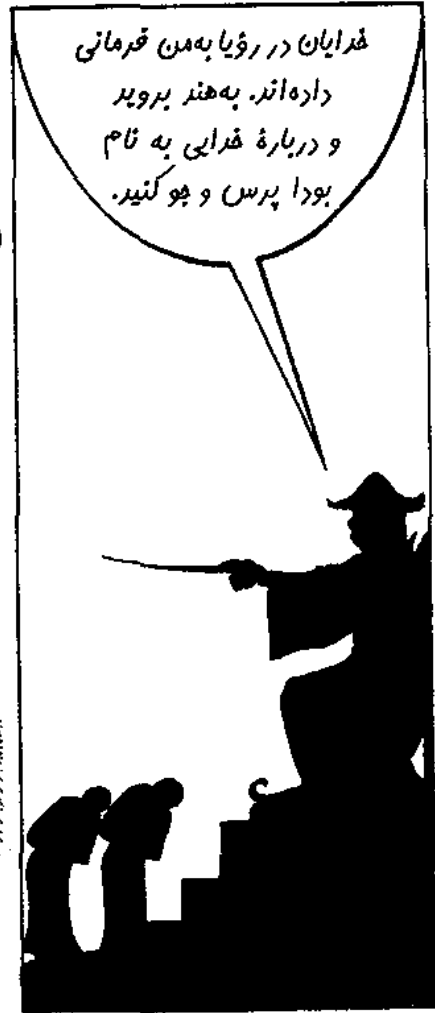
این مکتب که توسط دو برادر، آسنگا و وسویندو، در حوالی قرن چهارم میلادی تأسیس شد، معتقد است هر چیز یا در قالب تفکر جای می‌گیرد و یا در قالب ادراک. چیزها تنها عبارتند از جریان شناخت و هیچ چیز به عنوان «شیء» حقیقت ندارد. بنابراین هیچ چیز خارج از جریان شناخت واقعیت ندارد. در نتیجه، آنچه دنیای خارجی نامیده می‌شود، «ذهنیت محض» است. یوگاچارا می‌گوید ذهن شش نوع هشیاری حسی دارد که از آلیا یا انبار هشیاری‌ها سربر می‌دارد. محققانی که پیرو یونگ هستند، میان این مطلب و «ناخودآگاه جمعی» یونگ مشابهت‌هایی می‌بینند.



در هر حال، یوگاچارا تنها یک تمرین فلسفی نیست، بلکه ابزاری مفید در مراقبه است، چرا که بر بی‌واسطگی تجربه تکیه می‌کند.

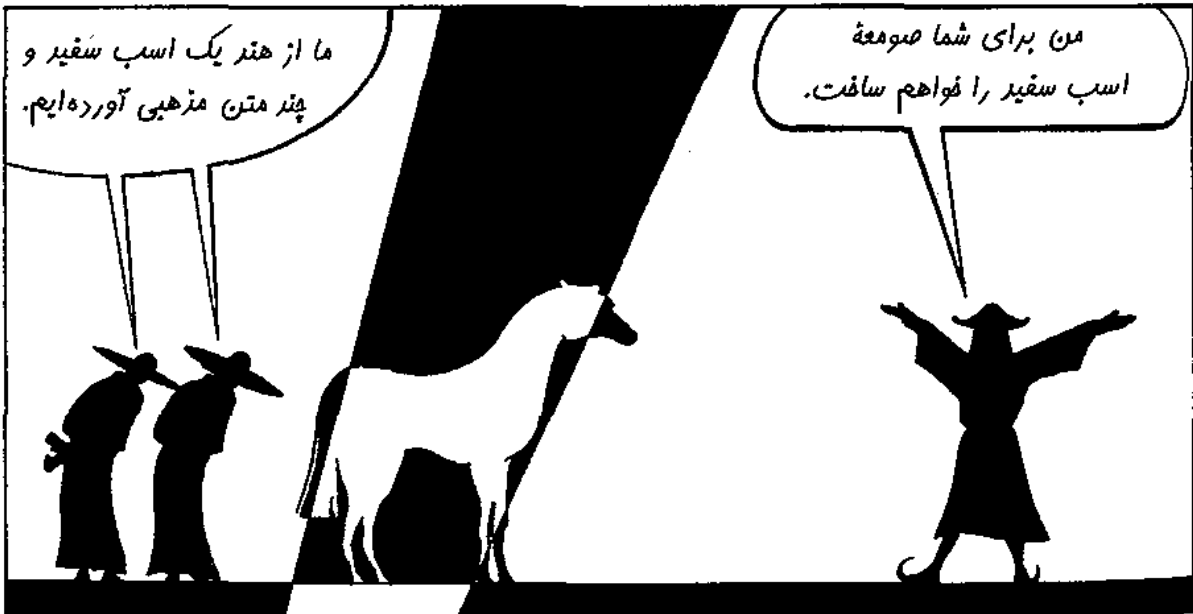
گستوش آیین بودائی در چین

افسانه‌های کهن چینی می‌گویند که یک امپراتور سلسله هان فرستادگانی به هند اعزام کرد:



فدایان در رؤیا به من قرمانی
داده‌اند. به هند بروید
و درباره فدایی به نام
بودا پرس و جو کنید.

سال‌ها بعد آنها بازگشتند.



ما از هند یک اسب سفید و
چند متن مذهبی آورده‌ایم.

من برای شما صومعه
اسب سفید را فراهم ساخت.

بدین ترتیب آیین بودائی در چین ریشه گرفت.

اما حقیقت به این سادگی نبود. از حدود قرن اول میلادی، عناصر بودائی از طریق جاده ابریشم به چین نفوذ کرده بودند.



در جنوب شرقی آسیا، آیین بودائی به سادگی جذب سنن رایج شد: اما چین داستانی متفاوت بود. در این زمان، چین یک امپراطوری خشن، کهن و عظیم بود و با عقاید و رسوم سیاسی و اجتماعی واضحی اداره می شد که به روشنی تبیین شده و در طول قرن ها شکل گرفته بودند. چین می خواست در میان همسایگانش از هر نظر برتر باشد و به این آیین وحشیانه جدید و اعتقادش به آزادی شخصی لطفی نداشت.

آیین کنفسیوس

آیین کنفسیوس از اندیشهٔ ثبات حمایت می‌کرد: نظام اجتماعی موزونی که در آن هرکس جایگاه خود را بداند. تمام اهمیت در رعایت کامل آداب است و هر جنبه‌ای از زندگی، موضوع قواعد روشن رفتار است. آیین کنفسیوس بیش از هر چیز آیینی «این دنیایی» بود. پیروان این آیین به صورت غریزی با مذهبی که مشوق گشودن قیود دنیوی برای به دست آوردن مقاصد مبهم معنوی بود، مخالفت می‌کردند.



آیین تائو

آیین تائو اعتقاد فراگیر چینی دیگری بود که با آیین کنفوسیوس بسیار متفاوت بود. پیروان تائو از زندگی اجتماعی که آن را مصنوعی و متقلب می‌دانستند، بیزار بودند و از این جهت، کاملاً غیر کنفوسیوسی بودند. آنها بازگشت به سادگی زندگی طبیعی و هماهنگی با آن را تبلیغ می‌کردند.

آرمان آنها «وو وی» بود: بی‌کرداری یا بی‌کنشی، نه به قصد رسیدن به هدف و نه به منظور آنکه عامدانه کارهای خوب انجام شود یا نقشه‌های هشیارانه به سرانجام برسد. آنها می‌گفتند اگر کسی با تائو یا «راه جهانی» هماهنگ باشد، هنگامی که حقیقتاً به کنش نیاز باشد، واکنش خود را بروز خواهد داد، و بنابراین، فرد نه بر مبنای روش‌های مدبرانه و پیش‌پنداشته، بلکه بر مبنای موقعیت آسمانی و خود جوش «وو وی» عمل خواهد کرد که موقعیت کنش تائوست.



صبغه بی ملاحظه آیین تائو در داستان زیر که به نام بیداری لائوتزو مشهور است و به وسیله چوانگ تزو نوشته شده، بازگو شده است.
سه دوست بودند که درباره زندگی گفتگو می کردند.



سه دوست به هم نگاه کردند و قهقهه سردادند. آنها هیچ توضیحی نداشتند. بدین ترتیب دوستان بهتری شدند.



سپس یکی از آنها مرد. کنفوسیوس یکی از شاگردان خود را به کمک آنها فرستاد تا در مراسم تدفین وی دعا بخوانند. شاگرد دید که یکی از آن دو آواز می خواند و دیگر عود می نوازد.



شاگرد کنفوسیوس به آنها اعتراض کرد و فریاد کشید:





فلسفه آیین تائو با روح
مهایانا اشتراک زیادی
داشت و شوخی و مزاح را
به عنوان یک روش تعلیم
پیشنهاد می کرد. با وجود
فشارهای دائم دولت
کنفوسیوسی چین، از به هم
تابیدن این دو رشته، آیین
بودائی در این سرزمین
ریشه گرفت و به بار
نشست.

آیین بودائی چینی

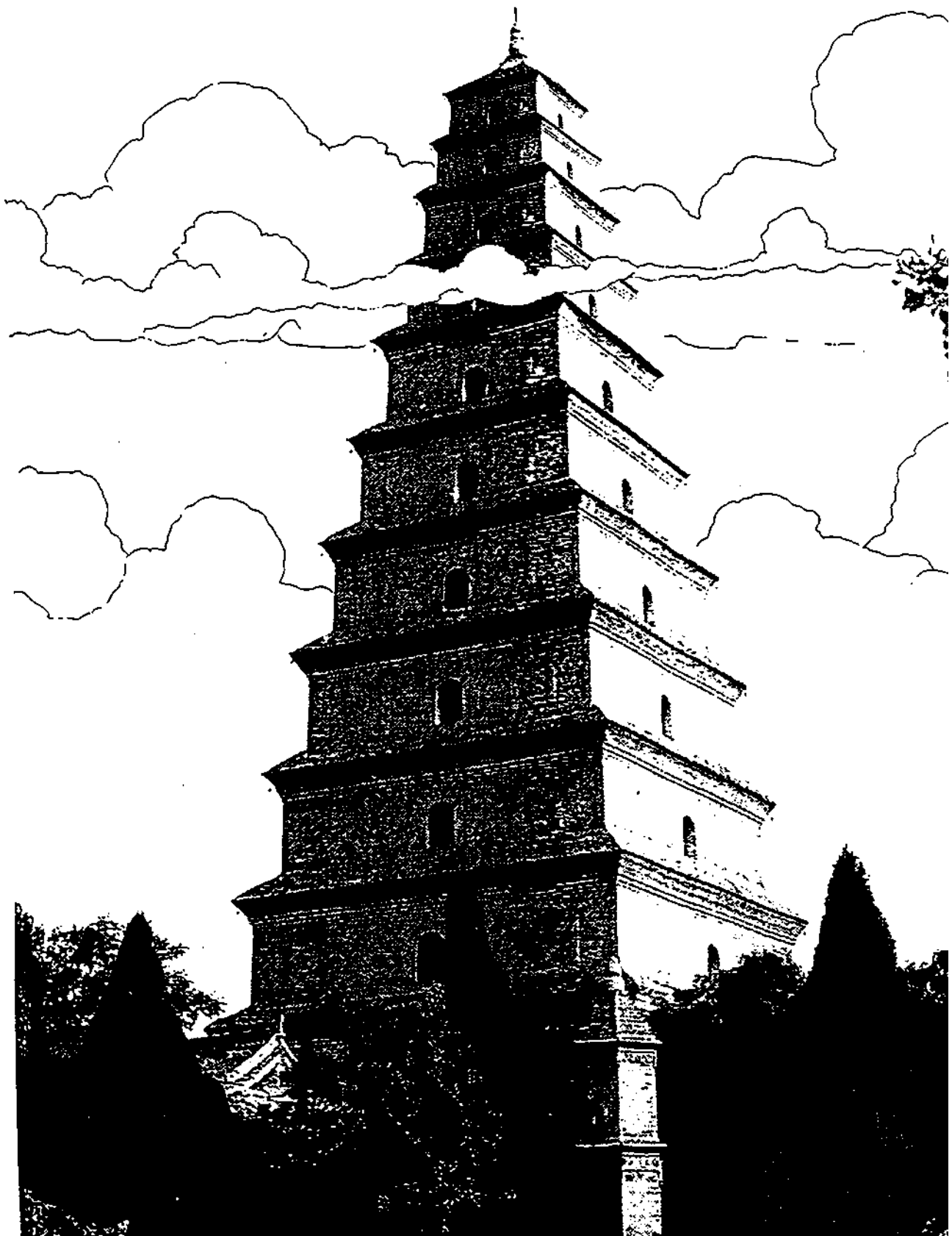


چین کشور بسیار بزرگی است. آیین بودائی چینی در طول تحولش شکل‌های بسیاری به خود گرفت. علاوه بر اینکه تمام مکاتب مهاییانای هندی در چین متحد شدند، شکل‌های جدید و متفاوتی که کاملاً چینی بودند نیز شروع به گسترش کردند. بعضی از آنها همانند مکاتب پارسیانان شدیداً منضبط بودند و بعضی به سحر و جادو می‌پرداختند. مکاتب بومی خالص شروع به شکل‌گیری کردند؛ آنها به شدت عبادی بودند و ادعا داشتند ایمان و تسلیم به بودی‌ستوهای آسمانی، راه رستگاری است.



اسطوره راهبان
چنگوی کوئنگ فو از
برخی از این مکاتب
به پا مانده است.

تمام اشکال هنری آیین بودایی در چین، در یک نمایش پربار از آموزه‌های متنوع، دستاوردهای شگفت‌انگیزی کسب کردند. از همان اوایل قرن ششم میلادی، اندازهٔ عظیم بعضی از معابد فراتر از تصور بود. یک سوم پایتخت، لویان، با بیش از هزار معبد بودایی که هر یک می‌توانند یک کاتدرال را در خود جای دهند، اشغال شده بود. یک پاگودای حیرت‌انگیز، ۲۰۰ متر بلندی داشت.



اولین کتاب چاپی در جهان، نسخه‌ای از سوت‌های الماس بود که در قرن پنجم میلادی منتشر شد.



مکتب بودایی‌ای که بیشترین تأثیر را در آینده از خود به جای گذاشت، مکتب چان بود که بعداً به دن شناخته شد.

行 竟 想 追 尊 謹 造 一
 氣 身 不 自
 行 想 追 進 身 行
 傷 傷 絕
 秋 谷 處 遊 方

آیین بودایی دِن
 این کوه - کالبد بودا
 سیلاب - تعالیمش
 دیشب، هشتاد و چهار هزار شعر
 چگونه، چگونه آنها را فهماند



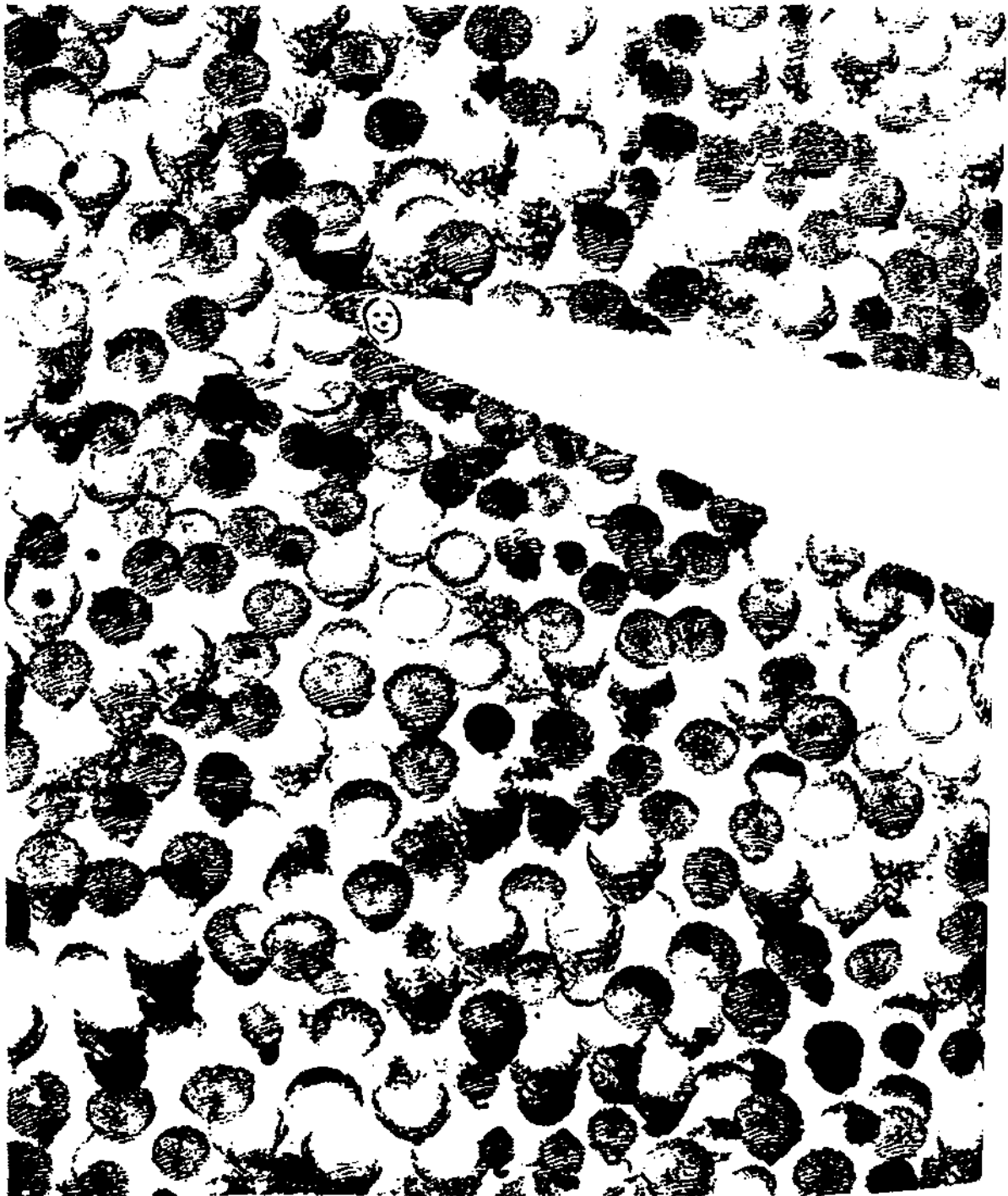
دِن به دنبال روشنایی است. این روشنایی در لحظهٔ حال به دست می‌آید، و تمام شیوه‌های
 دِن در خدمت هشیار نمودن شاگردان نسبت به دانایی است.
 دِن، بیش از هر مکتب دیگری براهمیت اساسی تجربه مستقیم روشنایی و نیز بی‌فایده‌گی
 مناسک دینی و تحلیل‌های عقل‌ورزانه برای رسیدن به آزادی پافشاری می‌کند.

خاستگاه‌های ذن

مطابق با سنت‌های موجود، گفته می‌شود بودا خود پایه‌گذار ذن بوده است. وقتی او در کوه کله کرکس تعلیم می‌داد، هزاران تن از مردم برای شنیدن صحبت‌های او آمده بودند. او در سکوت در مقابل آنها نشست. زمان می‌گذشت و همچنان سکوت برقرار بود. نهایتاً او شاخه‌گلی را بلند کرد. هیچ‌کس این اشاره را نفهمید، مگر مهاکشیاپا، که لبخند زد. او فهمیده بود کلمات جانشین گل زنده نیستند.



او عصاره تعلیمات بودا را در یک لحظه کشف کرد، و به این ترتیب، اولین انتقال ذهن به ذهن میسر گشت. این سلسله انتقال که از آن هنگام آغاز شد، از مسائل اولیه مورد توجه در ذن است، چرا که اصالت تجربه روشنائی تنها ممکن است توسط آموزگاری به روشنائی رسیده منتقل شود. انتقال مستقیم از معلم به شاگرد، ذن را در طول قرن‌ها شاداب و زنده نگه داشته است.





ذن رشد سریع خود را در اوایل دورهٔ تانگ در چین شروع کرد و در آنجا به «چان» شناخته می‌شد. بودی درما، راهب هندی، آیین بودایی را به چین آورد. در آنجا، این آیین با فلسفه آیین تائو آمیخته شد، فلسفه‌ای که هزاران سال توجه شاعران، نقاشان و زاهدان را جلب کرده بود.

直人量美
攝心性佛



امپراطور وو، بودی درما را در بدو ورودش به چین به حضور پذیرفت. امپراطور به آیین بودایی در آمده بود و بسیار شیفتهٔ پوشیدن خرقة بودایی و از حفظ خواندن دعاها بود. امپراطور را اشراف زاده‌ای با فرهنگ و فرهیخته توصیف کرده‌اند، اما بودی درما مانند یک وحشی بی فرهنگ با چشمان خیره و ریش پر پشت تصویر شده است. او اولین کاهن اعظم بودایی در چین بود.

از بدو حکمرانیم، معابد بسیاری ساخته‌ام، متون مذهبی زیادی را ترجمه کرده‌ام و از زندگی پارسایانه حمایت کرده‌ام. چه فضیلتی یافته‌ام؟

هیچ

چرا؟

اینها همه اعمالی عقیرند. یک عمل حقیقی ارزشمند، مستقیماً از قلب برمی‌آید و به موفقیت‌های دنیایی ربطی ندارد.

پس آموزه مقدس شما درباره اینها چیست؟

قالی بزرگ، بدون هیچ چیز مقدس.

پس تو که هستی؟

نمی‌دانم.



بودی درما جوهره تعالیمش را آشکار کرده بود، بدون اینکه امپراتور چیزی از آن دریابد.

بودی درما قطعه‌ای نوشت که روح واقعی ذن در آن خلاصه شده است:

انتقالی ویژه، فراتر از متون
بی‌هیچ تکیه‌ای بر کلمات و مفردات
اشاره‌ای مستقیم به ذهن بشری
و درک بودا بودن.

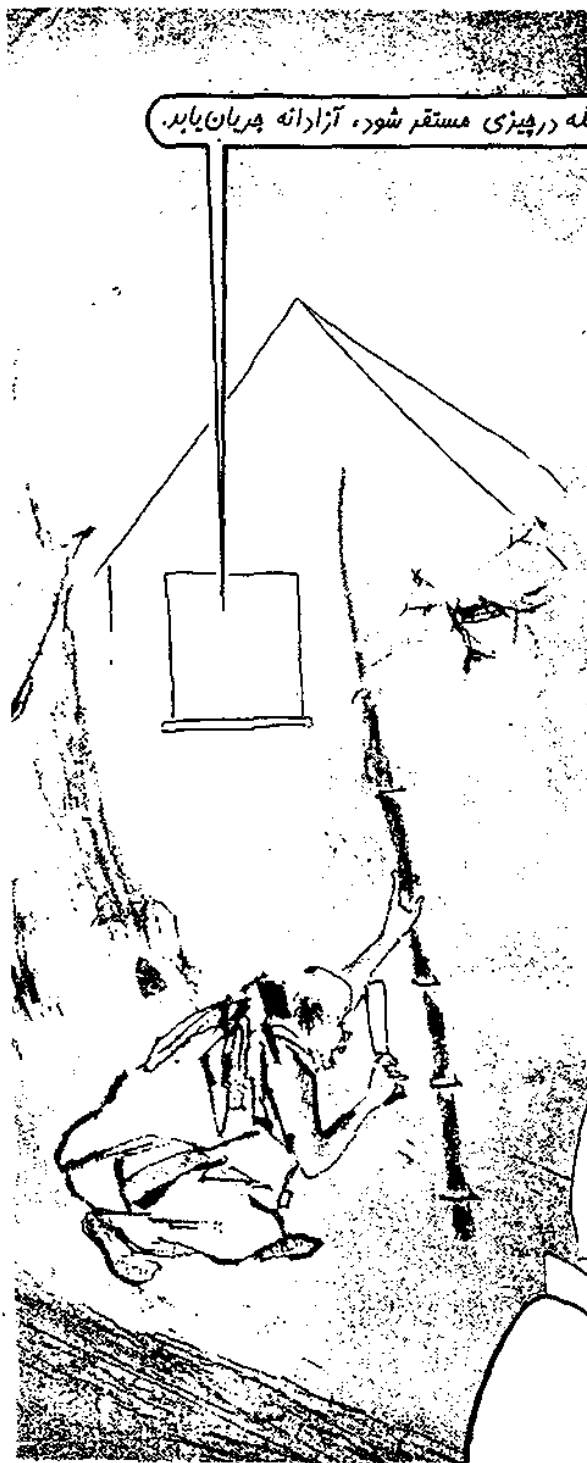


شیوه‌های آموزشی بودی درما اساساً طبیعت‌هندی خود را حفظ کردند. بعدها، در قرن هفتم میلادی، معلمی به نام هوئی‌ننگ به ذن رنگ و بویی چینی بخشید.



هویی ننگ

هویی ننگ از خانواده‌ای تنگدست برخاست، بی سواد بود و با فروختن هیزم معیشت می‌کرد. یک روز از خانه‌ای شنید کسی سوتره‌الماس را از برمی خواند.



بگذار ذهنت بی‌آنکه در پییزی مستقر شود، آزادانه پیران یابد.

با شنیدن این جمله، او به روشنایی رسید. او فهمید راهبی که آن قطعه را از بر می‌خواند، به دیر پنجمین کاهن اعظم، هونگ چن، وابسته است و تصمیم گرفت به آنجا برود.



پنجمین کاهن اعظم به مرد جوان برخورد و آن‌ا دانایی او را تشخیص داد.

راهبان فوش لباس، کتاب فوانده و شمالی که در معبد من مقیمند، این رعیت بی‌سواد چنویی را آزار فوهند از.

هویی ننگ،
آیا حاضری در این
معبد فرمتکار باشی؟



وقتی زمان انتخاب جانشین رسید، پنجمین کاهن اعظم سؤالی کرد:

از تمام راهبان می‌فواهم تا تپه‌به‌شان را در یک قطعه بیان کنند.

شبن هسویی، ارشد راهبان که خردمندی برجسته می‌نمود، شعری سرود و آن را در جمع برخواند.

بدن همان درخت بُری است
ذهن آینه شفاف است در نظاره گاهی
هشیار باش که دائما آن را پاک کنی
و نگذاری هیچ غباری بر آن بنشیند.



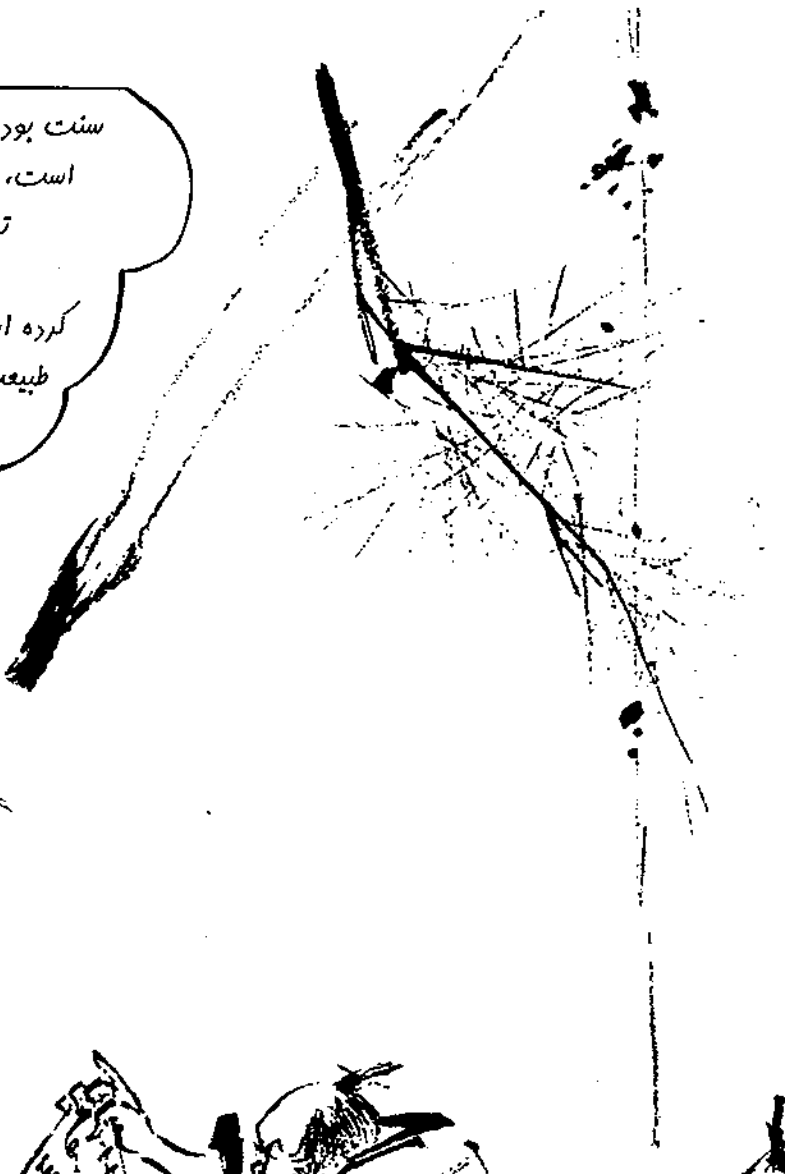
این قطعه بسیار تشویق شد، اما...

این قطعه ظاهراً آراسته، اما کم‌مایه است. من قطعه خودم را فواهم نوشتم.

در اصل نه درخت بُری وجود دارد
و نه نظاره گاهی که آینه شفاف در آن باشد.
چون همه چیز از ازل قالی است
چه چیز وجود دارد که غباری بر آن بنشیند؟



سنت بودایی شمال چین که پیرو دیدگاه هنری
 است، معتقد به پیشرفت تدریجی به وسیله
 تصفیه دائم ذهن است، اما آموزه‌ای
 که هوئی ننگ برای اولین بار بیان
 کرده است، نشان می‌دهد که انسان دارای
 طبیعت بوداست و اصولاً نیازی به تزکیه
 ندارد. این دو قطعه تفاوت این دو
 دیدگاه را آشکار
 می‌کنند.



هنگامی که هوئی ننگ ششمین
 کاهن اعظم شد، این اتفاق با اینکه
 مخالف تمام ضوابط نظام رسمی
 مذهبی بود، اما آیین بودایی دقیقاً چینی
 را بنا نهاد. ابطال بنیادین روش آموختن
 به وسیله متون که پیش‌تر در
 سادگی و شوخ‌طبعی آیین
 تائو رد شده بود، سلسله‌های
 بزرگ ذن را بنیان نهاد.

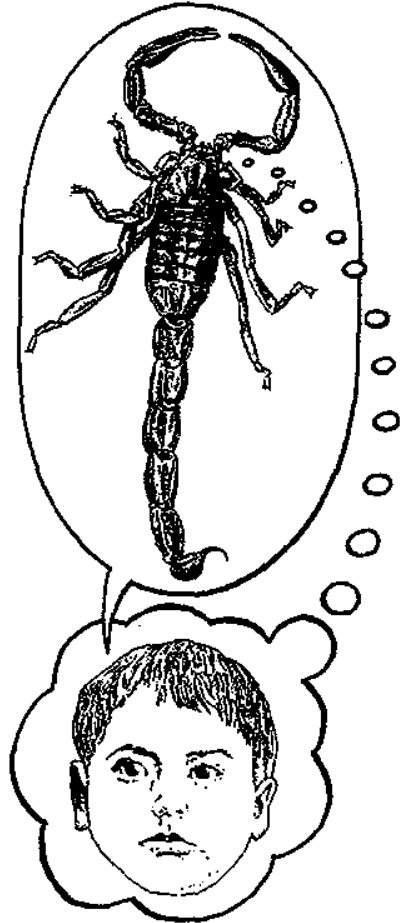


هوئی ننگ
 در حال پاره کردن
 متون مذهبی

روش‌های ذن

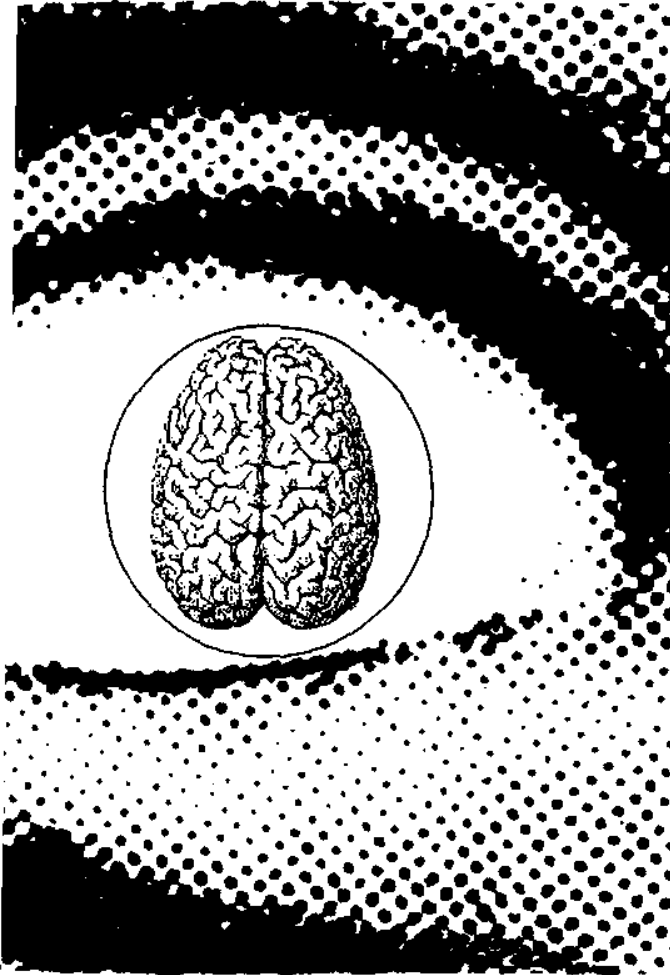
هوایی‌ننگ دوستون سلوک ذن را پایه نهاد: مراقبه ذاذن و آموزش کوآن.

آموزش کوآن



آموزش کوآن تحولی کاملاً جدید و منحصر به ذن بود. یک کوآن ممکن است کلامی از بودا باشد، یا تعلیمی درباره آگاهی ذن و یا فرازی از زندگی یک معلم. هر کوآن به طبیعت نهایی واقعیت اشاره می‌کند. یک پارادوکس، هراندازه از تفکر منطقی یا عقلایی فراتر رود، طبیعی‌تر می‌شود.

ذاذن



مراقبه ذاذن اصلاً شبیه همان شیوه‌هایی است که فرقه‌های دیگر نیز می‌آموزند. در ذاذن، درک خردمندانه طبیعت بودا می‌تواند به تصدیق مستقیم و شخصی حقیقت بیانجامد.

اولین کوآن، سخنی از هوئی ننگ بود. راهبی از او پرسید:

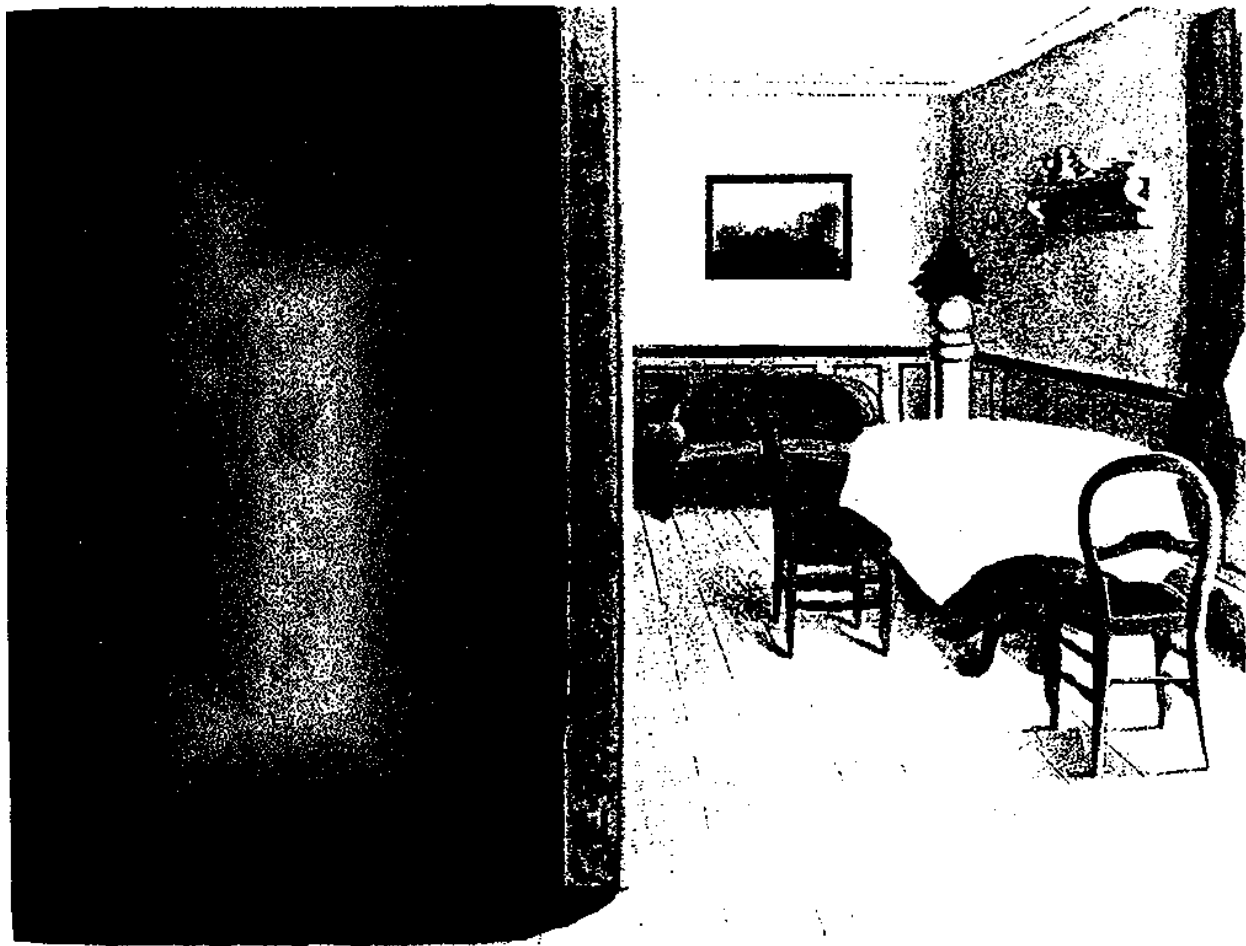
چگونه از غفلت فلاح شوم؟

از دویدن در پی چیزها بس کن، از فکر کردن درباره اینکه چه چیز درست است و چه چیز نادرست، بپرهیز. در همین نقطه از زمان، تنها بین که هویره واقعی تو، پیش از آنکه پدر و مادرت به دنیا بیایند، به چه میمانست.



ما عادت کرده ایم برای هر سؤالی، جوابی عقلانی بسازیم و وقتی که می فهمیم هیچ جواب مناسبی برای سوال وجود ندارد، گویی ضربه ای ناگهانی بر ما وارد شده است. آموزش کوآن مشخصاً برای این تنظیم شده است که روند خردورزانه را دور بزند و مستقیماً واقعیت را تجربه کند.

پاسخ یک کوآن معمولاً تک جمله‌ای شوخ طبعانه به نظر می‌رسد، اما برای شاگردانی که در کوآن غرق شده‌اند، این تجربه، «بودن یا نبودن» است. کتاب‌هایی هستند که پاسخ‌های «صحیح» کوآن‌ها را فهرست کرده‌اند، اما بدون طی مراحل عقلی که به فروریختن عقل تحلیل‌گر می‌انجامد، دانستن عقل‌ورزانه جواب‌ها بی‌فایده است.



با این حال، سنتی که چنین زنده مانده بود، بعدها مبدل به یک آیین شد. تمام جزئیات سلوک، قاعده‌مند شدند و آموزش کوآن یک اقدام رسمی آیینی گردید. در حوالی قرن دهم میلادی، آیین بودایی در چین قدرت خود را از دست داد. کاهنان عمدتاً درگیر برگزاری مراسم ازدواج یا تدفین و مبارزه با ارواح شیطانی بودند. تا این زمان، روح زنده سنت به ژاپن منتقل شده بود.

ذن در ژاپن

آیین بودائی در حوالی قرن ششم میلادی همراه با چینی شدن سریع همه چیز در ژاپن، وارد آن سرزمین شد. چین فرهنگی فوق‌العاده پیشرفته بود و حکام ژاپنی احساس کردند کشورشان عقب مانده است. ژاپن شیوه الفبایی خاصی نداشت تا هنگامی که این شیوه را از چین وارد نمود. با این حال، تا قرن بیستم، ژاپنی‌های متون مذهبی بودایی را ترجمه نکردند.





فرهنگ ژاپنی هیچ وقت مشتاق آموزه‌های عقبایی نبود. مذهب بومی ژاپن، شیئتو بود که شاخص آن، کثرت خدایان یا کامی است. همه دَره‌های رمزآلود، کوه‌ها، سنگ‌ها، درختان کهن، مارها، تندر و یا آتش مقدس تلقی می‌شدند، چرا که خویشاوندان بنیادین واقعیت بودند. توسل به این طبیعت بنیادین که پای کامی را به میان می‌کشید، بخشی از شخصیت ژاپنی بود. هیچ بخشی از زندگی روزانه خالی از رابطه با خدایان نبود: خانه کامی خود را داشت و آتشدان کامی خود را. هرکاری که مردم می‌کردند پیوندی با دنیای یرین برقرار می‌ساخت. تصورات انتزاعی دربارهٔ ساحتی غیرمادی جدا از دنیای واقعی، برای فرهنگ، ژاپنی غریبه بود.

آموزش ذن

نان‌این، یک معلم متأخر ذن، یک استاد دانشگاه را ملاقات کرد.



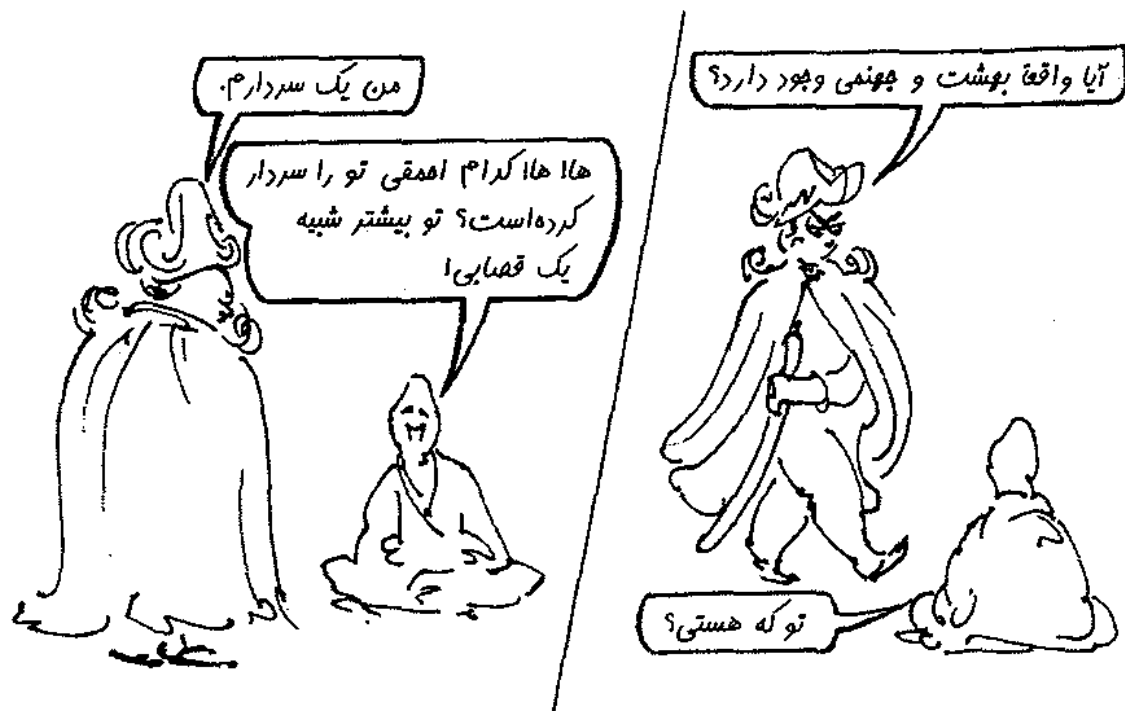
نان این چای را آماده کرد و فنجان استاد را پر کرد تا جایی که سرریز شد. استاد با وحشت نگاه می‌کرد و سرانجام نتوانست جلوی خود را بگیرد.





ذن با تأکید بر اهمیت «اینجا و اکنون»، خود را با فرهنگ تطبیق داد. آموزش ذن همواره پر از تضاد و معمولاً طنزآلود است، از مثال‌هایی از زندگی عادی در این دنیا استفاده می‌کند و از آنها منظور خود را نتیجه می‌گیرد. معلمان ذن در بازگرداندن شاگردان‌شان از طرز تفکر عادی کاملاً بی‌باک بودند. روش‌های آنها غیرمعارف و گاهی اوقات خشن به نظر می‌رسد.

داستانی وجود دارد از جنگجویی که نزد هاگوین، معلمی که در قرن هشتم میلادی می زیست، رفت.



سردار خشمگین شد و خواست شمشیر بکشد، ولی هاگوین به آرامی گفت:

سامورایی شمشیرش را غلاف کرد و عمیقاً تعظیم کرد.



اینجا درهای بوشت باز می شود.

اینجا درهای هونم باز می شود.



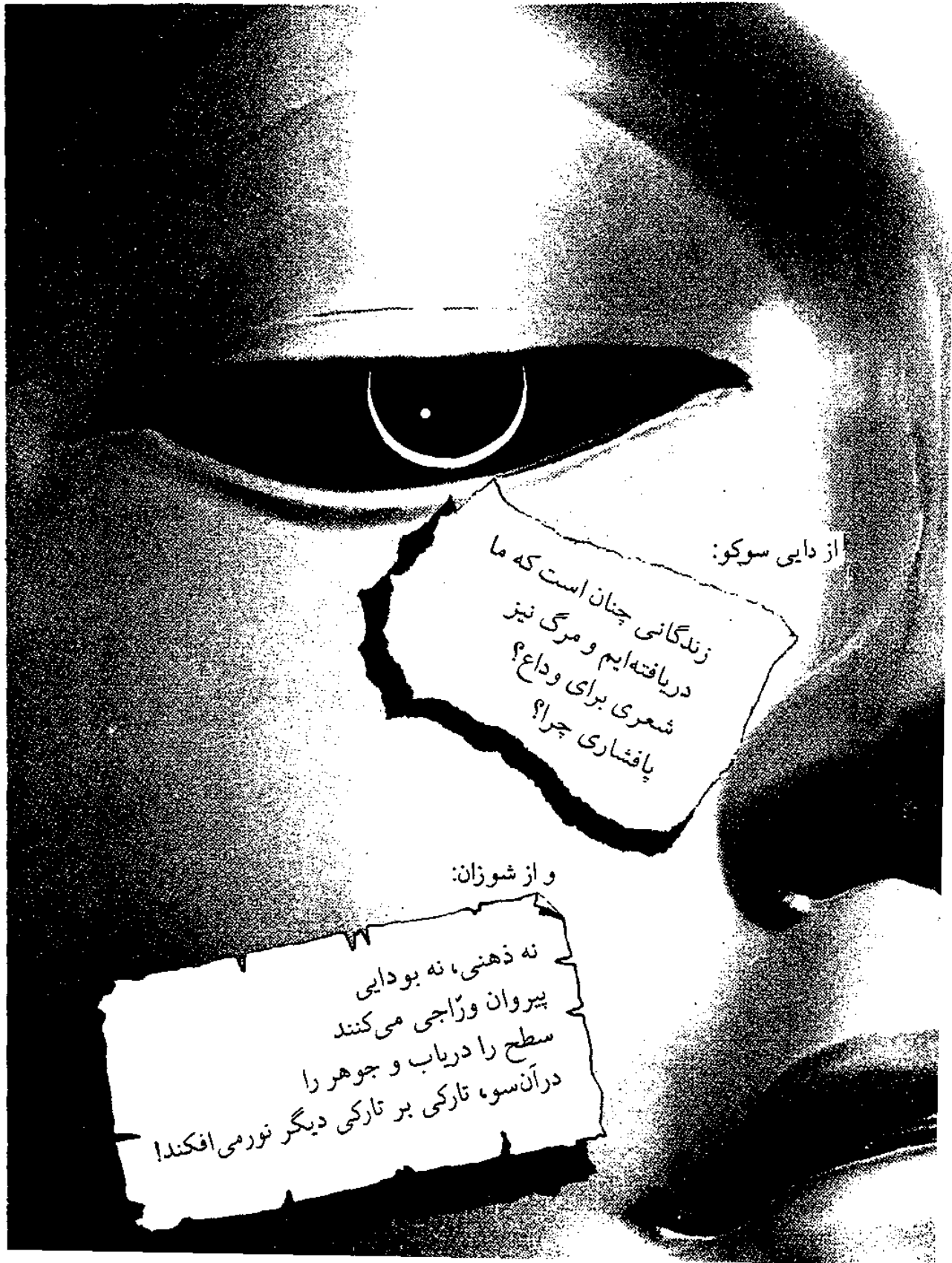
فرای من! او از مرگ نمی ترسد.

سلوک ذن این قدرت را می دهد که مرگ را چهره به چهره دید. به عنوان آخرین پیام به شاگردانشان، بسیاری از استادان ذن شعرهایی درباره مرگ می خوانند.



از سگی شی تزو:

پنجاه و سه سال است
که این گاوبی دست و پا مهار شده است
اینک پابرهنه می خرامد
پوچ - چه اندازه بی معنی



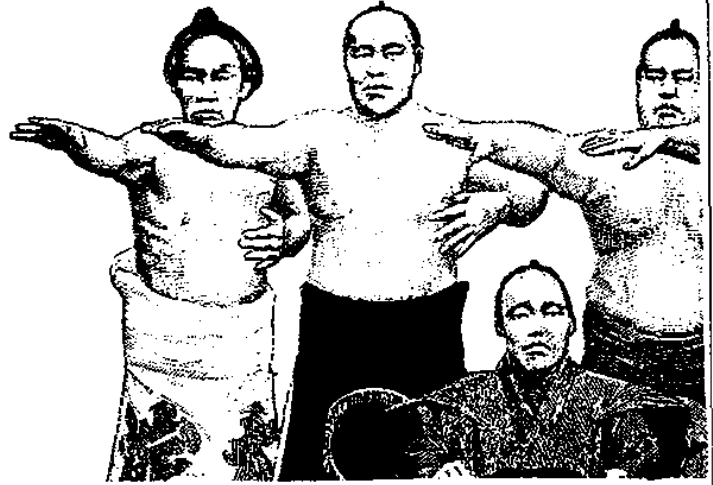
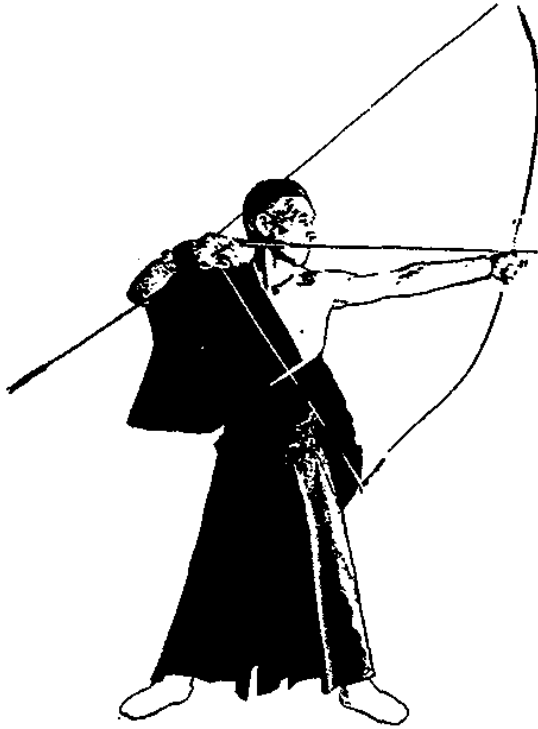
از دایی سوکو:

زندگانی چنان است که ما
دریافته ایم و مرگ نیز
شعری برای وداع؟
پافشاری چرا؟

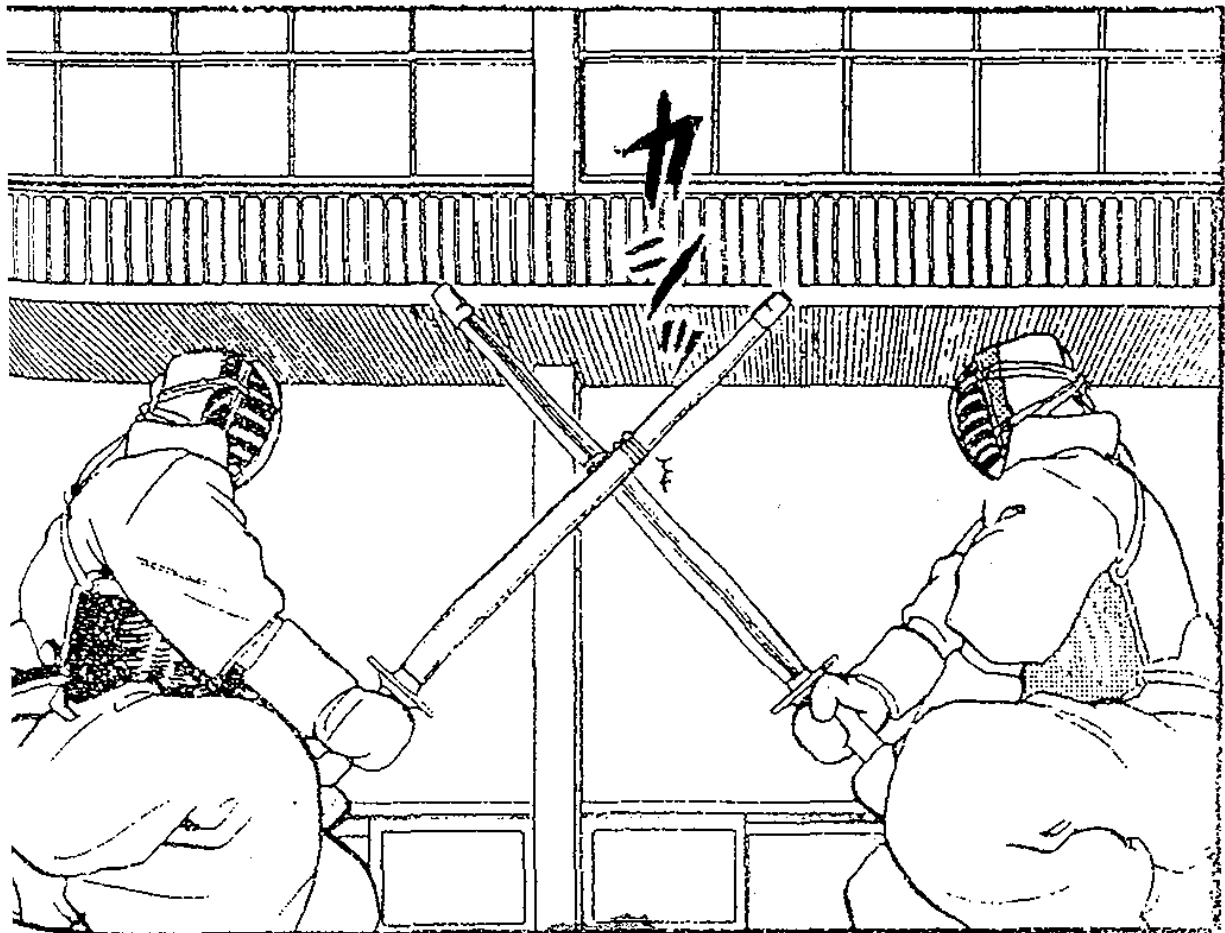
و از شوزان:

نه ذهنی، نه بودایی
پیروان و راجی می کنند
سطح را دریاب و جوهر را
در آن سو، تارکی بر تارکی دیگر نور می افکند!

آرامشی که در چهره مرگ بود، جنگجویان سامورایی را به سوی ذن جلب کرد.

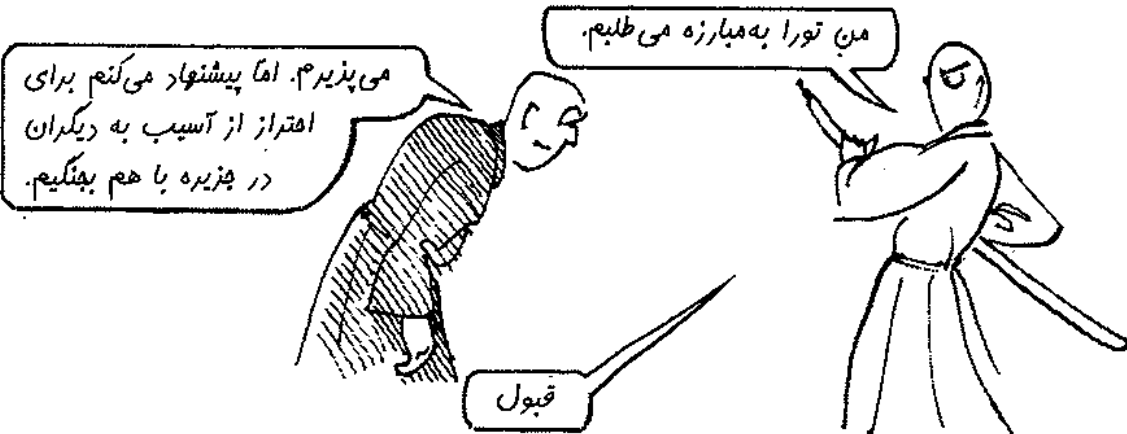
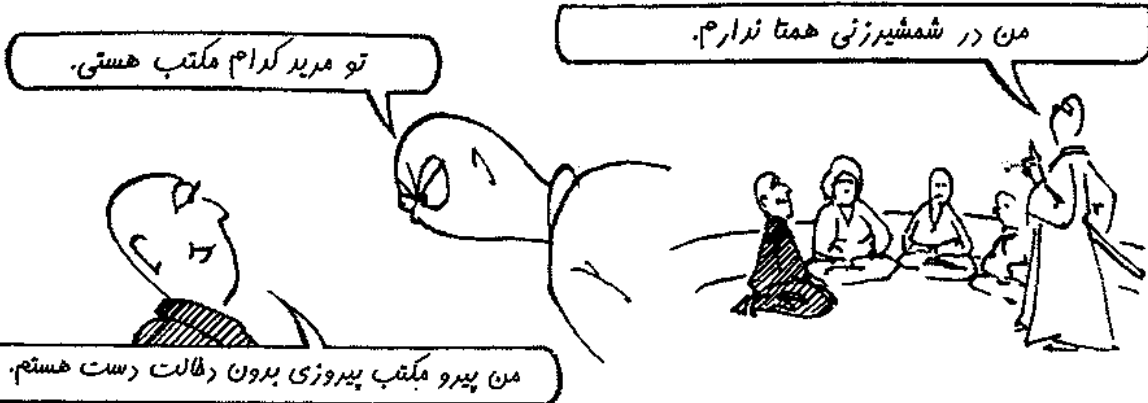


آیین بودایی بر شیوه جنگ اثر گذاشت: پیروزی می توانست بدون کشتن دشمن حاصل شود. هنرهای رزمی ژاپنی راههایی به سوی معرفتند و تجاوزگری جایی در آنها ندارد.

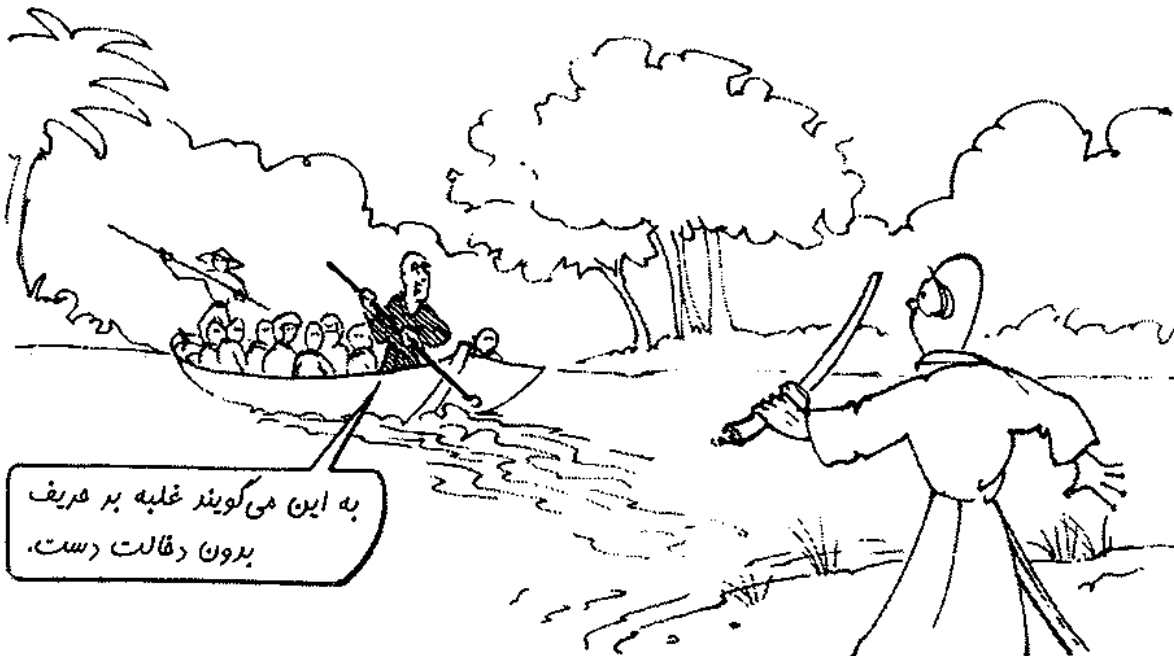


برای مثال داستانی دربارهٔ یک سامورایی به نام بوکودن نقل شده است. او همراه دیگران بر بلمی کوچک سوار بود.

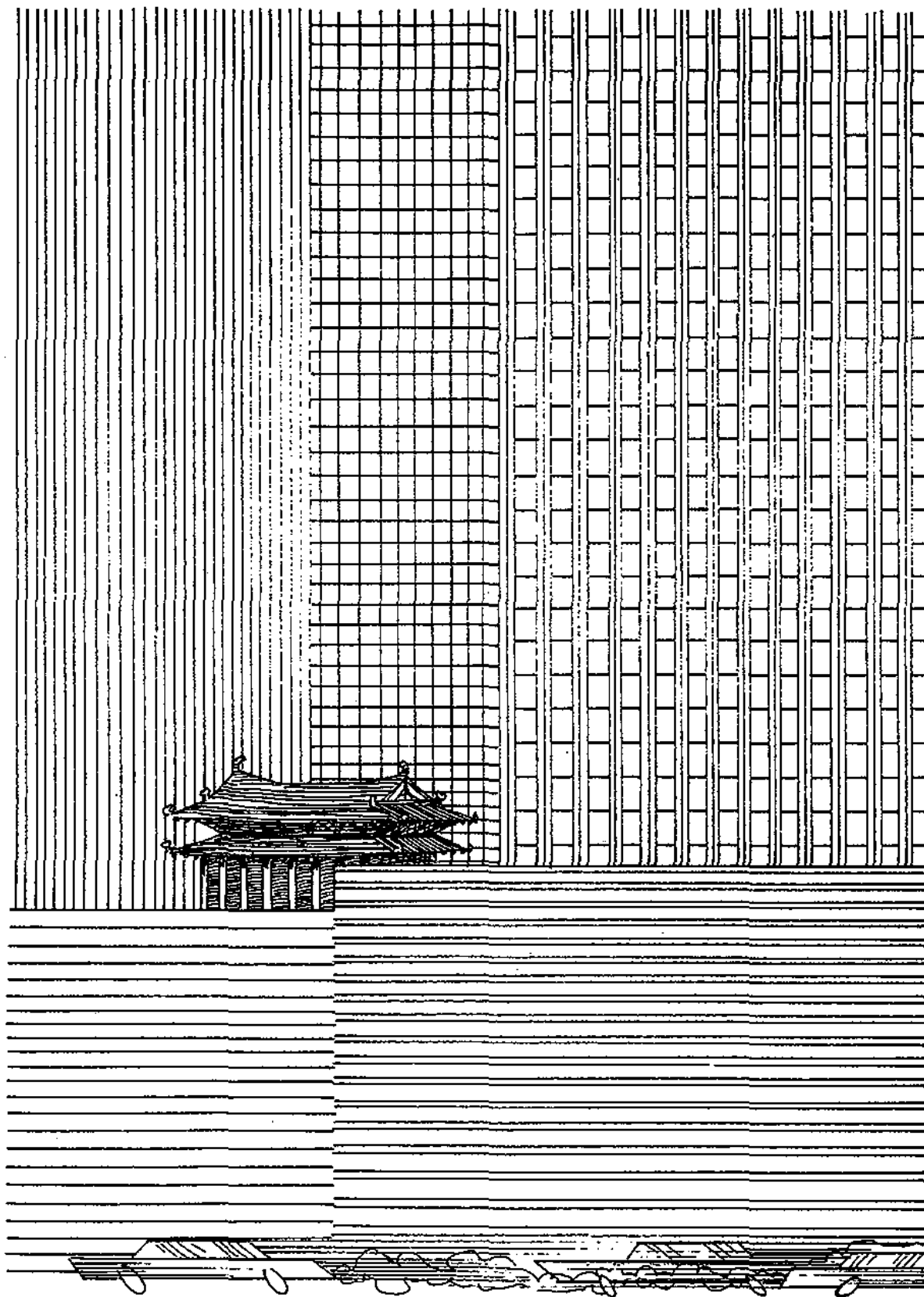
شمشیرزنی سوار بر قایق لاف می‌زد:



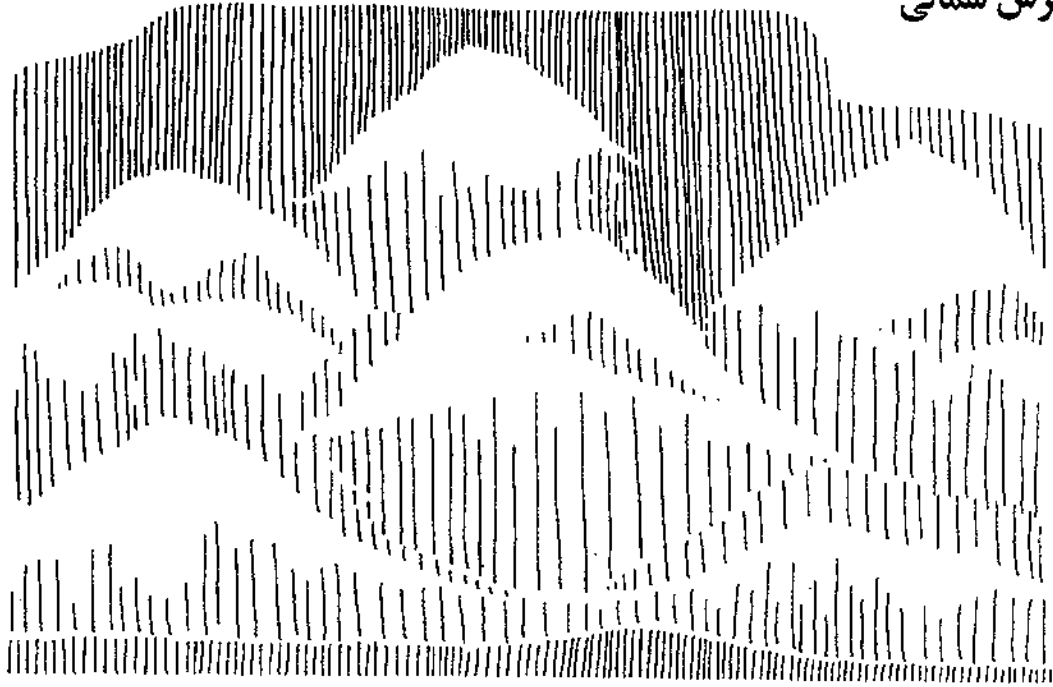
وقتی که قایق به ساحل رسید، او بیرون پرید، گارد گرفت و شمشیر کشید. بوکودن برخاست و تظاهر کرد که می‌خواهد به دنبال حریف از قایق پیاده شود، اما قایق را در جریان آب انداخت و با فریاد به مرد شمشیرزن گفت:



ذن، تا امروز به تأثیرگذاری بر تمام ابعاد فرهنگ ژاپنی ادامه داده است. آیین بودایی کهنه نشده، هنوز در حال تغییر است تا با شرایط دگرگون نظم نوین جهانی، مواجه شود.



سومین گردش چرخ - و اجرا یانا گسترش شمالی



تبت را «بام دنیا» نامیده‌اند، اما تبتی‌ها کشور خود را «سرزمین برف‌ها» می‌نامند. قسمت اعظم این کشور بر فلاتی با ارتفاع بیش از ۴۵۰۰ متر واقع شده است و به وسیله رشته کوه‌هایی مهیب احاطه می‌شود. کوه‌ها، موجودات سربرفلک کشیده‌ای که از فراز دنیای انسان‌ها، افق‌ها را زیر چشم دارند، همواره مکانی برای اقامت خدایان پنداشته شده‌اند.

بُن - مذهب اولیة تبت

مذهب اولیة تبت، «بُن» نام داشت. معنویت بُن در شکل واقعیتهای کیهان‌شناسانه متجلی شده است؛ نه خدا دنیا را آفریده‌اند. دنیایی که در آن تولد، مرگ، ازدواج و بیماری هر کدام جایگاه ویژه‌ای دارند. اگر پرستنده از طریق آیین‌ها خود را به خدایان بشناساند، می‌تواند دستورات کیهانی را اجابت کند. با اطاعت از خدایان بُن، با شیوه‌های مناسب، انسان می‌تواند خدایان را به عنوان حامی و مدافع خود بخواند.



خدایان بُن به پرده نقاشی حیرت انگیزی می مانند: برای مثال، زاه خدای نیروی روانی، برق های آسمانی و دانه های تگرگ است و موجب صرع و دیوانگی می شود. او خدای جادوان است و با اژدهاها پیوند دارد. زابیر تمساحی خشمگین سوار است و بالای صورت های هجده گانه او، سرکلاغی است که تیرهای صاعقه را پرتاب می کند. کمند او یک مار است و در مشک خود، آب های زهر آلود دارد او یک دسته تیر در دست دارد، او دهانی بزرگ روی شکمش دارد و بدنش از چشم پوشیده شده است.



འོ། །སྐབས་སྐབས་ཀྱི་ལོ་ལྷན་ལོ་སྐབས་སྐབས་ཀྱི་ ། །
 ལྷན་སྐབས་སྐབས་ཀྱི་ལོ་ལྷན་ལོ་སྐབས་སྐབས་ །

نخستین تلاش‌ها برای آوردن آیین بودایی به تبت با شکست روبرو شد. تبتی‌ها بسیار عمل‌گرا و مادی - عمدتاً کشاورز - بودند و نظام بُن برای آنها کفایت می‌کرد. دین‌ورزی به آنها پیوند جادویی بازمینی که بر آن زندگی می‌کردند، بخشیده بود.



ما هیچ‌دریغی برای جلب
شرف به سوی چیزی که مجموعه‌ای
از معماهای فلسفی به نظر
می‌رسد نمی‌بینیم.

آیین بودایی به تبت می آید

حکام تبت، آیین بودایی را به این سرزمین آوردند. آنها برای این کار دلایل مذهبی نداشتند، بلکه می خواستند فرهنگ برتری را که در قلمروهای بودایی مجاور دیده بودند، کسب کنند. در قرن هشتم میلادی، پادشاهی به نام تری سونگ دتسن، دانشمند هندی، سنتیراکسیتا، را به تبت دعوت کرد.



افسانه ها می گویند ماندن او در تبت نحوست به همراه داشت و او بعد از چند سال بی ثمر، به هند برگشت. چندی بعد، یک استاد هندی دیگر دعوت شد که پدما سمبها یا «زائیده نیلوفر آبی» نام داشت.

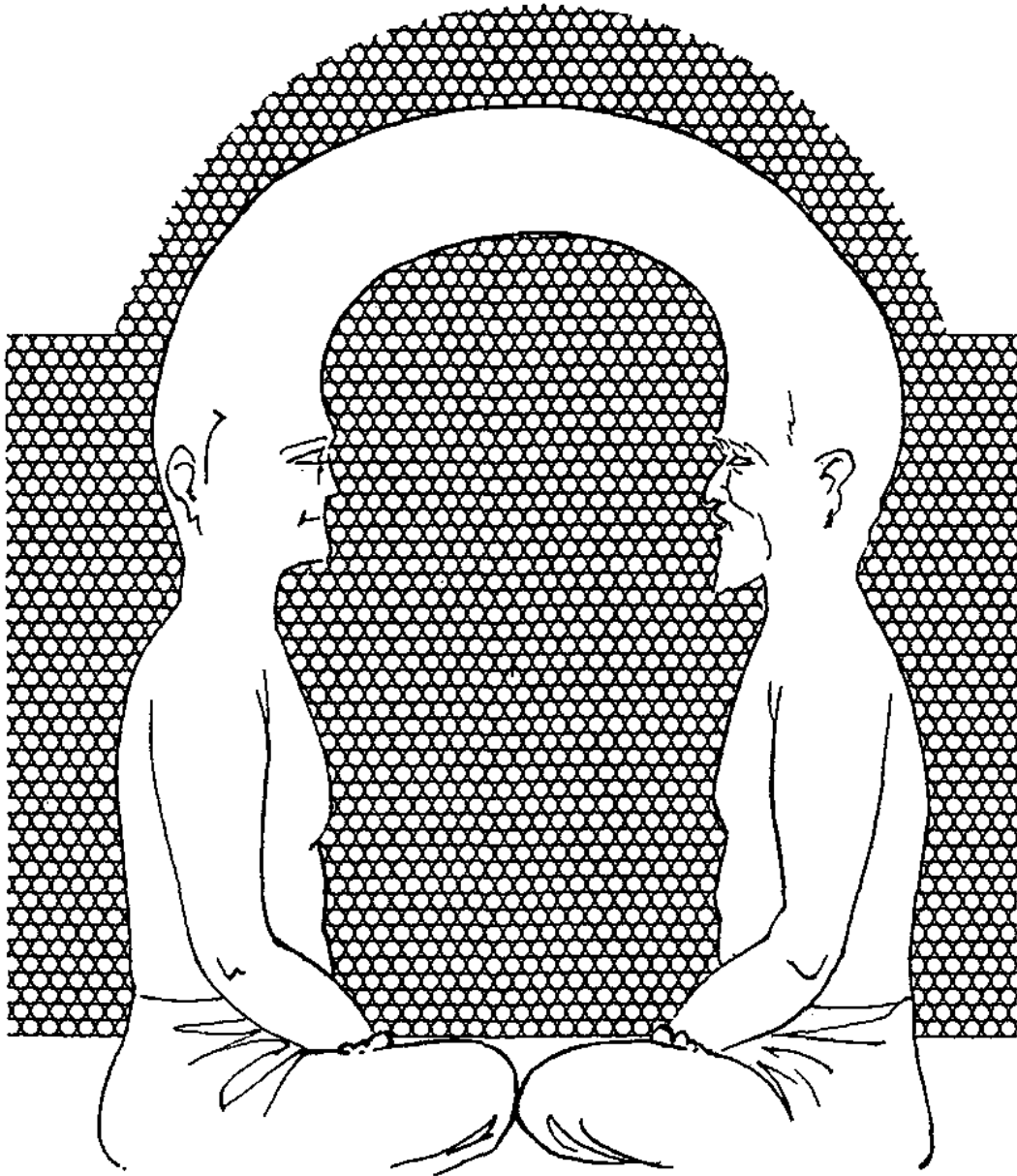


در زمانی که سنتیراکسیتا یک راهب معمولی بر خاسته از سنت هینایانا / مهایانا بود، پدما سمبها یک سیدای تترایی بود، یعنی کسی که سلوک و اجراییانا را که تترای نیز نامیده می شود، به اتمام رسانده بود.

واجرایانا

واجرایانا سومین گردش چرخ است و قدمت آن به قرن اول بعد از میلاد می‌رسد. این گردش اگرچه اصلاً قسمتی از سنت سراسر جهان بودایی است، اما عمدتاً در ناحیهٔ هیمالیا به آن می‌پردازند.

ویژگی واجرایانا وجود روشی است که تجربهٔ دقیق بیداری را به زندگی روزمره می‌کشاند.



این تجربهٔ مستقیم از حالت ذهن به روشنی رسیده، آن هنگام به وسیلهٔ معلم منتقل می‌شود که شاگرد برای دریافت آن به قدر کافی وسعت یافته باشد. وقتی «تماس اذهان» یا انتقال واقع می‌شود، شاگرد درکی لحظه‌ای، مستقیم و انکارناشدنی از طبیعت حقیقی ذهن به دست می‌آورد. معلم عرضه می‌کند و شاگرد می‌فهمد.

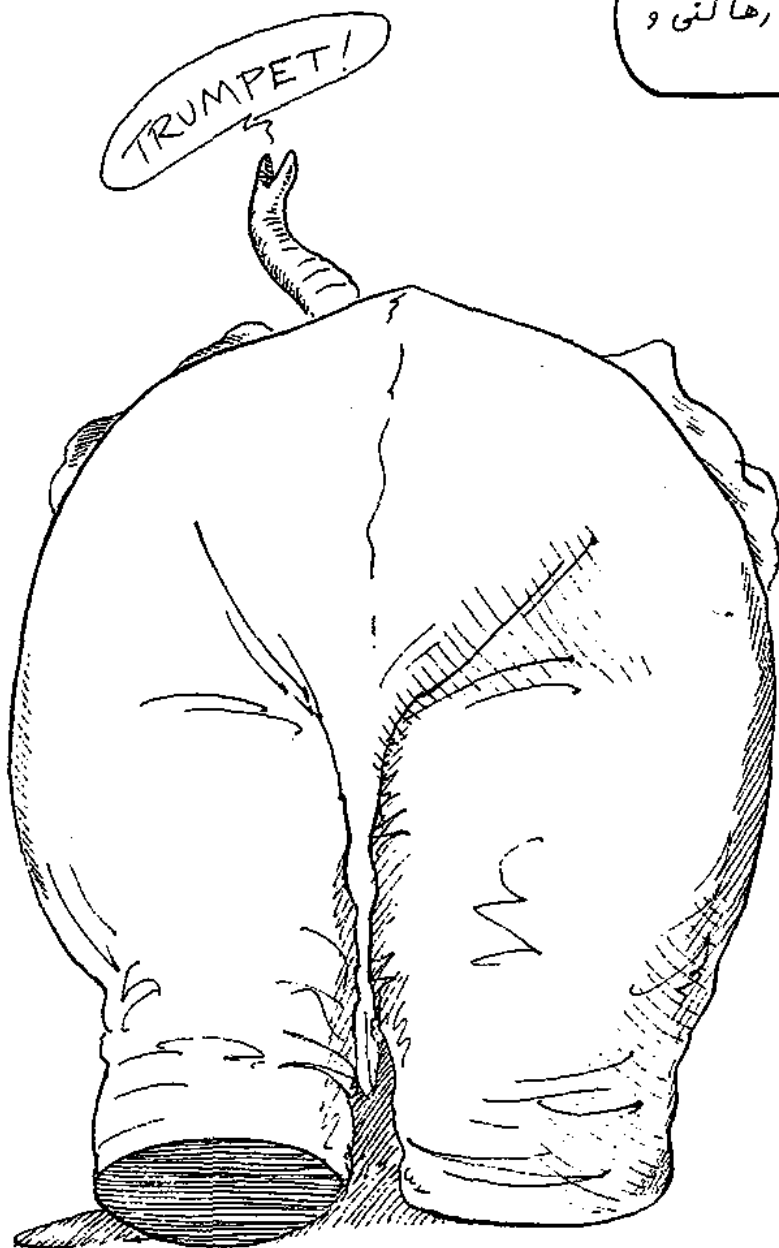
درک حقیقی از طبیعت ذهن تنها زمانی ممکن است که این درک از قلب استاد مستقیماً به قلب شاگرد منتقل شود.



وقتی آن انتقال واقع شد مطمئن شوای شد که
پیش از این نیازی نیست که به دنبال چیزی بیرون از خود بگردی.

همانگونه که پترول ریمپوچا، معلم معروف تبتی گفت:

درست مثل اینکه فیل را در فانه رها کنی و
بدنبال ردپایش، به بیرون بروی.



در واجرایانا تمام موقعیت‌ها می‌توانند به‌عنوان راهی روحانی مورد استفاده قرار بگیرند. سنت حاوی میراثی غنی است از مردمانی با گونه‌های مختلف زندگی که به روشنایی رسیده‌اند:



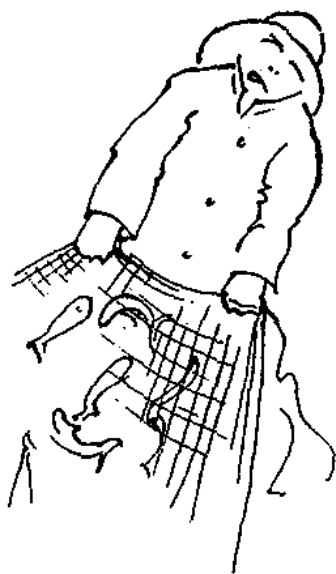
داشمندان



پادشاهان



پاندازان



ماهگیران



خانه‌داران



گدایان

جوهره واجرایانا این است که هر موقعیتی می‌تواند به‌عنوان راهی برای بیدار شدن مورد استفاده قرار گیرد. واجرایانا می‌آموزد که انرژی را نباید سرکوب و ضایع بلکه باید آن را به منظور هماهنگی با مظهر انرژی، متحول کرد. هیچ چیز، حتی «خوبی‌های متعارف» نمی‌تواند نقطه مرجعی برای تکیه کردن باشد.

پدما سمبھوا

مدرک محکمی وجود دارد که نشان می‌دهد پدما سمبھوا یک شخصیت تاریخی بوده است اما به هر حال داستان معرفی آیین بودایی به تبت توسط او، چنانکه در مورد بودا پیش آمده، اکنون جنبه نمادین پیدا کرده است.



گفته می‌شود پدما سمبھوا به طور معجزه آسایی متولد شد. او ناگهان چون کودکی هفت ساله در میان یک گل نیلوفر آبی در میان یک دریاچه پدیدار شد. حقیقت نمادین، واقعیت خود را دارد. آنچه در این افسانه بیان شده است، طبیعت ناگهانی و خودجوش ذهن روشن شده است و زیبایی و تازگی آن در این است که بی هیچ نیازی به جستجو، ناگهان پدیدار می‌شود. غیرمنتظره بودن کشف ذهن به روشنایی رسیده، جوهره تعلیمات پدما سمبھوا است.

وقتی که پدماسمبهاوا به تبت آمد کشور پذیرای تحولات بود، اما نیروهای زیادی در کشور، با مذهب جدید مخالفت کردند. این نیروها بعدها به صورت شیاطین تصویر شدند. شاید در ۵۰۰ سال آینده، «مصرف‌گرایی» و «سکولاریسم علمی» در هیأتی شیطانی مجسم شوند.



پدماسمبهاوا این نیروها را درهم نکوید، بلکه آنها را مهار کرد و به محافظت از آیین بودایی در تبت گماشت. بدین ترتیب بسیاری از شمایل‌های وحشتناک هنر تبتی، دشمنان پیشین آیین بودایی هستند، کسانی که اکنون نقش محافظان آن را ایفا می‌کنند. در مغرب زمین، این شیاطین به جای آنکه به محافظان دین تبدیل شوند، در دوره تعقب‌های سخت مخالفان مذهبی نابود شدند.



داستان پدماسمبها روشن
 می‌کند که واجرایانا
 هیچ چیز را به منظور رهایی
 آدمیان طرد و ترک نمی‌کند.
 معلمان واجرایانا
 نمی‌کوشند شاگردان خود را
 دگرگون کنند، بلکه به آنها
 نشان می‌دهند که چگونه
 انرژی روشنایی یافتگی از
 ابتدا جزئی از دغدغه‌های
 عمیق آنها بوده است. بدین
 ترتیب خشم می‌تواند به
 شعور تیزبین، غفلت به
 آرامش بی‌آشوب و شهوت
 به گرمای همدلی بدل شود.
 آنچه شاگردان بزرگ‌ترین
 نقطه ضعف خود می‌دانند،
 می‌تواند بذر ذهن روشنایی
 یافته انگاشته شود.



یکی از صورت‌هایی که پدما سمبها به خود می‌گیرد، هیأت مرشد «خرد دیوانه» است. در این هیأت، او با شمایل خشنماک، سوار بر بیر ماده بارداری ظاهر می‌شود. خرد دیوانه کاملاً جسور است؛ مهارت او آن است که می‌تواند با توجه به موقعیت، عکس‌العمل‌های فی‌البداهه نشان دهد. اساساً این‌گونه خرد بر هیچ آموزه انضباطی خاصی اصرار نمی‌ورزد و کاملاً خرد جوش است و بی‌هیچ قضاوتی، به مقتضای موقعیت عمل می‌کند.



نام دیگر معلم خرد دیوانه «سیدا» است، یعنی کسی که به قدرت‌هایی - چه جادویی و چه معنوی - دست پیدا کرده است. سیداها پیشینه‌های متفاوتی دارند. بسیاری از آنها به طبقات پست اجتماعی متعلق بودند و در مشاغل حقیر کار می‌کردند و معمولاً به آداب و رسوم رهروان درست آیین بی‌اعتنایی می‌کردند. هر حرکتی را به عنوان توصیف طبیعت بودا می‌انگاشتند و هر موقعیتی برای آنها فرصتی ارائه می‌کرد تا ذهن روشن را پرورش دهند.

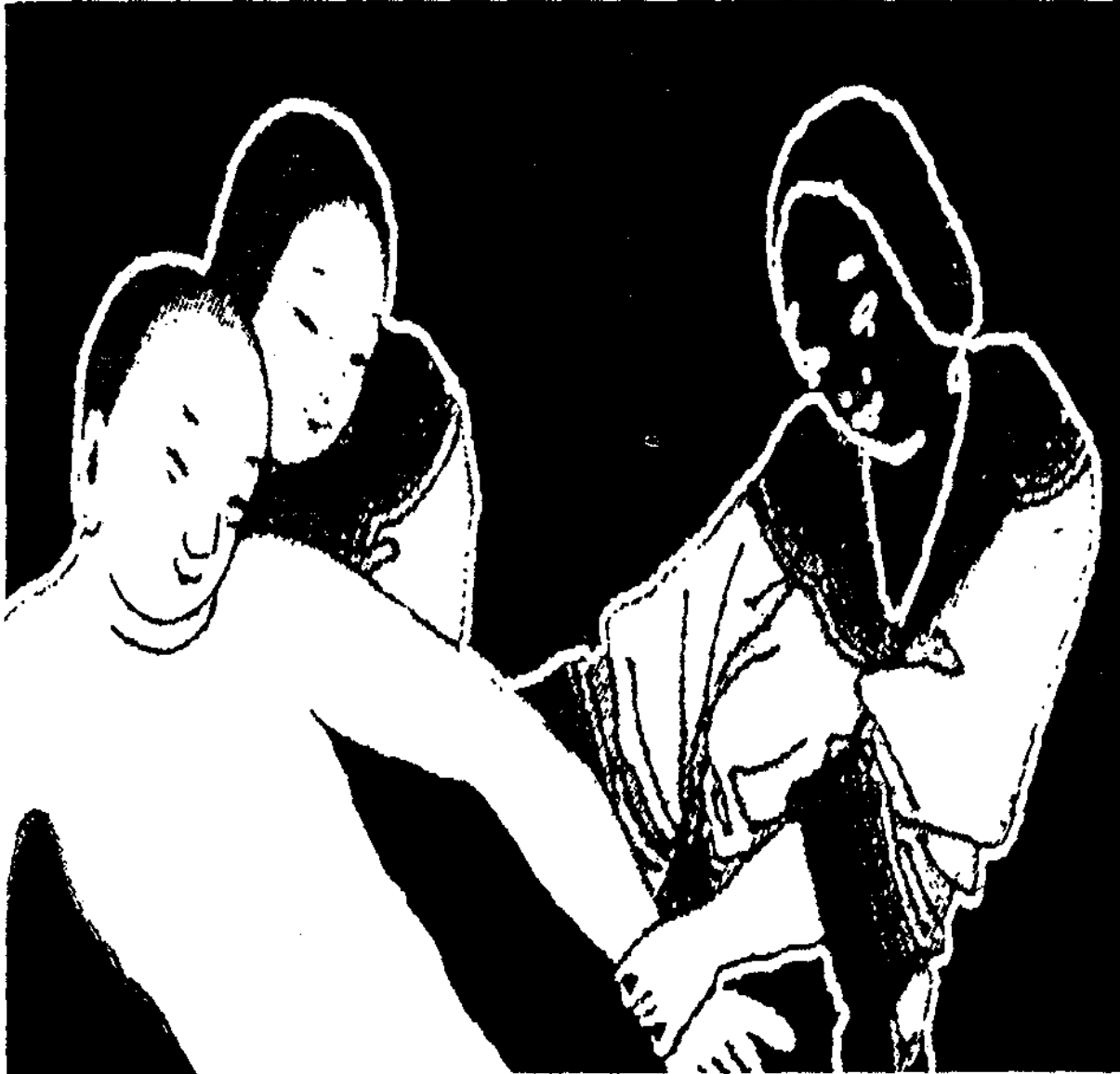
بسیاری از داستان‌های مربوط به سیدها با توصیف کسی آغاز می‌شود که زندگیش کاملاً آشفته است. معلمان می‌آموختند که ممکن است بزرگ‌ترین عیب شخص، به یک امتیاز در کسب آزادی تبدیل شود به همین دلیل به شخص تنبل تمریناتی داده می‌شد که در حال دراز کشیدن نیز قابل انجام باشد و به کسی که عادتاً دروغ می‌گفت، آموزشی مبنی بر بطلان نمودهای معمول داده می‌شد.



به شاهان، شاهزادگان، قماربازان، دائم‌الخمران و روسپیان، به همه تمریناتی در خورد نیازها و موقعیت‌های شخصی‌شان داده می‌شد.

تبدیل هوس‌ها

لذت عموماً دشمن معنویت انگاشته می‌شود. اما رهیافت تنترا در این مورد بسیار متفاوت است. تنترا به جای تلقی هوس و لذت به عنوان چیزهایی که باید از آنها دوری کرد به نیروی عظیمی اذعان دارد که از هوس برمی‌خیزد و در راه معنوی چونان منبعی حیاتی است. تنترا در جستجوی تغییر هر تجربه است. مهم نیست منشأ این تجربه چه باشد و چه اندازه با مذهب بودایی متفاوت به نظر برسد.



در وایرایاما هیچ معیار معنوی منضبطی وجود ندارد که از لذات روزمره زندگی تبری بجوید. مسئله، تجربه لذت نیست، بلکه مسئله مغلوبیت و تعلق خاطری است که ارضای خاطر شخص را نسبت به نیازهای دیگران اولی‌تر می‌نماید.

تترای جنسی

ششمین دالایی لاما گفت:



اگر قاطر کسی متوجه درما بود
به همان شرت که متوجه عشق است
بودا می شر
در همین بدن و در همین زندگی



بسیاری از غریبون با دیدن هنر تبتی که خدایان را در آغوش هم نشان می دهد، به غلط می پندارند آئین بودایی تبتی به این مسائل بسیار توجه دارد. اما این پندار به دور از واقعیت است. در واقع این هنر، تجربه و خدت کامل در هنگام به روشنایی رسیدن را به شکلی نمادین نشان می دهد.

در هر حال، تمایلات مادی مردود شمرده نشده‌اند و به عنوان بخشی از طریقت استفاده می‌شوند. برای مثال یکی از سیدها بنام بیهاها به عنوان فرد خوشگذران توصیف شده بود معلم او به او آموخت:

بعد از ۱۲ سال سکوت در این راه، بیهاها به بیداری دست یافت.



به لذت مادی فقط به منزله یک لقمه فوشی نگاه نکن، بلکه آنان را همچون تجربه‌ای از امر والا در نظر بگیر.

لذت را در پس لذت دریاب و لذت را از قالی بودن کسست ناپزیر بدان.

اما اصالتاً سالک باید تجرد را برگزیند، نه به دلیل انزجار از مسائل مادی یا نفرت از جسم، بلکه باشناختی اصیل از قدرت مهار سلطه‌آرزوی این نوع امیال. با اینحال در واجرایانا، اگر تجرد به ترش‌رویی بینجامد، گرفتن یک همسر توصیه می‌شود.

مراحل مسیر و اجرا یانا

هشدارها

و اجرا یانا، که به گونه‌ای دیگر، تنترا نامیده می‌شود، تعلیمی مخفیانه است. بدون آموختن کامل مراقبه، و بدون انگیزه شفاف برای کمک به سایر مردمان، سلوک تنترا خطرناک و نهایتاً خود ویرانگر است. خرد دیوانه عاری از همدردی ترکیبی مرگبار است. گفته شده است که چارلز مانسون برخی ابعاد تنترا را تجربه کرده بود. او رهبر یک «خانواده» هیپی عجیب و غریب در کالیفرنیا بود که بعدها، در سال ۱۹۶۹ میلادی به قتل فجیع شارون تیت محکوم شد.



به همین دلیل، دربارهٔ سلوک تنترایی هشدارهای فراوانی به شاگردان داده می‌شود. معلم به شاگرد خواهد گفت:

شناختن و اهرایانا شبیه
فوردن یک چوپه تیغی
است؛ اگر شروع کنی،
راهی جز تمام کردن
آن نداری.



داستان رودرا

رودرا، یک داستان سنتی است. رودرا یکی از دو شاگردی بود که نزد یک معلم و اجراییان رفتند و او آنها را بدین گفته تعلیم داد:

به دنیای بیرون بروید و
هر چیزی را تجربه کنید، هر چیزی که
ظاهرآ زشت باشد، اساسات،
شعوت و فشنونت، همه چیز
را، ذات همه آنها را تغییر دهید.
این راه صبیح
و اجراییان است.



رودرا از تعلیم چنین برداشت کرد که می تواند هر کاری که می خواهد، بکند.



من بیرون میروم تا به خمشا، دزدی، قتل و هر کار شر
دیگر بپردازم.

شاگرد دیگر که فهمید تمام آن احساسات منفی حاوی خرد است، به گوشه‌ای رفت تا بر این آموزه تأمل کند. بعد از مدتی آنها نزد استاد برگشتند و آنچه را کرده بودند، بازگو نمودند.

رو در راه، تو تعلیمات مرا نفهمیده‌ای،
آنچه تو انجام داده‌ای اشتباه است.



در تبت کشتن معلم بدترین جرمی بود که کسی می‌توانست مرتکب شود.

نقش معلم

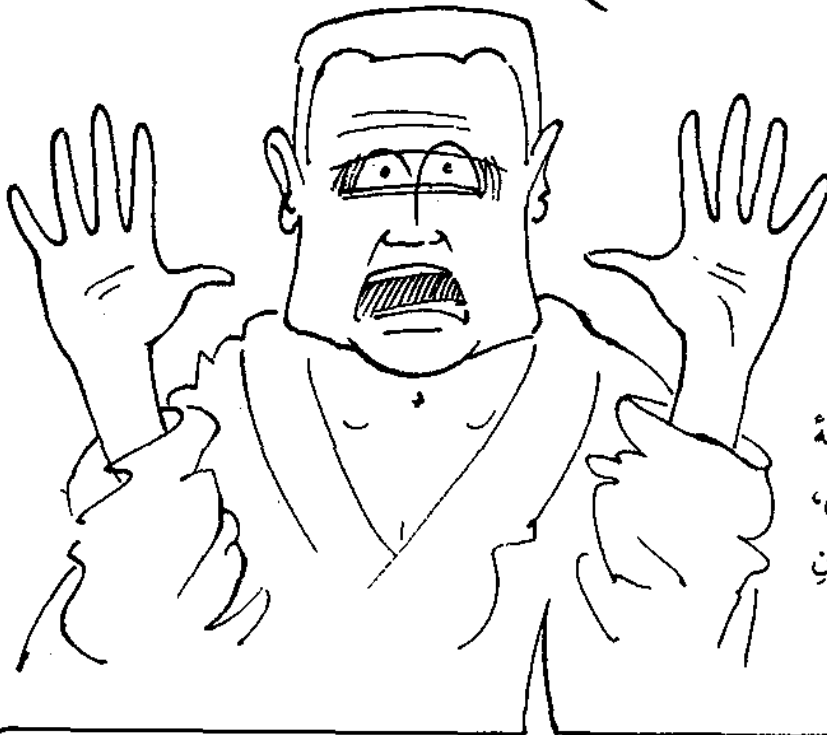
در و اجرا یانا نیز مانند ذن، معلم تجسم زنده بودا تلقی می شود.

من باید بتوانم کیفیت زنده، روشنی را به شاگردانم نشان دهم در غیر این صورت هیچ انتقال اصیلی وجود نخواهد داشت.

من به الگوی احتیاج دارم که مانند من انسان باشد و در عین حال و رای مبرورده فعلی باورهای امکان پذیر من، پرورش یافته باشد.

شاگرد تصویری اجمالی از شعف رهایی را بدست می آورد.

استار و امپرایانا عمیقاً قارق العاره است و توقعاتی که از من دارد بسیار وحشتناکتر است

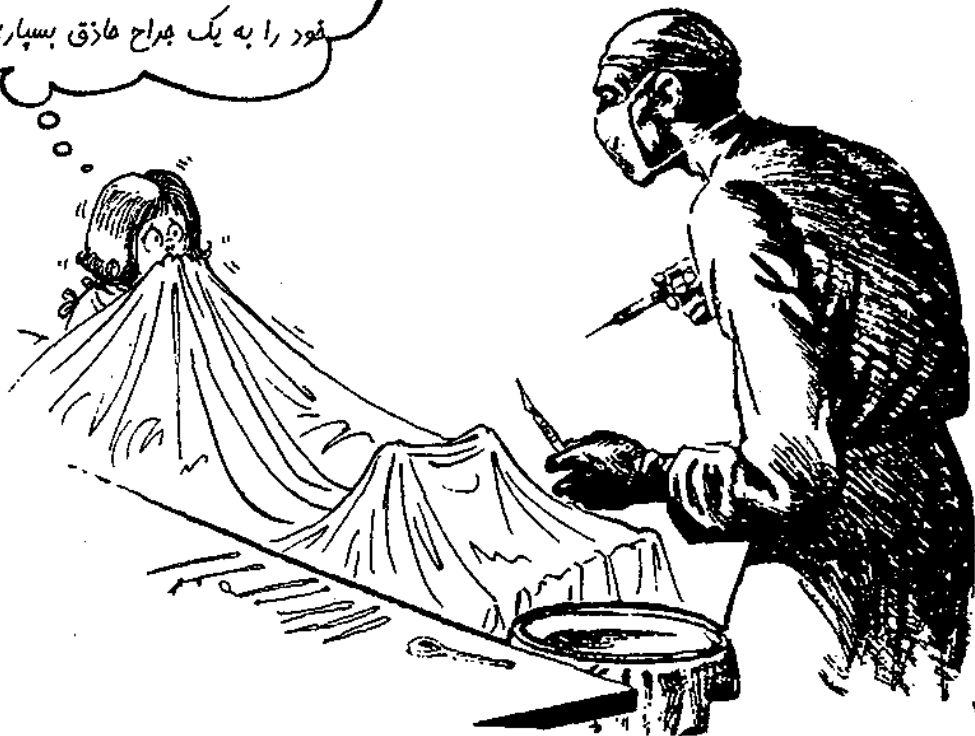


شاگرد به واسطه
آموخته‌های خویش،
وفاداری به حالت ذهن
بیدار را پرورش می‌دهد.

لازم است تسلیم استار شوم تا تمام نشانه‌های دیبستگی را پشت سرگذارم.

این تسلیم، ناشی از وضعیت عدم استقلال نیست، بلکه تصمیمی روشن، برپایه اعتمادی
عظیم است.

درست مانند اینکه در هنگام بیماری زنگی
فود را به یک جراح هازق بسپاری.

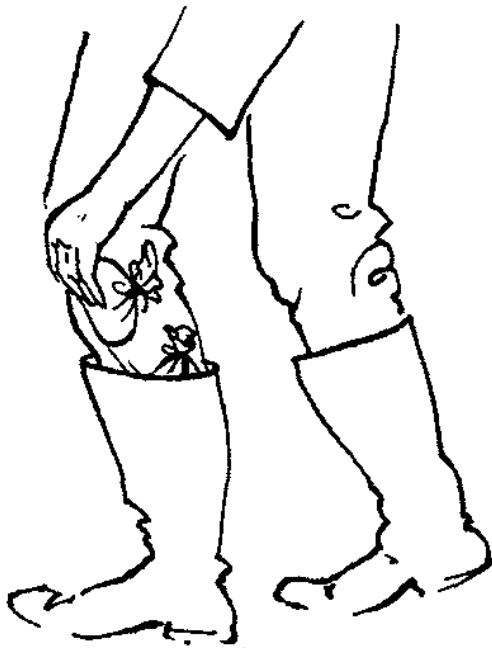


مارپا و میلارپا

داستانی هست که رابطه میان شاگرد و معلم را تصویر می‌کند. مارپا در حوالی قرن یازدهم میلادی، در یک خانواده کشاورز در تبت متولد شد. او کودکی لجباز و عصبی بود. خانواده‌اش گفتند:



او در سفرش چیزهایی درباره یک معلم معروف به نام ناروپا شنید. بعد از ماه‌ها سفر کردن، ترتیبی داد که بتواند ناروپا را ملاقات کند. ولی از سر بخل و احتیاط قسمتی از گرد طلا را در چکمه‌اش پنهان کرد.



من تنوع‌بهترین را می‌خواهم. پس تمام میراث خانوادگی‌م را فوادم فروخت تا طلای کرد شده بخرم و آن را به بهترین معلمی که یافته‌م، تقدیم کنم.





ناروپا که می‌دانست ماریا قدری از آن را نزد خود نگهداشته است، عصبانی شد.

این کافی نیست. من طلای بیشتری برای تعلیمم می‌خواهم.



بسیار خوب، اینهم طلای بیشتر

من تمام آن را می‌خواهم، هاها، تو فکی می‌کنی می‌توانی

تعلیمات مرا با نیرنگ بفری؟



بسیار خوب استار، تمام اینها مال شما.

چکار می‌کنند؟ به نظرم نارویا طلا می‌فواست اما اکنون آن را به اطراف می‌پاشد

من چه نیازی به طلا دارم؟ تمام دنیا برای من طلاست!



در این لحظه مارپا به بیداری رسید و قادر شد تعلیمات را دریافت کند. مارپا خود معلمی بزرگ شد و به الگوی مطلوب فرد خانه‌داری تبدیل شد که خود را بدون از یاد بردن تعهدات دنیایی‌اش، وقف معنویت کرده است.

آزمایش

میلارپا سرشناس ترین شاگرد ماریا بود او جادوگری سیه کار بود که چندتن از خانواده خودش را نیز کشته بود.

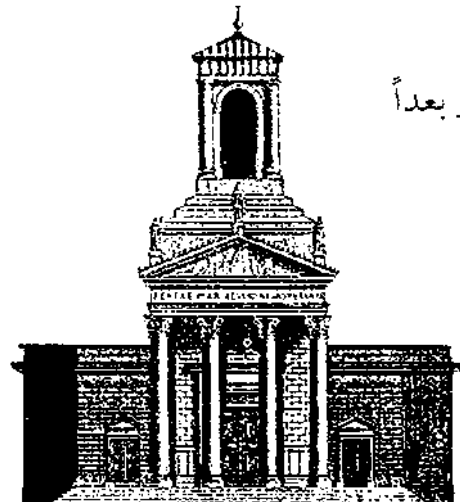


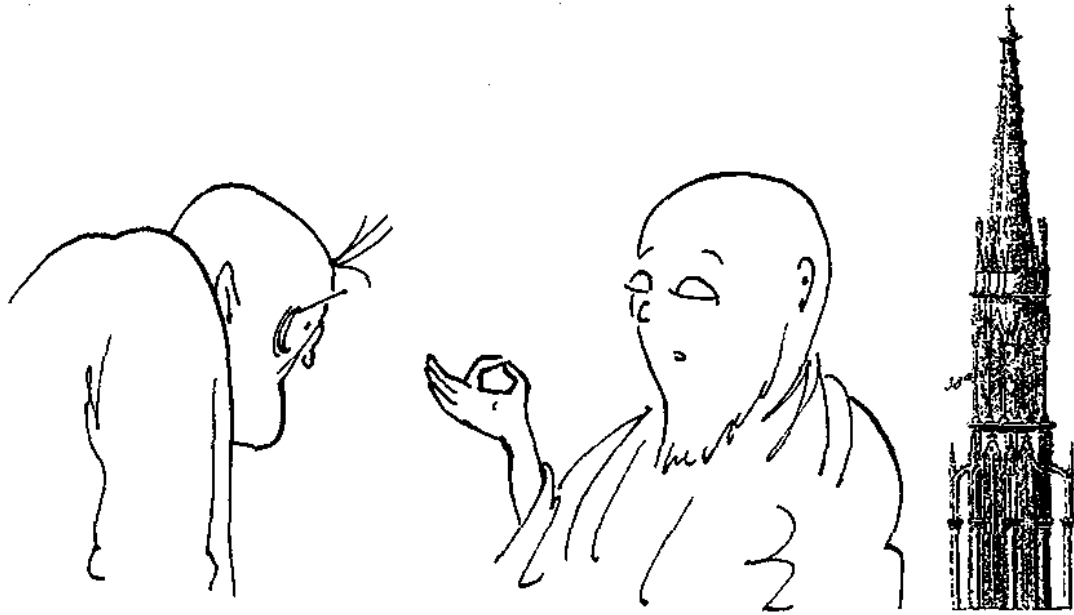
بعداً



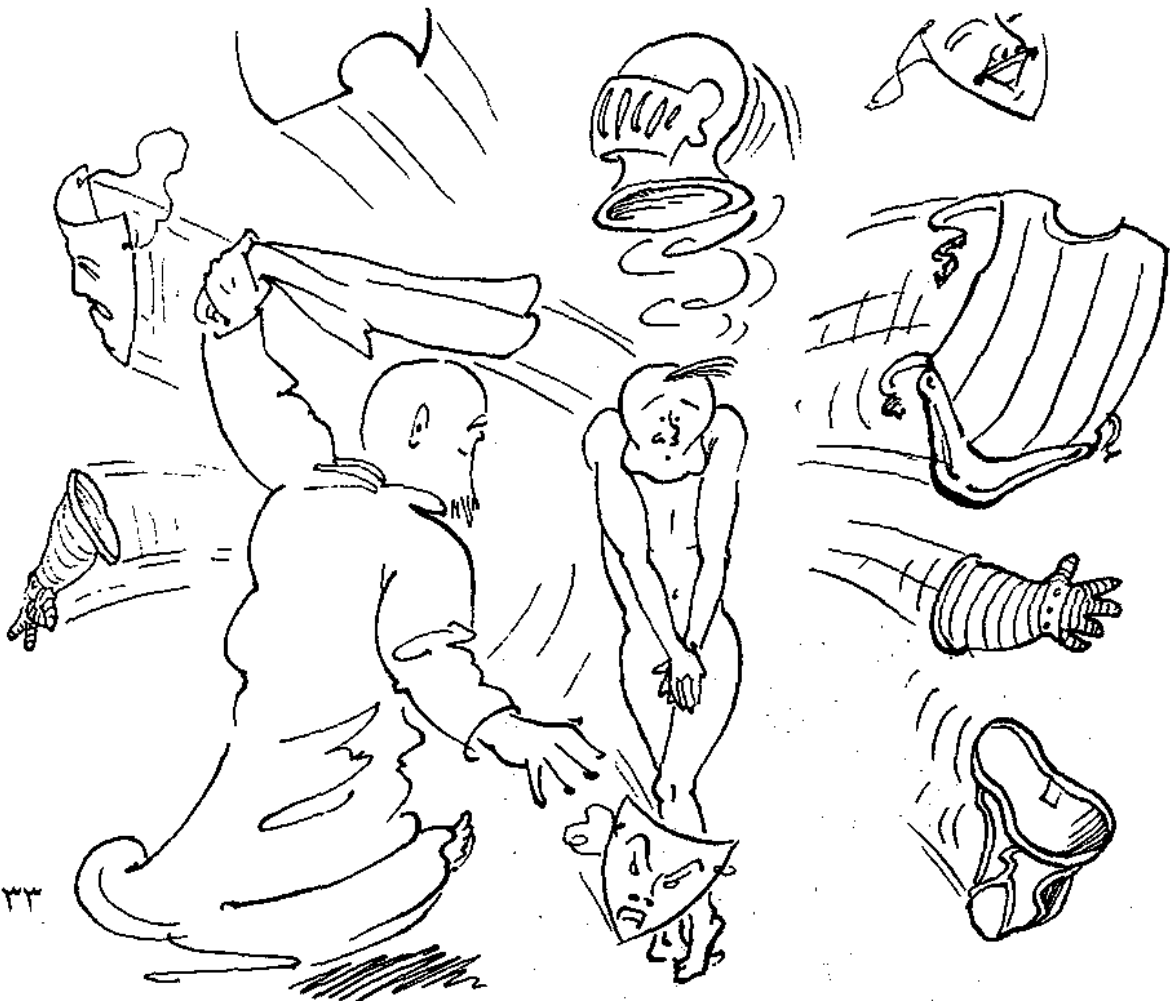
و باز بعداً

آن وقتی که این را از تو خواستم مست بودم. برج را خراب کن و یک خانه بساز.





پس از این آزمایش‌های سخت، میلارپا، ناامید شد. درست در این نقطه از گشایش، مارپا آموزش او را آغاز کرد. از شاگرد توقع می‌رود که تسلیم باشد و هر چون و چرایی را ترک کند. استاد تنها به آگاهی عریان شاگرد علاقه‌مند است، نه به نقاب‌های مختلفی که شاگرد ممکن است بر چهره زده باشد. بی‌رحمی استاد در کندن زره از شاگرد بخشی اساسی از و اجرا یانا است. خشونت یا ملایمت عمل عریان‌سازی به شخصیت فردی بستگی دارد.



چهارمکتب آئین بودایی تبتی

تبت پیکره کامل تعلیمات بودا را به ارث برد و آن را تا امروز دست نخورده نگه داشت و در این خصوص منحصر به فرد است. بسیاری از متون مهم هندی تنها به زبان تبتی در دست‌اند. قسمت عمده کار ترجمه در حوالی قرن یازدهم میلادی واقع شد.

تبتی
تبتی
تبتی
تبتی
تبتی
تبتی
تبتی

تبتی
تبتی
تبتی
تبتی
تبتی
تبتی
تبتی



شاکیاس و کاگیاس، دو مکتب از چهار مکتب آئین بودایی تبتی در همین زمان رشد کردند. اما قدیمی‌ترین مکتب، مکتب ینینگما بود که منشاء اصلی آن به پدما سمبها برمی‌گشت و آخرین مکتب، مکتب گلوگپا بود که در زمان هجوم چینی‌ها، مکتب رایج در تبت بود. دالایی لاما در عین حال که راهبی گلوگپایی بود، رئیس حکومت تبت نیز بود.



در تبت، از هر ده مرد، یک نفر راهب بود. اجتماعات بزرگ راهبان تا اندازه‌ای یک شهر کوچک رشد کردند و راهبان در صومعه‌ها، مشاغل تخصصی داشتند. کاهنان و راهبان، همواره راهبانه زندگی نمی‌کردند، بسیاری از آنها ازدواج کرده بودند و روزی خود را از حرفه‌های گوناگون بدست می‌آوردند.

سلوک و اجرا یانا

بنابر تعالیم بودایی، مستقل از اینکه در هر لحظه چه اندازه ممکن است آشفته یا فریب خورده باشیم، طبیعت بنیادین وجود ما، صاف و خالص است. همانطور که ابرها موقتاً خورشید را می پوشانند، احساسات منفی گذرا نیز شفافیت ما را می پوشانند.

تجربه شفافیت، نتیجه سکون پیشینی است. هیچ کس نمی تواند بدون دریافتی واضح از خلوص بنیادین ذهن، سلوک تنترا را آغاز کند. بدون داشتن حسی اصیل از ارزش شخصی، همدلی با دیگران ناممکن است.

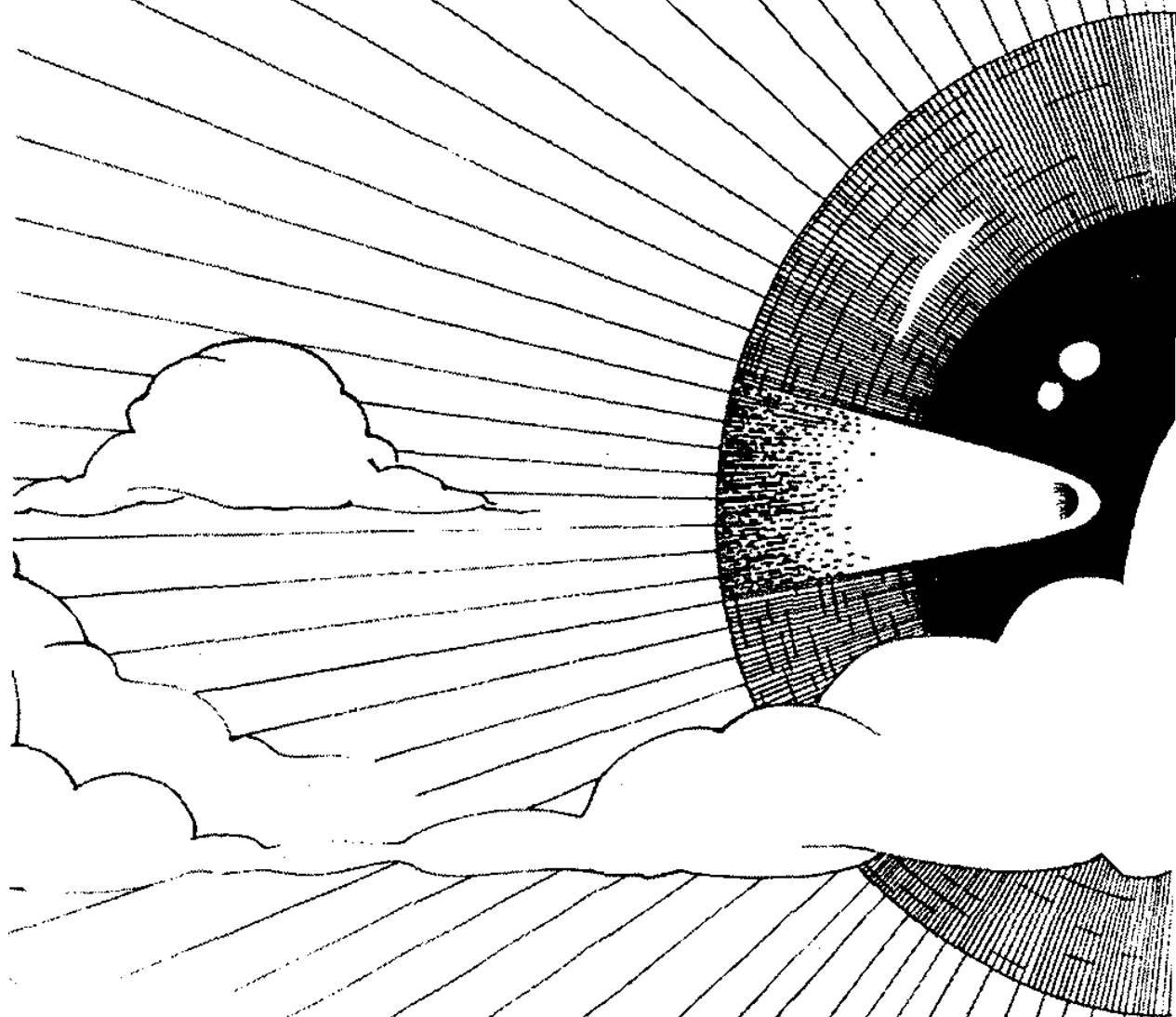
بنابر تنترا، کمال چیزی نیست که بشود به آن رسید.

اگر به سستی سلوک کنم، یک بودای کامل فوادم شد.

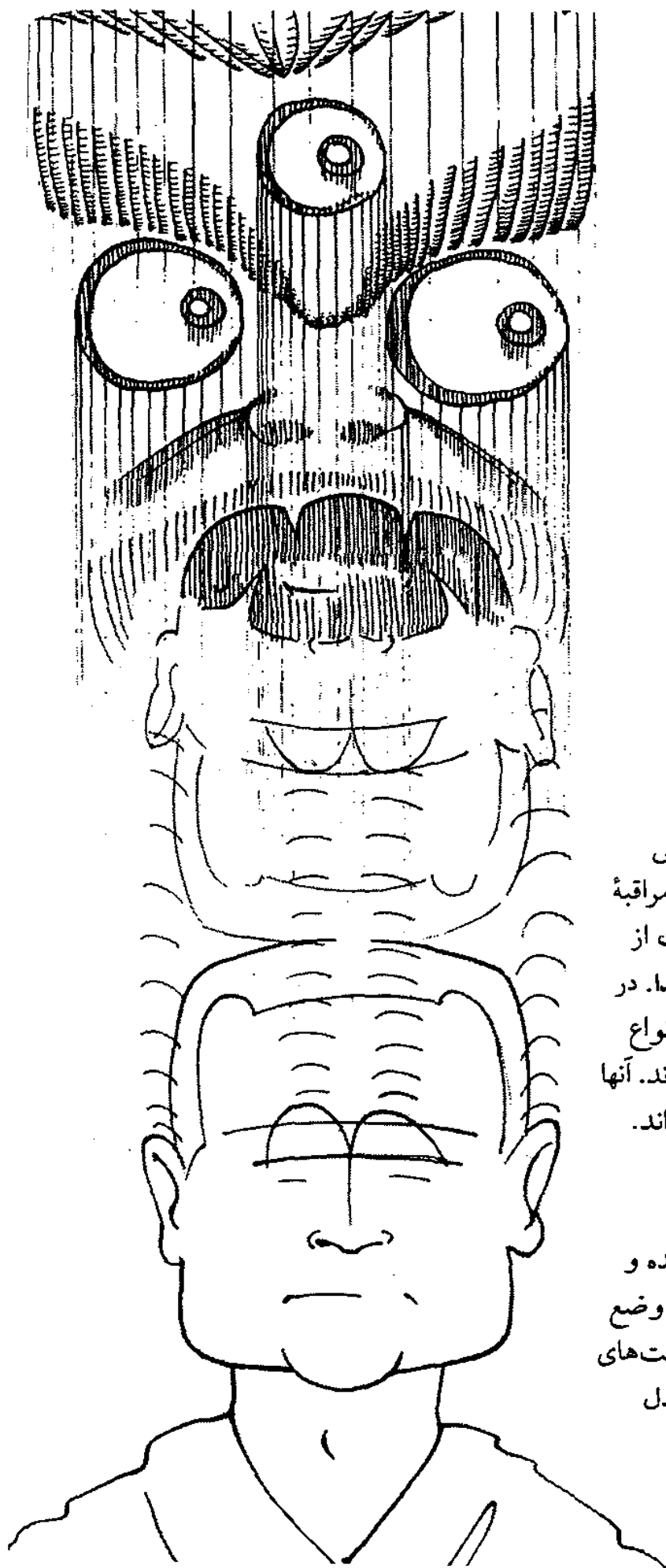
اگر نیک رفتار کنم شاید، بهشت بروم.



بنابر تئورا، بهشت، همین لحظه اکنون است. ما نمی توانیم آن را تجربه کنیم، زیرا جهان روانی کوچکی را که به آن خو کرده ایم، رها نمی کنیم. در تئورا از ما انتظار می رود از محدودیت به وسعت جهش کنیم.



تنها دلیلی که به شما جرأت کافی برای جهش می دهد
این است که استاد امکان جهش را نشان داده است.



یکی از روش‌هایی که این دگرگونی به واسطه آن به وقوع می‌پیوندد، مراقبه ساده‌نا است. ساده‌نا عبارت است از تجسم خویشتن به عنوان یک خدا. در تترا خدایان نمونه‌های برجسته انواع موجودات خارجی تلقی نمی‌شوند. آنها تبیین ساده شده ذهن روشن شده‌اند. هرکسی توانایی تجسم را دارد. ما همواره مشغول همین کاریم، اما نمی‌دانیم که دیدگاهی محدود شده و محدود کننده درباره هویت خود وضع نموده‌ایم. تترا این منظره از ظرفیت‌های انسانی را که غیرواقع‌بینانه و مبتذل است، به مبارزه می‌طلبید.

خدایان تترایی

خدایان تترایی در آنچه «دنیای واقعی» نامیده می‌شود، وجود ندارند. اما نه شرلوک هلمز و نه مادام بواری هیچکدام فکر نمی‌کردند ممکن است مردم با شخصیت آنها احساس نزدیکی بسیاری بکنند.



خدایان در آیین بودایی تبتی، تظاهرات بی‌شماری دارند، چراکه ابعاد بی‌شماری از ذهن روشن شده را به نمایش می‌گذارند. خدایان، بعضی مهربان و آرامند، بعضی موذی و شهوت‌انگیزند و بعضی مطلقاً وحشتناکند.

الهة والای «لهی»
با «قالی» به عنوان
لماری از او.



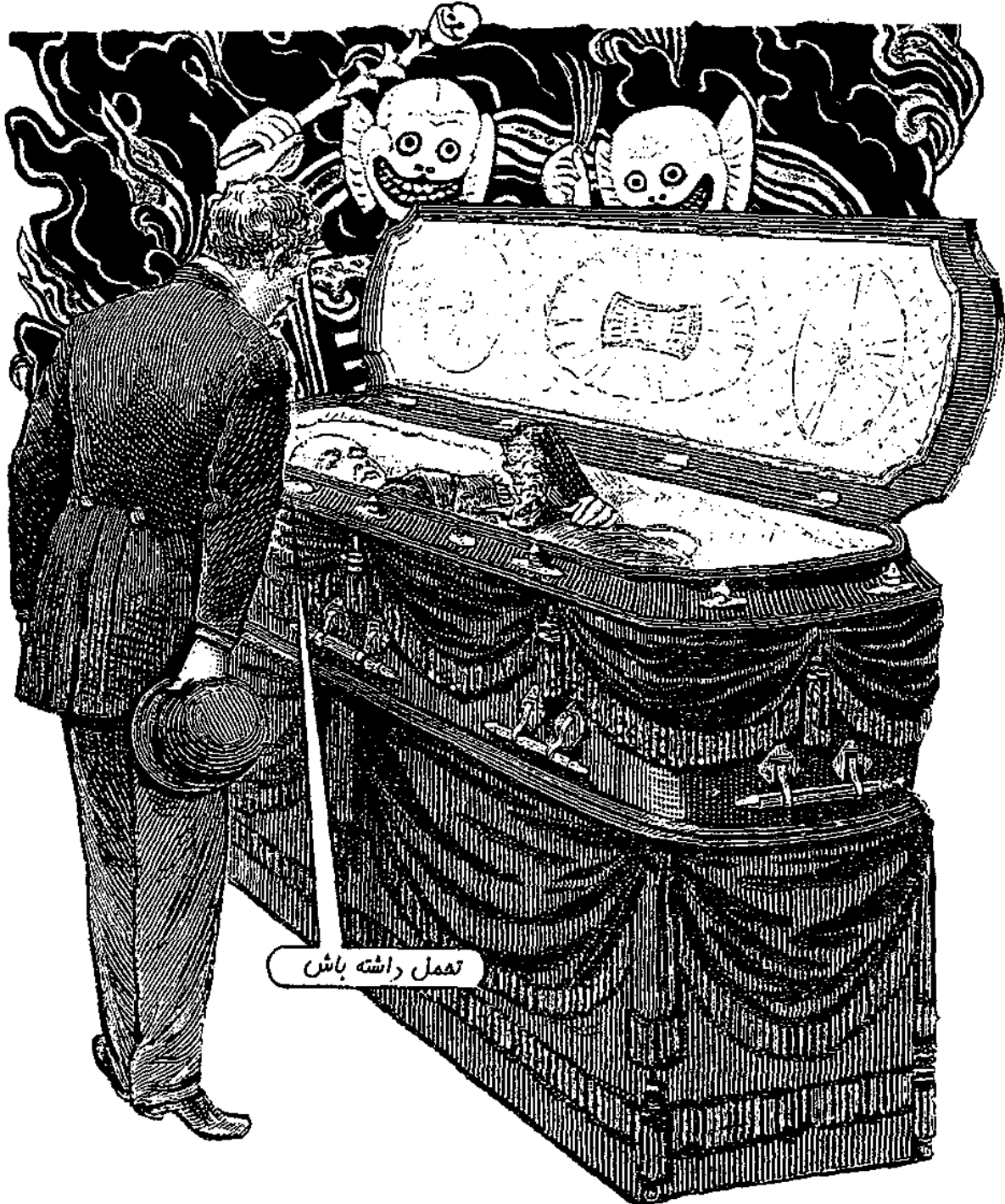
در مراقبه ساده‌نا، مراقبه‌گر تمام تصورات عادی‌ای را که از خود دارد، محو می‌کند و به یک خدا تبدیل می‌شود. خدا، چه وحشتناک باشد و چه مهربان صورتی مثالی است از عمیق‌ترین و واقعی‌ترین طبیعت ما در تنتر، توجه خود را بر تجسم آن صورت مثال‌وار متمرکز می‌کنیم و با آن احساس یگانگی می‌کنیم. این یگانگی موجب دگرگونی می‌شود: ما دیگر خود را نه به عنوان موجودی محدود، ابله و یا احمق، بلکه موجودی صاحب صفات خداگون می‌بینیم.



این اثر، خواب و خیال نیست بلکه روشی عملی است برای زیستن به منظور رسیدن به بالاترین ظرفیت. غرب اینک تنها در آغاز آموختن درباره قدرت تصور خلاقانه است. تبت دارای چیزهای زیادی راجع به شناخت قدرت ذهن است که می‌تواند به غرب ارائه دهد.

شناخت بوداییان تبتی از مرگ

در مغرب زمین، مرگ شدیداً هراس انگیز است. مرگ یک بت‌واره است که به ندرت درباره آن گفتگو می‌شود به این ترتیب وقتی مرگ نزدیک می‌شود شخص محضر، نزدیکان و دوستانش، هیچ دستاویزی ندارند. مراحل مرگ بهداشتی شده است. بدن مرده در درون یک تابوت تمیز نهاده می‌شود و برای سوزانده شدن به یک ساختمان ضد عفونی شده برده می‌شود. هیچ کس اجازه ندارد شعله‌های آتش را ببیند.

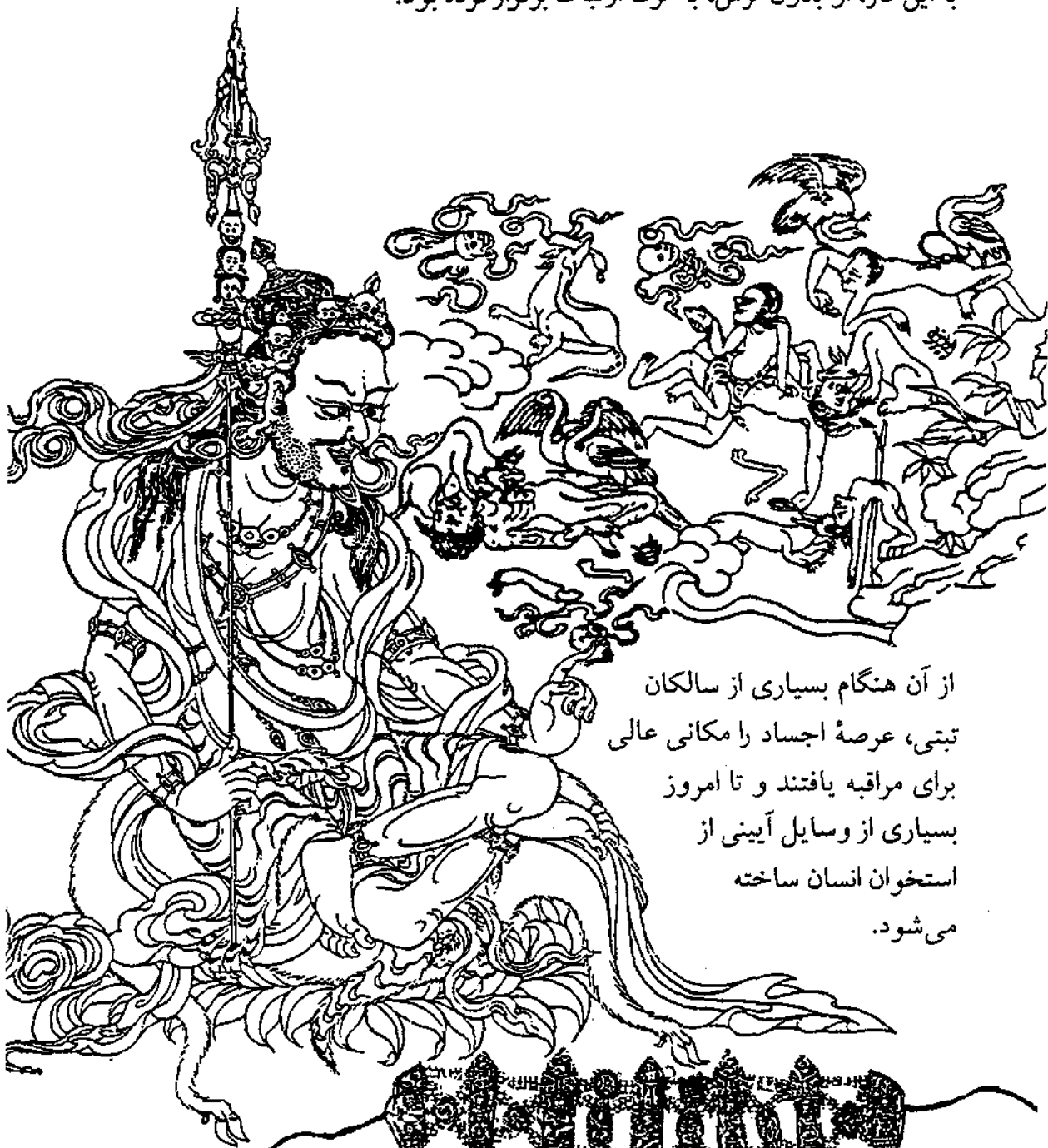


در مشرق زمین، مرگ آشناتر است. وقتی کسی می‌میرد، بدن او از خانه بیرون برده نمی‌شود بلکه نزد خانواده‌اش می‌ماند تا وقتی که سوزانده شود. خانواده و دوستان سوختن بدن را می‌بینند. در تبت که سوخت کمیاب بود، بدن را قطعه قطعه و در مکان‌هایی مرتفع و بازرها کردند تا طعمه شغال‌ها، گرگ‌ها، کلاغ‌ها و لاشخورها شود. این گورستان‌ها یا «عرصه‌های اجساد»، تا جایی که خبر داریم مکان‌هایی وحشتناک بودند. بوی گوشت در حال فساد فضا را پر می‌کرد، اجزای بدن‌ها به اطراف پراکنده شده بودند: موها، گوشت، استخوان‌ها، دندان‌ها، جمجمه‌ها، پاره‌های لرزان کفن و همچنین مگس‌ها، کرم‌ها و لاروها.



این مهیط خودمائی و سرباز، اشتعای مرا باز می‌کند و برای هضم غذا نیز مناسب است.

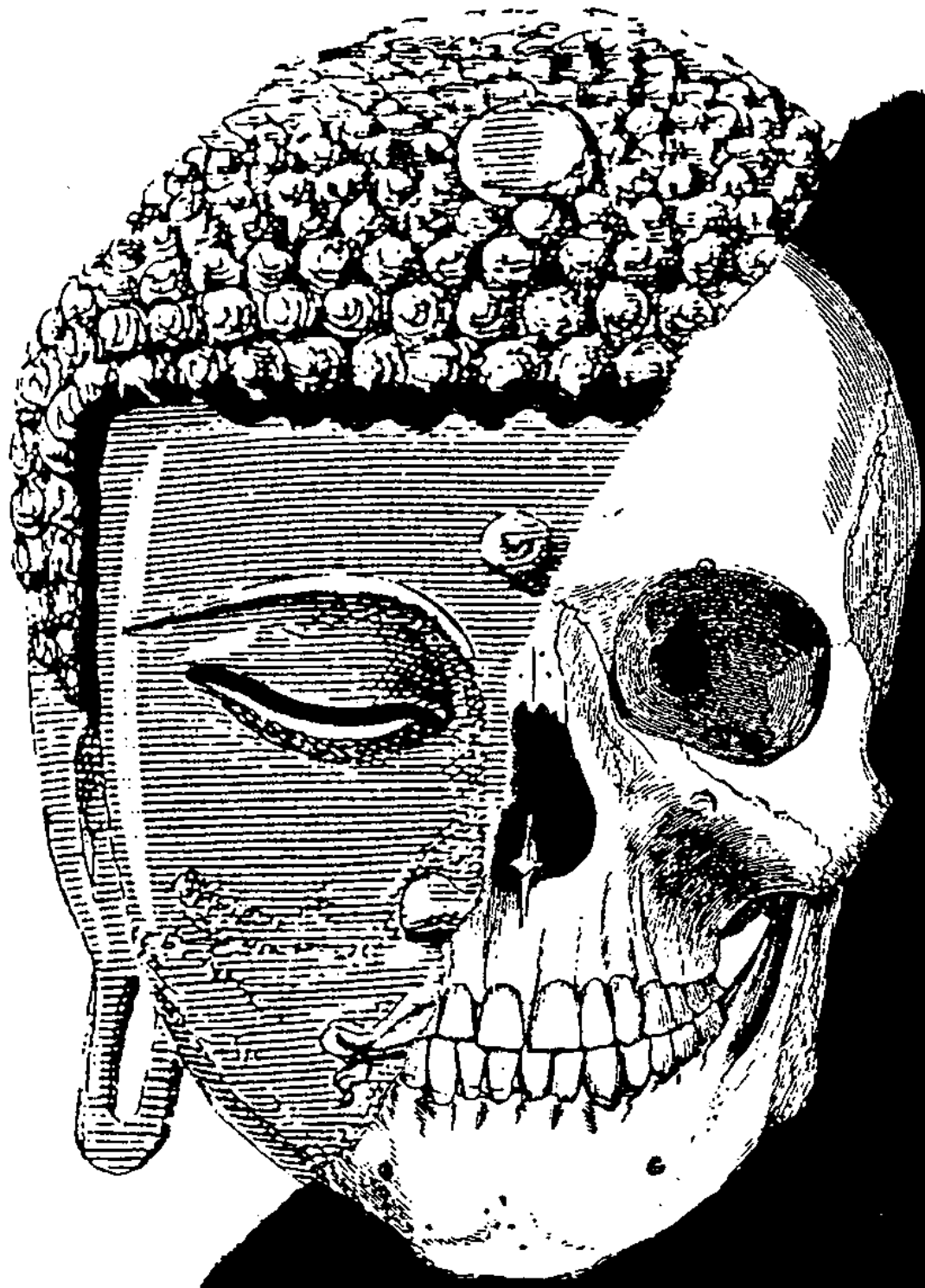
گفته می شود که پدماسمبهوا، پس از ترک قصرش، خانه ای در عرصه اجساد ساخت. او هیچ تفاوتی بین این مکان و قصرش نمی دید و از زندگی کردن در آنجا احساس خشنودی می کرد. با این کار، او بدون ترس، با مرگ ارتباط برقرار کرده بود.



از آن هنگام بسیاری از سالکان
تبتی، عرصه اجساد را مکانی عالی
برای مراقبه یافتند و تا امروز
بسیاری از وسایل آیینی از
استخوان انسان ساخته
می شود.

پیش از بد آئینی که از
قطعات استخوان انسان
ساخته شده است.

برای ایجاد ارتباط بدون ترس با مرگ، لازم است شخصی هیچ تعلقی به خویشتن نداشته باشد. ترس ما از مرگ، ترس از پایان بودن است: روال عادی زندگی روزانه متوقف می‌گردد و تو به یک جنازه تبدیل می‌شوی. ترس ریشه‌ای از انفصال، چه به تولد دوباره ایمان داشته باشی و چه نداشته باشی، یکسان است. مرگ تجربه غمگینی است که در آن، انگاره‌های عادی ما نمی‌توانند آنچه‌آنکه می‌خواهیم، ادامه پیدا کنند.



عقیده به اینکه موجودات زنده، مکرراً از نو زاده می‌شوند، پس زمینه بیشتر افکار شرقی بوده است. اعتقاد به تناسخ در مسیحیت اولیه نیز وجود داشت. با اینکه این عقیده در سال ۵۵۳ میلادی کفر انگاشته شد به تأثیر بر افکار مغرب زمین ادامه داد.

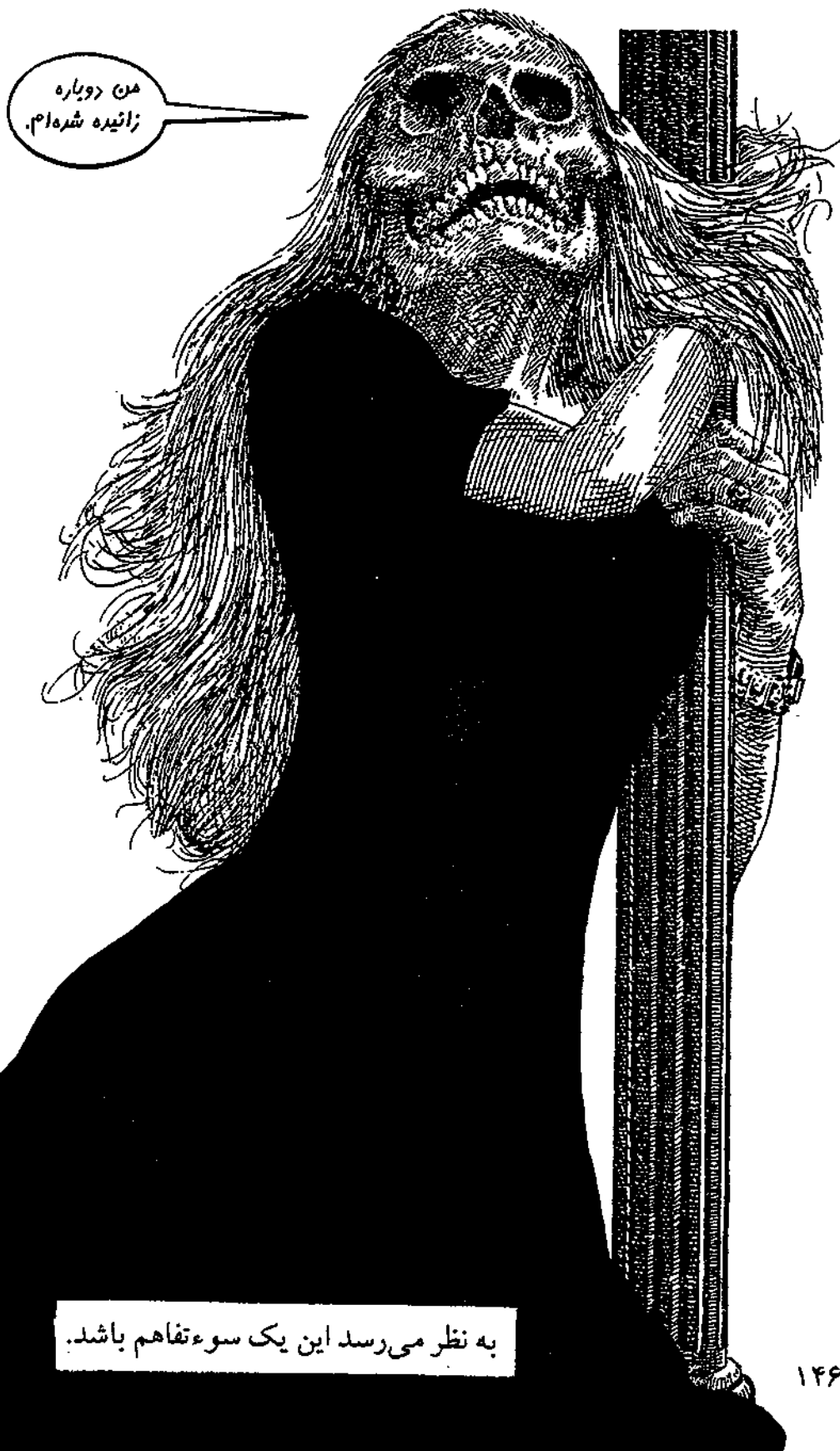
معمولاً می‌انگارند پیروان آیین بودایی به تناسخ اعتقاد دارند. این انگاره کاملاً صحیح نیست.



تناسخ بر این فرضیه استوار است که نوعی روح یا جوهریادار از یک بدن به بدنی دیگر منتقل می‌شود. من وجود روحی را که ممکن است تناسخ داشته باشد انکار می‌کنم اما چیز مشابهی را که شاید «تولد دوباره» نامیده شود، می‌پذیرم. نظریه «تولد دوباره» مدافع رابطه‌ای علی بین یک زندگی و زندگی دیگر است. زندگی متأخر کاملاً جدید است اما به وسیله زندگی قدیمی‌تر شکوفا می‌شود.

این امر با شعله شمع رو به اتمامی مقایسه می‌شود که برای روشن کردن شمعی دیگر مورد استفاده قرار می‌گیرد.

بودا خود به پیش‌بینی وقایع بعد از مرگ تمایلی نداشت چرا که این قبیل پرسش‌ها در جستجوی واقعیت در لحظه‌ی حال قابل استفاده نیستند. تناسخ بسیاری از غریبان را سخت هیجان زده کرده است. چرا که برای ایشان حیات جاویدان را تضمین می‌کند.

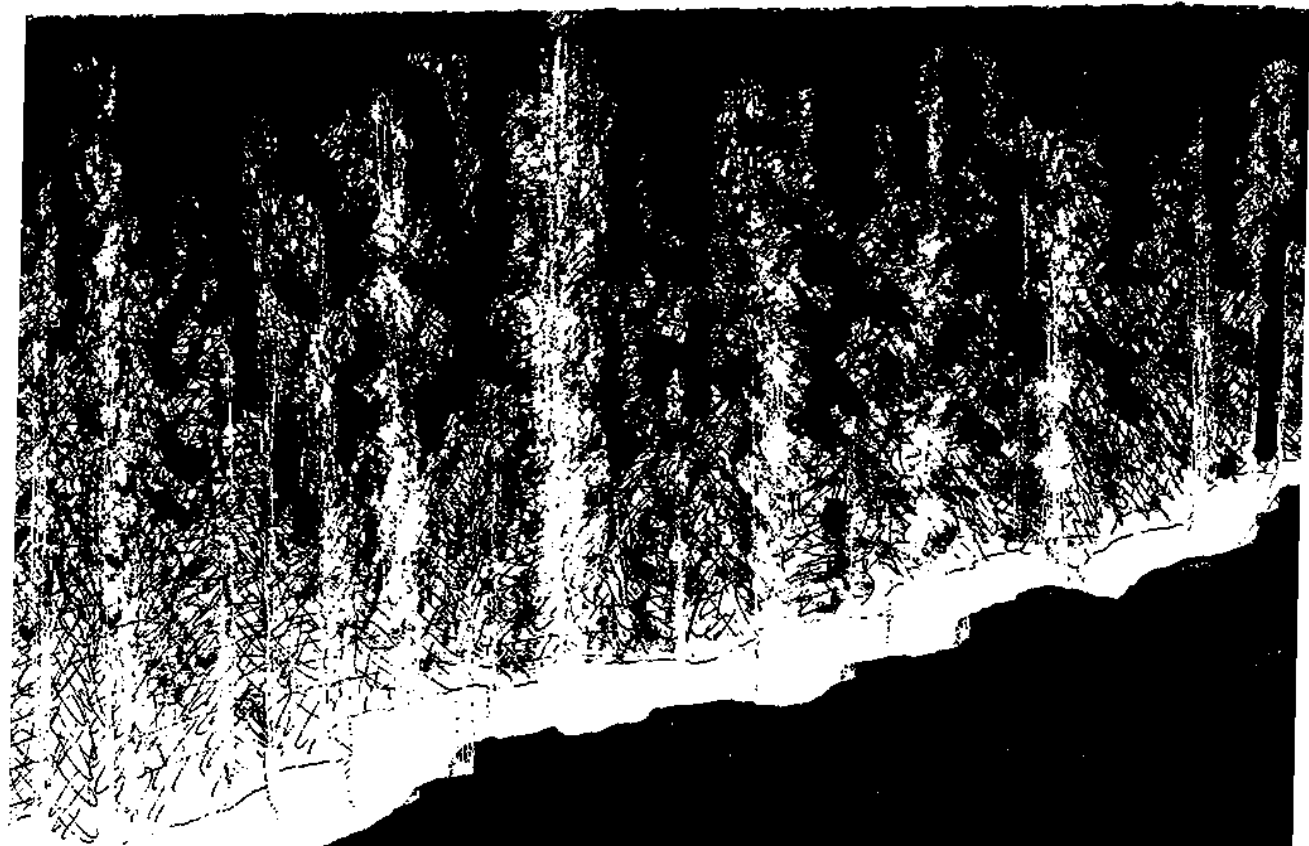


من دوباره
زانیده شده‌ام.

به نظر می‌رسد این یک سوء تفاهم باشد.

تعالیم باردو - کتاب تبتی مردگان

در آیین بودایی تبتی، تحلیلی دقیق از مراحل میان یک زندگی و زندگی دیگر وجود دارد. این شکاف، باردو نامیده می‌شود. باردو یعنی مرحله‌ی واسطه یا شکاف. این مراحل همواره رخ می‌دهند: تجربه‌های عدم قطعیت، جایی که نسبت به جایگاه خود نامطمئن هستید. هنگام مرگ، این عدم قطعیت یا بدگمانی در قوی‌ترین حالت خود است، چرا که امنیت و انس با بدن دیگر ملموس نخواهند بود. کتاب تبتی مردگان اضمحلال تدریجی عناصر در هنگام مرگ و تبعیت تجربیات جسمی و روانی را از آن توصیف می‌کند. همچنین این کتاب درسی است برای زندگان که مهار کردن وضعیت‌های آشفته، بی‌ترتیب و موهوم را که مرتباً در مراقبه و زندگی روزمره پیش می‌آیند، می‌آموزد.



باردو، سلسله تجربیاتی را توصیف می‌کند که در لحظه مرگ با مشاهده نوری درخشان آغاز می‌شود. گفته می‌شود مشاهده این درخشش که طبیعت واقعی ذهن است، رهایی را ممکن می‌سازد. اما، ذهن شخص محتضر بسیار آشفته‌تر از آن است که این نکته را دریابد. بنابراین او از میان مناظر درخشان - که شاید ملایم و شاید هراس‌انگیز باشند - به سوی باززایی جدیدی کشیده می‌شود.

مشاهدات لحظه مرگ

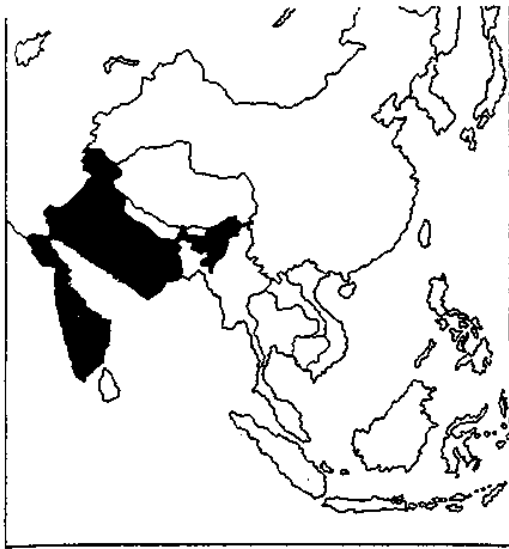


درباره کسانی که به لحاظ بالینی مرده تشخیص داده شده‌اند و سپس به هوش آمده‌اند، روایات موثق بسیاری وجود دارد. مشاهداتی که آنها به یاد می‌آورند شباهت‌های قابل توجهی با توصیفات تعلیمات بار دو دارد. اکثر آنها از نور درخشان بسیار زیبایی سخن می‌گویند که توأم با تجربه‌ای از آرامش بوده است و زندگی‌شان را از آن پس دگرگون کرده است. بسیاری از آنها به بُعد معنوی تازه‌ای در زندگی‌شان اعتقاد پیدا کرده بودند و به کاهش هراس خود از مرگ اذعان داشتند.

ارتباط آئین بودای و اجرايانا



هرچند به نظر می‌رسد آئین بودایی
و اجرايانا، نامتعارف‌ترین چیزی
است که به غرب وارد شده است،
درک پیچیده و ژرف این آیین از
روانشناسی انسان و نیز
انعطاف‌پذیری‌اش، آن را برای
مواجهه با نیازهای مردمی که
به دنبال معانی تازه در زندگی خود
می‌گردند، مناسب می‌سازد.
انعطاف‌پذیری، به این آیین اجازه
می‌دهد ظواهر فرهنگی خود را برای
رویارویی با موقعیت‌های جدید به
سرعت تغییر دهد.

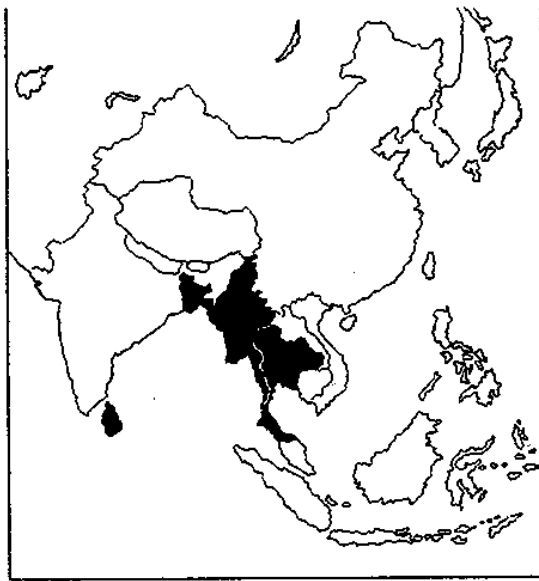


بخش چهارم

مکاتب امروزی آئین بودایی

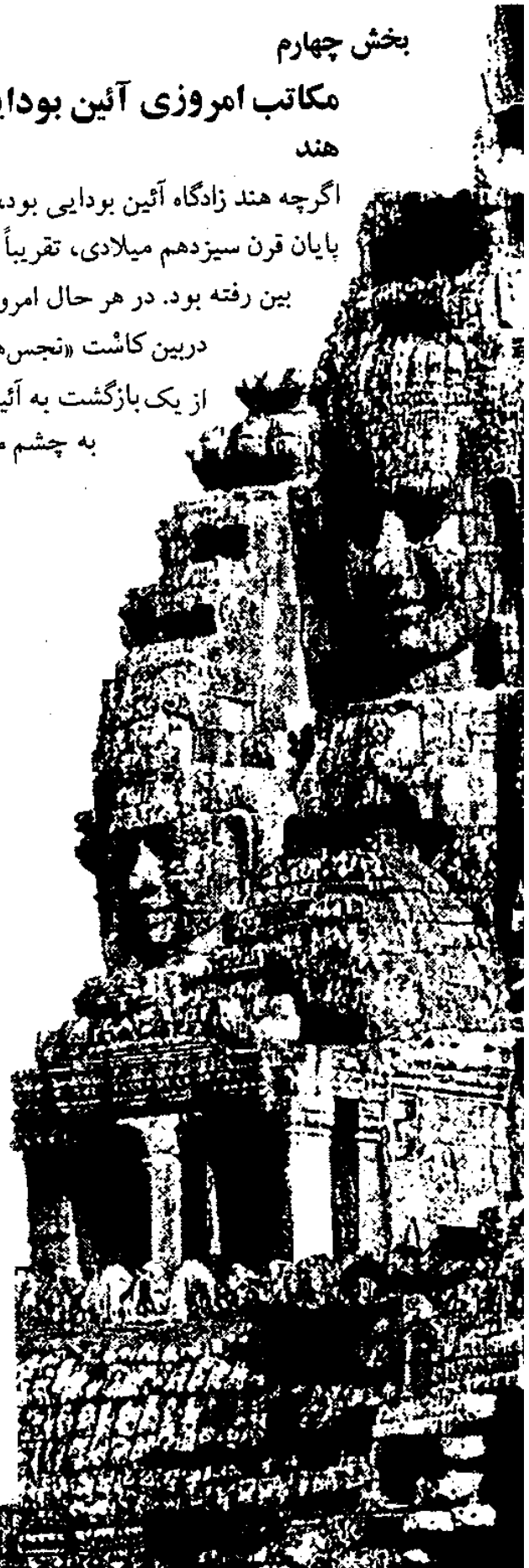
هند

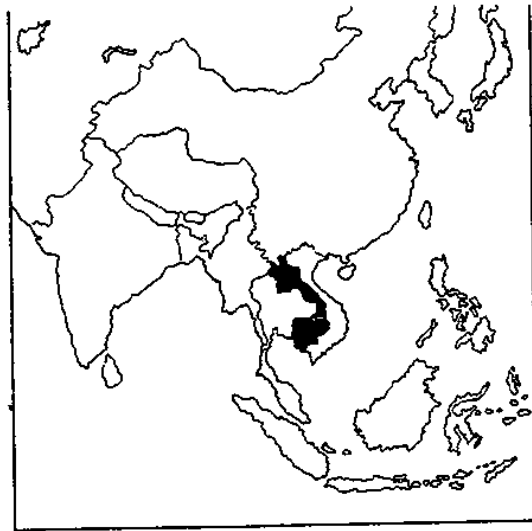
اگرچه هند زادگاه آئین بودایی بود، اما تا پایان قرن سیزدهم میلادی، تقریباً در آنجا از بین رفته بود. در هر حال امروز، عمدتاً در بین کاست «نچسها» نشانی از یک بازگشت به آئین بودایی به چشم می خورد.



سری لانکا، برمه و تایلند

با اینکه مهایانا و واجرایانا قرن‌ها پیش در آسیای جنوب شرقی حضور یافتند، فقط هینه‌یانا در آنجا باقی مانده است. امروز یک سنت نسبتاً سالم، هرچند محافظه‌کار با یک بنیان مَدْرَسی در سری لانکا، برمه و تایلند وجود دارد. بیشتر سرزندگی موجود از سنت جنگل و تأکید آن بر مراقبه سرچشمه می‌گیرد. راهبان جنگل دور از شهرها و برکنار از سیاست‌های حکومتی زندگی می‌کنند.

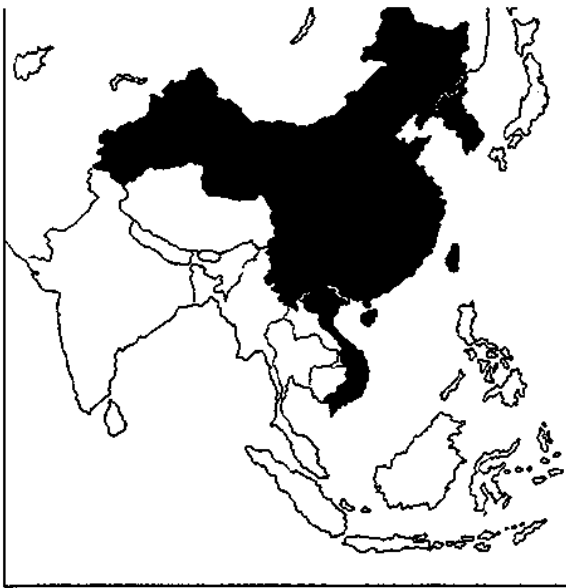




لائوس و کامبوج

کشمکش‌های سیاسی تکان دهنده در لائوس و کامبوج به سنت‌های بودایی که زمانی بسیار قوی بودند، به شدت لطمه زد. دیکتاتور خم‌های سرخ، پل پوت، هزاران راهب را به عنوان نمایندگان نظام قدیمی «بورژوازی» از صفحه روزگار محو کرد. آتیه آئین بودایی در این کشورها بسیار مبهم است.



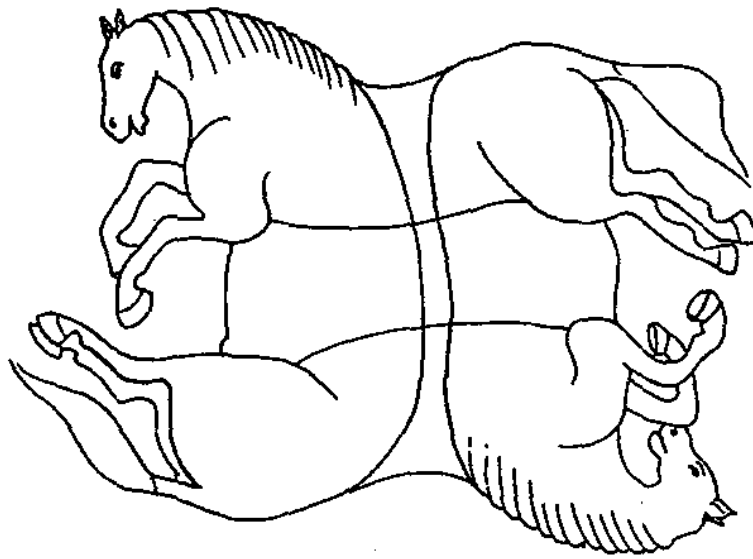


چین، ویتنام و کره

آئین بودایی چینی در گذشته از ثروت و قدرت عظیمی برخوردار بود، ولی همین، سرانجام تهدیدی بر علیه حکومت به شمار آمد. به همین دلیل، این آئین غیرقانونی اعلام شد و هرگز کاملاً آزاد نشد. انقلاب کمونیستی سال ۱۹۴۸ میلادی نیز ضربات بیشتری به بقایای بی رونق آن، که روزگاری بستنی با شکوه بود، وارد کرد. هرگونه تجدید حیات تحت نظام فعلی به شدت نامحتمل است، هرچند در جو کمابیش ملایم‌تر دهه ۱۹۸۰ میلادی، چند دیر فعالیت خود را مجدداً آغاز کردند.

به دلیل نفوذ فرهنگ چینی، آئین بودایی در ویتنام تقریباً به مه‌ایانا منحصر بود. آئین بودایی در آنجا شکوفا شد. یکی از ماندنی‌ترین تصاویر این قرن، خودسوزی راهبان بودایی در اعتراض به زندانی شدن هزاران راهب توسط حکومت کاتولیک تحت حمایت آمریکا بود که پس از رفتن استعمارگران فرانسوی، قدرت را در دست گرفت. از سال ۱۹۷۵ میلادی، آئین بودایی در ویتنام رو به افول نهاد و گزارش‌هایی از آزار و تعقیب پیروان آن در دست است.

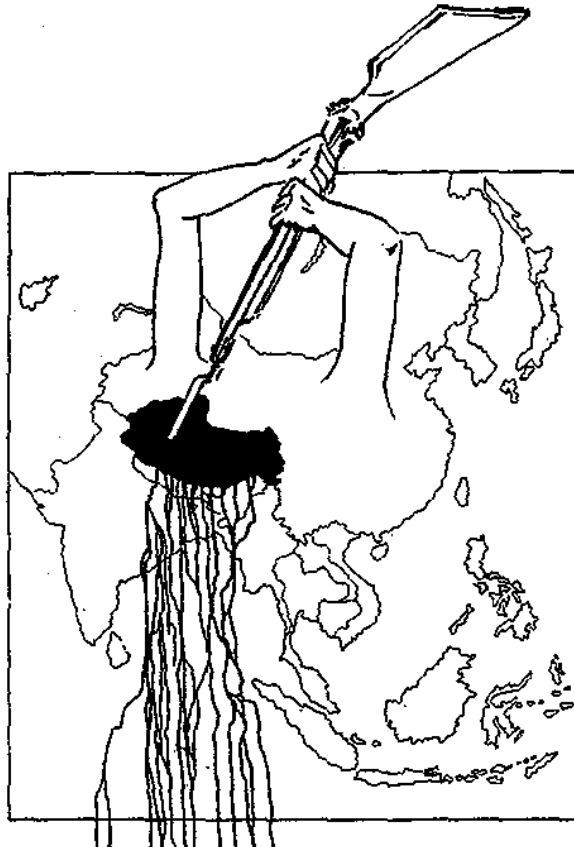




تبت

تبت یگانه فرهنگی بود که در آن آئین بودایی به نحو هماهنگی به تمام جنبه‌های زندگی وارد شد. فرهنگ تبتی جایگزینی قدرتمند و منسجم برای شیوه خودپرستانه زندگی غربی ارائه کرد. بینش روحی، روان‌شناختی و فلسفی‌ای که آئین بودایی ارائه می‌کند، به رشد فرهنگی انجامید که در آن مردم می‌توانستند هر جای زمین را حقیقتاً خانه خود بینگارند، در آن فرهنگ مهربانی عاشقانه، طبیعی بود و منابع طبیعی محترم شمرده می‌شدند.

هجوم چینی‌ها به تبت در سال ۱۹۵۹ میلادی یکی از بزرگترین فجایع قرن بیستم بود. از آن سال آئین بودایی در تبت تقریباً ریشه کن شد و چون این آئین در قلب‌های مردم جای داشت، چینی‌ها سعی کردند ملت تبت را نابود کنند.



بسیاری از تبتی‌ها، از جمله رهبر روحانی آنان، دالایی لاما، آواره شدند. دالایی لاما علی‌رغم اینکه از طرف بسیاری از دولت‌های غربی که نگران از دست دادن منافع بالقوه تجاری خود در چین بودند، طرد شد، شخصیت جهانی گردید و در سال ۱۹۸۹ میلادی، به خاطر کوشش‌هایش برای صلح جهانی برنده جایزه صلح نوبل شد. دلسوزی، صبر و مهربانی او حتی نسبت به مخالفانش، به نمادی بزرگ از قدرت آئین بودایی بدل شده است.



پیش‌بینی آینده آئین بودایی در تبت آسان نیست اما به نظر می‌رسد می‌توان با خیال آسوده گفت که سنت‌های آئین بودایی و اجرايانا، شاید در شکل‌هایی جدید در غرب، ادامه پیدا خواهد کرد.

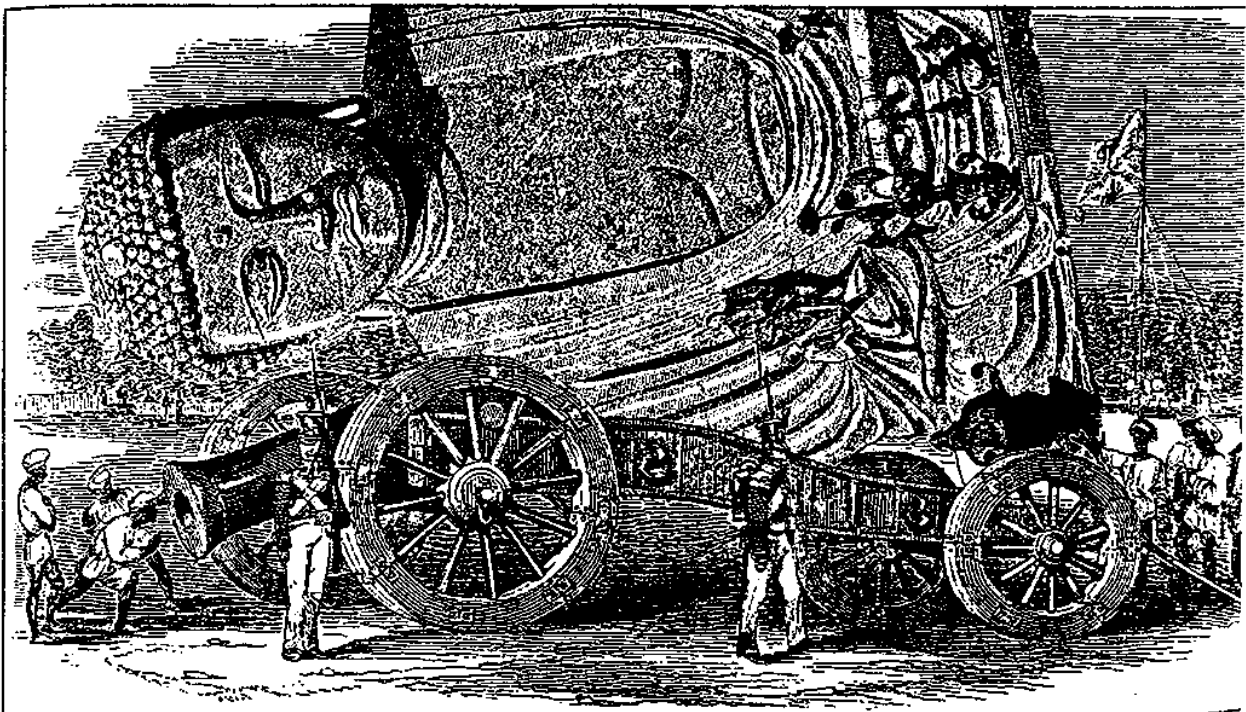
آئین بودایی در غرب

در افسانه‌های تبتی از پدماسمبها نقل شده است که:

هنگامی که پرنده‌های آهنی پرواز
کنند و اسب‌ها سوار بر چرخ‌ها بتازند،
مردم تبتی پوئان مورچه در جهان پراکنده
فواهد شد و زرها به سرزمین مردان
سرخ فواهد آمد.



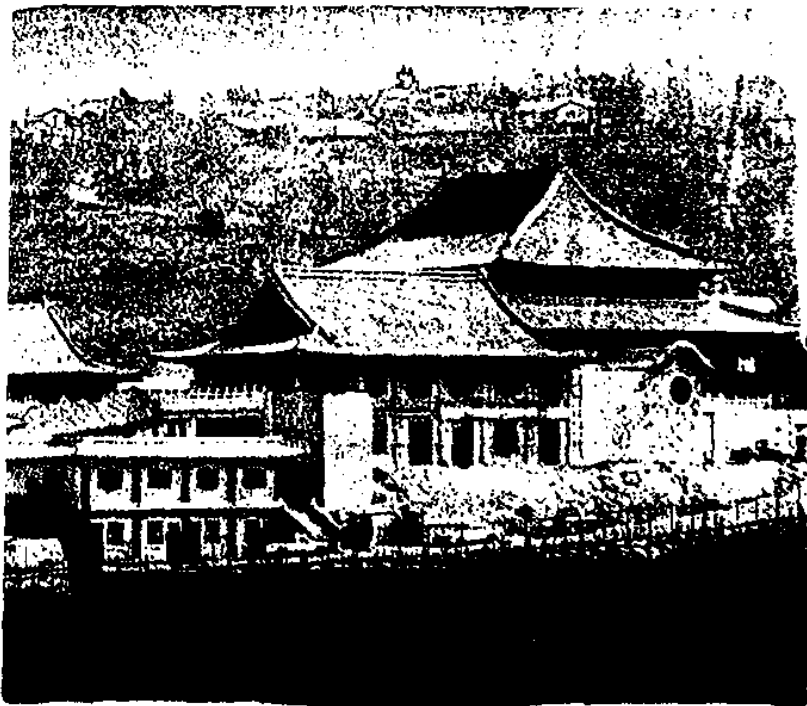
هرچند برخوردهای اولیه‌ای با آئین بودایی از طریق مستعمرات رخ داده بود، اما در قرن نوزدهم میلادی بود که تماس‌های مداوم برقرار شد. طنزآمیز است که امپریالیسم غربی که در صدد تحمیل مسیحیت در سرزمین‌های تحت سلطه‌اش بود، پلی شد که از فراز آن سایر ادیان به سرزمین مادری آن وارد شدند.



BUDDHISM

REACHES OUT

America



temple complex, is a \$25-million, 10-building complex that already is a landmark in Hacienda Heights.

عدم موفقیت مسیحیت در تأمین غذای واقعی روحی موجب شد که بسیاری از مردم در غرب به جستجوی ادیان شرقی بپردازند. در ابتدای قرن بیستم میلادی، جنبش‌های جدید بسیاری در کشورهای غربی شکل گرفت. یکی از آنها، جنبش «تئوزوفی» بود که می‌گفت: ادیان جهان بقایای فروپاشیده یک «سنت خرد» عظیم هستند که زمانی وجود داشته است، و اینکه آئین بودایی نزدیک‌ترین آئین به این سنت‌هاست. اینکه آیا تئوزوفیست‌ها آئین بودایی را درک کرده بودند یا نه محل تردید است، اما آنها این آئین را به مردم بسیاری در غرب معرفی و به احیای آن در شرق نیز کمک کردند.

*'s gathering of leaders in a
hland temple—the first
rld Fellowship meeting
of Asia—points up a new
ity and innovation for the
ion in the United States.*

Photos by
TAMMY LECHNER,
Los Angeles Times



در سال ۱۸۹۳ میلادی، اولین انسان غربی که بر روی خاک غرب رسماً بودایی شد، جوان یهودی تاجری اهل شهر نیویورک بوده که در همایش جهانی ادیان در شیکاگو شرکت کرده بود.

alone:
• The U.S. Defense Dept.
announced that it will allow
chaplains to serve in the
theater.

در بریتانیا، تا دهه ۱۹۶۰ میلادی، آئین بودایی، عموماً از گونه محافظه کار آن تنها مورد علاقه نخبگان روشنفکر طبقه متوسط باقی ماند. با این وجود در آمریکای شمالی، روح بی ملاحظه زن توسط هنرمندان، روانپزشک‌ها، موسیقیدانان و در پیشاپیش آنها، شاعران «نسل ضرباهنگ»، بخصوص جک کراک، آلن گینزبرگ و گری اسنایدر اخذ شد. کراک دیدگاهی داشت که طبق آن هزاران آمریکایی جوان می توانستند راه را طی کنند،

بعنوان
 «یوانگان زن... دسته‌های فشنی از مردان
 مقررش فالس که برای آشامیدن و صحبت
 کردن و دعا خواندن گردهم آمده‌اند.»

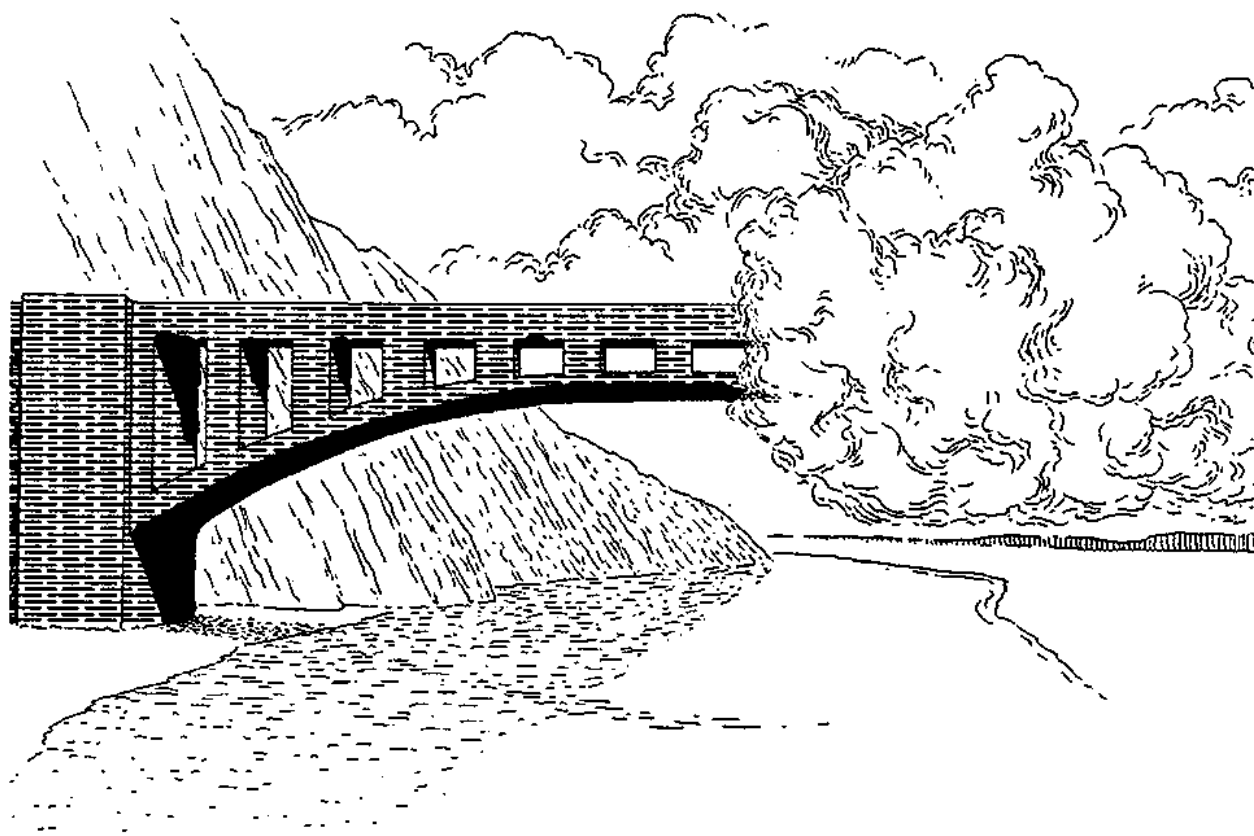


این دیدگاه
 با انضباط و
 پارسایی شاگردان
 سنتی زن، تضادی
 آشکار داشت.

مواد مخدر به آسانی نیل به حالات دگرگون شده آگاهی را ممکن ساخت. مصرف‌کنندگان این مواد به شهودی می‌رسیدند که تنها برای قدیسان و عارفان دست یافتنی بود. همه معلمان بودایی متذکر شدند که تجربیات باید گذرا باشند و نباید ساختار بنیادین خویشان را دگرگون نمایند. آنها پذیرفته‌اند که مواد مخدر منظره‌ای گذرا از ساحت‌هایی متفاوت ارائه می‌دهند، ولی در عین حال خطر اعتیاد را در مقابل رعایت انضباط که به تحولی پایدار می‌انجامد، هشدار داده‌اند.

در دهه ۱۹۶۰ میلادی، آئین بودایی ریشه دوانی خود را آغاز نمود مردم با جدیت به سلوک روآوردند و روش‌هایی برای هماهنگ ساختن آئین بودایی و زندگی خویش یافتند. آئین بودایی از حالت تفننی خود خارج شد و به شیوه‌ای از زیستن مبدل گشت. در سراسر اروپا و آمریکای شمالی، معلمان ژاپنی، کره‌ای، ویتنامی، برمه‌ای و تبتی فراوانی، مراکزی برای سلوک تأسیس کردند.

دو تن از پرنفوذترین معلمانی که تعلیمات خود را در دهه ۱۹۶۰ میلادی آغاز نمودند، سوزوکی روشی، یک معلم زن و چوگیام ترونگپا، یک لامای تبتی بودند. هر دوی آنها از شاگردان غربی استقبال کردند و به آنها اعتماد نمودند و تمایل خود را به بازآرایی اشکال آئینی برای مواجهه با فرهنگ‌های جدید و متفاوت نشان دادند.

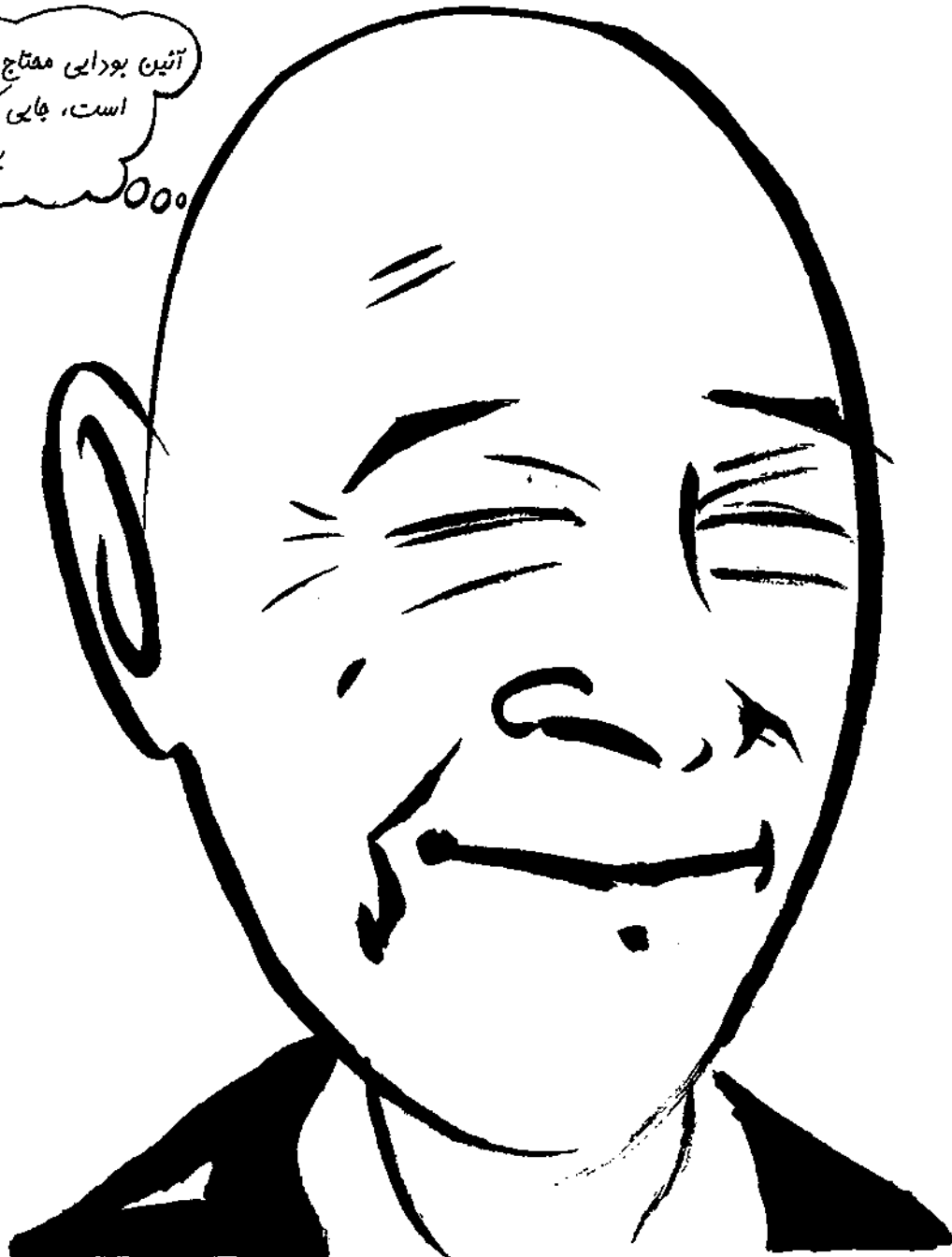


هر دوی این معلمان توانستند برفراز شکاف بین شرق و غرب پل بزنند. آنها در خصوص اینکه چه چیز واقعاً بودایی است و چه چیز از جمله حواشی فرهنگی این آئین است، دید روشنی داشتند. هر دوی آنها توانستند آئین بودایی را به صورتی بسیار بی‌آلایش به غرب معرفی کنند.

سوزوکی روشی

سوزوکی روشی به محض آنکه به غرب رسید، شیفته آن شد

آئین بودایی محتاج مجال تازه‌ای
است، جایی که ذهن مردم
بی آرایش باشد



این واقعیت که شاگردان او هیچ چیز نمی دانستند، خود مزیتی بود، چرا که آنها چیزی داشتند که سوزوکی آن را «ذهن یک مبتدی» می خواند، ذهنی که باز و تازه است. مراقبه ذاذن، قلب تعلیمات سوزوکی روشی بود. در ابتدا او به شاگردان غربی خود سخت نمی گرفت، اما تدریجاً آنها به مراقبه‌هایی بسیار دشوار می نشستند.

سوزوکی روشی در سال ۱۹۷۱ میلادی درگذشت اما سنت‌هایی که او بنیان نهاد ریشه

دوانده‌اند.

چوگیام ترونگپا

چوگیام ترونگپارینپوچه تعلیمات خود را در دهه ۱۹۶۰ میلادی در انگلستان آغاز نمود. جایی که او به اتفاق اکونگ رینپوچه، معلمی دیگر، اولین مرکز تبتی بریتانیایی را تأسیس کرد، و آن را به نام اولین صومعه‌ای که پدما سمبھوا در تبت بنا نهاد، سامیه لینگ نامید.



ترونگپارینپوچه در ابتدا راهب بود، اما دریافت که همین امر مانع اوست. بنابراین در سال ۱۹۶۰ میلادی فرقه رهبانیت را فرو افکند و بی‌هیچ تردیدی خود را در زندگی غربی افکند و مشتاقانه هنر، دین، فلسفه و... غربی را شناخت. تنها با غوطه خوردن در این فرهنگ بود که او تدریجاً توانست روش آموزش به غریبان را بشناسد.

زندگانی نامتعارف او بسیاری از مردم بریتانیا و مخصوصاً «گاردِ بودایی» قدیمی را تکان داد. او در سال ۱۹۷۰ میلادی بریتانیا را به مقصد آمریکا ترک نمود. ترونگپا ارزش آزاد اندیشی و اشتیاق آمریکایی را به سرعت درک کرد، اما دریافت که بت معنویت در آن کشور به مثابه فروشگاه‌های معنوی است که قفسه‌های آن زیر با تراکم فنون و مرشدان شکسته است. او می‌گفت آمریکا به ماتریالیسم معنوی مبتلاست.



ترونگپا نیز مانند سوزوکی روشی، در ابتدا به شاگردان خود سخت نمی‌گرفت، اما به تدریج انضباط افزایش می‌یافت و رهروانی که زمانی تربیت نشده بودند، خود را برای ساعت‌های طولانی در حال مراقبه و آموختن شدید آماده می‌یافتند. ترونگپا مراکز شهری و روستایی بسیاری تأسیس نمود. پس از مرگ او در سال ۱۹۸۷ میلادی نیز، این مراکز رونق خود را حفظ کردند و با تکیه بر مراقبه به پیروی از آموزه‌های ترونگپا در هر سه یانا ادامه دادند.

آینده آئین بودایی در غرب

آئین بودایی همیشه با موقعیت‌های جدید سازگار شده است. وقتی که فرهنگ‌ها با انقلابات عظیم مواجه می‌شوند، افکاری که قبلاً به کار می‌آمدند، دیگر قانع‌کننده نخواهند بود و مردم به جستجوی پاسخ‌های جدید خواهد پرداخت. سکولاریسم علمی که چنان تحولاتی را در جهت بهبود وضعیت مادی زندگی بوجود آورده بود در حمایت از کمیت، به استعداد‌های بشر بی‌توجهی کرد. غرب در حال رویارویی با یک بحران معنوی است. نمادها و عقاید سنتی توسط دیدگاه علمی جهانی طرد شده‌اند، زیرا از ارائه یک آرایه پذیرفتنی از مفاهیم عاجز به نظر می‌رسند. آئین بودایی برای آنکه محتوایی به غرب بدهد در موقعیت مناسبی قرار دارد.



در جریان انطباق آئین با فرهنگ‌های جدید، ناچار تغییراتی در آن رخ خواهد داد و برخی از حوزه‌های مشکل‌ساز در این خصوص تاکنون شناسایی شده‌اند.

نقش زنان

در فرهنگ‌های شرقی، زنان به گونه‌ای سنتی، نقشی فرمانبر و مطیع داشتند و این دیدگاه در آئین بودایی نیز نمود یافته است. در آئین بودایی راهبانه، همواره انتظار می‌رود که یک راهبه نسبت به یک راهب متواضع باشد، حتی اگر آن راهب نوآموزی جوان باشد.



داستان‌های مفصلی از برخورد با زنان وجود دارد که به روشنایی مردان انجامیده است، اما تأکید داستان همواره بر شخصیت مرد است. این داستان‌ها تصوراتی گذرا و وسوسه‌انگیز از زنانی استثنایی به ما می‌دهند که توانستند بر محدودیت‌های جامعه غلبه کنند، ولی چون تاریخ در دست مردان بود، داستان‌های آنها عمدتاً ناشناخته مانده‌اند.



سیاق اساساً مذکر آئین بودایی تا امروز حفظ شده است. در چنین محیطی، زنان بسیاری احساس راحتی نمی‌کنند و اگر تحولی رخ ندهد، آماده‌اند ساختارهای جدیدی بنا کنند که حاوی معیارهای زنانه بیشتری باشند.

کنش اجتماعی

سوزوکی روشی:

در شرق اصلی ترین تلاش برای حل مشکلات
در درون خودتان انجام می شود اما اینجا در غرب
ما بوسیله تلاش های خارج از خودمان، فعالانه برای حل
مشکلات می کوشیم. راه درست برای کمک به دیگران،
باید آموزه های از راه های شرقی و غربی باشد.

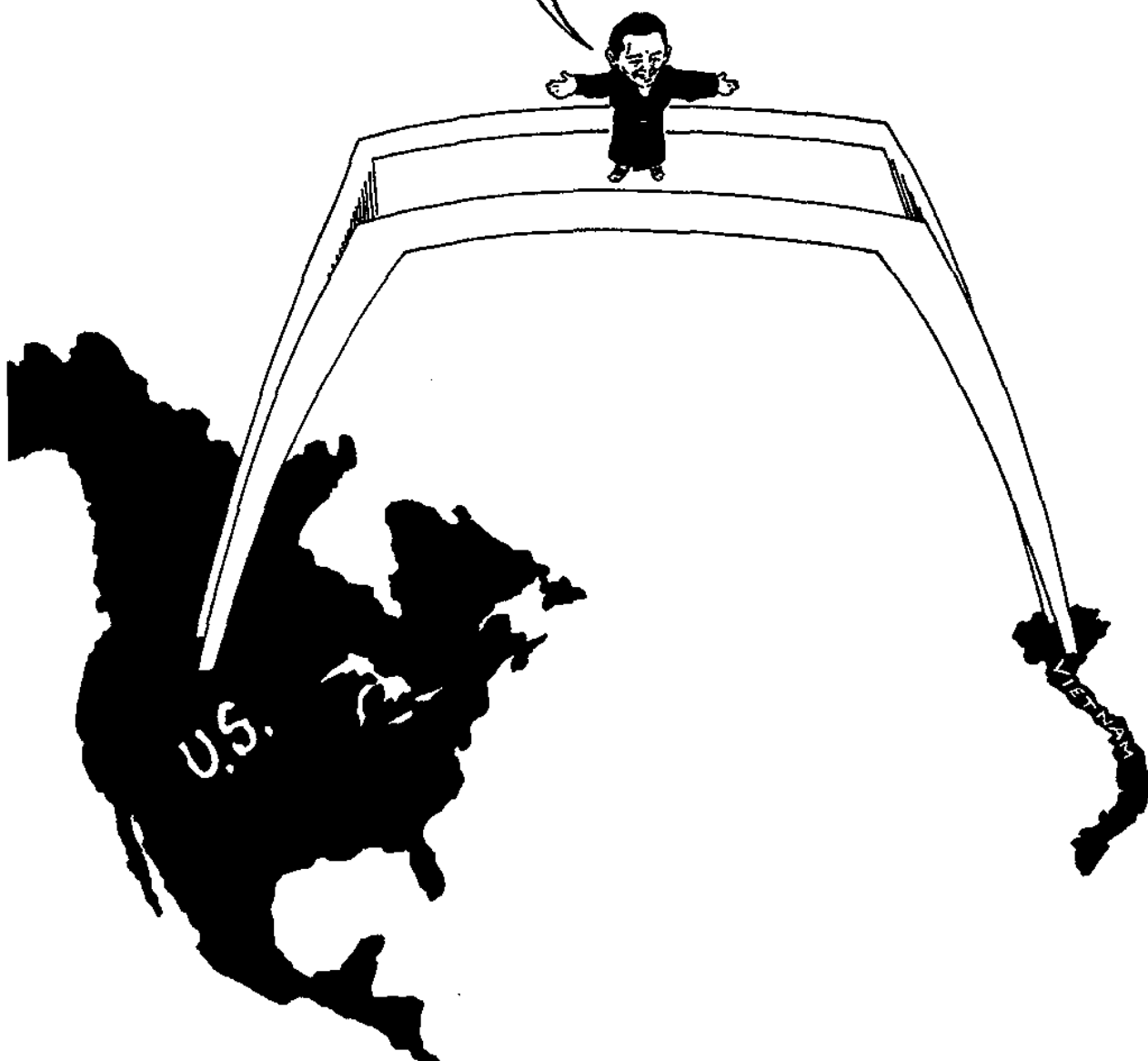


اکنون بسیاری از مراکز بودایی در آسایشگاه ها و زندان ها و در کنار بی خانمان ها، بیماران
میتلا به ایدز، بیماران روانی و... مشغول فعالیتند.

یک معلم ویتنامی به نام تیچ نهات هان در صف اول کسانی بوده است که به کنش اجتماعی پرداختند. یکی از آخرین طرح‌های او، کارکردن روی کهنه سربازهای آمریکایی جنگ ویتنام است که دچار ضربه روحی شده‌اند. تقریباً به همان تعداد از سربازانی که در نبرد کشته شدند، پس از جنگ، دست به خودکشی زدند. به عنوان یک ویتنامی، او احساس کرد برای کمک به سربازان در جهت کنار آمدن با خشم و گناه خود، در موقعیت منحصر به فردی است.

تیچ نهات هان دربارهٔ رهیافتش به کنش اجتماعی گفته است:

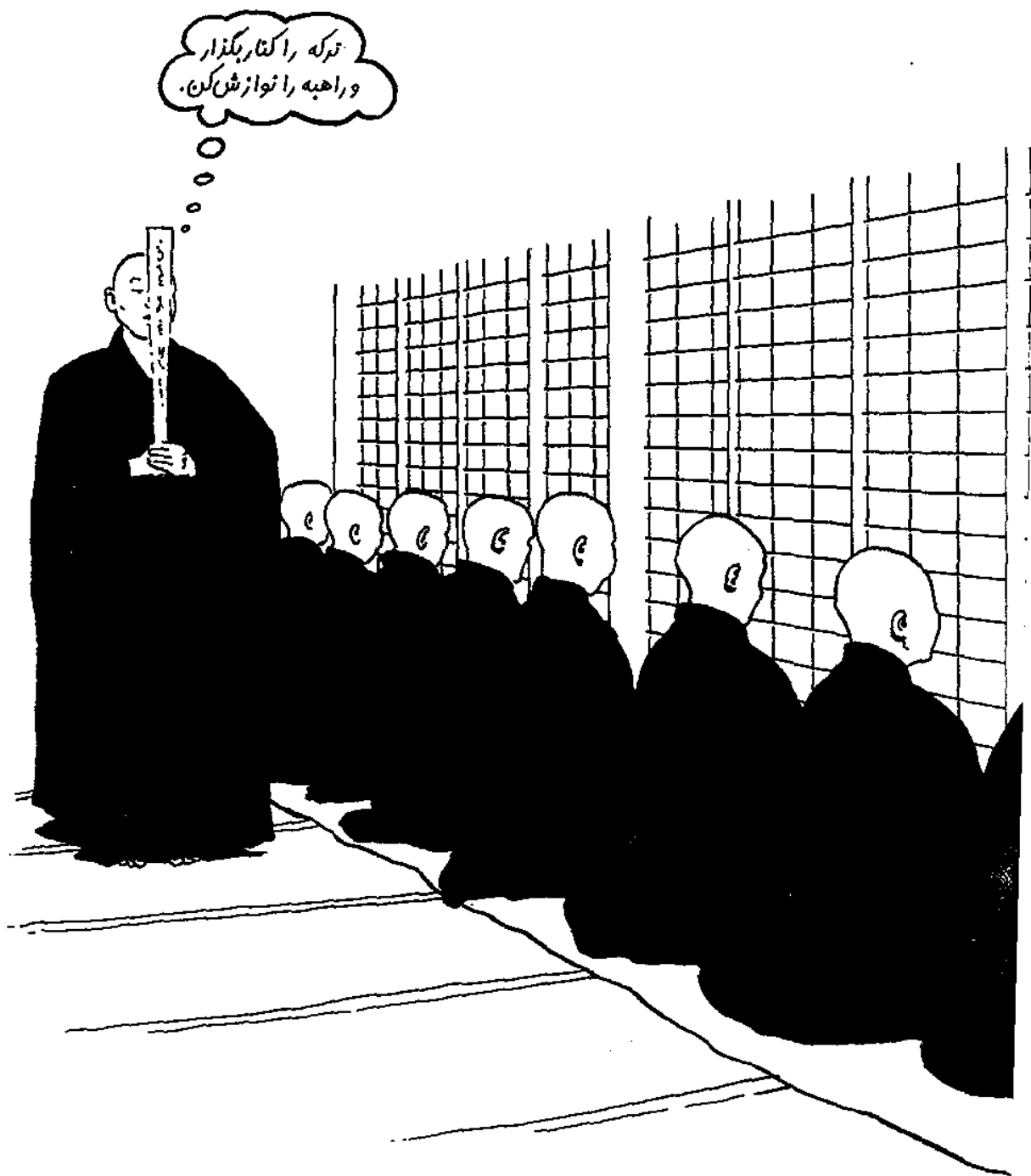
مردم معمولاً فاشم فوراً نسبت به بی‌عدالتی‌های اجتماعی، اساس کنش اجتماعی قرار می‌دهند. اما این عادلانه نیست. وقتی عصبانی هستیم معقول نیستیم و ممکن است آسیب‌برسانیم.



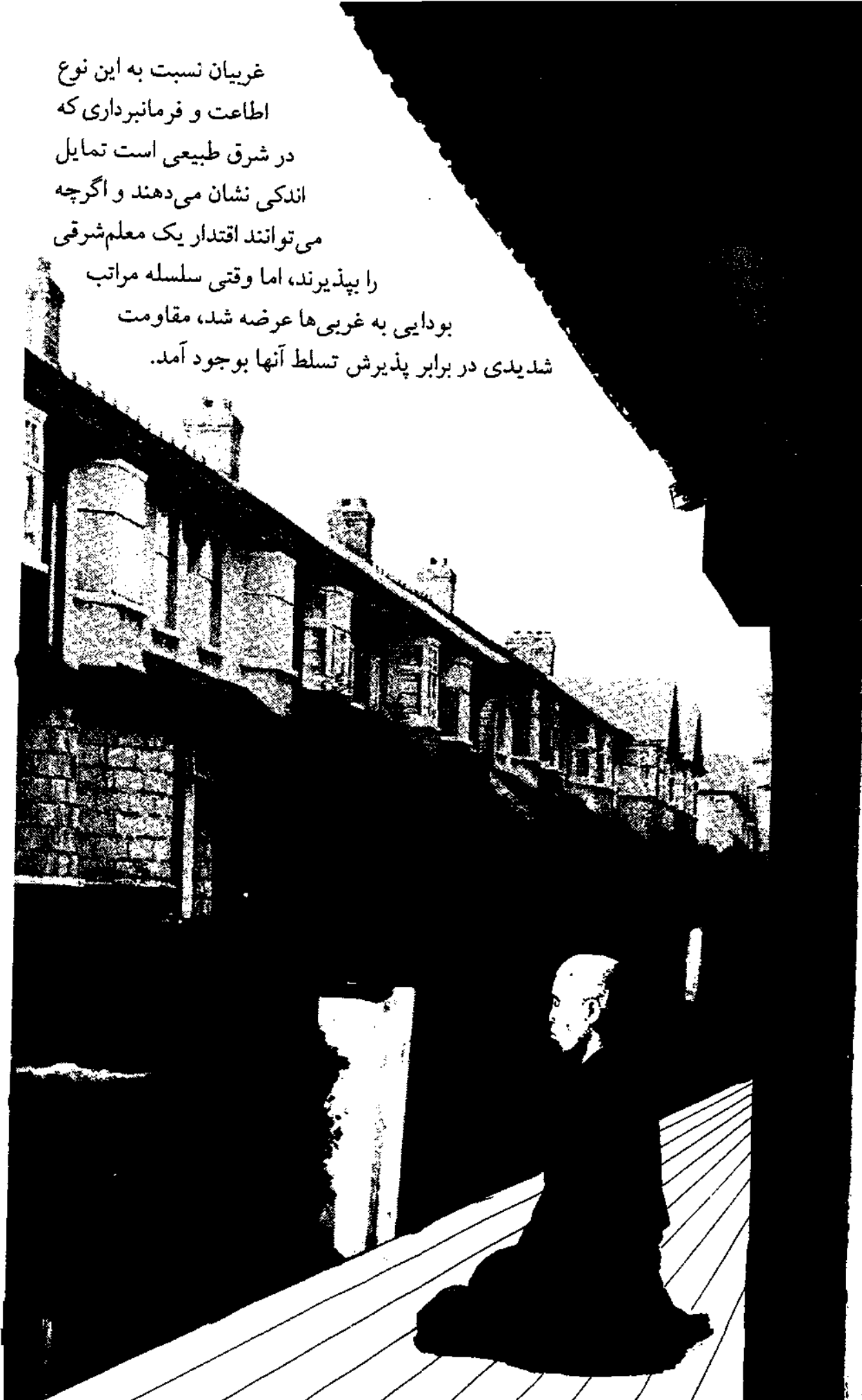
بنابر آئین بودایی تنها منبع انرژی مفید، همدلی است. چرا که همدلی بی‌خطر است. وقتی همدلی می‌کنید، انرژی شما از بینش زائیده می‌شود و تنها یک عصبانیت‌کور نیست.

سلسله مراتب

بسیاری از غربیان در جستجوی نیروی جادویی معلمان شرقی اند. در آئین بودایی شرقی تسلیم شدن به معلم، صورت آرمانی سلوک است. رابطه میان معلم و شاگرد درست مانند رابطه میان شاه و رعیت، فرمانده و سامورایی و رئیس و مرئوس انگاشته می شود.



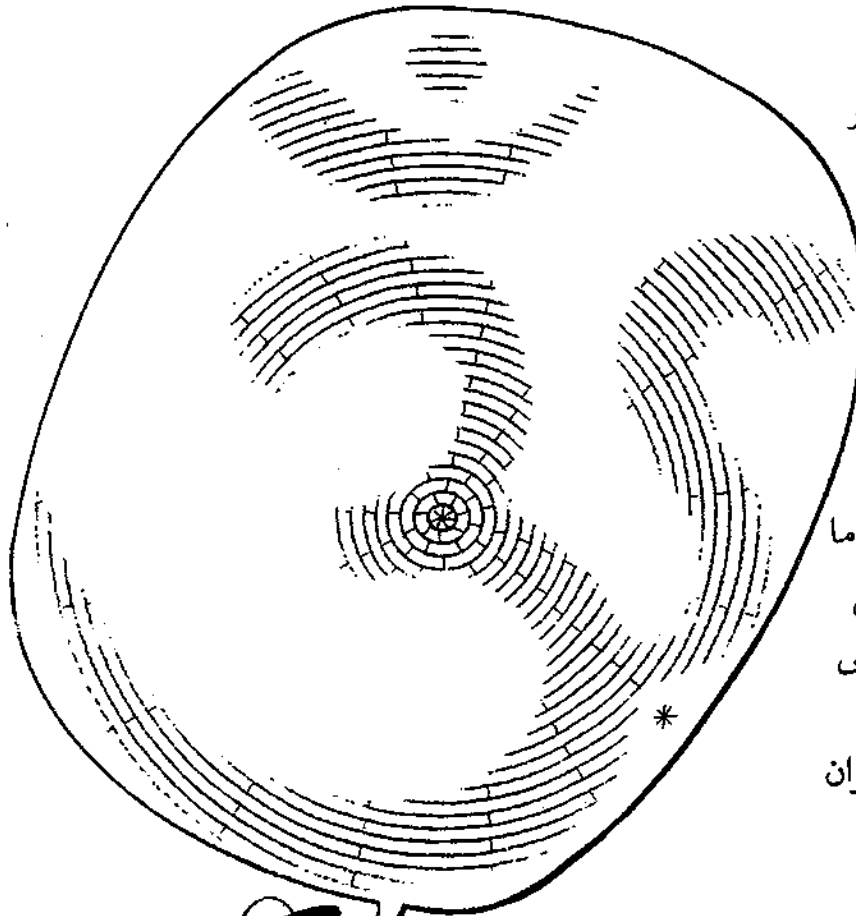
غربیان نسبت به این نوع
اطاعت و فرمانبرداری که
در شرق طبیعی است تمایل
اندکی نشان می دهند و اگرچه
می توانند اقتدار یک معلم شرقی
را بپذیرند، اما وقتی سلسله مراتب
بودایی به غربی ها عرضه شد، مقاومت
شدیدی در برابر پذیرش تسلط آنها بوجود آمد.



اقتداری که توسط شاگردان به معلم داده شده است مبتنی بر یک درک مشترک است، بدین ترتیب که معلم درباره طبیعت واقعیت چیزی دانسته است که شاگردان نفهمیده‌اند و به همین دلیل، معلم بیش از خود شاگردان قادر است آنها را به این فهم راهنمایی کند. در هر حال حتی اگر شاگردان نقش معلم را در پایان دادن به سردرگمی پذیرفته باشند نیز، باز مقاومتی در مقابل آن وجود دارد و معلم معمولاً نماینده اقتدار سرکوب‌گرانه انگاشته می‌شود. حصول صورت مناسبی از تعادل بین سلسله مراتب روحانی و آرمان‌های دموکراتیک به سال‌ها وقت نیاز دارد.

تلفیق کار و سلوک

در شرق، عقاید بودایی در تمام ابعاد اجتماع رسوخ کرده بودند. در چنین فرهنگی، سالکی بودایی بودن به معنای انتخاب شیوه‌ای در زندگی بود. اکثر مردم به مراقبه یا آموزش مشغول نبودند، اما دقیقاً به مثابه یک بودایی می‌زیستند، یعنی مهربانی می‌ورزیدند و تلاش می‌کردند باعث آزار دیگران نشوند.



* تک‌های سلوک، ام.

تقریباً تمام شاگردان غربی فعالانه
 می‌خواهند که در راه رهایی سلوک
 کنند، اما نمی‌خواهند از دنیا کنار
 بکشند. در آسیا جمعیت‌های
 رهبانی دکلی برای حمایت از عامه
 غیرروحانی بودند. راهبان
 نمونه‌هایی بودند زنده، از ارزش‌های
 عزیزی چون...



در فرهنگی که مخالف
 ارزش‌های معنوی است،
 تصور کمک‌هایی که به
 مشتاقان رهروی عطا
 خواهد شد، سخت است.

نتیجه

حال که آئین بودایی ریشه گسترده خود را در غرب آغاز کرده است، کسانی که اشتیاق اولیه خود را نسبت به آن حفظ کرده‌اند، مشغول دانه‌پاشی برای شکوفایی مجدد این آئین‌اند. آئین بودایی غربی در شکل خاص خود رشد می‌یابد. این شکل خاص به جای رهبانیت بر اجتماعی بودن تأکید می‌ورزد، و همچنین بر بازنگری در نقش زنان و فعالیت معقول‌تر در ارتباط با سلسله مراتب روحانی اصرار دارد. اما این آئین هر شکلی را بپذیرد، تعلیمات اساساً به همان صورتی که بودا در چمنزار گوزن در سارنات بیان نمود، باقی خواهد ماند و قلب تعلیمات محفوظ خواهد بود، یعنی چهار حقیقت عالی: حقیقت رنج، منشاء آن، پایان دادن به آن و راه مراقبه که همه چیز را بارها و بارها وقف سلوک می‌نماید.



از مجموعه

قدم اول

سارتر

قدم اول

نویسنده: فیلیپ تادی - طراح: هارولد ریچ
ترجمه: روزبه معادی



کانت

قدم اول

نویسنده: اگوستین لروانت - طراح: آندرز کلبومفسکی
ترجمه: حمیدرضا لوزک



والتر بنیامین

قدم اول

نویسنده: هارولد کی گول - طراح: آندرز کلبومفسکی
مترجم: علی سلطان



اینشتین

قدم اول

نویسنده: ژوزف شرینگر - طراح: مایکل مک کینس
ترجمه: آرام فریب



● از این مجموعه منتشر خواهد شد:

والتر بنیامین

ایقترنت

مغز و ذهن

جامعه‌شناسی

کینز

لوی اشتراوس

روشنگری

و...

مکاشفه، نیروانا، ذن و کارما در زمره مفاهیمی در اندیشه بودایی هستند که از حوزه جغرافیایی بودیسم فراتر رفته و وارد فرهنگ سایر ملل شرق و غرب شده‌اند و به همین دلیل نیز بودیسم به اندیشه‌ای ظاهراً شناخته شده در جهان تبدیل شده است. اما اینکه واقعیت بودیسم، تاریخ و انواع آن کدامند کمتر مورد توجه می‌باشد. این مذهب گسترده و پیچیده که با تمدن شرق آسیا پیوندی ناگسستنی یافته و از هند تا تبت و از چین و ویتنام تا کره و ژاپن و بسیاری مناطق دیگر را تحت پوشش قرار داده بر چه اساسی بنا شده است؟

هر چند که صاحب نظران بر این عقیده‌اند که فهم آموزه‌های بودا و دستیابی به روشنایی تعالیم او جز از طریق تجربه شخصی ممکن نیست و فقط به واسطه آن دانشی شهودی که از استاد به شاگرد منتقل شود در دسترس قرار می‌گیرد، در کتاب حاضر سعی شده است که از طریق داستان‌ها و تصاویر مربوط به تائوئیسم و مکاشفه و ذن، قدم اولی در جهت شناساندن آموزه‌های بودا برداشته شود.