

قدم اول

بودا

جین هوپ و بورین وان لون / علی دانشی 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

کاشفی پور. - تهران: شیرازه، ۱۳۷۸.

۱۷۱ ص. : مصور.

ISBN 964-6578-22-5: ۹۰۰۰ ریال

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.

Buddha for beginners.

عنوان اصلی:

۱. بودا و بودیسم - عقاید - مقدمات. ۲. فلسفه بودایی - مقدمات.

الف. کاشفی پور، علی؛ مترجم. ب. وان لون، بورین، Van Loon, Borin، تصویرگر.

ج. عنوان.

۲۹۴/۳۴۲

BQ ۴۱۳۲ / ۸۹ ب ۹

۱۳۷۸

م ۷۸ - ۱۲۳۹۷

کتابخانه ملی ایران



بودا

قدم اول

نویسنده: جین هوپ و بورین وان لون

مترجم: علی کاشفی پور

طراح جلد: علی خورشیدپور

حروفچینی و صفحه‌آرایی: مؤسسه جهان کتاب

لبنوگرافی: کوثر

چاپ و صحافی: فاروس

چاپ اول: ۱۳۷۸

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 غویش است.
شناختن غویش، فراموش کردن غویش است.
شناختن غویش، روشنایی یافتن به واسطه هرچیزی در جهان است.
فراموش کردن یافتن به واسطه هرچیز، 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 به‌وجود می‌آیند.

با این همه چهره‌ای تاریخی وجود دارد که نام خانوادگی او سیدارتاگو تاما 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 سلسله 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 دستورالعمل
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 یوته 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 نابرداری» 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 «الیه 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:

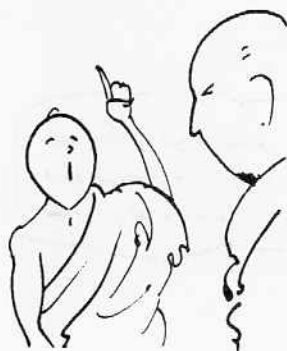
اگر او در قصر بهاند، یک فرمانروای پرسته جهانی خواهد شد، ولی اگر به زندگی مذهبی پای نهد، به روشنائی خواهد رسید و معلمی برای فرایان و انسانها خواهد بود.

این پیشگویی من را مشوش می‌کند... من می‌فاهم پس از مرگ من، سیدارتا برتقت بنشیند.

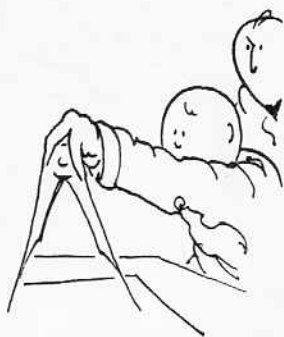


زندگی در قصر

فرمانروا مصمم شد تنها نخستین بخش پیشگویی را محقق کند. بنابراین مراقبت و توجه بی‌دریغی نسبت به پسرش مبذول 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 مقصود 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 هربار 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.



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

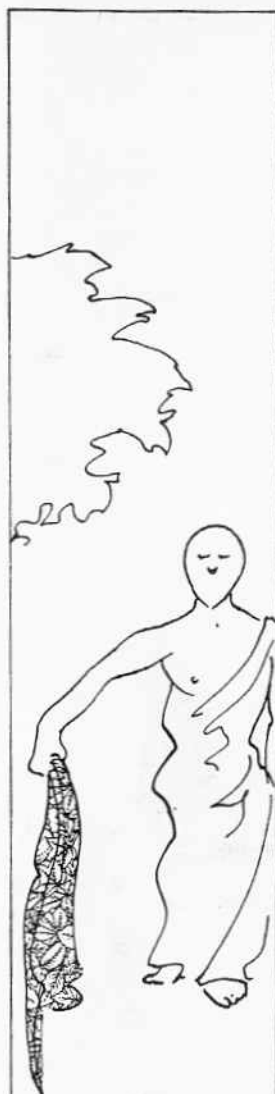
جدا از دوستان خویش، به مکانی خلوت رفت و زیر یک درخت پامادورا نشست. در آنجا به آنچه دیده بود، اندیشید. او مستقیماً با هراس از مرگ روبرو شد و برآن غلبه کرد و نهایتاً رسیدن به آرامش را ممکن دید.



سپس در راه یک سَدُو (مرد مقدس) را 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 لباس‌های گرانبه‌اش
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 بر تن مسلط شویم تا ذهن آزاد شود.

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

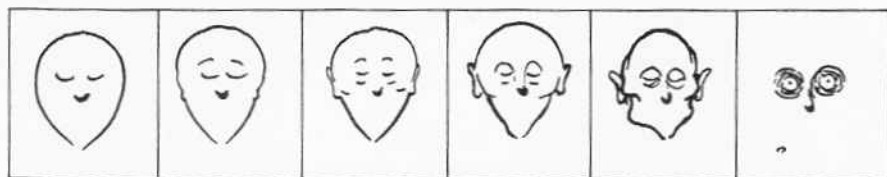


آنها

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 فلاص کردن فودم از تمام دبستگی‌های
جسمی و روانی، تسلط کامل بر تن و روانم پیدا کنم.

جدیت سیدارتا او را پیش‌تر برد.



او تمام افکارش را سرگوب 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.

خود آزاری بیش از هر صرقتا 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 سایه گستری — که به نام درخت بُدی شناخته می‌شود — برای خود فراهم کرد.

قسم می‌خورم اینجا 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، هیچ کس نبود که به او رو کند، هیچ جایی 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 بر فراز درختان می‌رانند. زمین می‌لرزید و گوشه گوشه آسمان برق می‌زد. اما هر چیزی 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 سستی 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 باریش، 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.



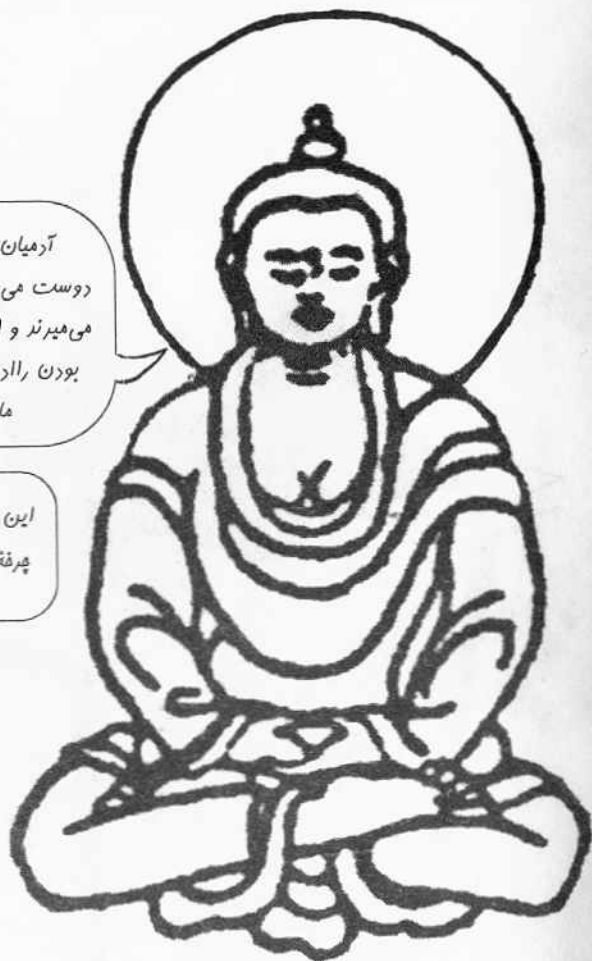
فتی اگر با این موانع بپنجم، آنها قدر تمندر
فواهد شد. پذیرفتن بی تشویش امیال
و هراس‌های خودم است که باعث
می‌شود آنها قدرشان را از دست
برهند.

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 ایبارا در قالب تولدهایی جدید بودن را ادامه می‌دهند، بی‌هیچ توقفی، مانند پرفی در گردش.

این حرکت پیوسته، سمسارا
چرخه حیات، تاملیده می‌شود.

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

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

در سومین پاس شب،
سیدارتا دریافت...

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





من نیز در چنین چرخه‌ها شینواری

گرفتارم. بودنی که من به آن باور داشتم، سافشاری خیالین بود. من یک اسم، یک تاریخچه شفقی، انبوهی قاطرات افکار 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 برمی‌خیزد 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،
پاهایم و
انگشتانم را
می بینم و بوی
گیل ناب رودخانه
را استشمام می کنم. از زنده
بودنم به شدت در تعجبم.
سلفها این روشنایی،
طبیعت همه آدمیان 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.

آنچه بودا تعلیم داد

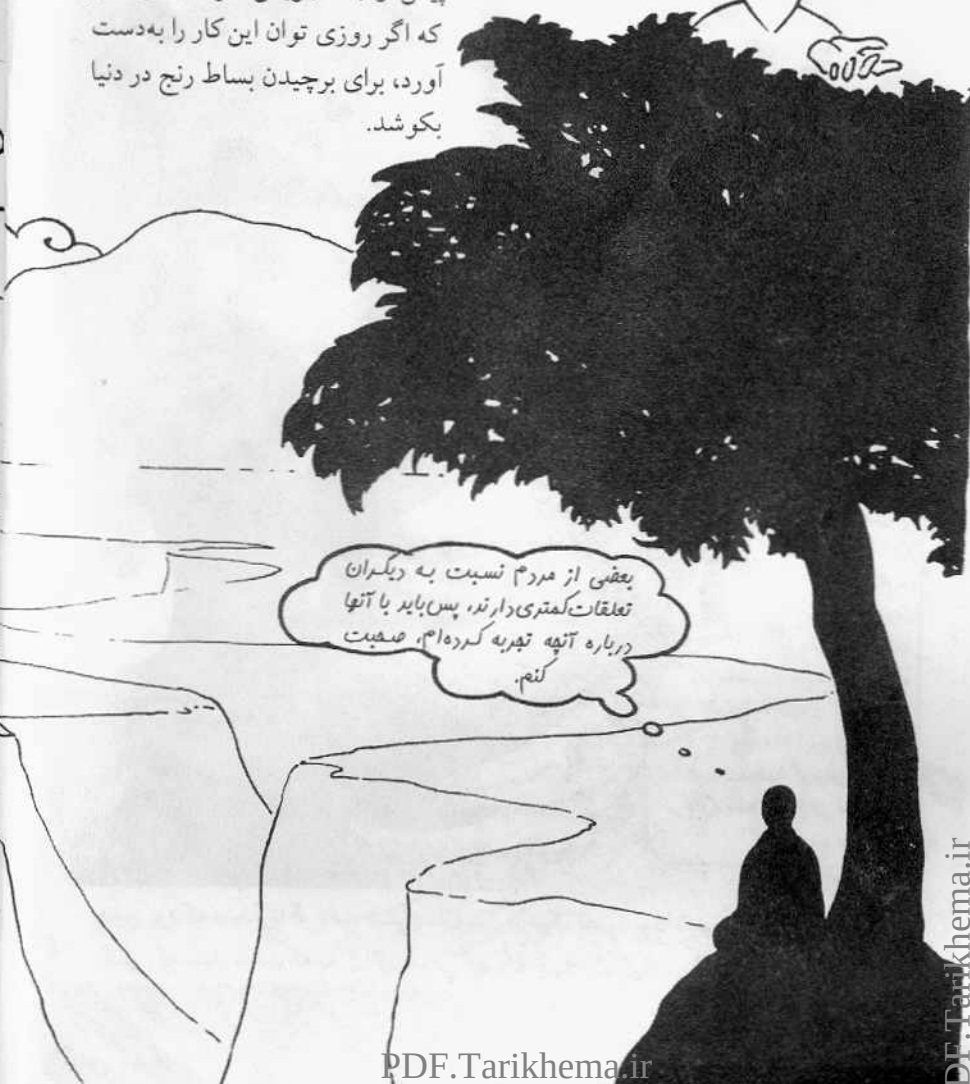
اگرچه هرگز نمی‌توانیم دربارهٔ صحت آنچه به عنوان کلمات بودا به ما رسیده است، کاملاً مطمئن باشیم، اما روشن است که پیامی اساسی وجود دارد که میان تمام مکاتب بودایی مشترک است. اساس تعلیم اولیهٔ بودا در خطابه‌ای آمده است که او در چمنزار گوزن در منطقهٔ سارنات هند شمالی برای اولین شاگردانش ایراد کرد. این خطابه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

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 به‌دست آورد، برای برچیدن بساط رنج در دنیا بکوشد.

آیا مردم هیچ‌گاه به آموختن چیزی که پندار و وجود 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.



حقیقت عالی رنج



اولین چهار حقیقت عالی، حقیقت رنج است.

رنج ترجمه‌ای تقریبی از کلمه پالی دوگکا است. دوگکا بر ناپایداری، نقص و ناخشنودی دلالت می‌کند. بودا تعلیم را نه با صحبت درباره‌ی روشنایی 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، تعلیم 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، دلایلی لاما مثال خوبی است.

آیا این شادی ادامه خواهد داشت؟



چگونه می‌توانم این شادی را حفظ کنم؟



و بسیاری از غربی‌ها

می‌پرسند:

آیا حق داریم

فوشال باشیم؟



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

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

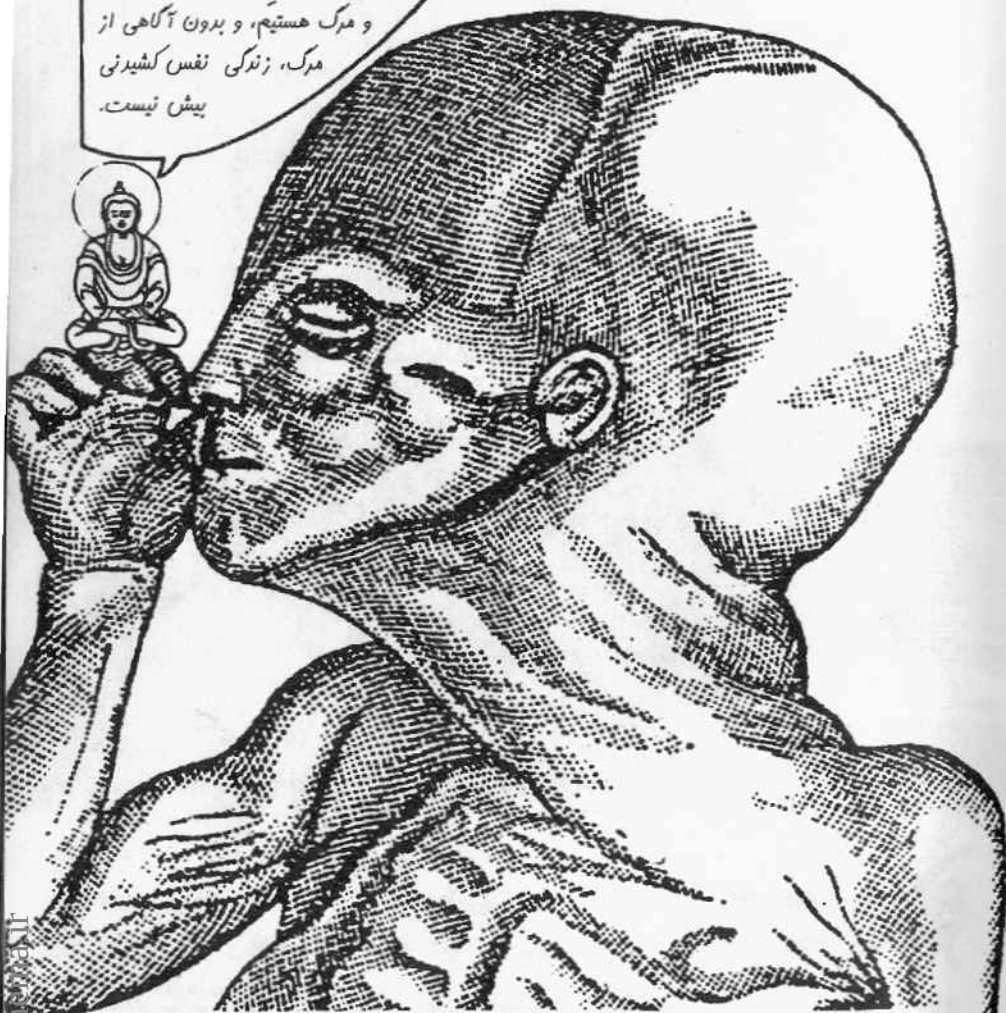
زندگی چیز
هرزه‌ای ست
(سپس فواهی
مرد)



DALAI LAMA

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 همه موضوع تولد، بیماری، پیری
و مرگ هستیم، و بدون آگاهی از
مرگ، زندگی نفس کشیدنی
بیش نیست.



آرامش و شکیبایی بودا از پذیرفتن طبیعت گذرای زندگی نشأت می‌گیرد.

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 فواید بود، فود به عامل افزایش رنج بدل می‌شود: پس دوباره به دنبال راه حل می‌گردیم - این چرخه بی‌پایان است.



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

حقیقت عالی منشاء رنج



رنج از هیبت اولیه آغاز می شود. با حرکت این هیبت فطری که از ندانستن
اینکه که یا چه هستیم ناشی می شود، ما درک فویش را بر پایه تفوی از خود
به منزله یک کلیت مستمر بنا می کنیم.



این کلیت مستمر، «خویشتن» نامیده می شود. وقتی به این معنای خود نگاه می کنیم،
می بینیم هیچ چیز ملموس، حقیقی و یا بسیطی وجود ندارد که بتوانیم آن را «من» بنامیم. این
دریافت به ناامنی دائم می انجامد. عدم درک حقیقت ناپایداری و بی خویشتنی موجب
می شود که ما به خاطر ندانستن اینکه که هستیم، رنج ببریم. هر چه بیشتر به اعتقاد به حقیقت
خود متکی باشیم، درد و غربت بیشتری حس می کنیم.

حقیقت عالی پایان رنج

تمام انسان‌ها بارقه‌هایی از روشنائی را تجربه کرده‌اند.



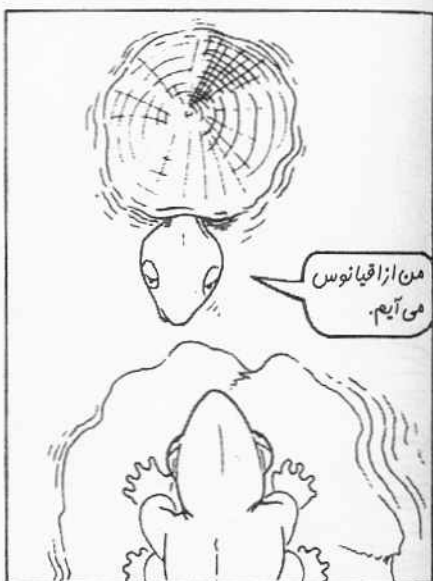
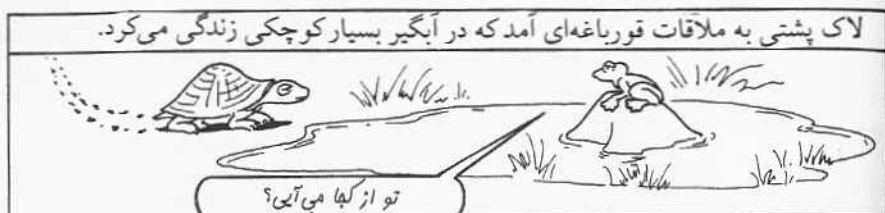
لحظاتی که «من» خودپسند مانع نیست، لحظات کاملاً مستقلی که در آنها ذهن اسیر خاطرات گذشته و یا رؤیاهای آینده نیست و کاملاً معطوف به زمان حال است - چنین لحظاتی هر زمان ممکن است اتفاق بیافتند. این بارقه‌های بودن در زمان حال، درخشان هستند و با ذهن معمولی و کشمکش‌های آشکارا در تضادند.

پایان رنج، روشنائی است: نیروانا.

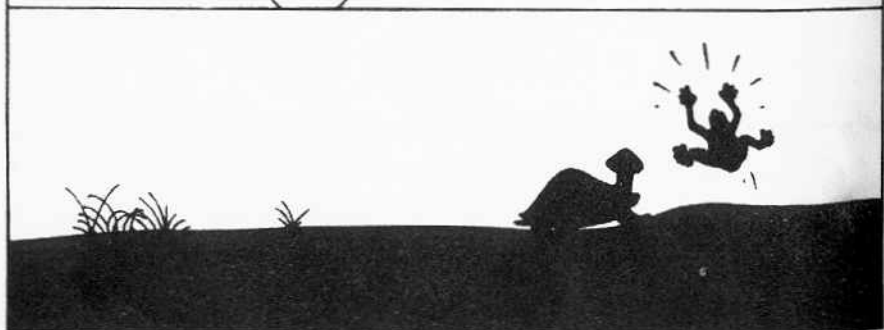
تمام تعالیم بودا وسیله‌ایست برای اینکه روشنائی را خودمان تجربه کنیم، نه به عنوان تمرینی نظری، بلکه چونان تجربه‌ای مستقیم.

روشنائی شرح‌دانی نیست، تنها تجربه‌کردنی است.

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

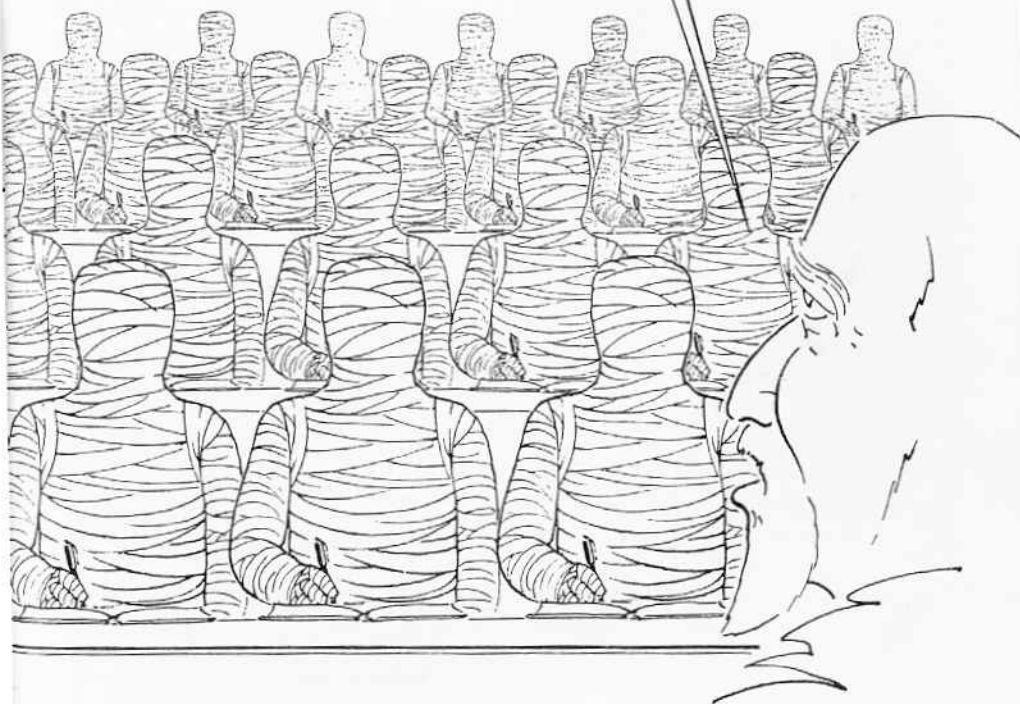


در نهایت لاک پشت باید قورباغه را به اقیانوس ببرد و قورباغه از وسعت آن مبهوت شود.



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

زندگی بدون پیچیده شدن در علایق خودخواهانه ناممکن نیست، اما بازگردن نوارپیچی‌ها تنها به دست خود شاگرد میسر است.



روشنایی 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 روشنایی 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

بودا راهی را معرفی کرد به توقف تقلا و رسیدن به روشنائی می انجامد.

من چیزی را تضمین نمی‌کنم و به شما یادآوری می‌کنم که هیچ نجات‌دهنده
بیرونی‌ای وجود ندارد. شما برای انجام آنچه من کرده‌ام، باید به خودتان تکیه کنید.

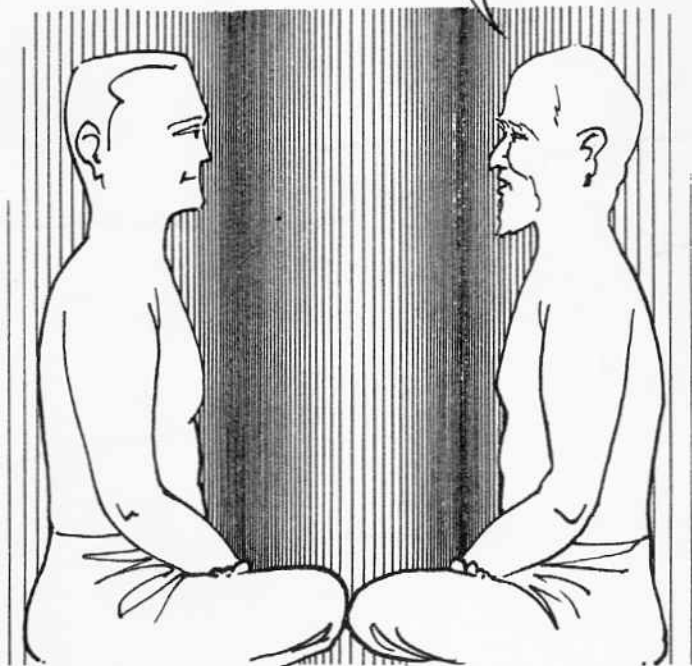
از آنجا که جوهره
تعالیم بودا در مراقبه
است، پیمودن راه به معنی
تعهد قلبی به رعایت
انضباط است.

مراقبه

مراقبه اساس اعمال آیین بودائی است.

مراقبه ۲۵۰۰ سال پیش توسط بودا آموخته شد و از آن هنگام، اساس این آئین بوده است. مراقبه بر سنتی شفاهی بنا شده است. از زمان بودا، این سلوک از فردی به فرد دیگر منتقل شده است. به این ترتیب، این سنت، زنده مانده است.

مهم است به یاد داشته باشی که اگر می‌خواهی آئین را
بشناسی، به آموزشی بی‌واسطه نیازمندی.



در مراقبه، می‌آموزیم از افکار و خیالاتی فراتر برویم که مانع تجربه شهودی مستقیم این امر می‌شوند که بدانیم که یا چه هستیم. فعالیت دائم ذهنی ما مسئول ایجاد توهم موجودیت مستقل است. این فعالیت ما را فرسوده می‌کند.



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، آگاهی مان 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 نمی‌پردازد. این سلوک تنها فضایی ایجاد می‌کند
که بتوانیم به راحتی با بدن مان، تنفس مان و محیط مان
ارتباط برقرار کنیم. افکار به سادگی در فضای بزرگتری
رخ می‌دهند. در آن موقعیت ساده، ما توجه مان
را دوباره و دوباره از خیال به واقعیت ساده بودن
در لحظه حال باز می‌گردانیم.



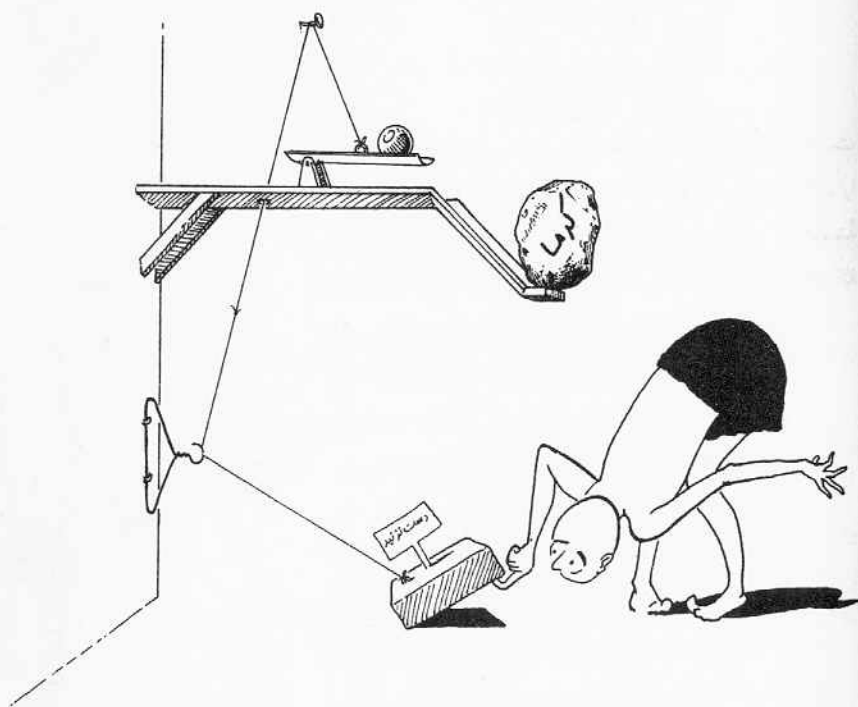
انتقادی به مراقبه وارد می‌شود دالّ براینکه این عمل به
سلامت درونی آسیب می‌رساند. این انتقاد در عمل
وارد نیست چراکه مراقبه انرژی‌ای را که ممکن
است در وضعیت تشویش گرفتار مانده باشد،
آزاد می‌کند.



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، هر چند 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 روشنایی‌اش 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 نشانند تا نخستین 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 رد، 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.

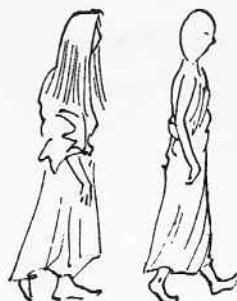


طی ۴۹ سال بعد، بودا به روستاهای هند رفت، در حالی که به زبان محلی سخن می گفت و در مکالمات خود از موضوعات زندگی روزمره که راحت تر درک می شدند، استفاده می کرد.



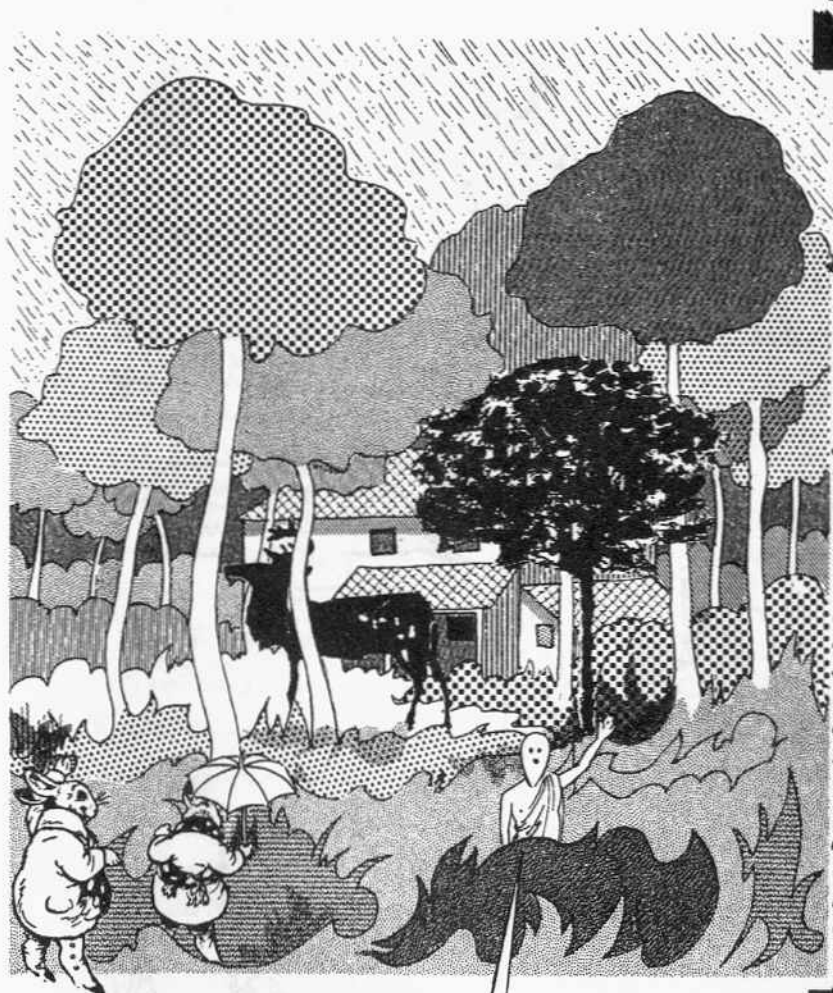
او به یک روستایی یاد داد که در حال نخ ریزی، به مراقبه بپردازد.

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



زن دانه ای 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 چوئان راهبی سرگردان
زندگی را ادامه می‌دهم، برای غذایم کدایی
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.

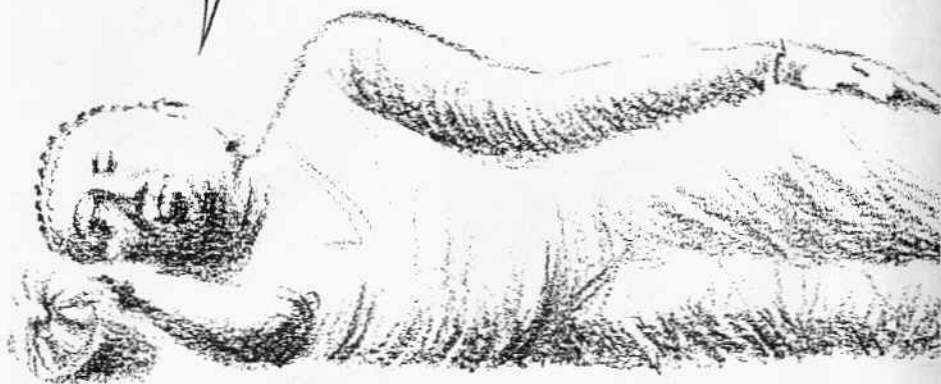


نشیمنگاهی برای من زیر
درختان بسازید.



او برطرف
راستش دراز کشید،
در حالیکه سرش به روی
دستش بود. گفته شده است که
در این لحظه، هیچ صدائی از پرندگان
شنیده نمی‌شد، بادهای از وزیدن باز
ایستادند و درختان گل‌های پژمرده‌شان
را به سان قطرات اشک فرو ریختند.

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



هیچ سؤالی نبود.

هرچیز که متولد می‌شود، در معرض زوال است. چون هیچ نجات دهنده بیرونی‌ای وجود ندارد، تلاش
برای رسیدن به آزادی شما به خود شما بستگی دارد... اینها آخرین 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 فرا گرفت. 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.

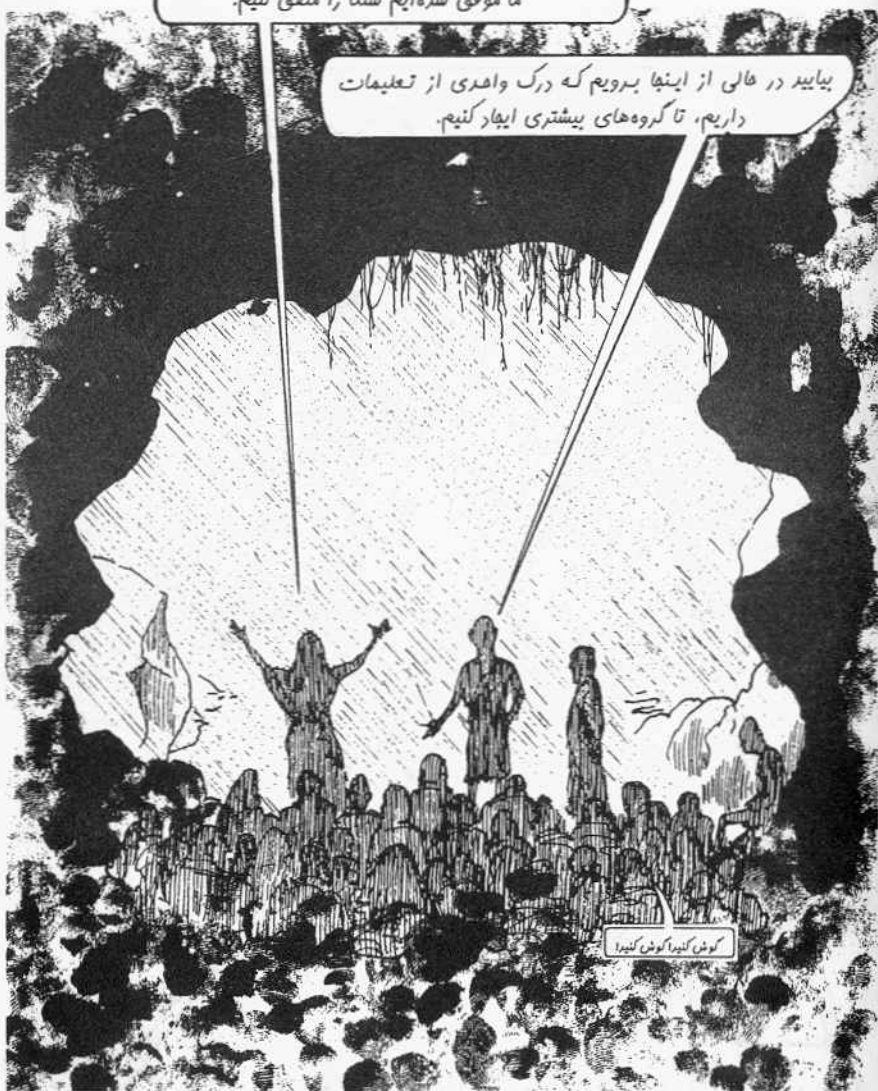


سرگذشت اولین بودائیان

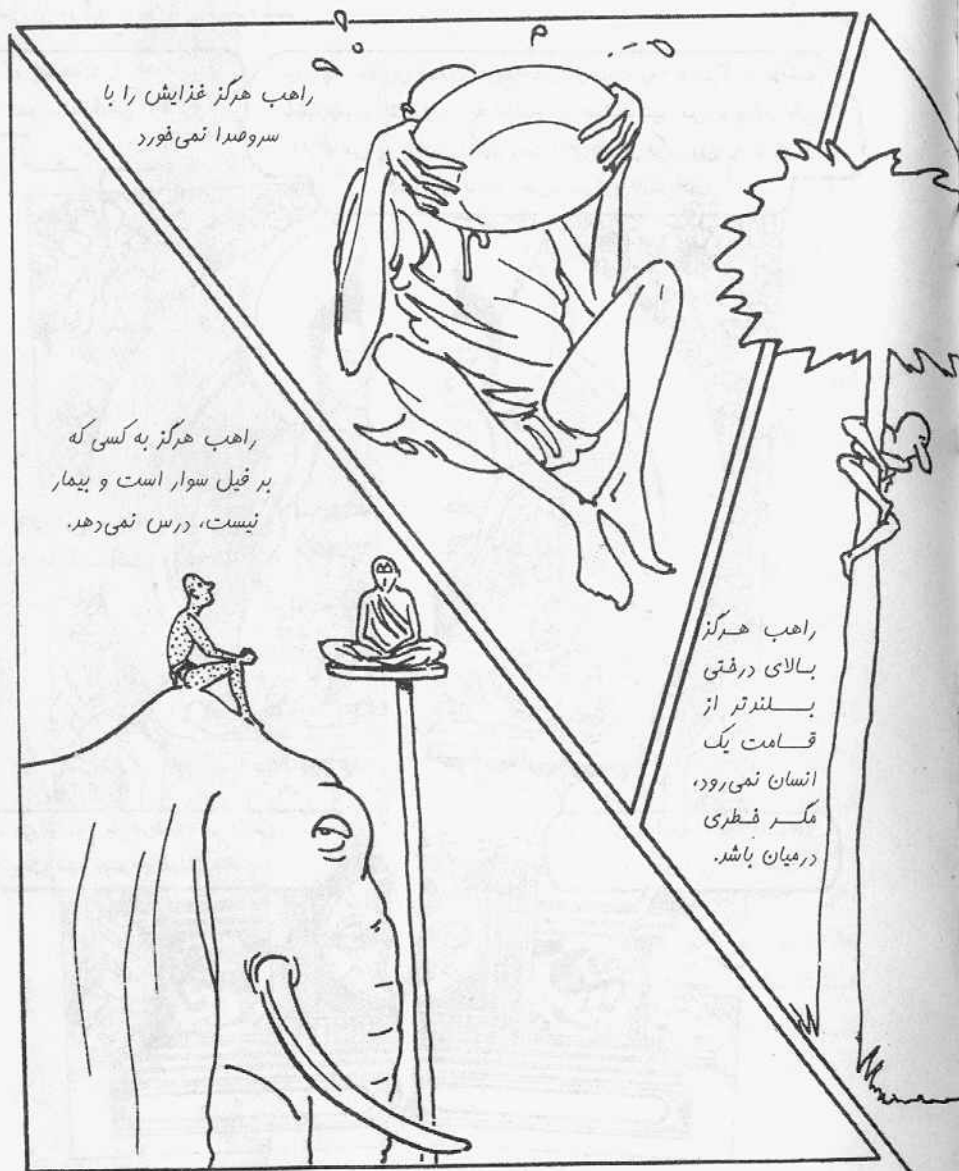
در اولین فصل بارانی بعد از مرگ بودا، راهب‌ها و راهبه‌ها در غاری کوهستانی گردآمدند و اولین شورا را برگزار کردند. بسیاری از پیروان نزدیک که آنچه را بودا به آنها آموخته بود، به یاد سپرده بودند، تعالیم را برای تمام جمعیت تکرار کردند تا همدلی جمعیت تضمین شود.

ما موفق شده‌ایم سنگا را متفق کنیم.

بیاید در حالی از اینجا برویم که درک واقعی از تعلیمات داریم، تا گروه‌های بیشتری ایجاد کنیم.



گوشه‌های گنبد را گوشه‌های گنبد



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 بودائی، که حدوداً صدسال پس از مرگ بودا برگزار شد، مبدأ اولین دو دستگی بود.

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:



قبل از مرگ، از بودا پرسیده شد:

آیا جماعت را راهنمایی
نموده، مانسینی انتقاب
می‌کنید؟

این چه انتقاری است که جماعت از من دارد؟ هرگز آرزو نداشته
باشید چنین انتقاری را به تعالیم من مرتبط کنید. من هیچ آموزشی
ندارم. من به پایان زندگیم رسیده‌ام. بعد از مرگ من، هر کدام از
شما باید برای رهایی خودش تلاش کند.



به نظر می‌رسد دو مین
شورا به کشمکش
انجامید: بالا

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

ما می‌خواهیم به طریقت بی‌نقص سنت
تثبیت شده موجود وفادار 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، تعلیم 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،
فقرت 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.

معلوم نیست که بودا هر سه
 یانا را تعلیم داده باشد.
 آنچه روشن است، تداوم
 تجربه پویا در تمام این
 مراحل است، و نیز اینکه
 یاناها به نحو قابل توجهی
 به منبع اولیه الهام تعلیم
 بودا وفادار می‌مانند.

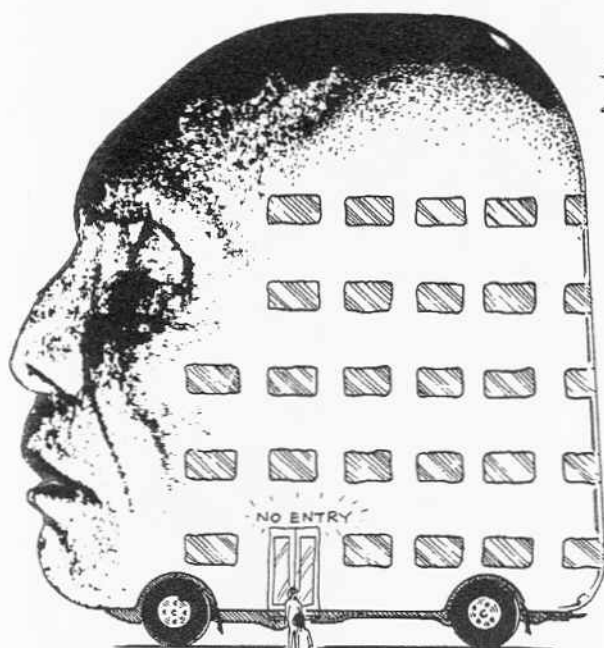
بدون آموزش اولیه مناسب
 در هینایانا و مهاییانا، قدم
 گذاشتن به مسیر
 پیش‌بینی‌ناپذیر و پرهیجان
 و اجرایانا غیرممکن است.
 رابطه این سه مرحله در
 تمثیلی سنتی آمده است.
 هینایانا پایه کاخ روشنائی
 است؛ مهاییانا شامل دیوارها
 و روبنای کاخ است؛ و
 و اجرایانا سقف بلند و طلایی
 آن است که وجودش
 بر یاناهای دیگر متکی
 است، اما آنها را به نحو
 مجللی کامل می‌کند. بدون
 زیرساخت قوی انضباطی،
 بعداً هیچ چیز به نتیجه
 نخواهد رسید.

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

بخش دوم

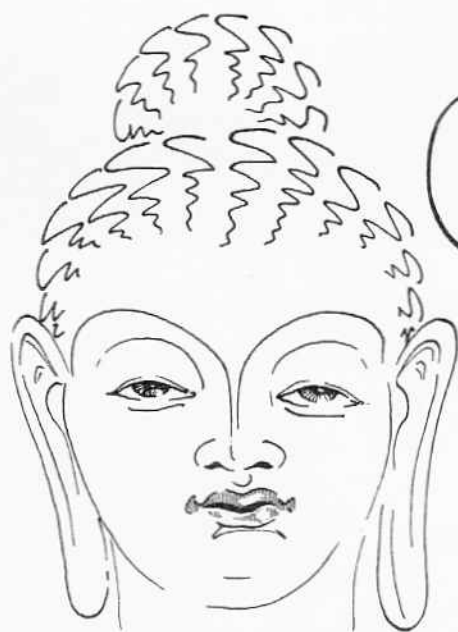
سنت مه‌ایانا

مه‌ایانا که در قرن یکم میلادی سربلند کرد، ارا به 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.



ولی ما برای بلیط،
پول داریم

به راهبان فرصت داده شد که زندگی نسبتاً ممتازی فراهم نمایند، اما آنها به جای دستگیری از تودهٔ 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 نهدی می‌کرد و همیشه پیروانش را ترغیب می‌نمود که به بیرون و به میان دنیا بروند. از یکی از گفتارهای بودا:



بیرون بروید، ای راهبان و گردش کنید، برای
سعادت و ترقی آرمیانی بیشتر، فارغ از ترمم
به دنیا، برای کار فیر، پیشرفت و سعادت
فدایان و آرمیان.

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 مهاریانا 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.



آیا ممکن است شادی وجود داشته باشد، در حالیکه تمام مخلوقات زنده رنج می‌برند؟ آیا می‌توانی آسوده باشی و بشنوی تمام دنیا گریه می‌کند؟

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 تعلیم 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 مهاریانا، بودای تاریخی اهمیت کمتری یافت. بودا در طول حیات خود، نمونه زنده‌ای 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، امپراطور آشوکا این آیین را پذیرفت و موجب تقویت بسیار آن شد.



من از کشتارها و قوتریزی‌های
جنگ بیزار شده‌ام. باید
راه بهتری برای حکومت
پیدا کرد.

آشوکا برای بنیانگذاری شیوه عدم خشونت در امپراطوری خود، بر زندگی بودایی، حرکت اجتماعی و حقوقی دلسوزانه و عادلانه برای همه تأکید می‌کرد. حکومت او فوق‌العاده انسانی بود. او بیمارستان‌هایی برای انسان‌ها و حیوان‌ها تأسیس کرد، در سراسر هند به حفر چاه‌ها و قنات‌ها پرداخت و از تمام سنت‌های 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.

در هر حال آیین بودایی
هیچ وقت نظام طبقاتی
را نپذیرفت و به
همین دلیل،
همیشه
به عنوان
اعتراضی به
نظام
اجتماعی
تلقی می شد.

زنجیرها را باز کنید.



افول آیین بودائی 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» 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 مهیاانا

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:

دانشتن 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 گنجینه های دیگران را می شمرد، بدون اینکه خود یک سکه داشته باشد.



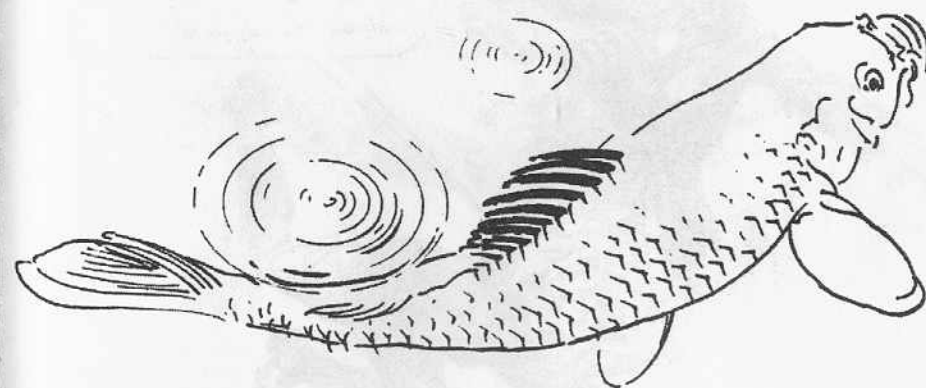
نشان دادن راه با کلمات

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

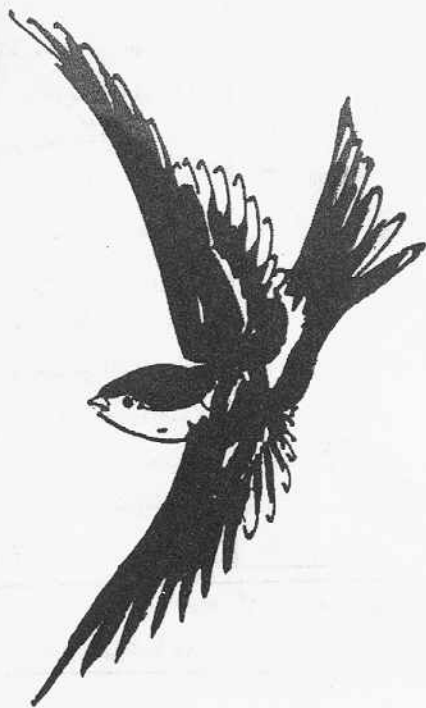
شعر و
نمادهای
بصری به
واقعیت
بسیار
نزدیکترند.

ذهن باید در مقام
فرد باشد تا فرد را
بفهمد.

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



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 مهیا‌نا مایتری

دروازه ورود به سلوک در
مسیر مهیا‌نا، مایتری یا
مهربانی به خود
نامیده می‌شود.

تکامل مایتری وقتی
پدید می‌آید که منفی بودن
را به عنوان قسمتی از راه
می‌پذیریم. ما باید با
خودمان دوست باشیم و با
آن جنبه‌هایی از خود که
دوستشان نداریم، مهربان
باشیم. با آموختن مهربانی
با خود، کشف می‌کنیم که
ذاتاً رثوف هستیم. ما
هنگامی خشن می‌شویم که
زخم‌های خود را انکار
می‌کنیم و دیگران را مسئول
دردهای مان می‌دانیم و آنها
را سرزنش می‌کنیم. حال
آنکه با اقرار به عیوب
خودمان، برای پذیرش آنها
آماده می‌شویم.

وقتی به اطراف نگاه می‌کنیم، می‌بینیم تمام جهان با آسیب‌پذیری و شکنندگی
مبارزه می‌کند و سعی می‌کند غلاف سفتی برای خود فراهم کند تا دست هیچ‌کس به او نرسد.

تعلیمات مه‌ایانا می‌گوید که تمام موجودات دارای مهربانی و نیز بیداری درونی که طبیعت بودا نامیده می‌شود، هستند.



استعداد بودا
شروع از ابتدا
در ما موجود
بوده است.

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

جوهرهٔ سلوک مه‌ایانا، تکامل بخشیدن
به حس همدردی به وسیلهٔ آموزش
وارونه کردن منطق خودم‌محورانهٔ طبیعی
به ذهن است. سلوک مه‌ایانا به
مامی آموزد که به جای جستجوی
دشمنان در دنیای بیرون از خود، دشمن
واقعی مان را آنچه خودخواهی ما را
ارضا می‌کند. به شمار آوریم.



خویش‌شن

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.



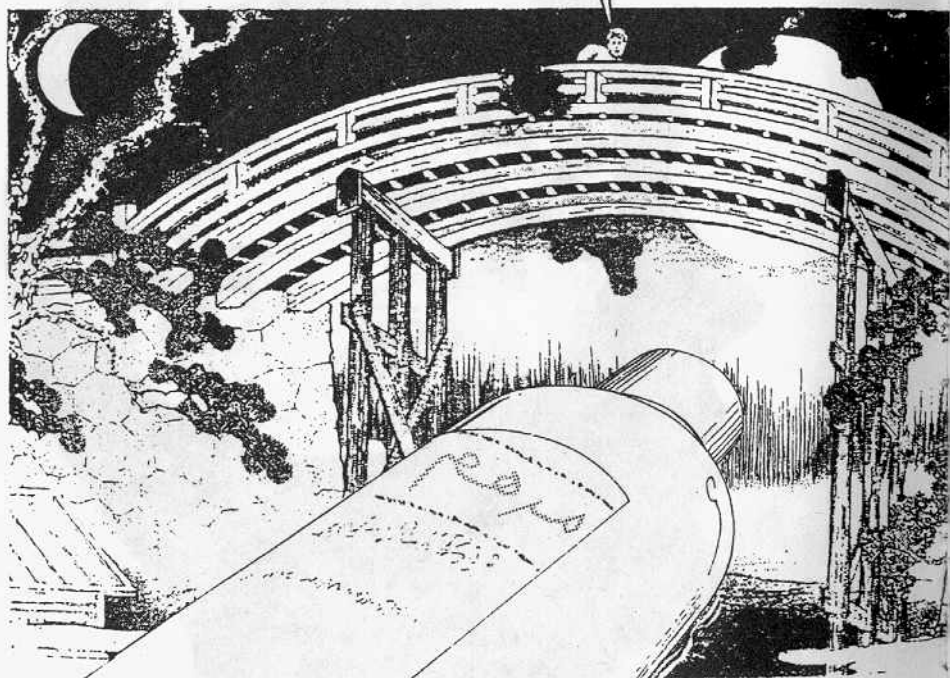
این دلسوزی خودجوش از ترک تمام تصورات با کمک نیروی آگاهی دقیق یا پرچنا ناشی می شود. پرچنا، شعور کاملاً آزاد شده است. پرچنا به اثبات شخصیت بستگی ندارد و به طور سستی به دشتهای دولبه تعبیر شده است که از میان تمام سردرگمی ها راه را باز می کند. پرچنا راهی از میان تمام گونه های متصور خوبی می گشاید، در غیر این 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.
شتی‌دوا، معلم بزرگ مه‌ایانا در قرن هشتم میلادی،
در رساله خود، ورود به مسیر مه‌ایانا، نویسد:

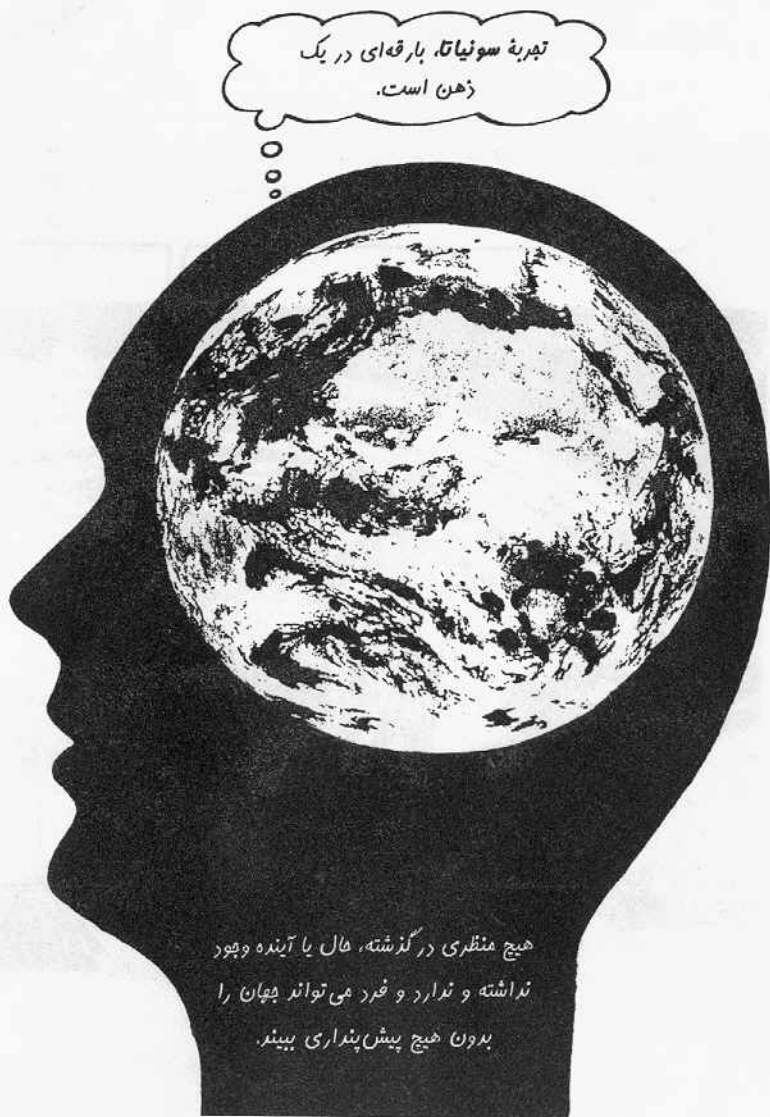


ما باید مانند پلی باشیم که مسافران از روی آن می‌گذرند، مانند مهتاب که گرمای هیمن را
فرو می‌نشاند، مانند دارویی که بیماری‌ها را درمان می‌کند، مانند خورشید که ظلمت فجول را
روشن می‌کند.



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 بی‌خویشنی است.



گفته می‌شود هنگامی که بودا برای نخستین بار دربارهٔ سونیاتا سخن گفت، هزاران تن از پیروانش دچار حملهٔ قلبی شدند و مردند. برای اولین بار، قالیچه‌ها کاملاً از زیر پای آنها کشیده شده بود. گرچه آنها پیش‌تر دیده بودند که خویشتن آنها یک بنای دروغین است، آنچه اینک بودا می‌گفت این بود که همهٔ پدیده‌های موجود از هرگونه خویشتن حقیقی بی‌بهره‌اند.



تمام پدیده‌ها ظاهر و موهومی‌شوند، و دائماً در حال تغییرند. مهم نیست عقل سلیم چه می‌بیند، اگر دقیق‌تر نگاه کنیم، می‌توانیم ببینیم هیچ‌جا ثباتی وجود ندارد. ما مجبوریم به فهم این نکته قانع باشیم که این پدیده شکفت‌آور، تنها نمود است و ما نه می‌توانیم آن را نگهداریم و نه می‌توانیم 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 مهیا نا
به نام سوت های ویمالا کتیری
بیان شده است. گفته شده
ویمالا کتیری یکی از پیروان
ثروتمند بودا بود که زندگی
دنوی داشت، اما در
مسیر بودی ستوا
گام برمی داشت.



یک بودی ستوا باید به تمام موهودات زنده توفه داشته باشی، همانگونه که یک فردمند به این هیزها توفه دارد...



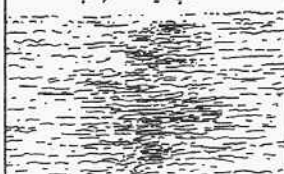
هگونه یک بودی ستوا باید رعایت تمام موهودات را بکنی؟



بازتاب مهتاب در آب



آب یک سراب



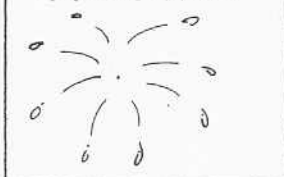
صدای یک پژواک



لحظه‌ای پیش از پدید آمدن یک هباب کف



آمدن و رفتن یک هباب



درخشش برق



لاک مویدین سنگ پشت



شاری و بازی کسی که آرزوی مرگ دارد



رودای یک پرنده در آسمان



هیرت یک مفتش



صفت‌های رویای بعد از بیداری



آتشی که بدون هیزم می‌سوزد

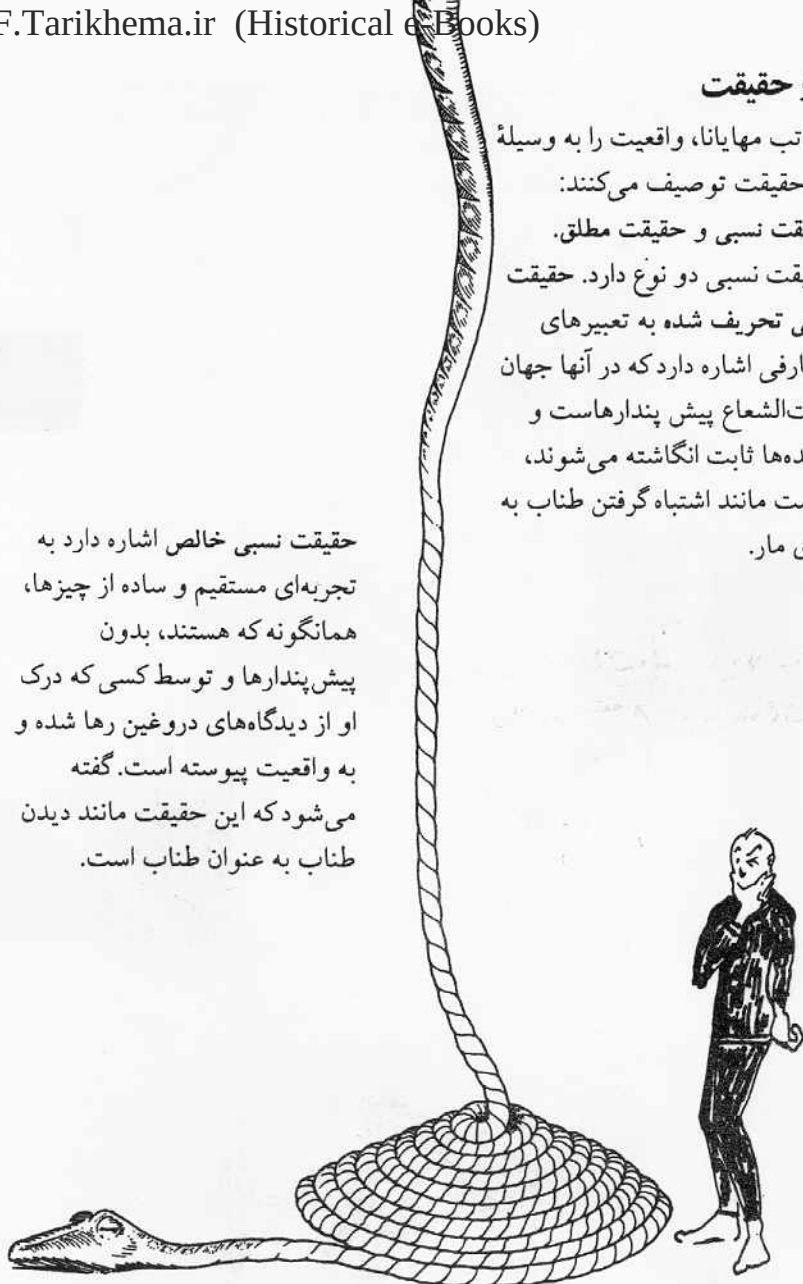


توصیف‌های زنده‌ای از واقعیت بدون محتوا.

دو حقیقت

مکاتب مهیا نا، واقعیت را به وسیله
دو حقیقت توصیف می کنند:
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 پیش پندارهاست و
پدیده ها ثابت انگاشته می شوند،
درست مانند اشتباه گرفتن طناب به
جای مار.

حقیقت نسبی خالص اشاره دارد به
تجربه ای مستقیم و ساده از چیزها،
همانگونه که هستند، بدون
پیش پندارها و توسط کسی که درک
او از دیدگاه های دروغین رها شده و
به واقعیت پیوسته است. گفته
می شود که این حقیقت مانند دیدن
طناب به عنوان طناب است.



حقیقت مطلق، خلاء است، خویشتن حقیقی رها شده از کرانه های بودن و نبودن، نیالوده به
سردرگمی، شاداب و بی اندیشه از درد و لذت.

مکاتب و مه‌ایانا

مکتب مدیمکا

مکتب مدیمکا توسط ناگارجونا در حوالی قرن دوم میلادی پایه‌گذاری شد. در افسانه‌ها، ناگارجونا را ناگاها - 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 بخواهد همواره طبیعت واقعیت را یکسان بینگارد اشاره شده است. شاید ویتگنشتاین و ناگارجونا همدیگر را بفهمند.

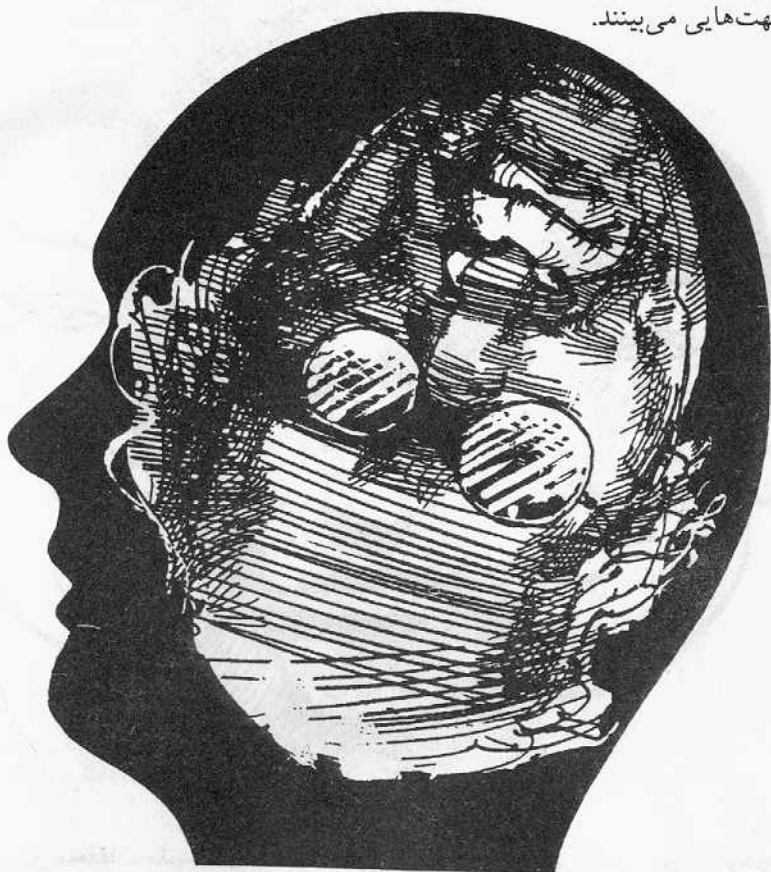


هرچند برای محققان، مدیمکا به نقدی فلسفی می‌ماند، اما دستاورد اصلی این مکتب چیزی از نوع مراقبه است: زردن پوچی از تسلط بر تمام دیدگاه‌ها و در نتیجه، رخصتی برای آرامش ذهن، رها از تمام ساختمان‌های دوگانه فکر. این است فهم سونیانا.



مکتب یوگاچارا

این مکتب که توسط دو برادر، آسنگا و وسوبندو، 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.



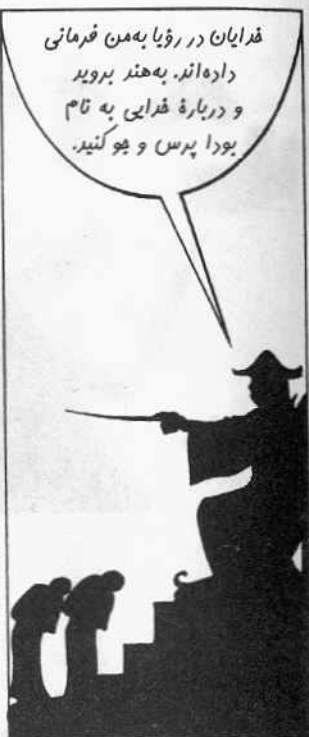
در هر حال، یوگاچارا تنها یک تمرین فلسفی نیست، بلکه ابزاری مفید در مراقبه است، چرا که بر بی‌واسطگی تجربه تکیه می‌کند.

گسترش آیین بودائی در چین

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



فدایان در رؤیا به من فرمانی
داره اند. به هند بروید
و درباره فدایی به تام
بودا پرس و جو کنید.



سال‌ها بعد آنها بازگشتند.

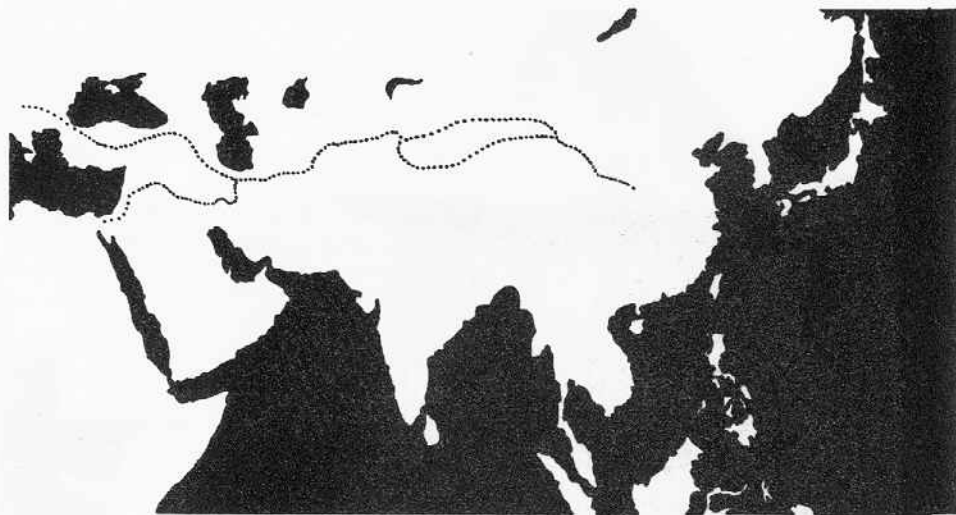


ما از هند یک اسب سفید و
چند متن مذهبی آورده ایم.

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 اندیشه 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 مدیرانه و پیش پنداشته، بلکه بر مبنای موقعیت آسمانی و خود جوش «وو وی» عمل خواهد کرد که موقعیت کنش تائوست.



صبغة 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. کنفسیوس 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 کنفو سیوس 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 می‌کرد. 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

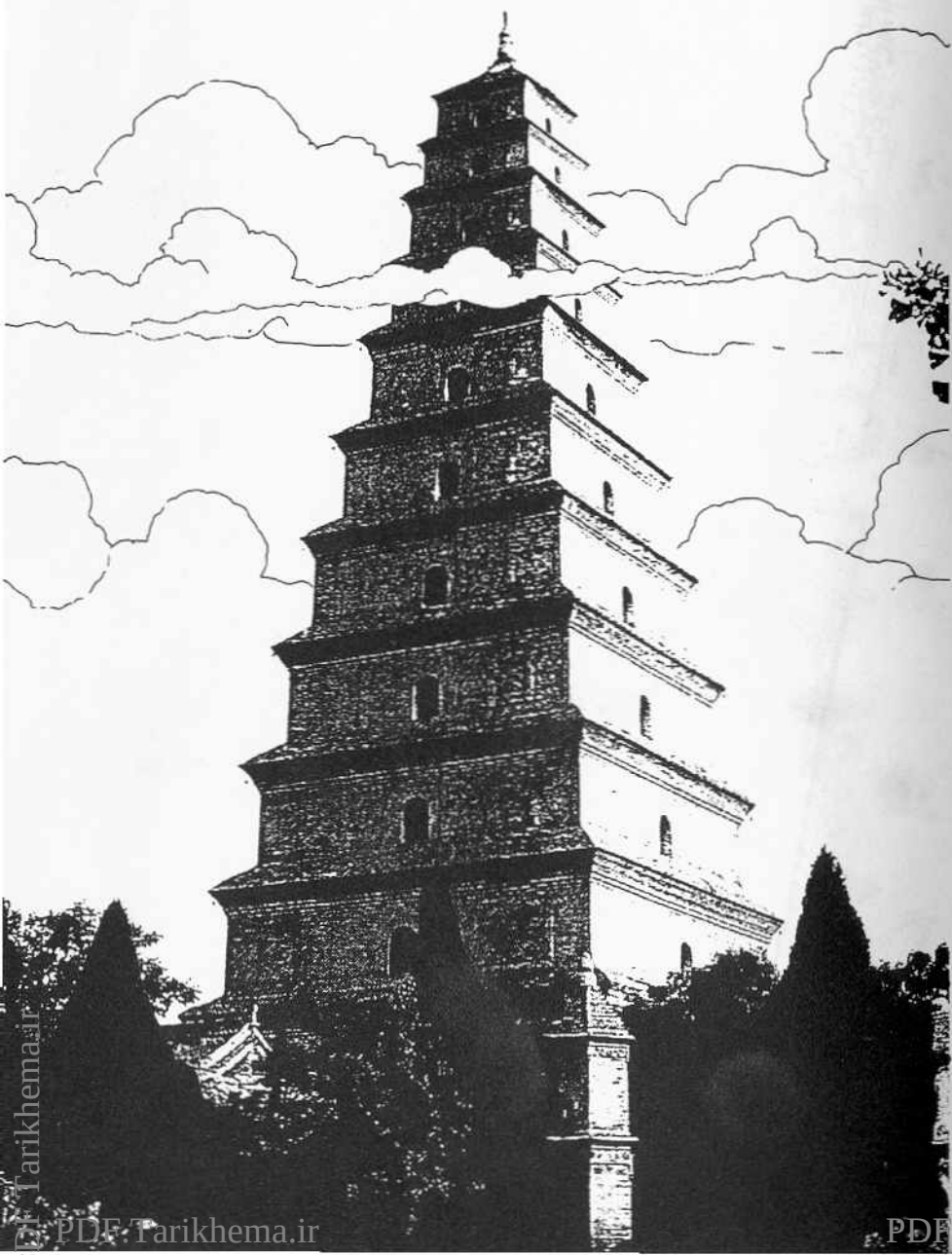


چین کشور بسیار بزرگی است.
آیین بودائی چینی در طول
تحولش شکل های بسیاری به
خود گرفت. علاوه براینکه تمام
مکاتب مهاییانای هندی در چین
متحد شدند، شکل های جدید و
متفاوتی که کاملاً چینی بودند
نیز شروع به گسترش کردند.
بعضی از آنها همانند مکاتب
پارسایانا شدیداً منضبط بودند
و بعضی به سحر و جادو
می پرداختند. مکاتب بومی
خالص شروع به شکل گیری
کردند؛ آنها به شدت عبادی
بودند و ادعا داشتند ایمان و
تسلیم به بودی ستوهای
آسمانی، راه رستگاری است.



اسطوره راهدیان
چنگفوی کوئنگ فو از
برقی از این مکاتب
به چا 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، اندازه عظیم بعضی از معابد فزاینده تصور بود. یک سوم پایتخت، لویان، با بیش از هزار معبد بودایی که هریک 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 ذن شناخته شد.

آیین بودایی دین

این کوه - کالبد بودا

سیلاب - تعالیمش

دیشب، هشتاد و چهار هزار شعر

چگونه، چگونه آنها را فهماند



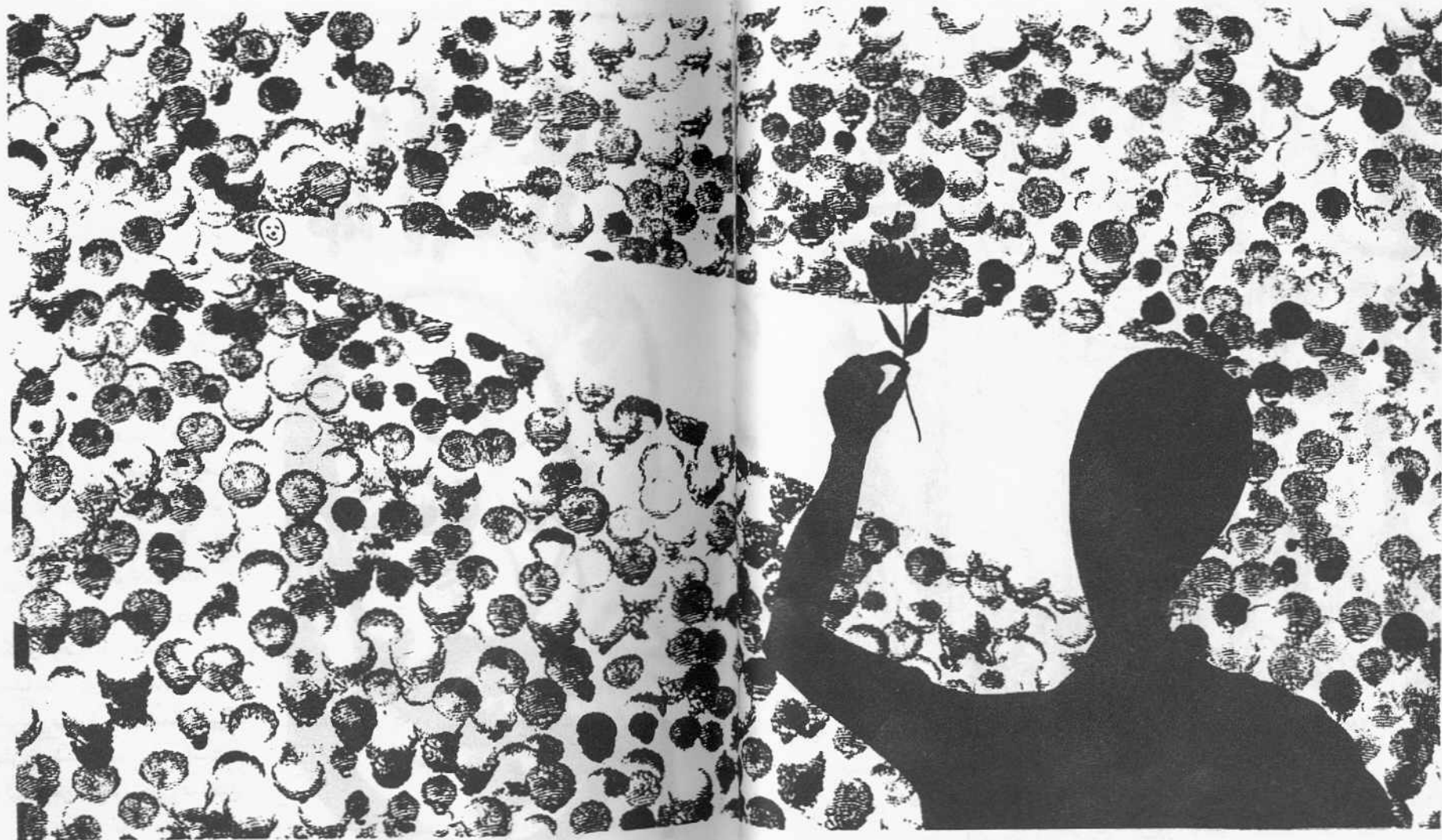
دین به دنبال روشنایی است. این روشنایی در لحظه حال به دست می آید، و تمام شیوه های دین در خدمت هشیار نمودن شاگردان نسبت به دانایی است.

دین، بیش از هر مکتب دیگری بر اهمیت اساسی تجربه مستقیم روشنایی و نیز بی فایده گی مناسک دینی و تحلیل های عقل ورزانه برای رسیدن به آزادی پافشاری می کند.

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. هیچ کس 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.

直人星
佛心性



امپراتور وو، بودی درما را در بدو ورودش به چین به حضور پذیرفت. امپراتور به آیین بودایی در آمده بود و بسیار شیفتهٔ پوشیدن خرقة بودایی و از حفظ خواندن دعاها بود. امپراتور را اشراف زاده‌ای با فرهنگ و فرهیخته توصیف کرده‌اند، اما بودی درما مانند یک وحشی بی فرهنگ با چشمان خیره و ریش پرپشت 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 فقیرانه. 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 امپراطور 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 حروف
اشاره‌ای مستقیم به ذهن بشری
و درک بودا بودن.



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



هوئی ننگ

هوئی 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 مستقم شود، آزادانه جریان 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 فوانره و شمالی
که در معبد من مقیمند، این رعیت
بی سواد جنوبی را آزار فوهند داد.

هوئی ننگ،

آیا فاضری در این
معبد فرمتکار باشی؟



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

از تمام راهبان می‌خواهم تا تجربه‌شان را در یک قطعه بیان کنند.

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

بدن همان در رفت بُدی است
ذهن آئینه شفاف است در نظاره گاهی
هشیار باش که دائماً آن را پاک کنی
و نگذاری هیچ غباری بر آن بنشیند.



این قطعه بسیار تشویق شد، اما...

این قطعه ظاهرآ آراسته، اما کم‌مایه است. من قطعه خودم را خواهم نوشت.

در اصل نه در رفت بُدی وجود دارد
و نه نظاره گاهی که آئینه 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 دیرگاه 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
دیرگاه را آشکار
می‌کنند.



هوئی ننگ
در حال پاره کردن
متون مذهبی

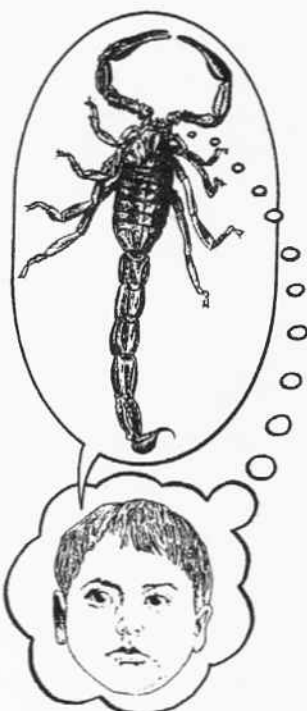
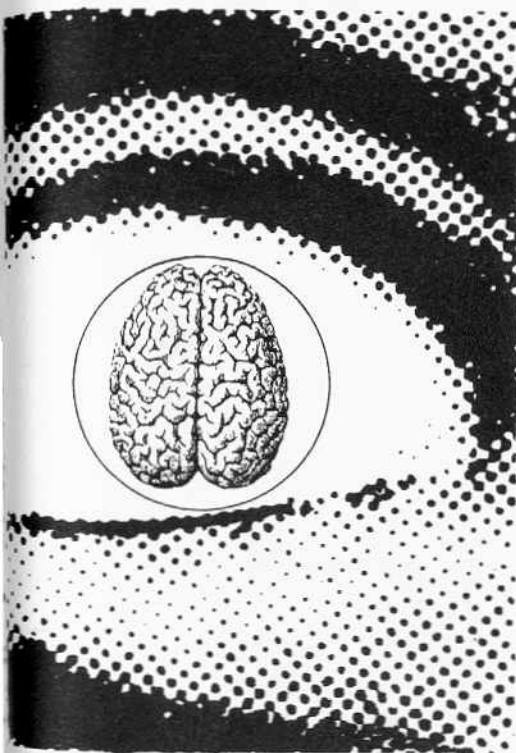
هنگامی که هوئی ننگ ششمین
کاهن اعظم شد، این اتفاق با اینکه
مخالف تمام ضوابط نظام رسمی
مذهبی بود، اما آیین بودایی دقیقاً چینی
را بنا نهاد. ابطال بنیادین روش آموختن
به وسیله متون که پیش‌تر در
سادگی و شوخ‌طبعی آیین
تاثیر شده بود، سلسله‌های
بزرگ ذن را بنیان نهاد.

روش‌های ذن

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

ذاذن

آموزش کوآن



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.

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

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

چگونه از غفلت خلاص 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 بهره واقعی تو، پیش از آنکه پدر و مادر تو به دنیا بیایند، به چه می‌مانست.



ما عادت کرده‌ایم برای هر سؤال، جوابی عقلانی بسازیم و وقتی که می‌فهمیم هیچ جواب مناسبی برای سوال وجود ندارد، گویی ضربه‌ای ناگهانی بر ما وارد شده است. آموزش کوآن مشخصاً برای این تنظیم شده است که روند خردورزانه را دور بزنند 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 مراحل‌ی که به فروریختن عقل تحلیل‌گر می‌انجامد، دانستن عقل‌ورزانه جواب‌ها بی‌فایده است.

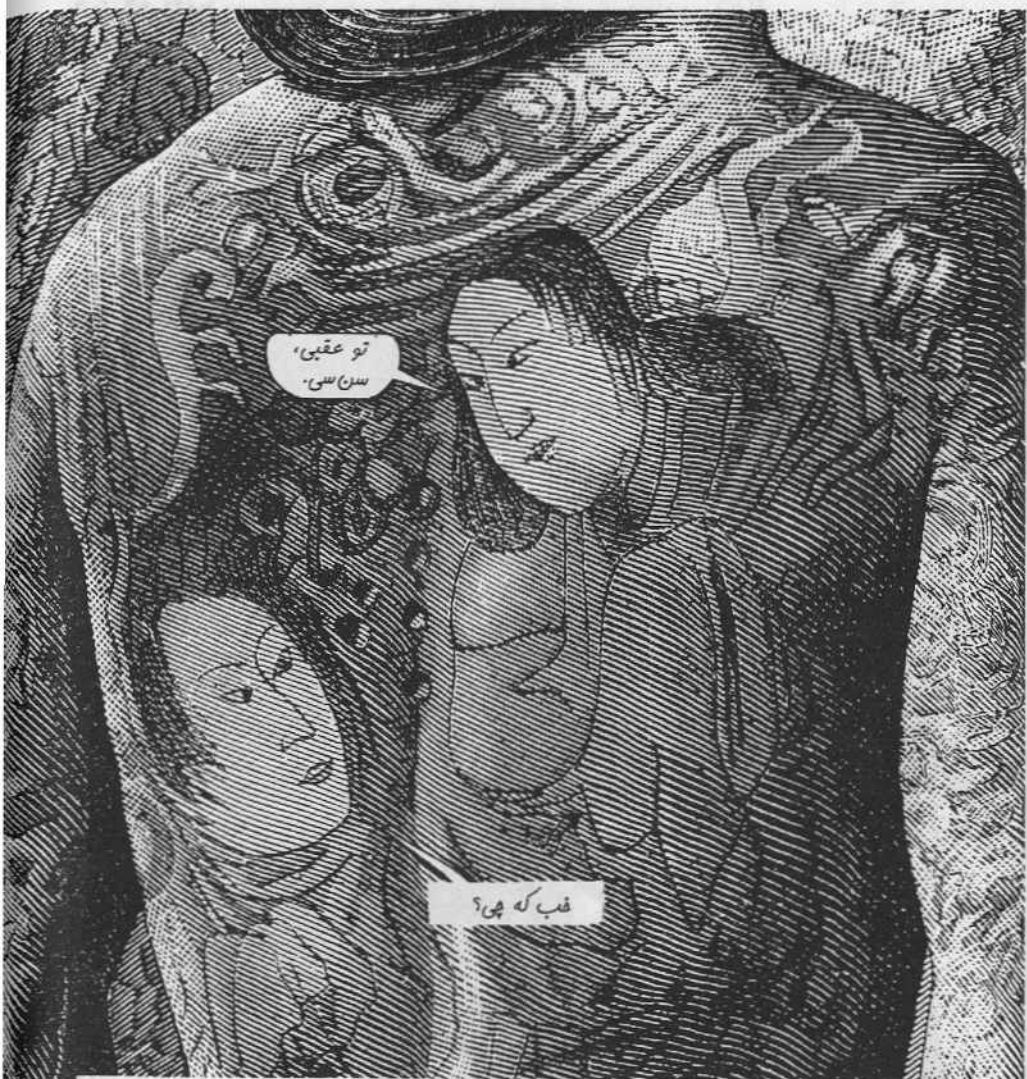


با این حال، سنتی که چنین زنده مانده بود، بعدها مبدل به یک آیین شد. تمام جزئیات سلوک، قاعده‌مند شدند و آموزش کوآن یک اقدام رسمی آیینی گردید. در حوالی قرن دهم میلادی، آیین بودایی در چین قدرت خود را از دست داد. کاهنان عمدتاً درگیر برگزاری مراسم ازدواج یا تدفین و مبارزه با ارواح شیطانی بودند. تا این زمان، 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 شیوهٔ 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 عقاب‌پس نبود. مذهب بومی ژاپن، شینتو بود که شاخص آن، کثرت خدایان یا کامی است. همه درّه‌های 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 پیرین برقرار می‌ساخت. تصورات انتزاعی دربارهٔ ساحتی غیرمادی جدا از دنیای واقعی، برای فرهنگ ژاپنی غریبه بود.

آموزش ذن

نان این، 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 براهمیت «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 بازگردانیدن شاگردان‌شان از طرز تفکر عادی کاملاً بی‌باک بودند. روش‌های آنها غیرمتعارف و گاهی اوقات خشن به نظر می‌رسد.

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



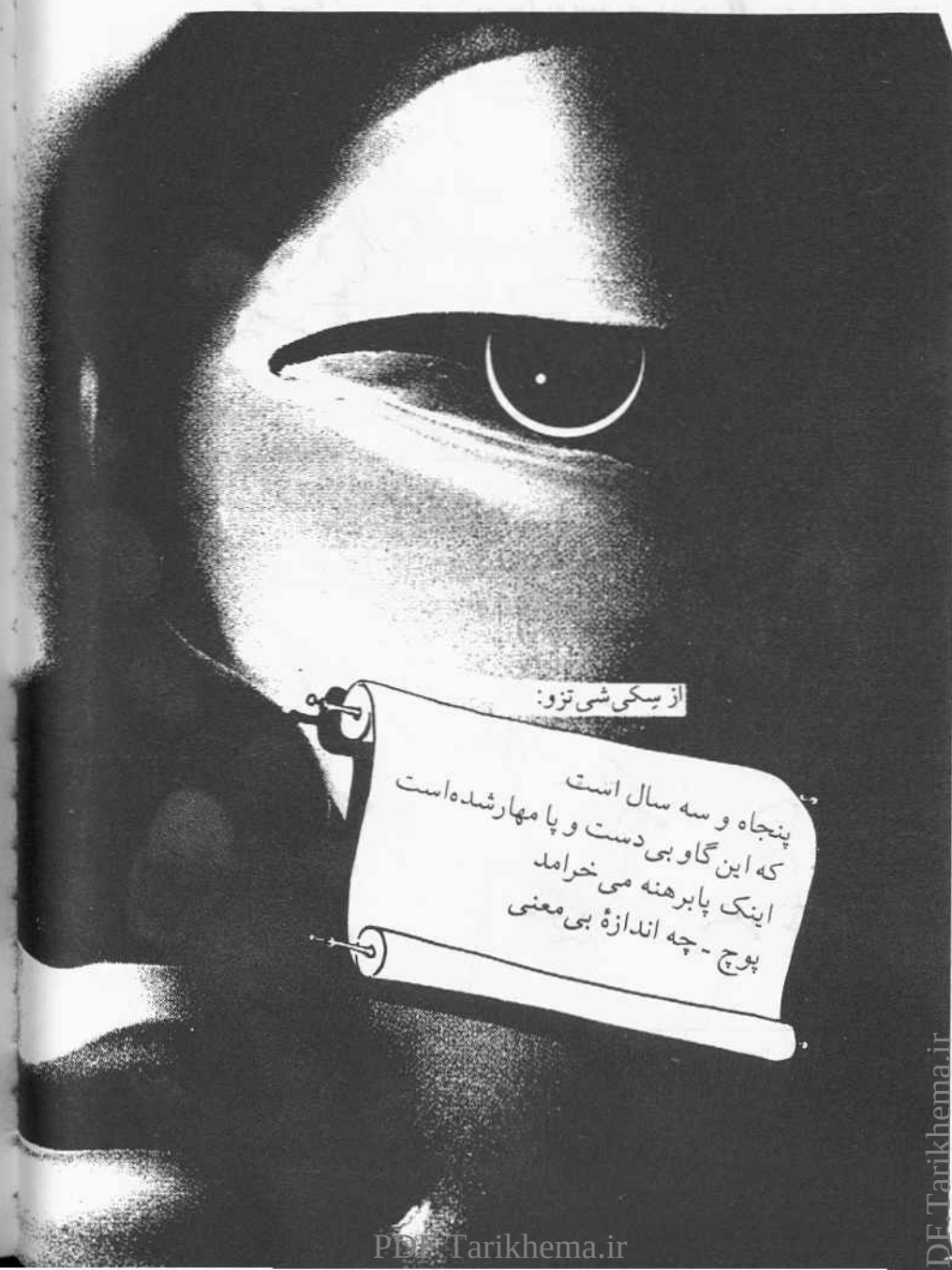
سردار خشمگین شد و خواست شمشیر بکشد، ولی هاکوبین به آرامی گفت:

سامورایی شمشیرش را غلاف کرد و عمیقاً تعظیم کرد.

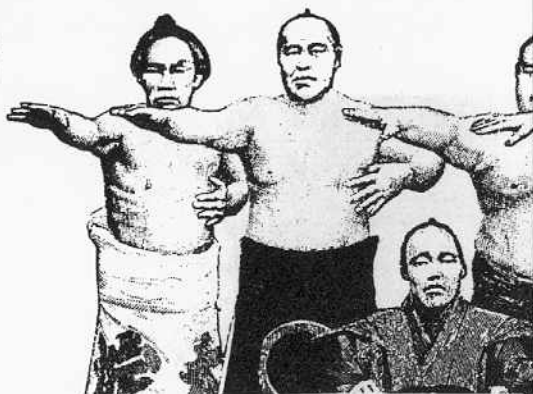
اینجا درهای جهنم باز می شود.



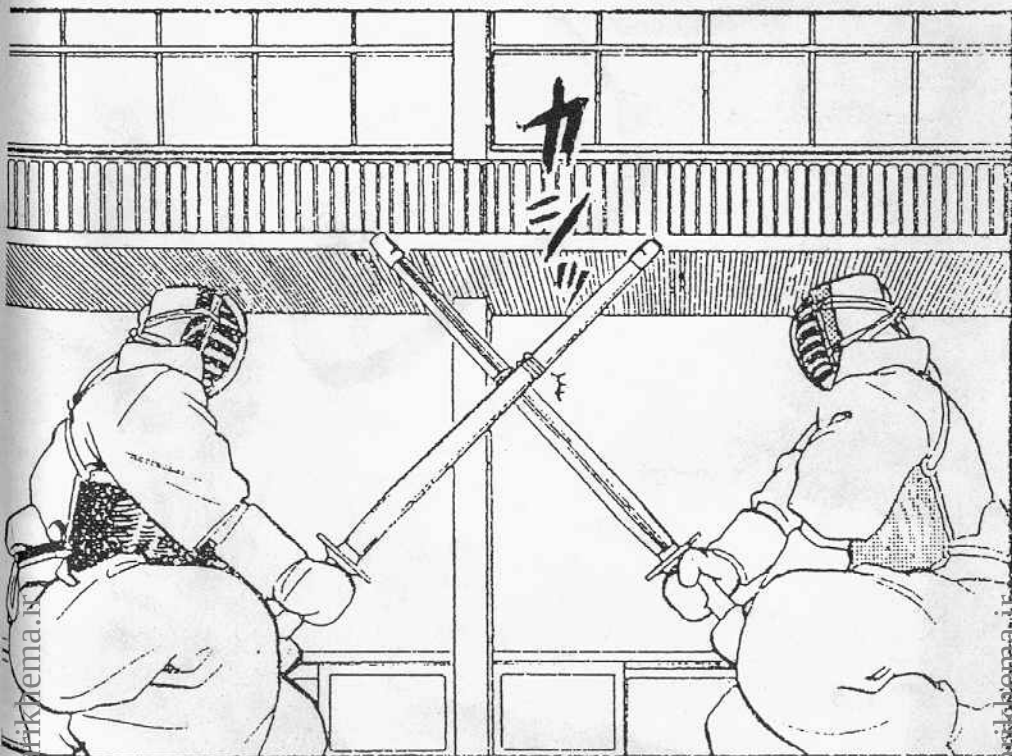
سلوک ذن این قدرت را می‌دهد که مرگ را چهره به چهره دید. به عنوان آخرین پیام به شاگردانشان، بسیاری از استادان ذن شعرهایی درباره مرگ می‌خوانند.



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:

من در شمشیرزنی همتا ندارم.

تو مرید کدام مکتب هستی.

من پیرو مکتب پیروزی بیرون رقابت دست هستم.

من تو را به مبارزه می‌طلبم.

می‌پذیرم. اما پیشنهاد می‌کنم برای افترا از آسیب به دیگران در جزیره با هم بپنکیم.

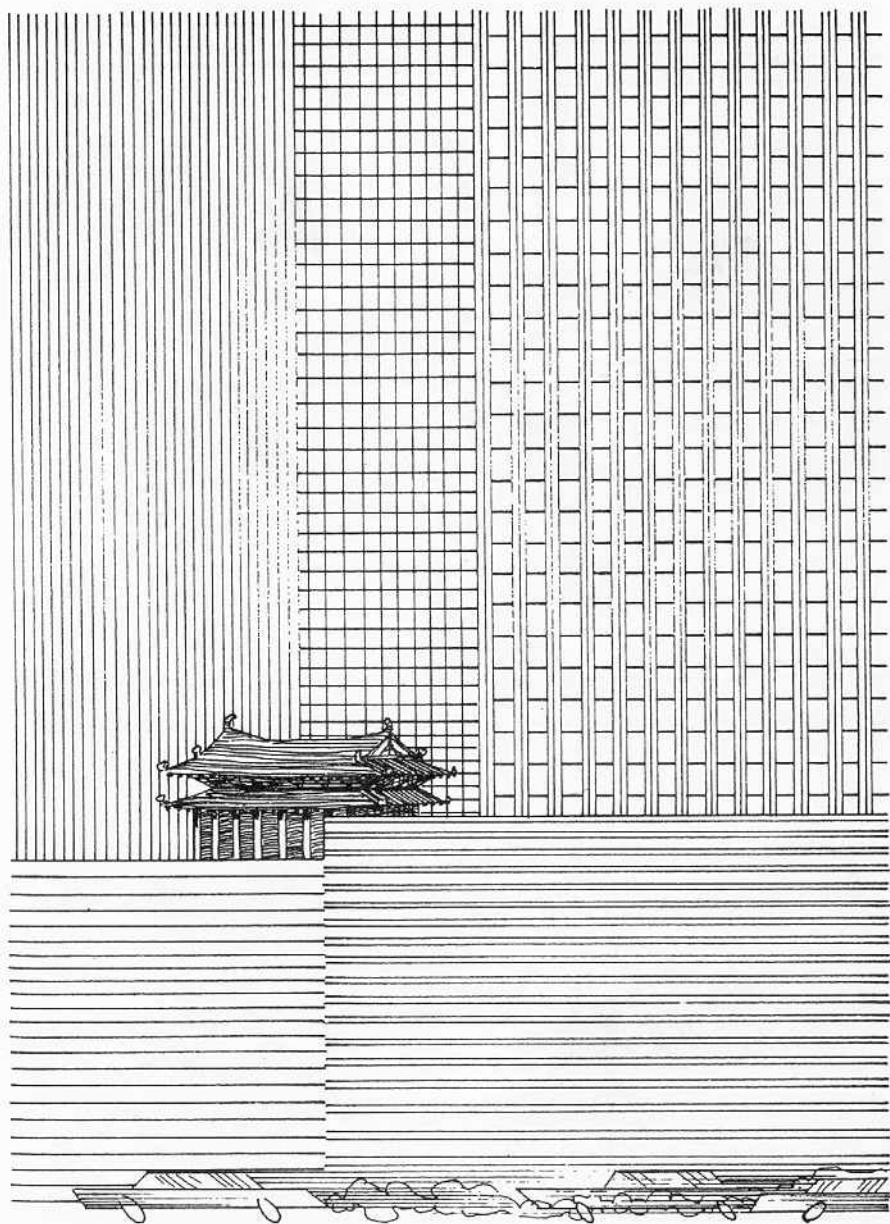
قبول

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:

به این می‌گویند غلبه بر حریف بیرون رقابت دست.



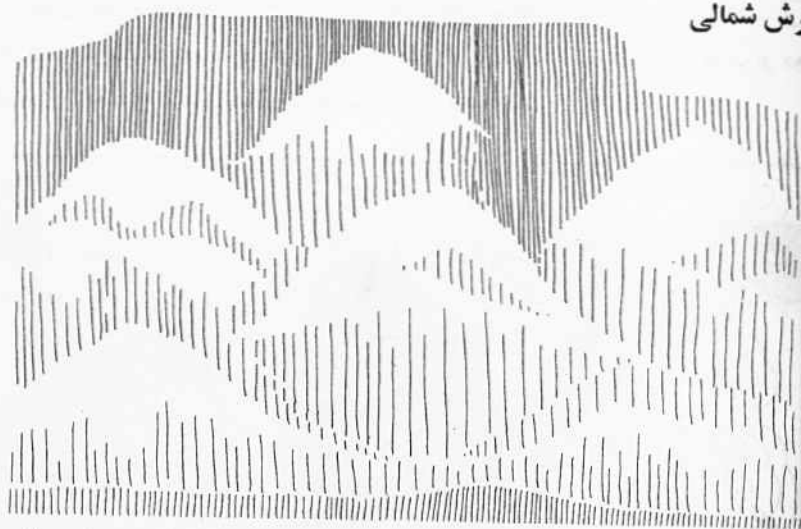
ذن، تا امروز به تأثیرگذاری بر تمام ابعاد فرهنگ ژاپنی ادامه داده است. آیین بودایی کهنه
نشده، هنوز در حال تغییر است تا با شرایط دگرگون نظم نوین جهانی، مواجه شود.



بخش سوم

سومین گردش چرخ - و اجرا یانا

گسترش شمالی



تبت را «یام 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 سریرفلک کشیده‌ای که از فراز دنیای انسان‌ها، افق‌ها را زیر چشم دارند، همواره مکانی برای اقامت خدایان پنداشته شده‌اند.

بُن - مذهب اولیه تبت

مذهب اولیه 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.



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 هیچ‌دلیلی برای جلب
شُرَن به سوی چیزِی که مجموعه‌ای
از معماهای فلسفی به نظم
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 دتسین، دانشمند هندی، سنتیراکسیتا، را به تبت دعوت کرد.



افسانه ها می گویند مانگن 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 سمبھوا یا «زائیده نیلوفر آبی» نام داشت.

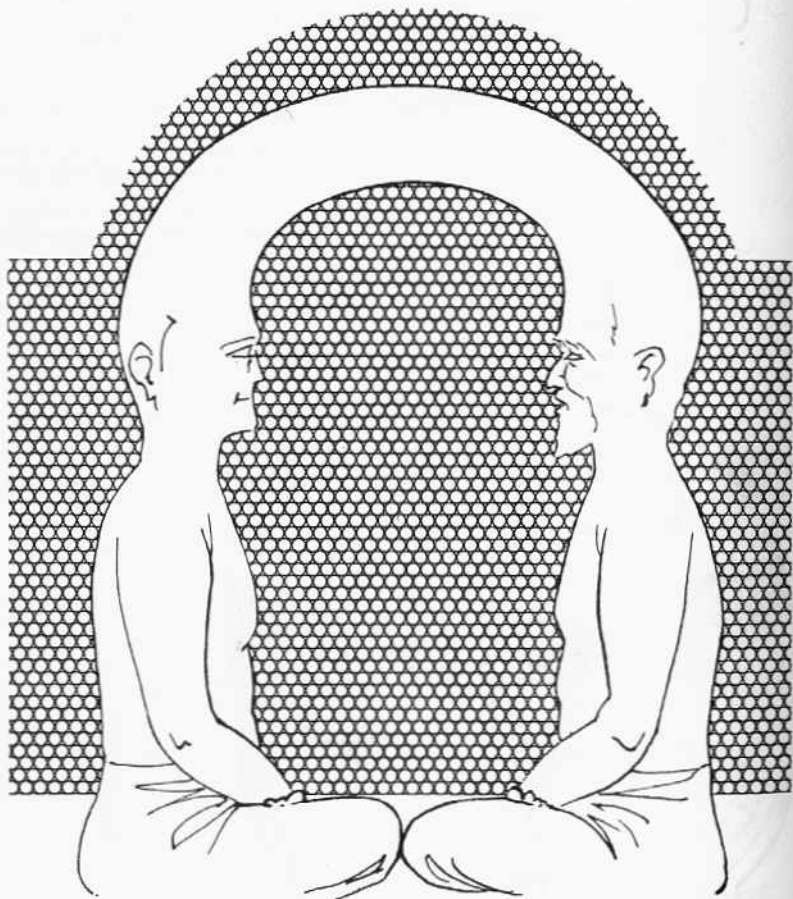


در زمانی که سنتیراکسیتا یک راهب معمولی بر خاسته از سنت هینایانا / مهایانا بود، پدما سمبھوا یک سیدای تنترایی بود، یعنی کسی که سلوک و اجراییان را که تنترا نیز نامیده می شود، به اتمام رسانده بود.

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.

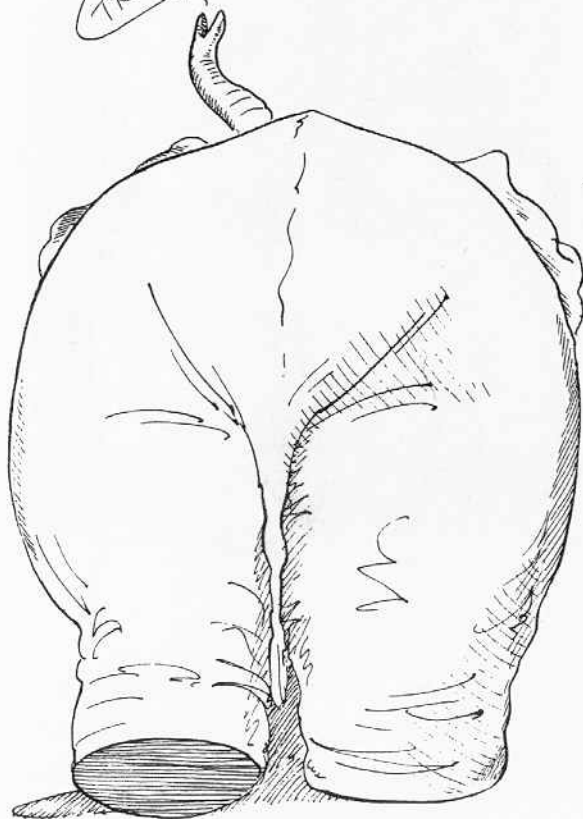


وقتی آن انتقال واقع شد مطمئن خواهی شد که
پیش از این نیازی نیست که به دنبال چیزی بیرون از خود بگردی.

همانگونه که پترول ریمپوچا، معلم معروف تبتی گفت:

درست مثل اینکه فیل را در خانه رها کنی و
به دنبال ردپایش، به بیرون بروی.

TRUMPET!



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:



دانشمندان



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

مدرك محكمى وجود دارد كه نشان مى دهد پدما سمبھوا يك شخصيت تاريخى بوده است اما به هرحال داستان معرفى آيين بودايى به تبت توسط او، چنانكه درمورد بودا پيش آمده، اكنون جنبه نمادين پيدا كرده است.



گفته مى شود پدما سمبھوا به طور معجزه آسايى متولد شد. او ناگهان چون كودكى هفت ساله درميان يك گل نيلوفر آبى در ميان يك درياچه پديدار شد. حقيقت نمادين، واقعيت خود را دارد. آنچه در اين افسانه بيان شده است، طبيعت ناگهانى و خودجوش ذهن روشن شده است و زيبايى و تازگى آن در اين است كه بى هيچ نيازى به جستجو، ناگهان پديدار مى شود. غيرمنتظره بودن كشف ذهن به روشنايى رسيده، جوهره تعليمات پدما سمبھوا است.

وقتی که پدماسمبها 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.



پدماسمبها این نیروها را درهم نکوبید، 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.



یکی از صورت‌هایی که پدماسمبها به خود می‌گیرد، هیأت مرشد «خرد دیوانه» است. در این هیأت، او با شمایی خشمناک، سوار بر ببر مادهٔ 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 آموزهٔ انضباطی خاصی اصرار نمی‌ورزد و کاملاً خرد جوش است و بی‌هیچ قضاوتی، به مقتضای موقعیت عمل می‌کند.

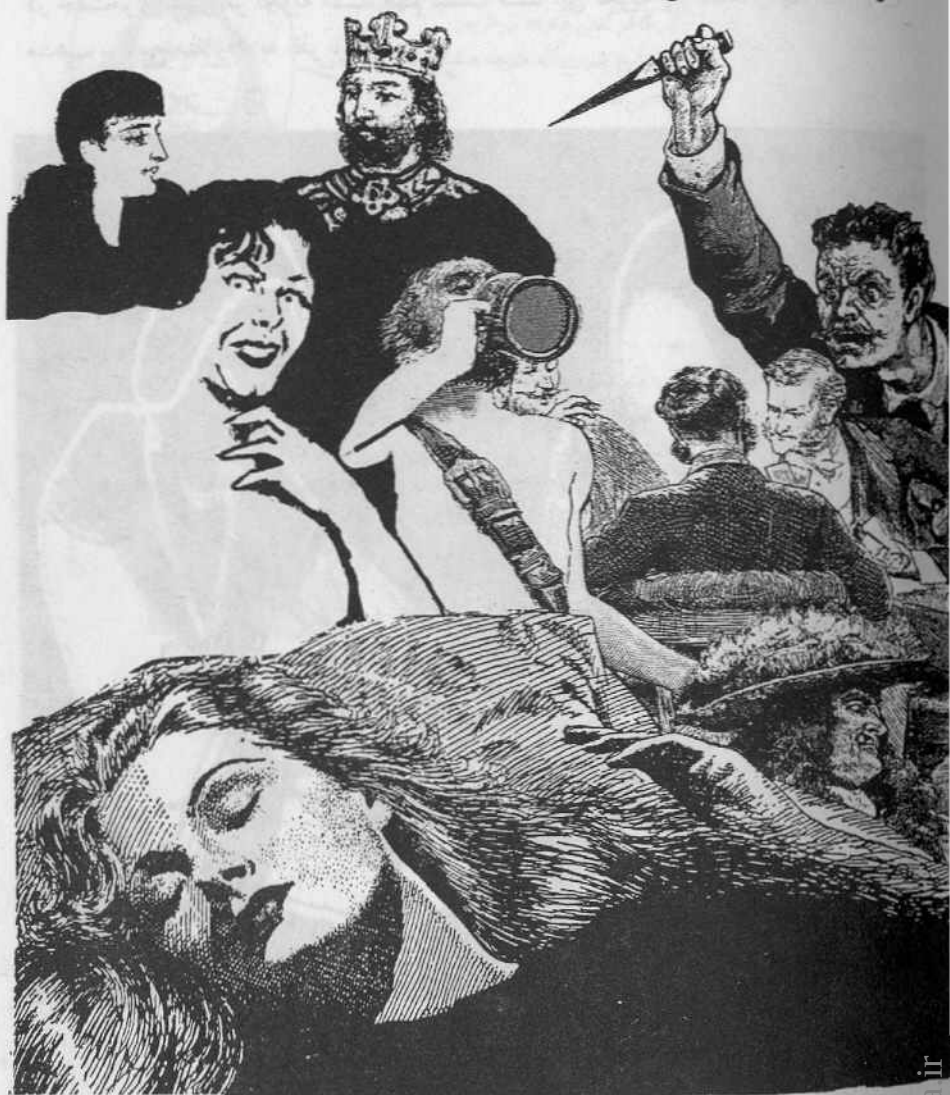


داستان پدماسمبها روشن می‌کند که واجرایانا هیچ چیز را به منظور رهایی آدمیان طرد و ترک نمی‌کند. معلمان واجرایانا نمی‌کوشند شاگردان خود را دگرگون کنند، بلکه به آنها نشان می‌دهند که چگونه انرژی روشنایی یافتگی از ابتدا جزئی از دغدغه‌های عمیق آنها بوده است. بدین ترتیب خشم می‌تواند به شعور تیزبین، غفلت به آرامش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



نام دیگر معلم خرد دیوانه «سیدا» است، یعنی کسی که به قدرت‌هایی - چه جادویی و چه معنوی - دست پیدا کرده است. سیدها 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 زندگی‌اش 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 مغلویت و تعلق خاطری است که ارضای خاطر شخص را نسبت به نیازهای دیگران اولی‌تر می‌نماید.



اگر فاطر کسی متوجه درما بود
به همان شدت که متوجه عشق است
بودا می شد
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 وحدت کامل در هنگام به روشنائی 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 لحظه
فوشی نگاه نکن، بلکه آنان را همچون
تجربه‌ای از امر والا در نظر بگیر.

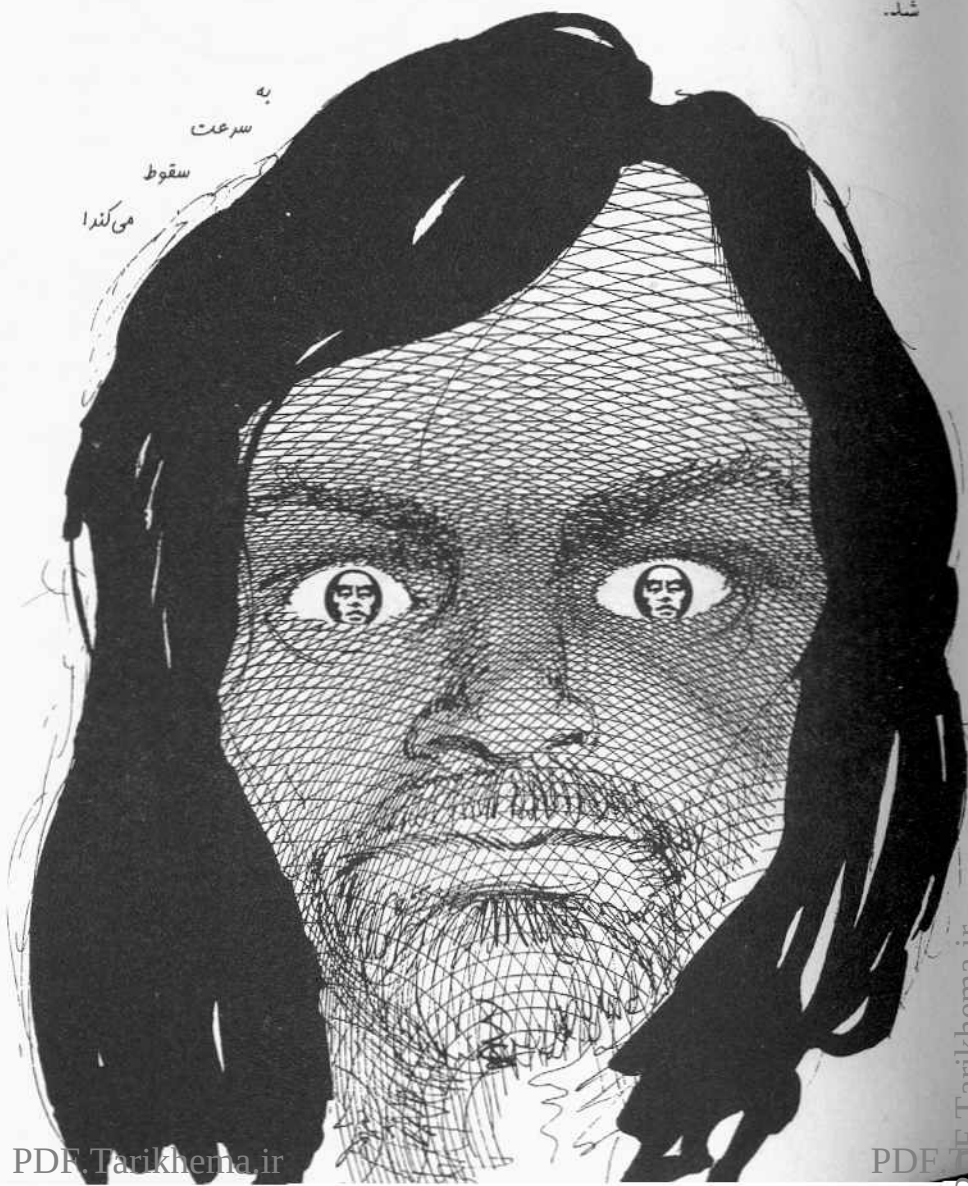
لذت را در پس لذت
دریاب و لذت را از ظالی
بودن کسست ناپذیر بدان.

اما اصالتاً سالک باید تجرد را برگزیند، نه به دلیل انزجار از مسائل مادی یا نفرت از جسم، بلکه باشناختی اصیل از قدرت مهار سلطه آرزوی 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 گونه ای دیگر، تنترا نامیده می شود، 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 وادریانا شبیه
شوردن یک چوبه تیغی
است؛ اگر شروع کنی،
راهی هنر تمام کردن
آن نداری.



داستان رودرا

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

به دنیای بیرون بروید و
هر چیزی را تجربه کنید، هر چیزی که
قاهره زشت باشد؛ احساسات،
شعوت و ششونت، همه چیز
را. ذات همه آنها را تغییر دهید.
این راه صبیح
واجرایانا است.



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



من بیرون می روم تا به فحشا، 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 را، تو تعلیمات مرا نفهمیده‌ای،
آنچه تو انجام داده‌ای اشتباه است.



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

در واجرایانا 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 محدوده فعلی باورهای امکان پذیر من، پرورش یافته باشد.

شاگرد تصویری اجمالی از شمع رهایی را بدست می آورد.

استاد و امپراتور عمیقاً قارق العاده است و توقعاتی که از من دارد بسیار وحشتناکند!

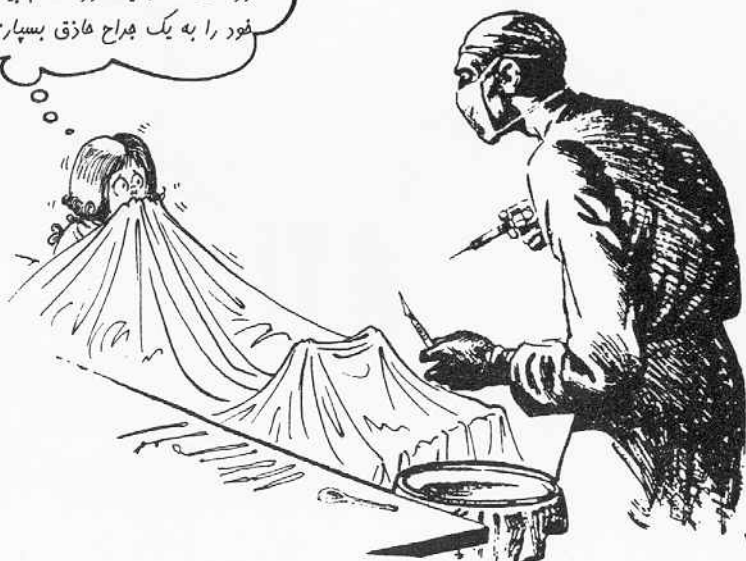


شاگرد به واسطه
آموخته‌های خویش،
وفاداری به حالت ذهن
بیدار را پرورش می‌دهد.

لازم است تسلیم استاد شوم تا تمام نشانه‌های دبستگی را پشت سرگذارم.

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

درست مانند اینکه در هنگام بیماری زندگی
فود را به یک جراح هاذق 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 تاروپا شنید. بعد از ماه‌ها سفر کردن، ترتیبی داد که بتواند تاروپا را ملاقات کند. ولی از سر بخل و احتیاط قسمتی از گرد طلا را در چکمه‌اش پنهان کرد.



من تنها بهترین را می‌فرواهم. پس تمام میراث فانونادکیم را فواهم فروخت تا طلای کرد شده بفرم و آن را به بهترین معلمی که یافتیم تقدیم کنم.





در این لحظه ماریا به بیداری رسید و قادر شد تعلیمات را دریافت کند. ماریا 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.



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



آزمایش

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



من به طرز فلاکت باری غمگینم اما آرزو دارم به روشایی برسم.



من آرزوی رهایی را دارم
او می بینم اما او در
برابر تغییر سرسفت،
لباز و مقاوم است.

آنگه تو لازم داری کار سفت بدنی است. اگر می خواهی چیزی
یادگیری برای من یک قانه بساز.

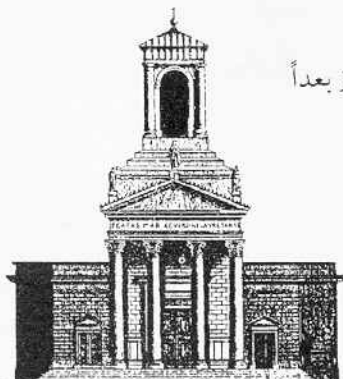
بعداً

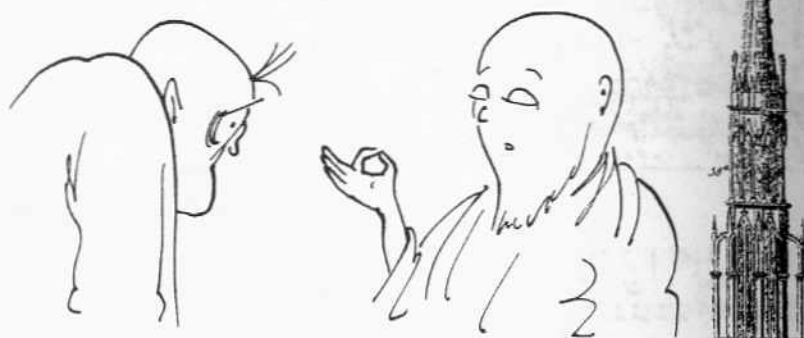


این چیزی نیست که من می خواستم. آن
را فراب کن و بجایش برایم یک برج بساز.

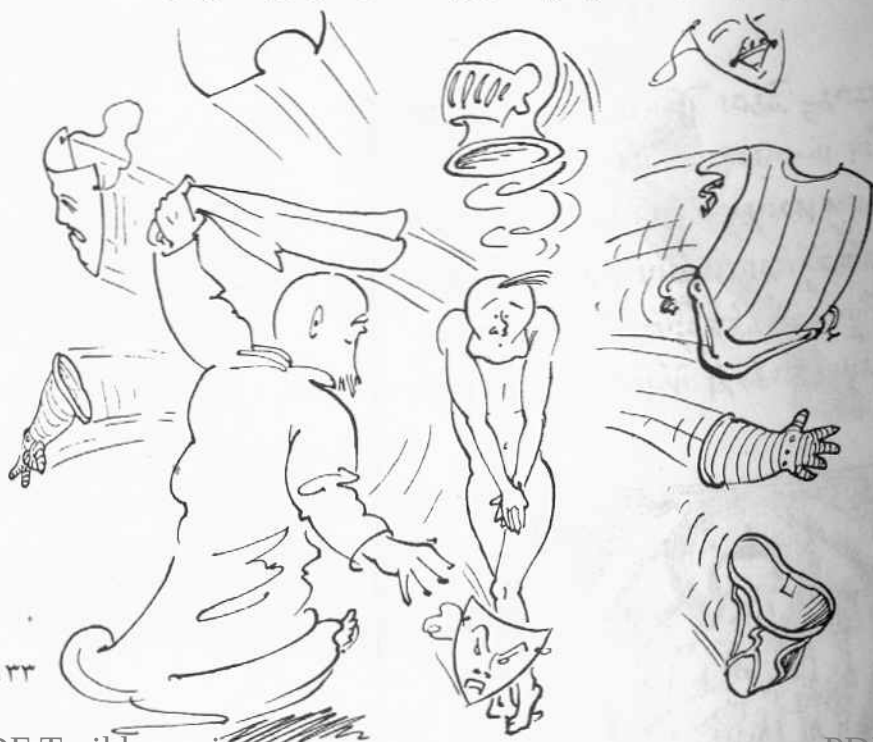
و باز بعداً

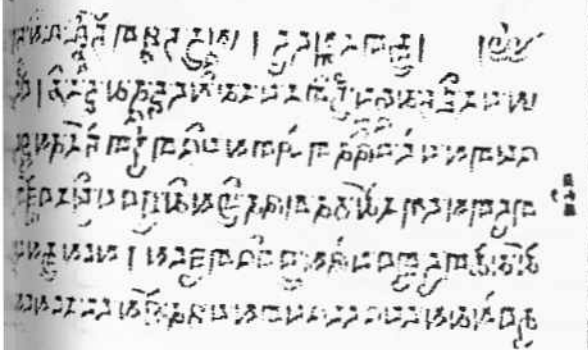
آن وقتی که این را از تو خواستم
مست بودم. برج را فراب کن و یک قانه بساز.





پس از این آزمایش‌های سخت، میلاریا، 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 واجریانا است. خشونت یا ملایمت عمل عریان‌سازی به شخصیت فردی بستگی دارد.





၁၈၈၈ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ ၁၀ ရက်နေ့
 နံနက် ၈ နာရီခန့်တွင် ဝန်ထမ်း
 ဦးစီးကြီး ဦးစိုးဝင်းသည်
 ဝန်ထမ်းများနှင့်အတူ
 ဝန်ထမ်းအိမ်ရာ
 အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်
 စစ်ဆေးကြည့်ရှုရာ
 အောက်ဖော်ပြပါ
 အတိုင်း တွေ့ရှိရသည်။



شاکياس و کاگیاس، دو مکتب از چهار مکتب آئین بودایی تبتی در همین زمان رشد کردند. اما قدیمی ترین مکتب، مکتب ینینگما بود که منشاء اصلی آن به پدما سمبها برمی گشت و آخرین مکتب، مکتب گلوگپا بود که در زمان هجوم چینی ها، 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 اندازه یک شهر کوچک رشد کردند و راهبان در صومعه ها، مشاغل تخصصی داشتند. کاهنان و راهبان، همواره راهبانه زندگی نمی کردند، بسیاری از آنها ازدواج کرده بودند و روزی خود را از حرفه های گوناگون بدست می آوردند.

سلوک و اجرای آن

بنابر تئورا، بهشت، همین لحظه اکنون است. ما نمی‌توانیم آن را تجربه کنیم، زیرا جهان روانی کوچکی را که به آن خو کرده‌ایم، رها نمی‌کنیم. در تئورا از ما انتظار می‌رود از محدودیت به وسعت جهش کنیم.

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 می‌پوشانند، احساسات منفی گذرا نیز شفافیت ما را می‌پوشانند.

تجربه شفافیت، نتیجه سکون پیشینی است. هیچ‌کس نمی‌تواند بدون دریافتی واضح از خلوص بنیادین ذهن، سلوک تئورا را آغاز کند. بدون داشتن حسی اصیل از ارزش شخصی، همدلی با دیگران ناممکن است.

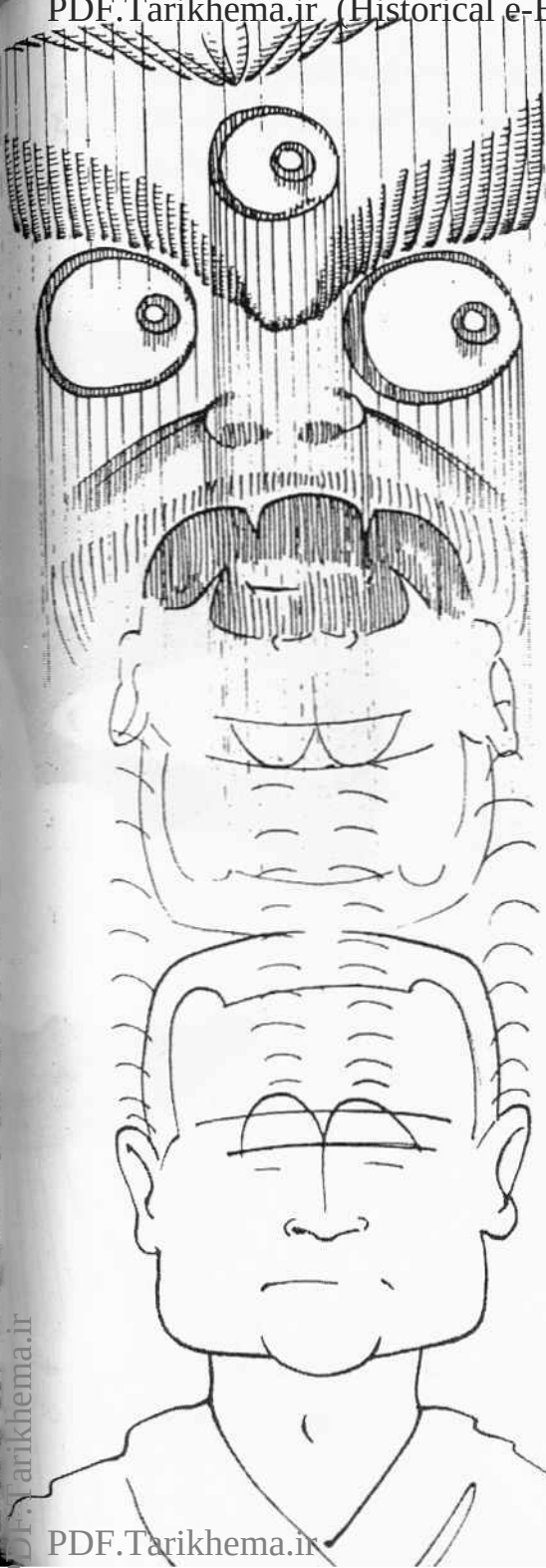
بنابر تئورا، کمال چیزی نیست که بشود به آن رسید.

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

اگر نیک رفتار کنم شاید، بهشت بروم.

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





یکی از روش‌هایی که این دگرگونی به واسطه آن به وقوع می‌پیوندد، مراقبه ساده‌ها است. ساده‌ها عبارت است از تجسم خویشتن به عنوان یک خدا. در تنترا 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. تنترا این منظره از ظرفیت‌های انسانی را که غیرواقع‌بینانه و مبتذل است، به مبارزه می‌طلبد.

خدایان تنترایی

خدایان تنترایی در آنچه «دنیای واقعی» نامیده می شود، وجود ندارند. اما نه شرلوک هلمز و نه مادام بواری هیچکدام فکر نمی کردند ممکن است مردم با شخصیت آنها احساس نزدیکی بسیاری بکنند.



خدایان در آیین بودایی تبتی، تظاهرات بی شماری دارند، چراکه ابعاد بی شماری از ذهن روشن شده را به نمایش می گذارند. خدایان، بعضی مهربان و آرامند، بعضی موزی و شهوت انگیزند و بعضی مطلقاً وحشتناکند.



الهة والای دهنی،
با دقایق نمایش، به عنوان
نمادی از او.

در مراقبه سادّه‌تا، 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 تنه‌ا، 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 بودائیان تبتی از مرگ

در مغرب زمین، مرگ شدیداً هراس‌انگیز است. مرگ یک بُت‌واره است که به ندرت دربارهٔ 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.



تعمل داشته باش

در مشرق زمین، مرگ آشناتر است. وقتی کسی می میرد، بدن او از خانه بیرون برده نمی شود بلکه نزد خانواده اش می ماند تا وقتی که سوزانده شود. خانواده و دوستان سوختن بدن را می بینند. در تبت که سوختن کمیاب بود، بدن را قطعه قطعه و در مکان هایی مرتفع و باز را کردند تا طعمه شغال ها، گرگ ها، کلاغ ها و لاشخورها شود. این گورستان ها یا «عرصه های اجساد»، تا جایی که خبر داریم مکان هایی وحشتناک بودند. بوی گوشت در حال فساد فضا را پر می کرد، اجزای بدن ها به اطراف پراکنده شده بودند: موها، گوشت، استخوان ها، دندان ها، مجموعه ها، پاره های لرزان کفن و همچنین مگس ها، کرم ها و لاروها.



این محیط خورمانی و سرباز، اشتعای مرا باز می کند 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 بدو آیینی 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 آنچنانکه می‌خواهیم، ادامه پیدا کنند.



عقیده به اینکه موجودات زنده، مکرراً از نو زاده می شوند، 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 می انگارند پیروان آیین

بودایی به تناسخ اعتقاد

دارند. این انگاره

کاملاً صحیح

نیست.



تناسخ براین فرضیه استوار است که نوعی روح یا پوهه پایدار از یک بدن به بدنی دیگر منتقل می شود. من و هود روحی را که ممکن است تناسخ داشته باشد انکار می کنم اما چیز مشابهی را که شاید «تولد دوباره» نامیده شود، می پذیرم. نظریه «تولد دوباره» مدافع رابطه ای علی بین یک زندگی و زندگی دیگر است. زندگی متناهی کاملاً پذیرد است اما به وسیله زندگی قدیمی تر شکوفا می شود.

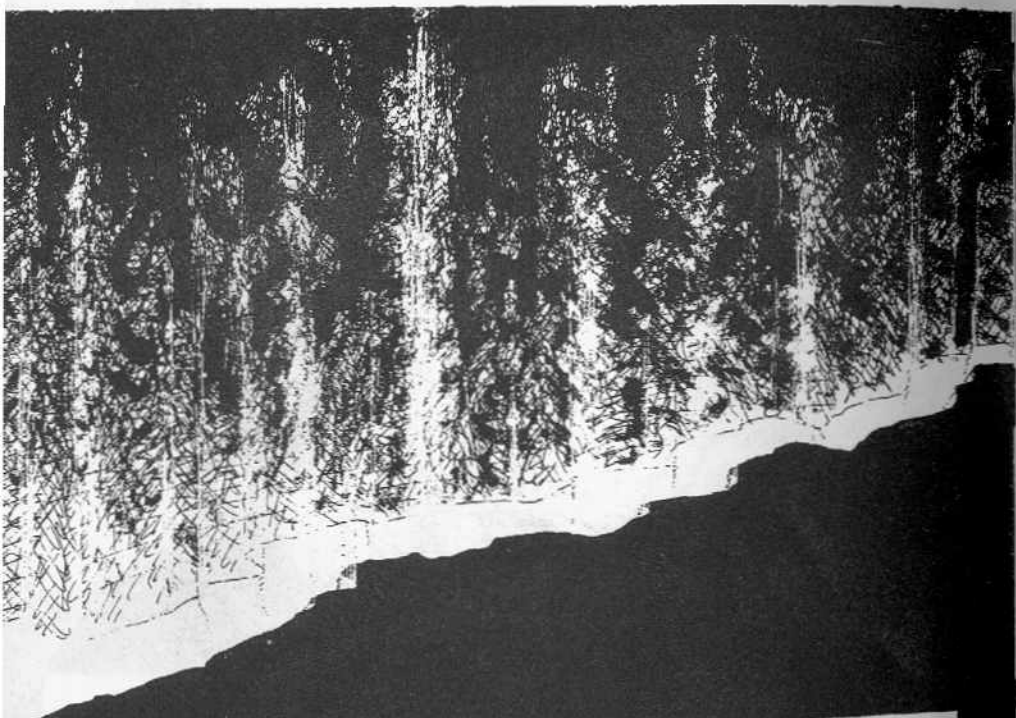
این امر با شعله شمع رو به اتمامی مقایسه می شود که برای روشن کردن شمعی دیگر مورد استفاده قرار می گیرد.

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.



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 مرحله 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.



در باره 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



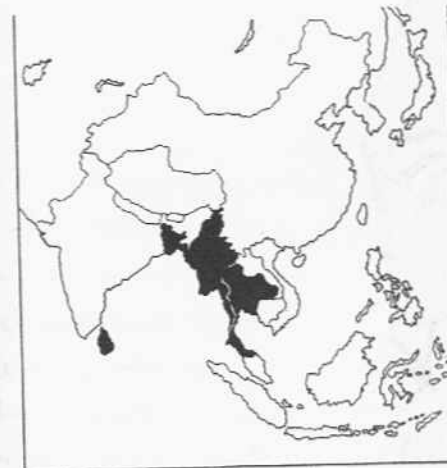
هرچند به نظر می‌رسد آئین بودایی
و اجرايانا، نامتعارف‌ترین چیزی
است که به غرب وارد شده است،
درک پیچیده و ژرف این آیین از
روانشناسی انسان و نیز
انعطاف‌پذیری‌اش، آن را برای
مواجهه با نیازهای مردمی که
به دنبال معانی تازه در زندگی خود
می‌گردند، مناسب می‌سازد.
انعطاف‌پذیری، به این آیین اجازه
می‌دهد ظواهر فرهنگی 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 درین کاشت «نجس‌ها» نشانی از یک بازگشت به آئین بودایی به چشم می‌خورد.

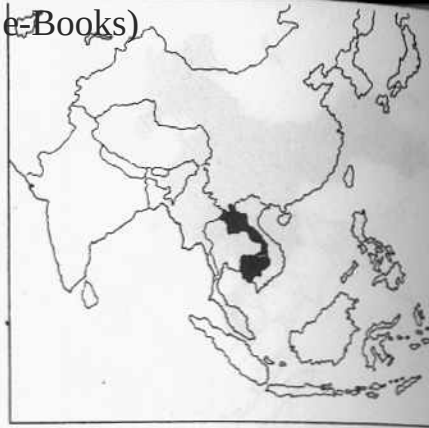


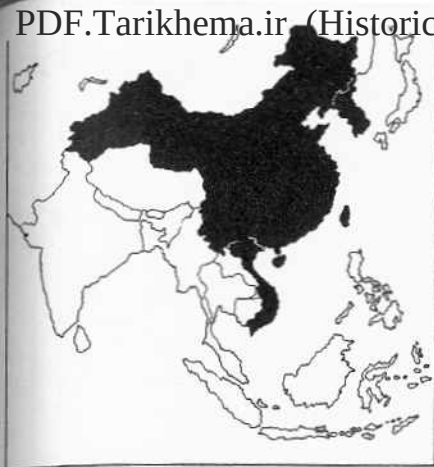
سری لانکا، برمه و تایلند

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 خمرهای سرخ، پل پوت، هزاران راهب را به عنوان نمایندگان نظام قدیمی «بورژوازی» از صفحه روزگار محو کرد. آئین بودایی در این کشورها بسیار مبهم است.



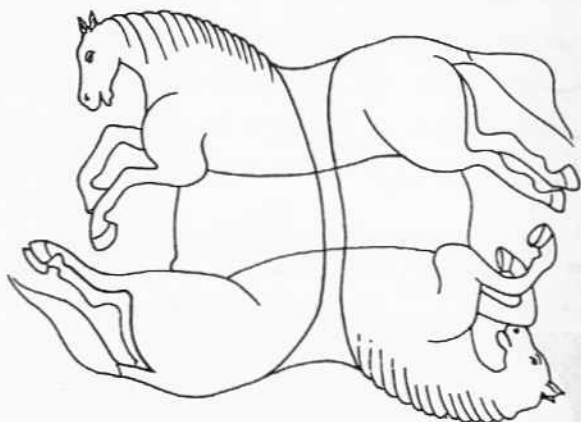


چین، ویتنام و کره

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 بستی با شکوه بود، وارد کرد. هرگونه تجدید حیات تحت نظام فعلی به شدت نامحتمل است، هرچند در جو کمابیش ملایم تر دهه ۱۹۸۰ میلادی، چند دیر فعالیت خود را مجدداً آغاز کردند.

به دلیل نفوذ فرهنگ چینی، آئین بودایی در ویتنام تقریباً به مهائانا منحصر بود. آئین بودایی در آنجا شکوفا شد. یکی از ماندنی ترین 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 گزارش هایی 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 هرجای 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.

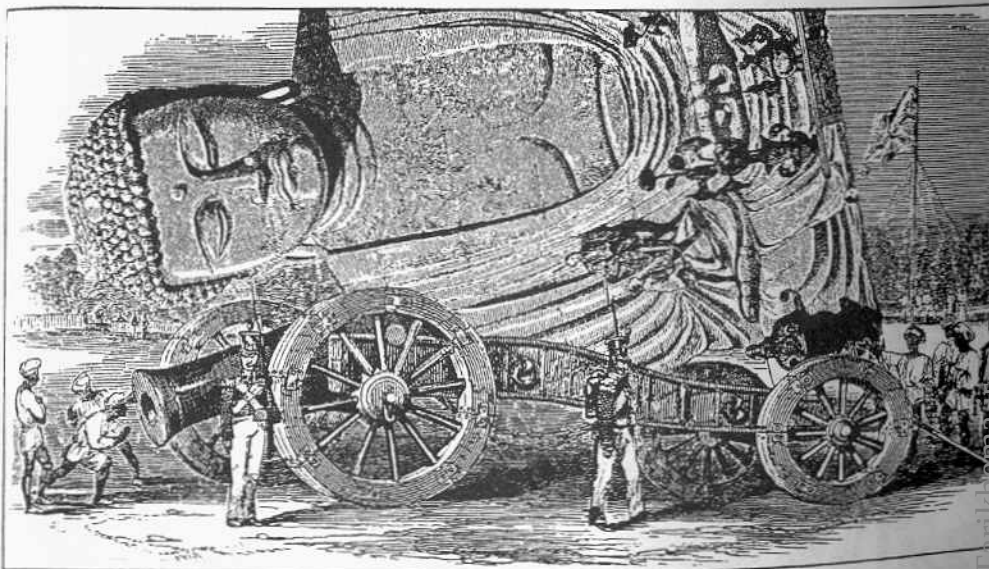
آئین بودایی در غرب

در افسانه‌های تبتی از پدماسمبها نقل شده است که:



هنگامی که پرنده‌های آهنی پرواز
کنند و اسب‌ها سوار بر پرّخ‌ها بتازند،
مردم تبتی چونان مورچه در دهان پراکنده
فواهند شد و در ما به سرزمین مردان
سرخ فواهد آمد.

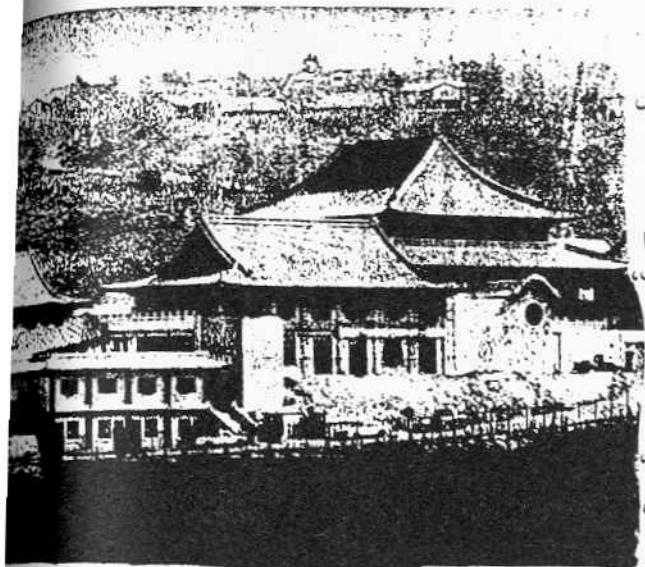
هرچند برخوردهای اولیه‌ای با آئین بودایی از طریق مستعمرات رخ داده بود، اما در قرن نوزدهم میلادی بود که تماس‌های مداوم برقرار شد. طنزآمیز است که امپریالیسم غربی که درصدد تحمیل مسیحیت در سرزمین‌های تحت سلطه‌اش بود، پلی شد که از فراز آن سایر ادیان به سرزمین مادری آن وارد شدند.



REACHES OUT America



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.



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

*...s gathering of leaders in a
...land temple—the first
...ld Fellowship meeting
...of Asia—points up a new
...ty and innovation for the
...ion in the United States.*

Photos by
TAMMY LECHNER,
Los Angeles Times



...riola Retanasara, left, initiated Dhammamitta, 34.



alone:
• The U.S. Defense Depa
announced that it will allo
chaplains to serve in the
forces—a first time for
other than Christiani

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.

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 ضربه‌هنگ»، بخصوص جک کراک، آلن گینزبرگ و گری اسنایدر اخذ شد. کراک دیدگاهی داشت که طبق آن هزاران آمریکایی جوان می‌توانستند راه را طی کنند،

بعنوان

دیوانگان زن... دسته‌های فشنی از مردان مقدس قائله که برای آشامیدن و مصیبت کردن و دعا خواندن گروه‌هم آمده‌اند.



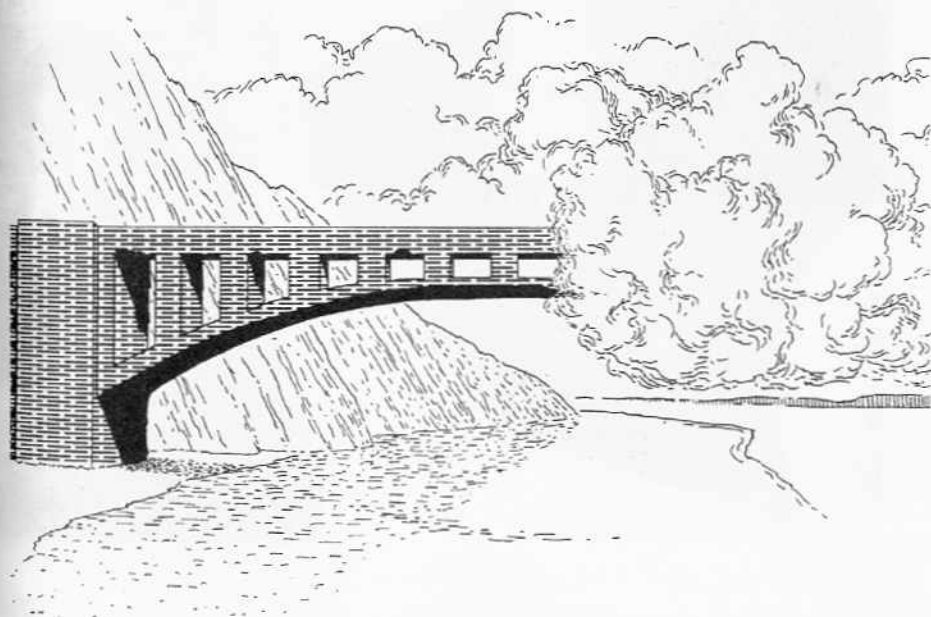
این دیدگاه با انضباط و پارسایی شاگردان سنتی زن، تضادی آشکار داشت.



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 خویش 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 رو آوردند و روش‌هایی برای هماهنگ ساختن آئین بودایی و زندگی خویش یافتند. آئین بودایی از حالت تفتنی 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 ترونکیا، 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 بر فراز 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 مهال 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 ذادن، 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.

چوگیم ترونگپا

چوگیم ترونگپارینپوچه تعلیمات خود را در دهه ۱۹۶۰ میلادی در انگلستان آغاز نمود. جایی که او به اتفاق آکونگ رینپوچه، معلمی دیگر، اولین مرکز تبتی بریتانیایی را تأسیس کرد، و آن را به نام اولین صومعه‌ای که پدما سمبها 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 غربیان را بشناسد.

زندگانی نامتعارف او بسیاری از مردم بریتانیا و مخصوصاً «گارد 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 فروشگاهی معنوی است که قفسه‌های آن زیر با تراکم فنون و مرشدان شکسته است. او می‌گفت آمریکا به ماتریالیسم معنوی مبتلاست.



... خود را می‌فریبیم و خیال می‌کنیم رشد معنوی کرده‌ایم، حال آنکه با استفاده از روش‌های روانی، قویستن مغزیمان را تقویت می‌کنیم.

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 سستی، 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 تصویری 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 مذكر آئين بودايی 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 آمیزه ای از راه های شرقی و غربی باشد.

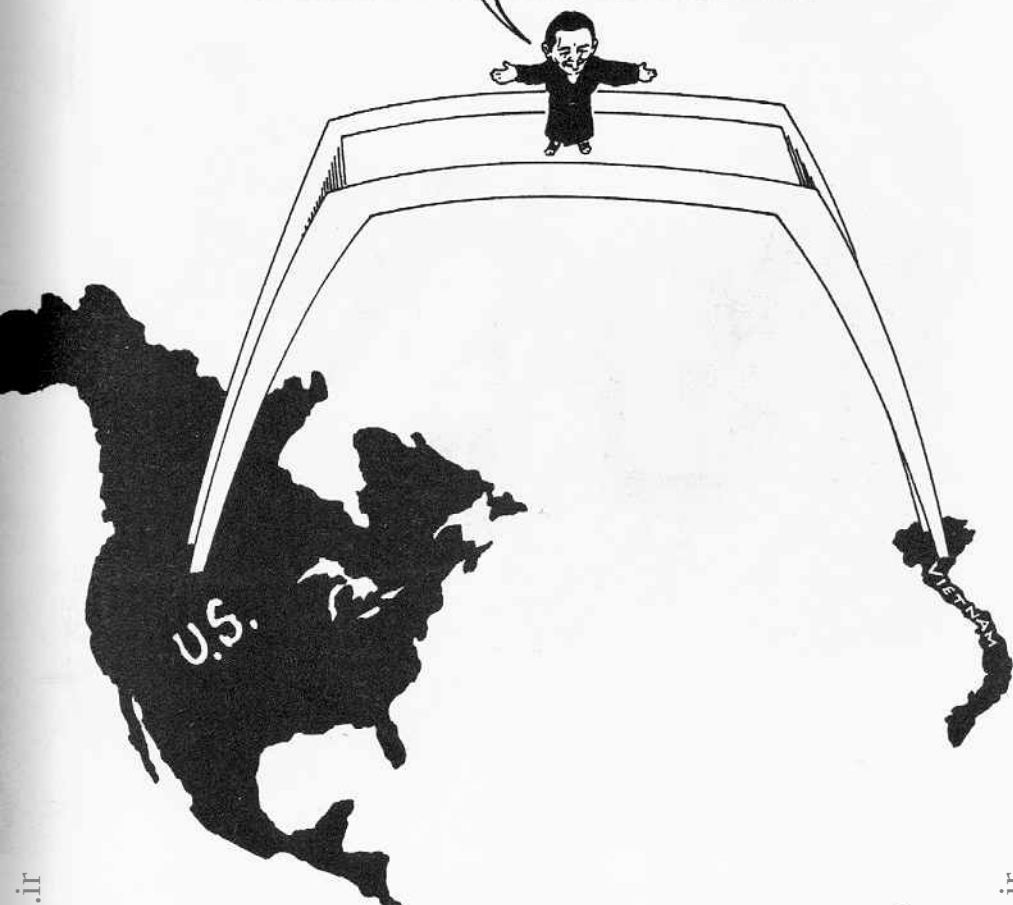


اکنون بسیاری از مراکز بودایی در آسایشگاه ها و زندان ها و در کنار بی خانمان ها، بیماران
مبتلا به ایدز، بیماران روانی و... مشغول فعالیتند.

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 باخشم و گناه خود، در موقعیت منحصر به فردی است.

تیچ نهات هان دربارهٔ رهیافتش به کنش اجتماعی گفته است:

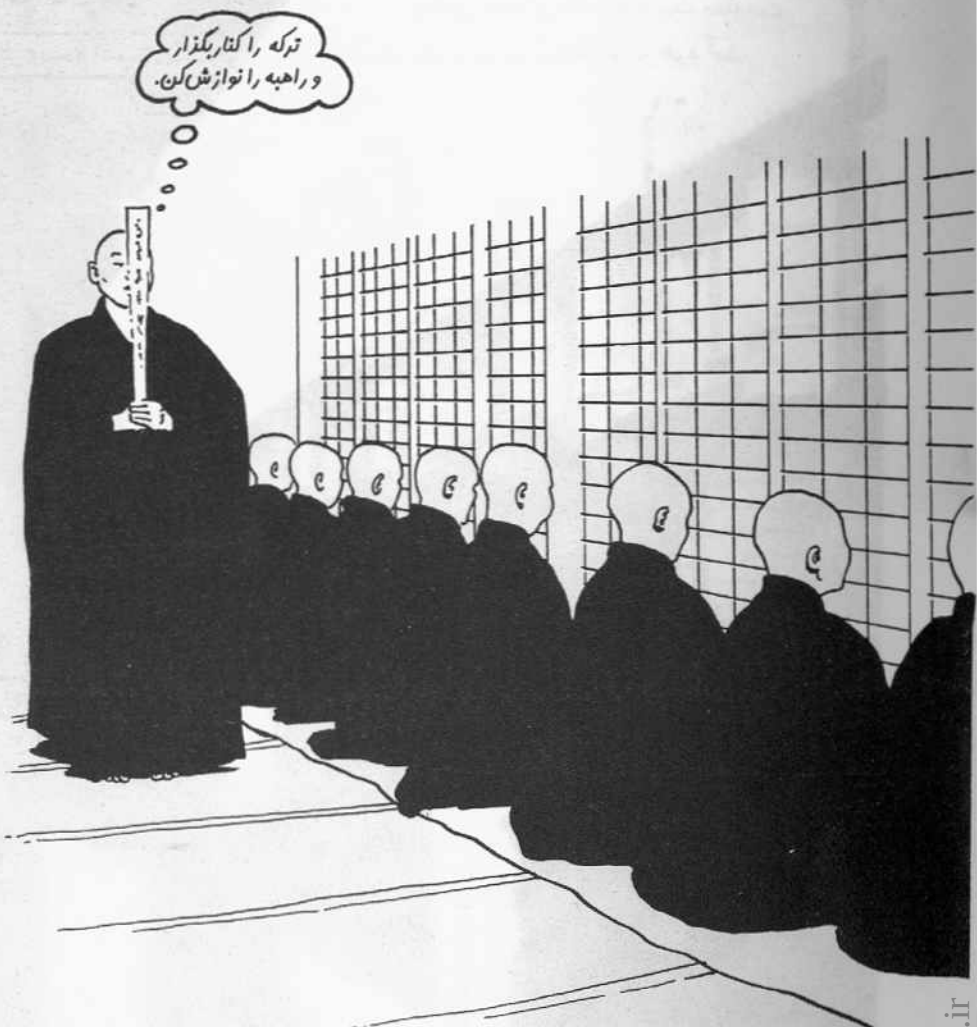
مردم معمولاً خشم فوراً نسبت به بی‌عزالتی‌های اجتماعی، اساس کنش اجتماعی قرار می‌دهند. اما این عاقلانه نیست. وقتی عصبانی هستید معقول نیستید و ممکن است آسیب برسانید.



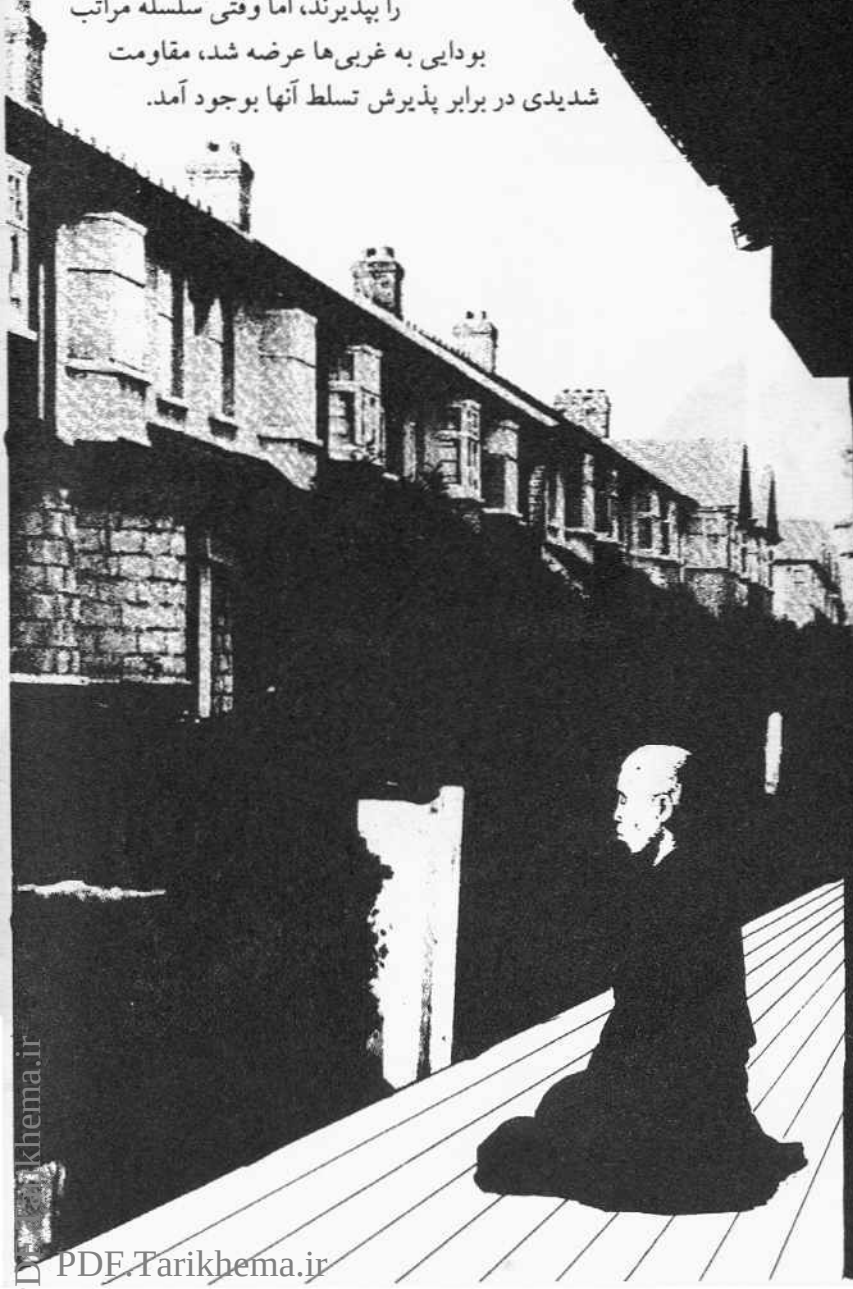
بنابر آئین بودایی تنها منبع انرژی مفید، همدلی است. چراکه همدلی بی‌خطر است. وقتی همدلی می‌کنید، انرژی شما از بینش زائیده می‌شود و تنها یک عصبانیت کور نیست.

سلسله مراتب

بسیاری از غریبان در جستجوی نیروی جادویی معلمان شرقی‌اند. 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 می‌شود.



غریبان 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 دربارهٔ 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 نمایندهٔ 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 سلوکی، ام.

تقریباً تمام شاگردان غربی فعالانه
می خواهند که در راه رهایی سلوک
کنند، اما نمی خواهند از دنیا کنار
بکشند. در آسیا جمعیت های
رهبانی دکلای برای حمایت از عامه
غیرروحانی بودند. راهبان
نمونه هایی بودند زنده، از ارزش های
عزیزی چون...



در فرهنگی که مخالف
ارزش های معنوی است،
تصور کمک هایی که به
مشتاقان رهروی عطا
خواهد شد، سخت است.

نتیجه

حال که آئین بودایی ریشه گستری خود را در غرب آغاز کرده است، کسانی که اشتیاق اولیه خود را نسبت به آن حفظ کرده اند، مشغول دانه پاشی برای شکوفایی مجدد این آئین اند. آئین بودایی غربی در شکل خاص خود رشد می یابد. این شکل خاص به جای رهبانیت بر اجتماعی بودن تأکید می ورزد، و همچنین بر بازنگری در نقش زنان و فعالیت معقول تر 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 می نماید.



از مجموعه

قدم اول

