

# اصول آیین (بخش اول)

## مقدمه:

آنچه در اینجا میخوانید، با زحمت بسیار و توسط منابع متعدد جمع آوری کردم تا ضمن اینکه از پیچیدگی فلسفی کمتری برخوردار باشد و همگان بتوانند از آن بهره ای ببرند، از حالت عوام پسندانه و تبلیغ های زیرکانه نیز به دور باشد. امید به اینکه مقبول افتد. لازم به ذکر است که محقق بزرگ، استاد ع. پاشایی و ترجمه های ایشان، اثر عمیقی بر همین اندک دانسته های حقیر داشته اند. اگر شمای خواننده، خواهان درک عمیقتر و صحیحتر از آیین بودا هستید، کتب ایشان را حتماً توصیه میکنم. باقی منابع را نیز میتوانید از نشر مروارید، نشر مثلث و کتاب فروشهای معتبری چون «بهجت» (تهران) خریداری فرمایید.

## سه نشانه وجود:

معروف است که بودیسم، واقع گراست. در پی علل ماورایی و عبادات نامفهوم خدایان فرضی نیست. ذهن آرزومند را با وعده های فراوجودی و فوق حسی، نمی فریبد. سعی نمیکند که ترسهای شما را در مواجهه با جهان خارج، با وعده های غیر واقعی یا غیر ملموس به امید بدل کند بلکه صادقانه هشدار میدهد که مفهوم وجود، آمیخته است با:

❖ رنج

❖ ناپایداری

❖ فقدان "خود" ("خود" در مفهوم ذات حقیقی و یگانه، نه تنها مردود نیست بلکه بسیار به آن اشاره شده. اصطلاحاً به آن «تاتاگانا» یا «چنین رفته» میگویند.)

## چهار حقیقت عالی: (Arya-Satya)

### ۱. حقیقت وجود رنج: (Dukkha)

در زندگی، بسیار تلاش میکنیم و بسیار شکست میخوریم و بسیار به مقصود هایی میرسیم که ناپاینده است و زود گذر. اینها همه رنج است. بیماری رنج است. پیری رنج است. از دست دادن عزیزان یا دوری از آنان رنج است. و خیلی چیز های دیگر. .... نکته مهم این است که این حقیقت، یک نگاه منفی نیست. بلکه آگاه شدن از یک بیماریست. هر چه زودتر آنرا درمان کنیم، سرور جاویدان را نیز زودتر می یابیم. درست مثل کسی که سالیان سال میلنگد تا روزی که پزشکی به او نوید میدهد که ای دردمند، بیماریت درمان دارد. .... به حقیقت که این سخن، بذر شادمانیست.

### ۲. خواستگاه رنج: (Trishna)

آرزو مندی و خواستن، دلیل اصلی رنجند چون هیچ نتیجه ای پاینده نیست. هر احساسی ممکن است کمرنگ شود. و بسیاری از نتایج خوب، بدون رنج حاصل نمیشود. به بیان بهتر باید دو تقسیم بندی را مطرح کنم:

#### تقسیم بندی اول:

دو بیراهه که به رنج ختم میشوند:

▪ افراط

▪ تفریط

برای مثال، یک درخت میوه که میوه های خوشمزه و سالمی میدهد، ممکن است از انواع کود و لجن و آب آلوده و خاکی تغذیه کند که هیچکدام به مصرف خوراکی انسان نیایند ولی میوه آن درخت شاید از بهترین و گوارا ترین خوراکیها باشد. بدن فیزیکی ما نیز مانند تنه درخت، به خیلی چیز ها نیاز دارد مثل خوراک، پوشاک، خواب، عمل جنسی، ترشحات هورمونی و .... و روان ما نیز نیازمند محبت جنس مخالف، دوست، پدر، مادر یا حتی نیازمند هیجانها و گریز از یکنواختیهاست. شادی میخواهد. حال از هر جا که برسد. امنیت میخواهد. حال هر نیرویی که آنرا بدهد و ....

اگر خود را در این اسباب نیاز غرق کنیم، دیگر چیزی از ما نماند که به رهایی برسد و اگر خود را از نیاز هایی مثل خواب و خوراک و عمل جنسی (آنهم در سنینی که بیشترین نیاز را به آن داریم مثل سنین جوانی) بیمار و سرکوب شده، راه به جبران کمبودهایمان با اعتقادات معنوی میبریم و گاه چه حریصانه. .... و این تازه سمت نیکوی جریان است. ... وای به روزی که نیاز هایمان را در خفا برآوریم و آنهم معلوم نیست که چه کسی قربانی ما گردد. .... کودکان بی دفاع یا زنان سرگشته در جوامع مردسالار یا پسر بچه ای که برای کامجویی به اختیار میگیریم تا جبران ریاضت هایمان را کند {چه زن و چه مرد}

### تقسیم بندی دوم:

سه نوع خواستن وجود دارد:

- خواستن هر آنچه حصولش ممکن است ولی به حکم ناپایداری، بی ارزش
- خواستن موهومات (هر آنچه ثبوت عقلی ندارد و وعده های دنیوی و اخرویست)
- خواستن یا انکار لذتهای حسی به شیوه ای که در تقسیم بندی اول گفته شد.

### ۳. حقیقت فرو نشانیدن رنج

باید رنج خود را فرو نشانیم (تراواده) و به دیگران نیز کمک کنیم تا از رنج رهایی یابند (ماها یانه). برای این منظور، لازم است که به تشنگیها و آرزوهای بی پایان خود و از سعی و کوشش طاقت فرسا برای معیشت نا سالم و کسب آنچه نا پاینده و زود گذر است، عبور کنیم. نیروها غیبی هم اگر باشند، بیش از لیاقت ما برایمان کاری انجام نمیدهند. بنابر این باید از آنچه باعث نادانیت، دوری کرد و موجباتی را که باعث تولد مجدد ما هستند، از میان برداریم. ( به زودی در باره این موجبات و تولد مجدد خواهیم گفت)

### ۴. راه های هشت گانه رهایی از رنج

راههای رهایی ۸ گانه در سه گروه بندی، به قرار زیرند:

- برترین اخلاق (وینیه) شامل:

**گفتار درست:** خود داری از دروغگویی، بدگویی، درشتگویی(ناسزا، متلک، ....)، یاوه گویی ( حرف از روی

نادانی و حرّافی بی مورد )

**کردار درست:** خود داری از آزار، کشتار و تبعیض موجودات، خود داری از گرفتن آنچه به تو تعلق ندارد،

رابطه جنسی نامناسب(رابطه با زور / رابطه ما فرد متأهل / رابطه با کودکان نا بالغ )

**معیشت درست:** خود داری از مشاغلی که باعث آزار است: اسلحه فروشی، حیوان فروشی، اعمال و تلقین نظر

به دیگران (به هر اسمی! حتی به اسم گسترش آیین یا هدایت) خصوصاً "اگر با زور و ارباب

باشد، ربا خواری، کلاه برداری، رمّالی، جادو و ...

- برترین نگرش (دیانه)

**شناخت درست:** آگاهی از آیین نیک (دین، مکتب یا مذهب درست و ۴ حقیقت عالی

اندیشه آزاد ( یعنی در قید نبودن! نه انکار اندیشه!) از: کام و شهوت، آزاد از بدخواهی (یعنی

مملوّ از مهر) ، آزاد از ستمگری (یعنی مملوّ از همدردی و عدالت)

- برترین شهود (پرجنیا)

**کوشش درست:** قدم اول: دور ماندن از خواسته های ناشایست همراه با شکوفا کردن تمایلات خوب / قدم

دوم: غلبه کامل بر عادات ناشایست همراه با ایجاد عادات نیک

**آگاهی درست:** مراقبه درست (ویپاسانا و ذاذن از نمونه های عملی خوب هستند) – ذکر گویی چندان توصیه

نشده! ولی ممنوع نیست.

**یکدلی درست:** با ذات موضوع مراقبه یکی شدن ( «این چنین رفته» یا «تاتاگاته» شدن) که توضیح آن خواهد آمد.

## موجبات و تولد مجدد (تناسخ):

تناسخ از نظر بودا، بسیار متفاوت است با نظر هندو.

مظاهر تناسخ در ادبیات عرفانی ایران بسیارند. برای مثال این شعر مولوی:

از جمادی مردم و نامی شدم / مز نما مردم به حیوان بر زدم

مردم از حیوانی و آدم شدم / پس چه ترسم؟ کی ز مردن کم شدم؟ (جماد = شیء / نما = گیاه)

انسان علاوه بر کالبد جسمانی خود، و به دنبال آن «مغز» که مرکز تعقل در جسم فیزیکی است، دارای سطوح لطیف تری از کالبد ها و در پی آن آگاهی های لطیف تر است. این مسئله مطلقاً خرافی نیست.

بر اساس مطالعات گسترده و وجود دستگاههای عکاسی حساس مانند دستگاه «کرلیان»:

( <http://www.kirlian.org/> )



عکس، واقعیت و اسناد آن موجود است

عکسهایی از حوزه انرژی دور انگشتان افراد روشن بین

ثابت شد که حتی پس از آنکه عضوی (در آزمایش کرلیان، بخشی از یک برگ بریده شد! اما هنوز جسم لطیف آن در عکس نمایان بود!! بله! درست مثل قبل از بریده شدن ولی بدون تشعشع) بریده شود، جسم لطیف آن میماند. محققین همچنین اظهار میکنند که جدای از وزنی که انسان در لحظه مرگ، به دلیل تخلیه هوای ریه از دست میدهد، ۲۵ گرم نیز از وزن بدن کسر میشود که هنوز اثباتی برای منشأ آن ندارند.

بسیاری از افراد، تجربیات خروج از بدن داشته اند (با اثبات و مشاهدات علمی و آزمایشگاهی) که معروف است به: O.B.E (Out of Body Experience) که متأسفانه در برخی منابع فارسی به آن خروج روح میگویند که اشتباه است (به دلایل علمی و فلسفی) و این پدیده اثباتیست برای وجود کالبد ظریف.

اگر نخواهم به پدیده سیر قهقرایی در زمان (در هیپنوتیزم: به خاطر آوردن زندگیهای گذشته، صحبت به زبانهایی که فرد از آنها آگاه نیست، ارائه آدرسها و اسامی که صحت بسیاری از آنها اثبات شده و ...) و ناخودآگاه جمعی «یونگ»، گمان کنم حداقل بتوان گفت که علم ژنتیک و تعداد واحد های اطلاعاتی که میتواند در D.N.A ذخیره شود، گواه خویست که بین ما و نسلهای پیشین، یک ارتباط اطلاعاتی یا آگاهی وجود دارد که میتواند تأییدی بر تناسخ (لا اقل در بعد ژنتیکی آن) باشد.

روشن بینان ، از این پیشرفتها بی اطلاع بودند. با این حال گفته های آنان روز به روز با توجیحات علمی قدرتمند تری پشتیبانی میشود.

در بودیسم ، اعتقاد بر این است که هر عمل، فکر، گفتار و نمود، چنانچه خاصیت ویژه ای در مرتکب شونده (آن عمل، فکر، گفتار و نمود) به نام «رسیدن به نیروانه» یا «تاتاگاتا = این چنین رفته» وجود نداشته باشد، علتیست برای تداوم وجود (تولد / مرگ) و این به معنی انتقال نیست بلکه مانند شمعی روشن است که با آتش آن، شمعی دیگر را روشن میکنند. (مثل پدر و مادر که ژن آنان ، ژن کودک را شکل میدهد و خودشان در جایگاه خود میمانند).

**نکته قابل توجه اینکه:** تناسخ در قالب فیزیکیست که باید از قوانین فیزیکی استفاده کند ولی کالبد های لطیفتر ، کارما ها و ساماسکارها (علت کارما ها)، قوانین خود را برای زایش دوباره دارند. بنابر این تناسخ الزاما" به معنی زاد و ولد نیست.

### حال فرض کنیم:

انسان زاییده میشود. او متشکل است از: ۵ بخش وجود Skhandas:

**شکل:** خاک، آب، آتش، باد (یا اگر درک آن مشکل است: جامدات، مایعات، گاز ها، نیروی الکترومغناطیس)

**احساس:** خوشایند، نا خوشایند ، خنثی (معلول عناصر + آگاهی)

**ادراک:** وابسته و حاصل حواس

**خواست :** پاسخ به حواس

**هشیاری:** بصری، شنوایی، بویایی، لامسه، چشایی، ذهنی

علاوه بر این، در بودیسم، هر وجودی که نام دارد و در نتیجه آمیخته و میرا است، تماما" تجلی یک ذات واحد و تعریف ناشدنی (به همین دلیل به آن «تهیگی» یا «شونیاتا» گویند) است.

تمامی تجلیها مانند قطرات آبد که روزی بخار میشوند و باز به دریا برمیگردند. (واین بازگشت به دریا ، راه جاودان شدن قطره است).

بنابر این در بودیسم وقتی میگوییم : «خود» جاودان وجود ندارد، مقصود « ۵ بخش وجود Skhandas » است نه شونیاتا Shunyata (نیروانه).

حافظ که گفت:

تو خود حجاب خودی حافظ از میان بر خیز،

خود اول را به معنای : " ۵ بخش وجود Skhandas " و

خود دوم را به معنای شونیاتا Shunyata (نیروانه) یا همان تهیگی به کار میبرد.

خلاصه: تناسخ بودایی به معنی انتقال روح نیست بلکه حرکت آگاهی از تولدی به تولد دیگر است.

## اصول آیین (پایان بخش اول)