چنین گفت
بودا

حق تألیف © ثبت شده در ۱۹۶۶ متعلق است به **بوکیّو دِندو کیوکای**

نقل هر بخش از این کتاب آزادست. **بوکیّوُ دِندو کیوکای** صرفاً تقاضا دارد که به این بنیاد افتخار دهند و از نشریه‌ای که از کتاب حاضر در آن نقل شده است نسخه‌ای برایمان ارسال دارند.

با تشکر
بوکیّو دِندو کیوکای
(بنیاد ترویج آئین بودا)
۱۴ـ۳ یون ـ چومه، شیبا
میناتو ـ کوُ، توکیو، ژاپن، ۱۰۸
تلفن: ۵۸۵۱ ـ ۴۵۵(۰۳)

چاپ دوم ، با تجدید نظر ، ۱۹۸۵ (۱۳۶۴)

چاپ
شرکت چاپ کوسایدو، با مسؤولیتِ محدود
توکیو ـ ژاپن

چنین گفت
بودا

خرد بودا چون اقیانوس پهناور است و **جانِ او** آکنده از **رحمت** عظیم.

بودا را صورت و هیأتی نباشد، امّا **او** خود را در نهایتِ **لطف** متجلّی می‌دارد و با دلِ سرشار از **شفقت** خویش ما را رهنمون می‌شود.

این کتابی است ارزنده، زیرا که جوهر تعالیـم **بودا** را که در فزونتر از پنج هزار مجلّد مضبوط است، در بر دارد. این حکمت‌ها که از بیش از بیست وپنج قرن پیش ثبت و نگاهداری و به ما سپرده شده، وَرای مرزهای جغرافیائی و موانع نژادیِ جهان بسط یافته است.

کلمات **بودا**، که این کتاب حاوی آنست،به همهٔ جنبه‌های زندگی بشر می‌پردازد و به آن معنی می‌بخشد.

دهمّا پادا

پیروزی، بارآورِ نفرت است، شکست خوردگان در درد بمانند. آرامش‌جویان به شادی بسر بَرَند، و از اندیشهٔ پیروزی و شکست فارغ باشند. (**دهمّا پادا**، بخش ۲۰۱).

گرسنگی بدترین آفت است، و تن آدمی سخت‌ترین بیمار؛ خردمندان با دانستن این حقیقت سعادتِ برین را دریابند. (دهمّا پادا، بخش ۲۰۳)

آرزوها را از دل برکَن چنانکه برگ درختان کُنار در پاییز فرو ریزد. راه آرامش را در سر هموار دار. پس آن وجود مبارك مژدهٔ سعادت برین را به تو خواهد داد. (**دهمّا پادا**، بخش ۲۸۵).

انسان به دنیا آمدن سخت است، زندگی به سر بردن به سوی مرگْ گران است، شنیدنِ حقیقت والا آسان نباشد، و دیدنِ بودا دشوار است. (**دهمّا پادا**، بخش ۱۸۲).

یافتن انسانِ اصیل دشوار است. چنین انسانی در همه جا متولد نشود. خانواده‌ای که چنین خِرَدمردی بار آورد، بشادی و کامرانی بسر بَرَد. (**دهمّا پادا**، بخش ۱۹۳)

خوشا تولّد بودا، خوشا تعلیم عقیدت والا، خوشا وحدت سنگهـا، و خوشا مساعیِ وحدت یافتگان. (**دهمّا پادا**، بخش ۱۹۴).

فهرست مطالب

بودا

فصل اوّل شاکیامونی بودا..... ۲
۱. زندگی بودا..... ۲
۲. آخرین تعلیم بودا..... ۱۰
فصل دوّم بودای ستوده و جاودانه..... ۱۵
۱. رحمت و نذر و پیمان‌های او..... ۱۵
۲. رهایی و رستگاری، ارمغان بودا برای ما..... ۱۹
۳. بودای ازلی..... ۲۲
فصل سوّم صورت بودا و سیرت او..... ۲۵
۱. جنبه‌های سه گانهٔ تن بودا..... ۲۵
۲. تجلّیِ بودا..... ۲۹
۳. فضیلت بودا..... ۳۲

دهرما

فصل اوّل تسبیب و علّیت..... ۳۸
۱. چهار حقیقت والا..... ۳۸
۲. علّیت و تسبیب..... ۴۱
۳. اصل و منشأ مرتبط..... ۴۲
فصل دوّم فرضیهٔ اصالت فکر و حقیقت اشیاء..... ۴۶
۱. فانی بودن و قائم به ذات نبودن..... ۴۶
۲. فرضیهٔ اصالتِ فکر..... ۴۹
۳. واقعیّت اشیاء..... ۵۲

۴. راه اعتدال..... ۵۷
فصل سوّم جانِ بودایی..... ۶۵
۱. صفای اندیشه..... ۶۵
۲. جانِ بودایی..... ۷۱
۳. جانِ بودایی و بی‌خویشتنی..... ۷۵
فصل چهارم آلایش‌های انسان..... ۸۱
۱. طبع بشر..... ۸۱
۲. سرشت آدمی..... ۸۸
۳. زندگیِ بشر..... ۹۰
۴. حقیقت زندگی بشر..... ۹۵
فصل پنجم امداد بودا..... ۱۰۲
۱. عهد و نذرهای اَمیدا بودا..... ۱۰۲
۲. سرزمین صفای امیدا بودا..... ۱۱۰

سیر و سلوك

فصل اوّل طریقهٔ تهذیب..... ۱۱۶
۱. تهذیب فکر..... ۱۱۶
۲. مَنِشِ خوب..... ۱۲۳
۳. پندآموزیِ امثال قدیم..... ۱۳۴
فصل دوم طریق وصول به معرفت..... ۱۵۰
۱. حقیقت جویی..... ۱۵۰
۲. راه‌های سلوك..... ۱۶۳
۳. طریقِ ایمان..... ۱۷۶
۴. سخنانِ کوتاه در معرفت و دین..... ۱۸۴

اُخُوَّت

فصل اوّل فرایض اخوت..... ۱۹۴
۱. اِخوان بی‌جا و بی‌خانمان..... ۱۹۴
۲. پیروان عامّهٔ بودا..... ۲۰۰
فصل دوّم رهنمود عملی طریقت راستین زندگی..... ۲۱۲
۱. زندگی خانوادگی..... ۲۱۲
۲. زندگی زنان..... ۲۲۲
۳. ادارهٔ امور عمومی..... ۲۳۰
فصل سوّم ساختن یك سرزمین بودا..... ۲۴۰
۱. مفهوم تعادل در اخوت..... ۲۴۰
۲. سرزمین بودا..... ۲۴۸
۳. حشمت یافتگان سرزمین بودا..... ۲۵۳

فهرست منابع و مآخذ..... ۲۶۱

پیوست‌ها

۱. تاریخچهٔ آیین بودا..... ۲۷۲
۲. نشر و انتقال تعالیم بودا..... ۲۸۲
۳. تاریخچهٔ کتاب «چنین گفت بودا»..... ۲۸۵
۴. راهنمای مباحث کتاب «چنین گفت بودا»..... ۲۸۷
۵. فرهنگ لغات و اصطلاحات سانسکریت..... ۲۹۸
۶. آنگوتارا نیکایا،..... ۳۰۵
بنیاد ترویج آیین بودا و نشر کتابِ
«چنین گفت بودا»..... ۳۰۶

بودا

فصل اوّل

شاکیامونی بودا

۱

زندگانی بودا

۱. افراد خاندانِ **شاکی** در کنارهٔ **رود روهی‌نی** که در دامنه‌های جنوبیِ **هیمالایا** جاریست، می‌زیستند. پادشاه آنها بنام **شُودودانا گائوتاما** پایتخت خود را در **کاپیلاواستو** نهاد و دستور داد تا در آنجا دژی بزرگ ساختند، و خود خردمندانه فرمان راند، چنانکه ستایش مردم را دریافت.

بانوی این پادشاه، **مایا**، دخترعمویِ شاه بود. پدر ملکه نیز پادشاهیِ یك سرزمین همسایه از قلمرو همان خاندان **شاکی** را داشت.

شاه و بانوی او تا بیست سال فرزندی نیافتند. امّا ملکه **مایا** یك شب رؤیایی عجیب داشت، و در خواب دید که پیلی سپید از سوی چپ سینه‌اش به درون رحِم او رفت، و او آبستن شد. پس، پادشاه و مردم تولّد شاهزاده‌ای را چشم داشتند. بنا به رسم این سرزمین، ملکه برای دنیا آوردن فرزند خود به خانهٔ پدر و مادرش رهسپار شد، و در راهِ سفر به آنجا، در باغ **لومبینی** در آفتاب زیبای بهاری به استراحت نشست.

پیرامون او در آن باغ پر از شکوفه‌های **آشوکا** بود. ملکه از سر ـ خوشیِ این منظره دستِ راست را پیش برد تا شاخه‌ای بچیند، و در همان حال ازو پسری به دنیا آمد. مردم همه از تهِ دل بر این خجسته روزِ ملکه، و شاهـزادهٔ کوچك او شادی نمودند، آسمان و زمین جشن گرفتند. این روزِ فراموش ناشدنی نوزدهم فروردینماه بود.

شادیِ پادشاه را نهایت نبود و او فرزند را **سیدهارتـا**، یعنـی «**کامروا**»، نام نهاد.

۲. اما سرور در کاخ پادشاه زود به ماتم بدل شد، زیرا که **مایا** ملکهٔ محبوب پس از چند روز بناگاه در گذشت.خواهر کوچکتر ملکه، **مهاپراـ جاپاتی** دایه و شیرده کودك شد، و او را در دامن ناز و محبت پرورد.

زاهدی به نام **آسیتا** که در کوه‌های نزدیك می‌زیسـت، شعـاع نوری برفراز دژ دید. زاهد آن فروغ را به فالِ نیك گرفت و روانهٔ کاخ شد، و در آنجا کودك را به او نشان دادند. زاهد چنین پیشگوئی کرد: «این شاهزاده، اگر در کاخ بماند، چون برومند گردد پادشاهی بزرگ خواهد شد و همهٔ جهان را فرمانبردار خواهد ساخت. اما چنانچه او زندگی درباری را در طلب حیات روحانی رها کند، یك **بودا** یعنی ناجی عالم خواهد شد.»

پادشاه به شنیدن این پیشگوئی نخست خوشحال شد، اما سپس فکرِ اینکه شاید تنها پسرش ترکِ کاخ و جاه گوید و از دنیا بریده‌ای آواره گردد، او را نگران ساخت.

شاهزاده در هفت سالگی به آموختن فنون کشوری و نظامی پرداخت، اما افکار او، بنا بطبع، به چیزهای دیگر مایل‌تر بود. یکی از روزهای بهاری شاهزاده همراه پدرش به بیرون دژ رفت. آن دو با هم برزیگری را که به شخم‌زدن زمین سرگرم بود، می‌نگریستند. درین هنگام شاهزاده متوجّه پرنده‌ای شد که بر زمین نشست و کرم کوچکی را که بر اثر شخم برزیگر روی خاك آمده بود، به منقار برداشت. شاهزاده در سایهٔ درختی نشست و به اندیشهٔ این کار شد، و زیر لب گفت:

«دریغا! آیا همهٔ جانداران همدیگر را می‌کشند؟»

شاهزاده، که چنان زود پس از تولّدش، مادر را از دست داده بود، از زندگی اندوهناك این موجودات کوچك سخت متأثر شد.

این جراحت روحی شاهزاده، با بزرگ شدن او هر روز ژرف‌تر می‌شد؛ چونان زخمهٔ کوچکی که بر ساقهٔ درختی جوان نشسته باشد، رنج زندگی آدمی، هر روز بیشتر روح او را می‌آزرد.

نگرانی پادشاه با یاد آوردن از پیشگوئی آن زاهد روزافزون بود، و بهر راه می‌کوشید تا شاهزاده را خوشحال دارد، و افکارش را به جهت‌های دیگر بگرداند. پادشاه در نوزده سالگی شاهزاده، ترتیب ازدواج او را با شاهزاده خانم **یاشودارا**، دخترِ سوپرا بودا امیر **قلعهٔ دِوا-داها** و برادر ملکهٔ فقید، **مایا** داد.

۳. بمدت ده سال، و همه سال در سراپرده‌های مختلفِ بهار، پائیز و موسم باران، شاهزاده به دوره‌های رقص و موسیقی و خوشگذرانی سرگرم شد. امّا همیشه و هر بار افکارش به مسألهٔ محنت آدمی باز-می‌آمد و دل‌افسرده در تکاپوی دریافت معنای حقیقی زندگی آدمی بود.

او اندیشید: «تجملاّت این قصر، این تن سالم، این شادمانگی جوانی؛ این همه برایم چه معنی دارد؟ روزی بیمار می‌شویم، پیر خواهیم شد؛ مرگ را گریزی نیست. غرور جوانی، بالیدن به تندرستی، نازیدن به وجود ـ همهٔ مردم اندیشمند باید اینها را کنار نهند.

«انسانی که برای بقا در مبارزه است، طبعاً چیزی ارزشمند را می‌جوید. این نگریستن و پویایی را دو راهست ـ یك راه درست و یك راه خطا. اگر آدمی براه خطا بنگرد، ناگزیر بودنِ بیماری، پیری و مرگ را می‌بیند؛ امّا کاوش و پویش او در میان همان ردهٔ چیزهای پوچ و گذرانست.

«اگر او به راه راست بنگرد، طبیعت حقیقی بیماری، پیری و مرگ را در می‌یابد، و پی‌جویِ معنای آن، که ورای همهٔ محنت‌های آدمی است، می‌شود. چنین می‌نماید که من در زندگی سرشار از خوشی و شادیم، براه خطا می‌نگرم.»

۴. بدینسان پیکاری معنوی در روح شاهزاده جریان داشت؛ تا آن

هنگام که تنها فرزندش، **راهولا**، در **۲۹** سالگی او زاده شد. چنین نمود که تولّد فرزند، گردش کارها را به نقطهٔ اوجِ دگرگونی رساند، زیرا که شاهزاده در حال بر آن شد تا کاخ را رها کند و با اختیار کردن زندگی دربدریِ گدائی و درویشی در پی چارهٔ ناآرامی روحی خود برآید. او شبی در حالیکه فقط ارابه رانش **چانداکا** و اسب محبوبش **کانتاکای** سفیدبرفی با او بودند، دژ را ترك گفت.

دلتنگی او به پایان نیامد. شیطان‌های بسیار در وسوسه‌اش بودند و زمزمه می‌کردند که: «بهتر است به دژ برگردی. بزودی همهٔ جهان ترا خواهد بود.» امّا او به‌شیطان نهیب زد که همهٔ جهان را نمی‌خواهم؛ پس سر تراشید و در حالیکه کاسهٔ گدائی به دست گرفته بود سوی جنوب براه افتاد.

شاهزاده نخست **باگوای** زاهد را زیارت کرد و ریاضت‌های او را دید. او سپس نزد **ارادا کالاما** و **اودراکا راماپوترا** رفت، تا شیوه‌های آنان را در تحصیل **نیروانا** (آرامش مطلق) از راه ذکر و تفکر فرا گیرد؛ امّا پس از چندی آزمودن بر آن شد که اینان او را به **معرفت** هدایت نتوانند نمود. سرانجام او به سرزمین **ماگادا** رفت و در جنگل **اورو-ویلوا** برکناره‌های **رودِ نِیرانجانا** که از نزدیکِ دژ **گایا** روانست به ممارست و ریاضت پرداخت.

۵. شیوه‌های سلوك و ریاضت او به طور باور نکردنی سخت بود. او خود را با این اندیشه نهیب می‌زد که: «هیچ زاهدی، نه پیش ازین، نه در حال و نه در آینده، هرگز با خلوص‌تر از من در ریاضت و ممارست نکوشیده است، و نخواهد کوشید.»

با این همه شاهزاده باز نتوانست هدف خویش را دریابد، و پس از شش سال گذراندن در جنگل، ریاضت را رها کرد. او به شستشوی تن در رودخانه رفت و کاسه‌ای شیر از دست **سوُجاتا**، دوشیزه‌ای که ساکن ده همسایه بود، گرفت. پنج یار هم صومعهٔ شاهزاده که در مدت شش سال ریاضت و سلوکش با او زیسته بودند، از اینکه او کاسهٔ شیر از دست باکره‌ای گرفت تکان خوردند؛ پس بـدراهش شمردند و ترك او گفتند.

چنین بود که شاهزاده تنها ماند. او هنـوز ضعیف بود، امـا به مخاطرهٔ از دست دادن جانش، باز به آزمون دورهٔ دیگری در ذکر و تفکّر و سلوك پرداخت، و بخود گفت: «باشد که مرا خون از رگها برود، مگر که گوشت بر تنم بپوسد، شاید که استخوان‌هایم بند بند جدا شود؛ اما هرگز تا طریقت **معرفت** را نیابم ازینجا نخواهم رفت.»

این کار برای او تلاشی سخت و بی نظیر بود. دلش نومید بود و سرش پر از افکار پریشان؛ سایه‌های تیره بر جانش گرفته و دام‌های

شیاطین از هرگونه در پیرامونش گسترده بود. براستی که او در تکاپو و جدالی سخت بود، چندان که خونش را از جریان می‌انداخت، تنش را می‌فرسود و استخوان‌هایش را خرد می‌کرد.

امّا با پیدا شدن ستاره‌های سحری در آسمان مشرق، مبارزه به پایان آمده و فکر و جان شاهزاده به پاکی و روشنی صبح صادق شده بود. او، سرانجام، راه **معرفت** را یافته بود. این روز هفدهم ماه آذر بود، و شاهزاده، در سی و پنجسالگی، یك **بودا** شد.

۶. ازین هنگام به بعد شاهزاده به نام‌هایی چند شناخته می‌شد: عده‌ای ازو بنام **بودا** یاد می‌کردند، وجودی که به **معرفت مطلق** رسیده است، یا **تاتاگاتا**؛ بعضی او را **شاکیا مونی** می‌خواندند، یعنی **فرزانهٔ** خاندان **شاکیا**؛ دیگران او را **وجود ستودهٔ جهان** می‌نامیدند.

او ابتدا به **مریگاداوا** در **واراناسی**، که پنج زاهد و یاران شش سال ریاضت زندگیش آنجا می‌زیستند، رفت. آنها نخست ازو دوری جستند، اما بعد از سخن گفتن با **بودا** به او ایمان آوردند، و اوّلین پیروانش شدند. او سپس به دژ **راجاگریها** رفت و متابعت **بیمبیسارا** شاه را که همواره دوست او بود حاصل آورد. او از آنجا به اطراف کشور رفت، با صدقه می‌زیست و مردم را به آئین زندگی خود تعلیم می‌داد و فرا می‌خواند.

مردم دعوت او را، چون تشنه‌ای که آب بجوید و گرسنه‌ای که

غذا بخواهد، پذیرا شدند. دو شاگرد بزرگ بودا، **ساریپوترا** و **مائودگالیایانا**، و دو هزار پیرو آنها، به او پیوستند.

پدر **بودا**، شاه **شوُ دودانا**، که هنوز از تصمیم پسرش در ترکِ کاخ دل رنجه بود، ابتدا در پیوستن به آئین او درنگ کرد، اما پس از چندی مرید وفادارش شد. **ماهاپراجاپاتیِ**، مادر رضاعی **بودا**، و شاهزاده خانم **یاشودارا** همسر او، و همهٔ اعضای خاندان **شاکیا** رفته رفته به او گرویدند. عدهٔ زیادی از دیگر مردم نیز مرید جانسپار و وفادار او شدند.

۷. **بودا** مدت چهل و پنجسال به هر جای کشور می‌رفت، و با وعظ و سخن مردم را به پیروی از رسم و راه و آئین زندگی خود وامی‌داشت. امّا در هشتاد سالگی، هنگامی که از **راجاگریها** روانهٔ **شراوالستی** بود، در جائی بنام **وایسالی** بیمار شد و پیش بینی نمود که پس از سه ماه به **نیروانا** خلود خواهد کرد. اما باز از رفتن نایستاد تا به **پاوا** رسید و در آنجا از اثر غذائی که بوسیلهٔ نعلبندی موسوم به **چوندا** به او پیشکش شده بود سخت ناخوش گشت. با همهٔ درد و ضعف شدیدی که بر او چیره شده بود، سرانجام خود را به جنگل مجاور **کوسینگارا** رساند.

بودا در حالیکه میان دو درخت **سالا** آرمیده بود به ارشاد شاگردان تا واپسین دم زندگی ادامه داد. بدینسان او پس از به‌انجام‌رساندن رسالتش، بعنوان بزرگترین معلّم جهان به آرامش مطلق پیوست.

۸. به رهنمود **آناندا**، شاگرد محبوب **بودا**، کالبد او بوسیلهٔ دوستانش در **کوُسیناگارا** سوزانده شد.

هفت فرمانروای پیرامون آنجا، و همچنین **آجاتاساترا** شاه خواستار آن شدند که خاکستر بودا میانشان تقسیم شود. پادشاهِ **کوُسیناگارا** ابتدا این درخواست را رد کرد و منازعه بر سر آن حتّیٰ نزدیك بود به جنگ بکشد؛ امّا به توصیهٔ مرد دانائی بنام **درونا** این بحران گذشت، و خاکستر بودا میان آن هفت کشور بزرگ بخش شد. خاکستر بجای مانده از هیزمِ سوزاندن کالبد **بودا**، و همچنین کوزهٔ سفالی که بقایای خاك او را در آن ریخته بودند نیز به دو فرمانروای دیگر داده شد، تا آنها را هم از این افتخار نصیبی باشد. در هر جا بیاد **بودا** برج‌ها و مقبره‌های عظیم ساختند، و خاکستر و بقایای پیکر **بودا** را در آن نهادند.

۲
آخرین تعلیم بودا

۱. **بودا** در زیر درختان **سالا** در **کوُسینگارا** در آخرین سخنانش به شاگردان خود چنین گفت:

«از وجود خود روشنائی بسازید. به خود تکیه کنید؛ به هیچ کس دیگر متکّی نباشید. تعالیم مرا چراغ خود دارید. بر این تعالیم اتکاء کنید: به هیچ تعلیم دیگر متکی نباشید.

«به‌تن خود بنگرید: به آلایش آن بیندیشید. چون بدانید که هم

درد و هم لذّتِ تن به یکسان مایهٔ رنجتان است، چگونه درگیر امیال آن توانید بود؟ در «خویشتن» خود بنگرید؛ به گذرا و فانی بودن آن بیندیشید؛ چگونه توانید دربارهٔ آن به وهم و خیال درافتید و فریفتهٔ غرور و خودپرستی شوید، چون بدانید که این همه ناچار به رنج ناگزیر می‌انجامد؟ ذَوات هستی را در نظر آرید؛ هیچ «نفس» باقی میانِ آنها توانید یافت؟ نه آنکه همه‌شان ترکیبی از اجزایند که دیر یا زود از هم بپاشند و پراکنده شوند؟ جهانی بودن محنت و رنج مبهوتتان نسازد، بلکه تعالیم مرا، حتی پس از مرگم دنبال کنید، تا از عذاب ایمن شوید. بر این کردار روید، تا مریدان راستین من باشید.»

۲. «مریدانِ من، تعالیمی را که به شما دادم نباید هرگز از یاد ببرید، یا فرو گزارید. آنها را باید همیشه چون گنج پاس دارید. باید دربارهٔشان بیندیشید، باید آنها را بکار بندید. اگر این تعالیم را اجرا کنید، پیوسته شادمان خواهید بود.

«نکتهٔ سخن درین تعالیم، مهار داشتن اندیشه‌تان است. فکر خود را از طمع دور دارید، تا راست رفتار و پاك اندیش و درست پیمان باشید. با همواره اندیشیدن به گذرا بودن زندگیتان، آز و شهوت را حریف خواهید شد، و خواهید توانست از همهٔ بدی‌ها بپرهیزید.

«اگر دیدید که فکرتان فریفته شده و در بندِ آز افتاده است، باید این وسوسه را مهار کنید و جلو گیرید؛ فرمانروای فکر خود باشید.

«باشد که اندیشهٔ انسان او را یك **بودا** سازد، یا این که جانورش نماید. آدمی، گمراه از خطاکاری، دیو می‌گردد؛ انسان در پرتو معرفت، بودا می‌شود. پس، اندیشهٔ خود را مهار دارید و نگذارید از راه راست منحرف شود.»

۳. «باید که یکدیگر را حرمت نهید، تعالیم مرا دنبال کنید، و از نزاع و جدال بپرهیزید؛ نباید که چون آب و روغن با یکدیگر ضدّ باشید، بلکه باید که چون آب و شیر با هم بیامیزید.

«با هم مطالعه کنید، با هم بیاموزید، با هم تعالیم مرا در کار آورید. فکر و وقت خود را به‌تنبلی و منازعه تباه نکنید. از شکوفه‌های معرفت در موسم دمیدن آنها، محظوظ شوید و میوهٔ راه راست را بچینید.

«تعالیمی را که بشما داده‌ام، خود با رفتن به راه راست دریافتم. باید که شما این تعالیم را دنبال کنید و در هر مناسبت به اقتضای روح این سخنان، رفتار نمایید.

«اگر از این رهنمودها غافل مانید، چنان است که هرگز بواقع مرا ندیده‌اید. این بدان معناست که شما از من دورید، حتی اگر به ظاهر با من باشید؛ اما چون تعالیم مرا بپذیرید و در کار آورید، به من بسیار نزدیکید، حتی اگر جائی دور باشید.»

۴. «مریدان من، پایان زندگیم فرا می‌رسد، جدایی ما نزدیك است.

امّا بر مرگم سوکوار مشوید. زندگی همواره در تغییر است. هیچ کس از زوال تن نتواند گریخت. این معنی را من اینك با مرگ خویشتن نشان می‌دهم، و کالبدم چون ارابه‌ای چرخ در رفته متلاشی می‌گردد.

«سوکواریِ بیهوده مکنید، بلکه از واقعهٔ مرگم دریابید که هیچ چیز بر دوام نیست، و پوچی زندگی آدمی را از آن بیاموزید. این آرزوی عبث را در دل مپرورید که آنچه تبدیل یافتنی است، تغییر ناپذیر شود.

«دیو امیال دنیوی همواره در پی فرصت برای فریفتن فکر است. اگر یك افعی در اتاقتان لانه کرده باشد، چون خواب آرام بخواهید باید که نخست آن جانور را بیرون اندازید.

«باید که قید و بند هواهای دنیوی را پاره کنید و چنان که آن افعی را می‌راندید این هواها را از خود دور سازید. باید که اندیشهٔ خود را به طور مثبت حراست کنید.»

۵. «مریدان من، اینك دمِ واپسین عمرم فرا رسیده است، اما از یاد مبرید که مرگ فقط زوال جسم و تن است. این تن از پدر و مادر پدید آمد و با غذا پرورده شد؛ بیماری و مرگ هم چون تولد امری ناگزیرست.

«امّا بودای حقیقی، یك تن آدمی نیست: **بودا** همانا معرفت است. تن آدمی را مرگ ناگزیر باید، امّا «خِرَدِ معرفت» تا به ابد در حقیقتِ

دهرما و در آئین و کردار **دهرما** جاوید خواهد ماند. آنکه فقط تنم را ببیند، مرا به واقع ندیده است. تنها آن کس که تعلیم مرا بپذیرد، براستی بصیرتِ دیدنم را دارد.

«بعد از مرگم، **دهرما** معلمتان خواهد بود. از دهر ما پیروی کنید تا با من صادق باشید.

«در چهل و پنجسال آخر زندگیم، هیچ چیز را در تعالیم خود فروگذار نکردم. نه سخنی پوشیده مانده است و نه معنایی نهان؛ همه چیز آشکارا و به روشنی تعلیم داده شده است. یارانِ عزیزم، این لحظهٔ پایان است، من به **نیروانا** می‌روم. این بود وصیت من.»

فصل دوّم

بودای ستوده
و جاودانه

۱
رحمت و نذر و پیمان‌های او

۱. جان **بودا** همانا جوهر شفقت و رحمتِ والای عاشقانه است. شفقت عظیم عاشقانه همان جانی است که به رهایی همهٔ مردم، به هر تدبیر و وسیله‌ای، برمی‌آید. رحمت عظیم او جوهری است که بدان مایه، جان بودا به ناخوشی مردم افسرده می‌شود، و به‌محنت آنان رنجور می‌گردد.

بودا گفت: «رنج شما رنج من است و شادی شما شادی من»، و همانند مادری که همواره عشقِ فرزند دارد، او نیز این دل غم خوار را به یك لحظه هم از یاد نمی‌برد، زیرا که رحیم و مشفق بودن، طبیعت بوداگری است.

حس رحمت **بودا** به تناسب نیازهای مردمان به جوش می‌آید؛ پاسخ آدمی به غلیان این طبع رحیم، اعمال اوست، که او را به معرفت راه می‌برد؛ هم چنانکه مادری با عشق به فرزند، مادر بودن خود را احساس می‌نماید، و سپس فرزند، با پاسخ گفتن به عشق مادر، احساس امن و راحت می‌یابد.

اما باز مردم، این جانِ رحمت **بودا** را در نمی‌یابند و هم چنان در محنت خیال‌های باطل و امیال، که ثمرهٔ جهل آنهاست، می‌مانند؛ رنج و عذابشان نتیجهٔ کردارهای خود و حاصل هواهای نفس است، و گرانبار از تبه کاری‌های خویش در وادی غفلت سرگردانند.

۲. مپندار که رحمتِ **بودا** فقط برای این زندگی است؛ این رحمت تجلی و نمودی از رحمت نامتناهی **بودای** ازلی می‌باشد، که از دورانی که بدایتش پیدا نیست، یعنی از آن روز که بشر بر اثر جهل بد راه شد، در کار بوده است.

بودای ازلی همیشه به مشفقانه‌ترین هیأت بر مردم ظاهر می‌شود و آنان را خردمندانه‌ترین شیوه‌های رهائی فرا می‌آورد.

شاکیامونی بودا، که میان خویشانش در خاندان شاکیا، شاهزاده متولد شد، ترك راحت و رفاه و خانمان گفت، و زندگی ریاضت اختیار نمود. او از راه ذکر و تفکر و سلوكِ صامت، **معرفت** را دریافت. او **دهرما** (سخن تعلیم) را بر یارانش موعظه کرد و سرانجام نیز به مرگ خاکی خویش، آنرا متجلی ساخت.

هم چنانکه غفلتِ آدمی رانهایت نیست، تأثیرِ کارساز بوداگری همیشه باقیست؛ و همان سان که ژرفای جهل را غایت نباشد، رحمت **بودا** را حد و مرزی نیست.

بودا چون بر آن شد تا از زندگی دنیا بگسلد، چهار نذر و عهد بزرگ کرد: ۱) به نجات همهٔ مردم برآید؛ ۲) از همهٔ امیال دنیوی روی بگرداند؛ ۳) همهٔ حکمت‌ها را بیاموزد؛ و ۴) به کمال معرفت برسد. این پیمان‌ها تجلیّات عشق و رحمتی است که مایهٔ جانِ **بوداگری** است.

۳. **بودا** نخست به نفس خویش آموخت تا از معصیتِ کشتن هر موجود زنده دوری جوید. آرزویش این بود که همهٔ مردم برکت عمر دراز را دریابند.

بودا خود را تعلیم داد که به گناه دزدی دست نیالایـد. آرزو داشت که همهٔ مردم هر چه را که باید، داشته باشند.

بودا نفس را چنان بار آورد که از آلایش زنا بپرهیزد. او برین آرزو بود که همهٔ مردم برکت وجود یك جانِ صافی را بدانند و از امیالِ سیر ناشدنی رنج نبرند.

بودا، با توجه به غایت مطلوب خود، نفس را آموخت تا از هر فریبی دور بماند، آرزو داشت که همهٔ مردم آرامش روح را، که نتیجهٔ سخن و بیان حق است، دریابند.

او نفس خود را تربیت کرد تا از دوروئی در سخن بپرهیزد. آرزو داشت که همهٔ مردم لذت صمیمیّت و یاری را بدانند.

او خود را آموخت تا از دشنام و ناروا گفتن به دیگران بپرهیزد، و آنگاه آرزو کرد که همهٔ مردم روحی سلیم داشته باشند و بدان مایه با دیگران در صلح و صفا زندگی کنند.

او خود را از سخن یاوه گفتن دور نگه داشت، و سپس آرزو کرد تا همهٔ مردم موهبت تفاهم مشفقانه را بشناسند.

بودا، که غایت مطلوب خود را هدف داشت، خویش را آموخت که از طمع آزاد باشد، و بدین پرهیزگاری، آرزو کرد که همهٔ مردم آرامشی را که با این آزادگی همراه است، بشناسند.

او خود را آموخت تا از خشم بپرهیزد، و آرزو کرد که همهٔ مردم یکدیگر را دوست بدارند.

او خود را آموخت که گرفتار جهل و غفلت نشود، و آرزو کرد که همهٔ مردم قانون تسبیب را بشناسند و بدان بی اعتنا نباشند.

بدینسان رحمت **بودا** همهٔ مردم را در بر می‌گیرد. توجّه پیوستهٔ او به خوشبختی مردم است. او به مردم عشق می‌ورزد، چنانکه والدین به فرزندشان؛ و برای آنها آرزوی حدّ اعلای خجسته روزی دارد، بطوری که بتوانند بدان سوی این اقیانوس مرگ و زندگی بگذرند.

۲
رهائی و رستگاری،
ارمغان بودا برای ما

۱. رسیدن سخنان **بودا** از آن کرانهٔ دور دستِ **معرفت**، به مردمی که هنوز در دنیای وهم و خیال گرفتارند، بس دشوار است؛ پس **بودا** خود به این جهان باز می‌آید و شیوه‌های رستگاریش را در کار می‌آورد.

بودا گفت: «اکنون مَثَلی آموزنده برایتان بیاورم. روزگاری مردِ ثروتمندی بود و چنان پیش آمد که خانه‌اش آتش گرفت. آن مرد در خانه نبود و چون درین اثنا باز آمد، دید که بچه‌هایش سرگرم بازی مانده و متوجه آتش نشده، و هنوز در خانه‌اند. پدر فریاد کرد: «بچّه‌ها، بیرون بیایید! از خانه بیرون بدوید! زود باشید!» امّا بچه‌ها به حرف او اعتنایی ننمودند.

پدرِ مضطرب باز نعره برآورد: «بچه‌ها، من اسباب بازی‌های قشنگ برایتان آورده‌ام؛ از خانه در آیید و اسباب بازی‌ها را بگیرید!» بچه‌ها این بار به فریاد او توجّه کردند، و از خانه که در آتش شعله‌ور بود بیرون دویدند.»

این جهان خانه‌ای در آتش افتاده است. مردم، بی خبر از اینکه خانه آتش گرفته است، در خطرِ سوختن و مردنند، پس **بودا** از روی رحمت راه‌هایی برای نجاتشان تدبیر می‌کند.

۲. **بودا** گفت: «مَثَلی دیگر برایتان بگویم. روزگاری تنها پسرِ مردی توانگر، خانهٔ پدری را ترك کرد و به نهایت مسکنت افتاد.

«پدر در جستجوی فرزند به راه‌های دور سفر نمود، اما نشانی ازو نیافت. او هر چه می‌توانست برای یافتن فرزندش کرد، اما جستجو به جایی نرسید.

«بیست ـ سی سال گذشته بود که پسر، در حال نزار و نکبت، گذارش به نزدیکی جایی که پدر می‌زیست افتاد.

«پدر زود فرزند را شناخت و خدمتگاران را فرستاد تا آن آواره را به خانه آورند. پسر از دیدن نما و ظاهر شاهانهٔ خانه به واهمه افتاد، و ترسید که شاید گماشتگان قصد فریبش را دارند، و با آنان نمی‌رفت. او نمی‌دانست که آنکه بدنبالش فرستاد پدرش بود.

«پدر دیگر بار ملازمان را فرستاد، تا با دادن پولی از پسر بخواهند تا در خانهٔ ارباب ثروتمندِ ایشان خدمت کند. پسر پذیرفت و با آنان به خانهٔ پدرش بازگشت، و گماردهٔ آنجا شد.

«پدر به تدریج بر مرتبهٔ او افزود تا جائی که به تصدّی همهٔ املاك وخزائنش گمارد؛ امّا پسر هنوز هم پدر خود را به جا نمی‌آورد.

«پدر از وفاداری پسرش در کار خرسند گشت، و از آنجا که پایان

زندگیش نزدیك بود، خویشان و دوستان را گرد آورد، و بدیشان گفت: «یاران، این تنها پسر من است، پسری که سال‌ها در جستجویش بودم. اینك ملك و خزائن من همه مال اوست.»

«پسر از اعتراف پدرش به حیرت آمد و گفت: «من نه تنها پدر خود را باز یافته‌ام بلکه ملك و گنجینه، همه اینك مراست.»

در این مَثَل، آن مرد دارا بجای **بودا** است، و پسرِ سرگردان به منزلهٔ همهٔ مردمان. رحمت **بودا** همهٔ مردم را با عشقی چون عشق پدر به تنها فرزندش، در برمی‌گیرد. او درین عشق، داهیانه‌ترین شیوه‌ها را برای هدایت، تعلیم و غنی ساختن آنان به گنج **معرفت**، تدبیر می‌کند.

۳. هم چنانکه باران بر همهٔ گیاهان می‌بارد، رحمت **بودا** به همهٔ مردم یکسان می‌رسد. بدان سان که روییدنی‌های گوناگون از یك باران به تفاوت و به تناسب استعداد، بهره می‌برند، مردم نیز به تناسب طبایع و احوال متفاوت خود، به طرق مختلف ازین رحمت نصیب می‌یابند.

۴. پدر و مادر به همهٔ فرزندانشان عشق دارند، اما این محبت را به فرزندی که بیمار است، با ناز و نوازش خاص نشان می‌دهند.

رحمت **بودا** نسبت به همهٔ مردم یکسان است، اما نسبت به آنهایی که بر اثر جهل خود در محنت و شدّتند، این رحمت با توجّه خاص ابراز می‌گردد.

خورشید از آسمان مشرق بر می‌آید، و تاریکی را از جهان می‌زداید، بی آنکه تابشش را بر ناحیه‌ای کاستی یا فزونی باشد. رحمت **بودا** نیز بدین سان همهٔ مردم را فراگیر است، آنان را به کردارِ درست وامی‌دارد و در پیکار با شرّ و بدی، راهبر می‌شود. چنین است که **بودا** تیرگی جهل را می‌زداید و مردم را به **معرفت** هدایت می‌کند.

بودا در رحمت خود یك پدر است، و در مهر عاشقانه چون یك مادر. مردم، گرفتارِ غفلت و دربندِ امیال دنیوی، غالباً با تعصّبِ بی‌اندازه رفتار می‌کنند. **بودا** نیز متعصّب است، اما تعصّب او از رحمتی است که به همهٔ انسان‌ها دارد. بی شفقت **بودا**، مردم بی امید و پناهند، پس باید که چون فرزندان **او** از شیوهٔ رستگاریش بهره یابند.

۳
بودای ازلی

۱. مردم عامّه می‌پندارند که **بودا** شاهزاده به دنیا آمد و در گدائی و درویشی طریق **معرفت** را آموخت: واقع آنست که بودا در این جهان، که آنرا نه بدایت و نه نهایت پیداست ـ همیشه بوده است.

بودا به معرفت ازلی خود، احوال همهٔ مردم را شناخته و همهٔ شیوه‌های رهایی را در کار آورده است.

در **دهرمای** ازلی که **بودا** تعلیم داد، هیچ ناراستی نیست، چرا که او حقیقت همه چیز را در جهان می‌داند، و این معانی را به همهٔ مردم می‌آموزد.

راستی را که دریافتن ذاتِ جهان بس دشوارست، زیرا که این عالم هر چند که حقیقی می‌نماید، چنین نیست، وگرچه مجازی می‌نماید، چنین نیز نیست. مردمِ غافل، از درك حقیقت کار جهان ناتوانند.

تنها **بودا** است که واقع حال این جهان را به حقیقت و به کمال می‌شناسد، و هرگز نمی‌گوید که آن حقیقت است یا مجاز، یا خیر است یا شر. او جهان را به سادگی، چونانکه هست، ترسیم می‌کند.

بودا چنین می‌آموزد: «همهٔ مردم باید که بذر تقویٰ را، به تناسب طبایع، کردارها و پندارهایشان، در ضمیر خود بکارند.» این تعلیم برتر و فراتر از تمامی نفی و اثبات این جهانست.

۲. **بودا** نه تنها از راه سخن، بلکه با زندگی خود نیز تعلیم می‌دهد. گرچه زندگی **بودا** بی انتهاست، امّا تا آزمندان را بیدار کند، وسیلهٔ مرگ را به مصلحت در کار می‌آورد.

«روزگاری در غیبت مردی حکیم از خانه، فرزندانش از زهری خوردند. آن حکیم چون باز آمد، متوجه رنجوریِ آنان شد، و پادزهری

مهیّا ساخت. بعضی از فرزندان که سخت مسموم نشده بودند از آن تریاق برگرفتند و شفا یافتند، امّا اثر زهر در فرزندان دیگر چنان شدید بود که به خوردن دارو تن ندادند.

آن حکیم، به انگیزهٔ عشق پدرانه نسبت به فرزندانش، بر آن شد تا شیوه‌ای خشن بکار بَرَد و آنان را به قبول درمان وادارد. او فرزندان را گفت: «من باید به سفری دور و دراز بروم. اکنون پیر شده‌ام و باشد که هر روزی مرگم فرا رسد. تا نزدتانم به وضع شما می‌توانم رسید، اما چون بمیرم حالتان هر روز سخت و نزارتر می‌شود. پس تمنّایم اینست که اگر از مرگم شنیدید، از پادزهر بنوشید، و ازین زهرِ نابکار شفا یابید.» آنگاه حکیم به سفری دور رفت و پس از چندی پیغام مرگ خویش را برای فرزندان فرستاد.

فرزندان حکیم به رسیدن این پیام، از تصوّر مرگ پدر، و نیز دانستن اینکه دیگر سایهٔ توجه دلسوزانهٔ او را بر سر ندارند، سخت غمگین شدند. آنگاه با یاد آوردن درخواست لحظهٔ وداع پدر، آن دارو را خوردند و بهبود یافتند.»

مردم نباید که این حکیم و پدرِ فرزندان را برای نیرنگش سرزنش نمایند. **بودا** هم چون آن پدر است. او نیز داستان زندگی و مرگ را به کار می‌آورد تا آنهایی را که در بند امیال گرفتار آمده‌اند، نجات بخشد.

فصل سوّم

صورت بودا و سیرت او

۱

جنبه‌های سه گانهٔ تن بودا

۱. در پیِ شناختن **بودا** از راه صورت یا صفاتش مباش، زیرا که نه آن صورت و نه این صفات، **بودای** واقعی است. **بودای** حقیقی همانا **معرفت** است. طریق راستینِ شناختِ **بودا**، درکِ **معرفت** می‌باشد.

اگر کسی به دیدن بعضی صفات و تجلّیات عالی **بودا**، گمان برد که **بودا** را می‌شناسد، تصور او همانا اشتباهِ چشمی بی بصیرت است، زیرا که **بودای** حقیقی نمی‌تواند به هیأتی مجسّم در آید، یا به چشمان آدمی دیده شود. و نیز کسی **بودا** را بـا شرح صفاتش نتواند شناخت. وصف صفات **بودا** در سخن آدمی نمی‌گنجد.

هر چند که ما سخن از پیکر و صورت **بودا** می‌گوئیم، **بودای ازلی** هیأت ثابتی ندارد، اما می‌تواند خود را به هر صورتی عیان سازد. گرچه ما صفات **بودا** را وصف می‌کنیم، **بودای ازلی** را صفاتِ معیّن نیست، امّا می‌تواند خود را به هر صفتی و به همهٔ صفاتِ عالی، متجلّی دارد.

پس کسی که هیأت **بودا** را به وضوح ببیند، یا صفاتش را به روشنی دریابد، و باز شیفتهٔ ظاهر و اوصاف **او** نشود، قابلیتِ مشاهده و شناخت **بودا** را دارد.

۲. تن **بودا** عینِ **معرفت** است. این پیکر که آنرا صورت و جسم نیست، از ازل همواره بوده است، و تا به ابد نیز خواهد بود. پیکر **بودا** تنِ خاکی نیست که نیازمند خوردو خوراك باشد. وجود **او** هستی ازلی، و ذات آن **خرد** است. پس **بودا** نه ترس می‌شناسد و نه بیماری؛ او جاودانه تغییرناپذیر است.

از این رو، تا **معرفت** باقیست، **بودا** هرگز از میان نخواهد رفت. **معرفت** به صورت فروغ **خرد** ظاهر می‌گردد، که چشم مردمان را به زندگانی نوین باز می‌کند و موجب می‌شود که آنان به جهان **بودا** متولد گردند.

آنان که این معنی را دریابند، فرزندان **بودا** گردند؛ آنها **دهرمای او** را نگاه می‌دارند، تعالیم **او** را اجرا می‌کنند، و نیز به آیندگان می‌سپارند. هیچ چیزی به اعجاز قدرتِ **بودا** نمی‌تواند بود.

۳. **بودا** وجودی سه بُعدی دارد. یك بُعد آن ذات یا **دهرما ـ کایا** است: یك بُعد آن **قوه** و **امکان** یا **سامبوگا ـ کایا** است؛ بُعد سوم **تجلّی** یا **نیرمانا ـ کایا** است.

دهرما ـ کایا همان جوهر **دهرما** است؛ یعنی که همان ذاتِ حقیقت است. در بُعدِ **جوهر**، **بودا** را صورت و رنگی نیست، و از آنجا که **او** را صورت و رنگی نباشد، وجودش از لامکان آمده است، و **او** را جائی هم برای رفتن نیست. **او** چون آسمانِ لاجوردی، همه چیز را در بسیط خود دارد، و چون **او** همه چیزست، **او** را کم و کاستی نباشد.

اثبات هستی **او**، نه اینست که مردم **او** را هست می‌پندارند؛ و نه از آن رو ناپیدا می‌گردد که مردم **او** را فراموش می‌کنند. **او** را الزامی نیست که هنگام شادی و راحت مردم عیان شود، و نه **او** را ضرورتی است که به‌وقت غفلت و کاهلی مردم، ناپدید گردد. **بودا** از همهٔ جهات و جوانبِ پنداشتیِ اندیشهٔ آدمی در می‌گذرد و فراتر می‌رود.

تن **بودا** درین بُعْدِ خود، همهٔ گوشه و کنار عالم هستی را فرا گرفته است؛ به همه جا می‌رسد، همیشه باقیست، خواه مردم به **او** معتقد باشند، یا در بودنش تردید کنند.

۴. **سامبوگا ـ کایا** به این معنی است که روان **بودا**، یعنی آمیزهٔ دو عنصر **رحمت** و **خرد**، که جوهری بلاتصوّر است، خود را از طریق نگاره‌های تولّد و مرگ متجلّی می‌دارد؛ ونیز از راه مُثُل و نگاره‌های نذر و عهد بستن، تعلیم و فاش ساختنِ نام مقدس خود، تا همهٔ مردم را به رستگاری رهنمون شود.

رحمت جوهرِ این تن است، و **بودا** بدین مایه همهٔ تدابیر را برای رهانیدن آنهایی که آمادهٔ آزاد شدنند، به کار می‌بندد. به مانند آتشی که چون افروخته شد تا هیزم و سوخت آن تمام نشده است نمی‌میرد، **رحمت بودا** نیز تا آنگاه که همهٔ شور و هواهای دنیوی از میان نرفته است، کاستی نمی‌یابد. همانگونه که باد گرد و خاك را می‌روبد، **رحمت بودا** نیز درین تن، غبار محنت آدمی را می‌زداید.

نیرمانا ـ کایا به این معنی است که **بودا** برای تکمیل کارِ تسکین بخش **بودای قوّه و امکان**، به هیأت جسمانی در جهان ظاهر شد، و جنبه‌های تولّد، چشم پوشی از این دنیا و نیل به **معرفت** را به تناسب طبع و جوهر و قابلیت‌های مردم به آنان نشان داد. **بودا**، به منظور ارشاد مردم، هر وسیله‌ای مانند بیماری و مرگ را در قالبِ این تن در کار می‌آوَرَد.

هیأت بودا در اصل یك **دهرما ـ کایا** است، اما از آنجا که طبایع مردم اختلاف و تنوع دارند، صورت **بودا** نیز به تفاوت ظاهر می‌گردد. با آنکه هیأت **بودا** به تناسب خواست‌ها، اعمال و قابلیت‌های مختلف مردم تفاوت دارد، **بودا** فقط به حقیقت **دهرما** اهمیت می‌دهد.

هر چند که بودا وجودی سه بُعدی دارد، جان و هدف او یکیست، یعنی «نجات همهٔ مردم».

بودا در همهٔ شرایط در صفای خود تجلی دارد، امّا این نمود و

تجلی همانا **بودا** نیست، زیرا که **بودا** صورت و هیأت نباشد. **بوداگری** همه چیز را پر می‌کند؛ این ذات **معرفت** را تنِ خود می‌سازد و، به هیأت **معرفت**، بر همهٔ قابلان که استعداد درك حقیقت دارند، متجلّی می‌گردد.

۲
تجلّی بودا

۱. به ندرت باشد که یك **بودا** در این جهان ظاهر شود. چون **بودائی** ظهور نماید، به **معرفت** نائل می‌آید، **دهرما** را می‌شناساند، بندهـای بدگمانی را می‌درد، دام امیال را یکسره برمی‌چیند و چشمـه شـرّ و بدی را کور می‌کند. **او** سراسر جهان را، هر جا که بخواهد، بی مانـع و رادعی می‌پیماید. چیزی والاتر از حرمت نهادن به **بودا** نیست.

بودا در جهانِ محنت ظهور می‌کند،زیرا که نمی‌تواند مردم رنجور را به حال خود رها سازد. تنها منظور او اشاعهٔ **دهرما** و برکت رساندن به همهٔ مردم **با حقیقتِ** آنست.

عرضه داشتن **دهرما** به جهانی پر از بیداد و معیارهـای غلط، جهانی بیهوده در کشاکش با امیال سیرناشدنـی و ناراحتی‌هـا، بس دشوار است. **بودا** به انگیزهٔ عشق و رحمت عظیم خود با این سختی‌ها روبرو می‌شود.

۲. بودا دوستِ خوبِ همهٔ انسانهاست. هرگاه بودا انسانی را از بار

سنگینِ شور و هواهای دنیوی در رنج ببینـد، شفقـت او به جوش می‌آید، و در محنت او سهیم می‌شود. **بودا** اگر انسانی را گرفتار و آزردهٔ وهم و خیال بیابد، این هوای باطل را با فروغ روشنِ **خِرَدِ** خود، خواهد زدود.

بسان برّه‌ای که به زندگیِ نزد مادر خوش است، دریافتـگان تعالیمِ **بودا** دیگر نمی‌خواهند از **او** جدا شوند، زیـرا که تعالیـم **او** برایشان خوشبختی می‌آورد.

۳. هنگامی که ماه در آسمان محو می‌شود، مردم می‌گوینـد که ماه پنهان گشته، و چون ماه دیده می‌شود می‌گویند که ماه ظاهر شده است. واقع آنستکه ماه نه از آسمان می‌رود و نه باز می‌گردد، بلکه پیوسته آنجا می‌درخشد. **بودا** درست بمانند ماهِ آسمـان اسـت: **او** نه پیـدا می‌شود و نه پنهان؛ **او** فقط به انگیزهٔ عشق به مردمـی که آنهـا را آموزش دهد و براه آورد، چنین وانمود می‌کند.

مردم یك شب از ظهورِ ماه را، ماه تمام می‌خوانند، و به دیگر صورتِ آن، هلال می‌گویند: اما در واقع ماه همیشه دایرهٔ تمام است، نه فزونی می‌یابد و نه کاستی می‌گیرد. **بودا** دقیقاً مـانند ماه است. شاید در چشم مردمان چنین نماید که ظاهر **بودا** در تغییر است، امـا، در حقیقت، **بودا** تغییر نمی‌یابد.

ماه در همه جا ظاهر می‌گردد، در آسمان یك شهرِ شلـوغ، بر بالایِ یك دِهِ خواب گرفته، بر سر یك کوه و بر فراز یك رود. عکس ماه

در اعماق یك آبگیر، در ته یك قدح آب، و در دانهٔ ژاله‌ای افتاده بر یك برگ دیده می‌شود. اگر آدمی صدها فرسنگ راه بپیماید ماه با او منزل به منزل می‌رود. در نظر مردم چنین می‌نماید که ماه در تغییر است، اما ماه را تغییری نباشد. **بودا** در همراه بودن با مردم این جهان، در همهٔ احوال و شرایطِ متغیّر آنان و در تجلّی یافتن به نمودهای مختلف، همانند ماه است؛ اما **او** در **ذات** خود تغییر نمی‌یابد.

۴. واقعیّتِ پیدا و ناپیدا شدنِ **بودا** را می‌توان با قانون تسبیب و علیّت بیان نمود؛ بدین اعتبار، هنگامی که موجبات و شرایط اقتضا نماید، **بودا** ظهور می‌کند؛ چون اسباب و شرایط مقتضی نباشد، **بودا** به ظاهر از جهان ناپدید می‌گردد.

خواه **بودا** ظاهر، یا ناپیدا گردد، **بوداگری** همیشه ثابت می‌ماند. انسان، با علم به این اصل، باید که در طریقِ سیر به **معرفت** بماند، به **خردمطلق** برسد، و تغییرات ظاهری در نمودها و صورِ **بودا**، ودراحوال جهان یا نوسان‌های فکر بشری، او را مشوّش ندارد.

بیان شد که **بودا** نه یك پیکر مادی، بلکه همانا، **معرفت** است. یك بدن را می‌توان مانند ظرفی دانست؛ در این صورت اگر این ظرف از **معرفت** پُر شود، می‌توان آنرا **بودا** خواند. پس، اگر کسی مقیّد به پیکر مادّی **بودا** باشد و بر ناپدید گشتن او ماتم بَرَد، نخواهد توانست **بودای** حقیقی را ببیند.

واقعیت آن است که ذات حقیقی اشیاء ورای تمایزات آنها در پیدا و ناپیدا شدن، در آمدن و رفتن و در خیر و شر است. چیزها همه فاقد جوهر و کاملاً همگن می‌باشند.

اینگونه تمایز نهادن‌ها، نتیجهٔ قضاوت غلط کسانی است که این پدیده‌ها را ناظرند. هیأت حقیقی **بودا** نه پیدا، و نه ناپدید می‌شود.

۳
فضیلت بودا

۱. بودا به واسطهٔ این پنج فضیلت مورد احترام جهان است: منش اعلا؛ نظر و اندیشهٔ اعلا؛ خرد کامل؛ قابلیت اعلا در تعلیم و ارشاد؛ و قدرت هدایت و واداشتن مردم به اجرای تعالیم خود.

بجز این کمالات، هشت فضیلت دیگر **بودا** را قادر می‌سازد که برکت و سعادت به مردم ارزانی دارد: قابلیت بهره وری آنی در این جهان از طریق اجرای تعالیم او، قابلّیت قضاوت صحیح میان نیك و بد، و میان درست و نادرست، قابلیت هدایت مردم به **معرفت** با تعلیم راه راست، قابلیت ارشاد همهٔ مردم به تساوی، قابلیت پرهیز از نخوت و بخود بالیدن، قابلیت عمل به گفته‌های خود، قابلیت سخن گفتن از کرده‌های خویش، و، با این کار، ایفای نذر و عهدهای قلب رئوفِ خود.

بودا، از راه ذکر و تفکر، روان خود را آرام و سلیم و تابان از نور

رحمت و شفقت و شادی، و حتی با وقار نگه می‌دارد. او به همهٔ مردم به یکسان می‌رسد، و آلایش اندیشه و روحشان را می‌زداید، و خوشبختی را در غایت نزهت و یکراهیِ جان ارمغانشان می‌دارد.

۲. **بودا** برای مردم این جهان هم پدر و هم مادر است. تا شانزده ماه پس از تولّد نوزاد، پدر و مادر باید به زبان نوزاد با او سخن گویند؛ آنگاه آنها به تدریج کودك را حرف زدن مردمان می‌آموزند. **بودا** نیز چون والدین زمینی، در آغاز از مردمان نگهداری می‌کند، سپس آنانرا می‌گذارد تا خود به سامان حالشان برسند. او ابتدا گذران امور را موافق خواست مردم می‌دارد و سپس آنان را به پناه امن و آسایش می‌آورد.

مردم مواعظ **بودا** را از زبان او در می‌یابند و سپس آنرا به سخن خود در می‌آورند، چنانکه پنداری این ارشاد صرفاً برای ایشان مراد بوده است.

تفکر **بودا**، ورای اندیشهٔ آدمی است. آنرا نمی‌توان به سخن توضیح داد؛ فقط در امثال و حکم اخلاقی، به آن اشاره توان داشت.

آب یك رودخانه با گذشتن اسبان و فیلان به هم می‌خورد و با حرکت ماهی‌ها و لاك پشت‌ها موج می‌یابد؛ اما رود، بی آلایش و آشوبی ازین حرکت‌ها، همچنان روان است. **بودا** چون این رود بزرگ است. تعالیم و اندیشه‌های دیگر بمانند ماهی‌ها و لاك‌پشت‌ها در این

رود هستند، که در ته آن شناورند و بیهوده خلاف جریان آب می‌روند. **دهرمای بودا** هم چنان زلال و آرام جاریست.

۳. **خرد بودا**، که به کمال است، از افراط و تفریطِ تعصّب بدور می‌ماند، و چنان اعتدالی نگاه می‌دارد که به هیچ سخن به وصف نیاید. **او** که همه خِرَد است، به اندیشه‌ها و احساس‌های مردمان آگاهی دارد و احوال همه چیز را در این جهان به لحظه‌ای در می‌یابد.

هم چنانکه ستاره‌های آسمـان در دل دریای آرام باز می‌تابند، اندیشه‌ها، احساس‌ها و احوال مردمان نیز در اعماق **خرد بودا** منعکس می‌شود. از اینجاست که **بودا** را **«ذات عارف کامل»** یا **«عالم مطلق»** و دانای هر راز خوانند.

خرد بودا بر مغزهای خشك مردم می‌تابد، روحشان را روشـن می‌سازد، و اعتبار این جهان، سبب‌ها و آثار آن، پدیدار گشتن‌ها و ناپدید شدن‌های آنرا به ایشان می‌آموزد. براستی که بی امدادِ **خرد بودا**، مردم را بر هیچ مظهری از جهان، درك و شناخت تواند بود؟

۴. **بودا** همیشه در هیأت **بودا** ظاهر نمی‌شود. **او** گاهی در پیکر شیطان به جهان می‌آیـد، گاه به نمـای یك زن، یك سگ، یك شاه، یا یك سیاستمدار می‌شود؛ گاه نیز **او** در فاحشه خانه، یا قمارخانه‌ای ظاهر می‌گردد.

بودا به هنگام بیماریِ همه گیر، چون طبیبی شفابخش ظاهر می‌شود و در وقت جنگ نیز پیام آور بردباری و رحمت برای مردمِ رنجور است. **بودا** به کسانی که اشیاء و امور را ثابت و باقی می‌دانند، حقیقتِ گذرا و بی اعتبار بودنِ جهان را می‌گوید؛ به آنانکه در بند غرور و خود پرستی‌اند، فروتنی و فداکاری می‌آموزد؛ و برای مردمی که در دام لذّات دنیوی گرفتارند، **بودا** راز جهان را فاش می‌سازد.

کار بودا آنست که جوهر پاكِ **دهرما ـ کایا** (یعنی ذات مطلق **بودا**) را، در همه چیز و در همه مناسبت‌ها متجلّی دارد؛ پس رحمت و شفقت **بودا** از سرچشمهٔ این **دهرما ـ کایا** در بسیط حیات و هستی بی پایان و فروغ بیکران می‌بارد، و بشر را رستگاری به ارمغان می‌آورد.

۵. جهان چون خانه‌ای که در آتش بسوزد، همواره در توالی ویرانی وبازسازی است. مردم، سرگشته از تاریکیِ جهل خود، روحیه‌هایشان را در اثر خشم، ناخشنودی، حسد، تعصّب و هوای نفس، می‌بازند. آنان چون نوزادانِ نیازمند مادرند؛ همه باید مستظهر به رحمت **بودا** باشند.

بودا بر همهٔ جهان پدر است؛ همهٔ نوع بشر فرزندانِ **بودا** می‌باشند. **بودا** قدسی‌ترین قدّیسان است. جهان در آتش فرتوتی و مرگ می‌سوزد، و محنت همه جا پیداست. امامردم، سرگرم جستجویِ نافرجامِ لذات دنیوی، چندان درایت ندارند که این معنی را تمام دریابند.

بودا عیان دید که این دنیایِ وهم و مجاز به واقع خانه‌ای آتش گرفته است، پس روی از آن برتافت و در آن جنگل خاموش پناه و امن یافت. **او** از آنجـا، و از سَرِ شفقت عظیم خود، ما را ندا می‌دهد: «این جهانِ دگرگونی و محنت از آنِ منست؛ این مردمان جاهل و غافل همه فرزندان منند؛ یگانه کسی که می‌تواند آنها را از خیال باطل و نکبت برهاند، منم.»

از آنجا که **بودا** پادشاه بزرگ قلمرو **دهرما** است، می‌تواند مردم را،آن چنانکه خواهد، ارشاد نماید. **بودا** به جهان ظاهر می‌شود تا بر مردم برکت آرد. **او** برای رهانیدن انسان‌ها از محنت، **دهرما** را به ایشان موعظه می‌کند، اما طمع راه گوش آنها را بسته است و نمی‌شنوند.

امّا آنانکه به تعالیـم **بودا** گوش فرا می‌دارنـد، از غفلت‌هـا و نکبت‌های زندگی فارغ‌اند. **بودا** گفت: «مردم را با تکیه بر خرد ایشان نتوان رهانید. آنان باید که از راه ایمانشان تعالیم مرا دریابند.» پس انسان باید که به تعلیم **بودا** گوش فرا دهد و آنرا بکار بندد.

دهرما

فصل اول

علّیت و تسبیب

۱

چهار حقیقت والا

۱. این جهان پُر از محنت است. محنت تولد، محنت پیری، محنت بیماری و محنت مرگ. دیدن کسی که از او نفرت داریم مرارت است، جدا شدن از یك عزیزمان اندوهناك است، عبث کوشیدن برای برآوردن نیازهایمان، دردی دیگرست. واقع آنکه زندگی، که از میل و هوس خالی نیست، همیشه با پریشانی آمیخته است. این معنی را اصل یا **حقیقتِ تألم** خوانند.

مایهٔ رنج آدمی را بی گمان در شوق وعطش‌های این تن خاکی و توهّمات و هواهای دنیوی می‌یابیم. اگر این عطش‌ها و توهمّـات را ردیابی کنیم، ریشه‌اش را در امیال شدید غرایز جسمانی خواهیم دید. پس، میل، که بنیادش بر شوق شدید به زیستن است، چیزی را می‌طلبد که مطلوب بداند، حتی اگر احیاناً همانا مرگ باشد. این معنی را اصل یا **حقیقتِ علت تألم** گویند.

هرگاه بتوان میل و هوس را که بنیاد همهٔ هواهای بشر است برکند، شور و هوای نفس می‌خشکد و همهٔ محنت‌های انسان پایـان

می‌یابد. این معنـی را اصل یا **حقیقتِ پایان تألّم** خوانند.

برای رسیدن به حالی که در آن تمنی و تألّمی نباشد، انسان باید **طریقت** خاصی را دنبال کند. مراحل این **طریقتِ هشت منزلتِ والا** عبارتند از: **بینش درست، اندیشهٔ درسـت، گفتـار درسـت، کردارِ درست، مُعاش درست، تلاش درست، حضور ذهنِ درست و تمرکز حواس درست**. این معنی را اصل یا **حقیقتِ طریقتِ والا برای رفعِ مایهٔ تألّم** خوانند.

مردم باید این **حقایق** رابه وضوح در خاطر نگهدارند، زیرا که جهان پُر از محنت است، و اگر کسی از رنج و درد گریز خواهد، باید که بندهای هوای نفس را که تنها مایهٔ محنت است، بگسلد. آن طریقت زندگی را که از هر محنت و هوای دنیوی آزادست، تنها به نور **معرفت** می‌توان شناخت، و **معرفت** را فقط از راه سلوكِ **طریقت هشت منزلت والا** توان دریافت.

۲. هر آنکه طالب **معرفت** باشد، باید **حقایق والای چهارگانـه** را دریابد. بی درك این معنی، آدمی تا به ابد در وادی پرپیچ و خم و گمراه‌کنندهٔ اوهام زندگی، سرگردان خواهد ماند. کسانی را که این چهـار حقیقت والا را بشناسند، «مردمی که دیـدهٔ **معرفـت** بیـن یافته‌انـد» می‌خوانند.

پس، آنانکه بخواهند تعالیم بودا را دنبال کنند باید ذهنشان را بر

این **حقایق والای چهارگانه** متمرکز سازند، و بکوشند تا معنای آنرا بروشنی بفهمند. در هر عصر و زمانی، یك انسانِ قدسی، اگر قدّیس واقعی باشد، کسی است که این معنـی را بشناسد و آنرا به دیگران بیاموزد.

هنگامی که انسان **حقایـق والای چهارگانـه** را به درستـی و روشنی فهمید، **طریقت هشت منزلت والا** او را از آز به دور خواهد داشت؛ و چون آدمی از بند طمع رها شد، با جهان ستیزه نخواهـد جست، موجود زنده را نخواهد کشت، دست به دزدی نخواهد آلود، زنا نخواهد کرد، دشنام نخواهد داد، گِردِ تقلّب و چاپلوسی و حَسَد نخواهـد گشت، خشم نخواهد آورد، گذرا و فانی بودن جهان را از یاد نخواهد برد و نیز بر کردار و گفتار ناحق نخواهد بود.

۳. پیروی کردن از **طریقت والا** بدان مانَد که چراغ به دست در اتاقی تاریك وارد شویم؛ پس تاریکی یکسره از میان می‌رود و اتاق را روشنائی فرا می‌گیرد.

مردمی که معنای **حقیقت‌های والا** را فهمیده، و سلوك در **طریقت والا** را آموختـه باشند، فروغِ خرد را با خود دارند که تاریکی جهل را می‌زداید.

بودا مردم را تنها با دلالت به **حقایق والای چهارگانـه** ارشاد می‌کند. کسانی که این معنی را درست بشناسند، معرفت را فرا خواهند

یافت. اینان خواهند توانست دیگران را در این دنیای گمراه کننده، راهنما و مددکار باشند؛ و هم اینان شایستهٔ اعتمادند. آنگاه که **چهار حقیقت والا** به وضوح شناخته شد مایه‌های هوای نفس همه از بین می‌رود، شاگردان بودا از پایگاه این **چهار حقیقت والا** به همه حقایق گرانبهای دیگر می‌رسند؛ آنها خِرَد و بصیرت درك همهٔ معانی را می‌یابند، و شایستهٔ آن می‌شوند که **دارما** را بر همهٔ مردم دنیا تبلیغ کنند.

۲

علیّت و تسبیب

۱. همهٔ تألّمات بشر را موجباتی است و نیز راه‌هایی باشد که بدان می‌توان این مایه‌ها را از بین بُرد؛ زیرا که هر چیز در جهان نتیجهٔ تقارن و تلاقی اسباب و شرایط بسیاری است، و با تغییر یا محو این موجبات و احوال ، پدیده‌های بار آمده از آن نیز از بین می‌رود.

باران می‌بارد، باد می‌وزد، درختان شکوفه می‌دهند، و برگ‌ها رشد می‌کنند و می‌ریزند. این پدیده‌ها همه با موجبات و احوالی مرتبط است، و از آنها پیدا می‌گردد، و با تغییر این اسباب و احوال، از بین می‌رود.

انسان به واسطهٔ والدین متولد می‌شود. تن او با تغذیه رشد می‌کند؛ و جان و روان او با تعلیم و تجربه،پرورش می‌یابد.

پس، روان و تن هر دو به احوالی وابسته‌اند و با دگرگون شدن

این موجبات تغییر می‌کنند.

همانگونه که یك تور، از ردیف‌های گره بر ریسمان درست می‌شود؛ همه چیز در این جهان به یك رشته گره‌ها انسجام می‌یابد. هر آنکه تصور کند که سوراخ‌های تور، چیزی مستقل و مجرّدند، در اشتباه است.

این بافته را از آن‌رو تور می‌خوانند که از یك رشته شبکه‌های بهم پیوسته ساخته شده است، و هر شبکه در ارتباط با دیگر شبکه‌های تور، جایی و مسؤولیتی خاصّ دارد.

۲. شکوفه‌ها از آن رو می‌شکفند که یك سلسله احوال وموجبات به شکفتن آنها می‌انجامد. برگ‌ها از درخت می‌ریزند، زیرا که یك رشته احوال و امور بدان می‌انجامد. شکوفه‌ها بخودی خود نمی‌شکفند، و یك برگ در غیر فصل خزان، به قوّهٔ خود از درخت نمی‌افتد. پس هر چیزی را آمدنی است و شدنی و رفتنی؛ هیچ چیز آزاد از تغییر و مستقل، نمی‌تواند بود.

قاعدهٔ ازلی و لایتغیّر این جهان آنست که هر چیزی به مایهٔ یك سلسله اسباب و احوال به وجود می‌آید، و همه چیز به همان مایه از میان می‌رود؛ همه چیز در تغییر است، و هیچ چیز ثابت و دایم نمی‌ماند.

۳

اصل و منشأ مرتبط

۱. سرچشمهٔ اندوه و ماتم و درد وعذاب بشر کجاست؟ نه اینکه منشأ

دردها را باید در این واقعیّت یافت که مردم عموماً در بند آز و هوا و هوسند؟

مردم به زندگی‌های همراه با ثروت و افتخار، راحتی و لذّت، هیجان و بی خیالی، دل می‌بندند، غافل از این حقیقت که همین هوس‌ها مایهٔ تألّم آدمی است.

جهان از همان آغاز انباشته از توالی آفات و بلاهایی فراتر و برتر از واقعیّت‌های گریزناپذیرِ بیماری و پیری و مرگ، بوده است.

امّا اگر انسان همهٔ حقایق را به دقت بررسی کند، ناگزیر مجاب می‌شود که عامل آرزو و اشتیاق در بنیاد همهٔ تألّمات نهفته است. اگر بتوان آز را از میان برد، محنت بشر به پایان خواهد رسید.

غفلت، به صورت طمع ظاهر می‌شود که روح بشر را پر می‌کند.

این حال ازین حقیقت برمی‌آید که مردمان علّت واقعی توالی و ترتّب چیزهارا نمی‌دانند.

از غفلت و طمع، همانا امیال ناهنجار نسبت به چیزهایی برمی‌آید که در حقیقت، حصول ناپذیرند، اما مردم، خستگی ناپذیر و کور ـ کورانه، در پی آنند.

مردم، از روی غفلت و طمع، تمایزات را در تصور می‌آورند، حال ـ

آنکه تبعیض و تمایزی در حقیقت وجود ندارد. امتیازوافتراقِ درست‌و غلط در مَنِشِ آدمی ذاتاً وجود ندارد؛ اما مردم، بر اثر جهل، چنین تمایزی را می‌پندارند، و دربارهٔ امور با تمیز راست و ناراست، قضاوت می‌نمایند.

مردم، همه به واسطهٔ جهلشان همواره غلط می‌اندیشند و همیشه از اصابتِ نظر دور می‌افتند و در بند سودجوئی و خودپرستی، در کردار به خطا می‌روند. در نتیجهٔ این همه، آنان اسیر یك وجودِ موهوم می‌شوند.

آنها با زمینه‌دادن به خودپرستی در کردارهایشان، با پاشیدن بذر تمایزگرایی در ذهن خود، با تیره و تار ساختنِ روحشان به جهل و با پروراندن آن به امیال سوزان، با آبیاری کردن آن از شوق خودپرستی، مایه و عنصر شر را به روحشان بار می‌کنند، و این همزاد باطل را با خود همراه می‌سازند.

۲. پس، در حقیقت، همانا روح خود آنهاست که مایهٔ خیال‌های باطل اندوه و ماتم و درد و عذاب است.

این دنیایِ اوهام، یك سره، چیزی نیست مگر سایه و پرده‌ای برآمده از ذهن. و باز از همین ذهن و اندیشه است که جهانِ معرفت پیدا می‌شود.

۳. سه نظر و اندیشهٔ نادرست درین جهان وجود دارد. با مقیّد بودن به

این نظرها، ناگزیر باید هر کار و همتّی را در جهان مردود شمرد.

نخست آنکه عده‌ای می‌گویند که تجربهٔ انسان همه مبتنـی بر تقدیر است؛ دوم آنکه بعضی معتقدند که هر چه هست آفریدهٔ **خدا** و در یَدِ اختیار **اوست**؛ سوم آنکه عده‌ای دیگر می‌گویند که همه چیز بنا به اتفاق روی می‌دهد، بی آنکه آنرا موجب یا زمینه‌ای باشد.

اگر همه چیز به تقدیر معیّن شده باشد، پس کردارهای خوب و اعمالِ بد هر دو از پیش مقدّر است، خوشبختی و بدبختی از ازل به حُکم قضا نوشته شده است. هیچ چیزی وجود نمی‌یافت جز آنچه که از پیش مقدر بود. در این حال همهٔ تدابیر بشر برای تعالی و ترقّی عبث می‌بود و آدمی را جای امیدی نمی‌ماند.

همین معنی دربارهٔ دو نظر دیگر نیز صادق است؛ زیرا که اگر هر چیـز سرانجام در یَدِ اختیارِ **خدائی** ادراك ناشدنی باشد یا از روی اتفاقِ بی تمیز و بصری واقع شود، آدمی را جز تسلیم و رضا چه چاره است؟ شگفت نیست اگر کسانی که این نظریه‌ها را باور دارند،امید از دست بدهند و از تلاش و تکاپو برای رفتار کردن از روی خرد و دوری جستن از بدی، فروگزار نمایند.

در واقع این سه تصوّر یا نظریه، همه خطاست؛ هر چیزی همانا توالی تجلّیاتی مـی‌باشد که مایهٔ آن تجمّع و تقارنِ موجبات و احوال است.

فصل دوّم

فرضیهٔ اصالت فکر و حقیقت اشیاء

۱

فانی بودن و قایم به ذات نبودن

۱. هر چند که تن و اندیشه، هر دو بر اثر اسباب و علل مساعد تظاهر می‌یابند، اما نمی‌توان نتیجه گرفت که وجودی قایم به ذات در میان است. از آنجا که تن آدمی ترکیبی از عناصر است، پس از بین رفتنی است.

اگر تن ما قائم به ذات می‌بود، می‌توانست بنا به اراده، هر کاری را انجام دهد.

یك سلطان، قدرت تمجید یا تنبیه را به دلخواه دارد؛ اما برخلاف قصد یا تمایلش بیمار می‌شود، ناخواسته به سنّ پیری می‌رسد، و مال و خواستهٔ او و آرزوهایش اغلب تأثیر چندانی در یکدیگر ندارند.

اندیشه نیز وجود قایم به ذات نیست. اندیشهٔ آدمی ساخته از تجمّع اسباب و اوضاع است. این اندیشه دستخوش دگرگونی مدام می‌باشد.

اگر اندیشه قایم به ذات بود، می‌توانست به انتخاب خود عمل کند؛ اما بسیار باشد که فکر از آنچه که درست می‌داند، پَر می‌کشد و

بی خواست و اختیار از پیِ ناصواب می‌رود. با این همه، چنین پیداست که هیچ چیز کاملاً به دلخواه او واقع نمی‌شود.

۲. هرگاه از کسی بپرسند که آیا تن آدمی فانی است یا باقی، ناگزیر پاسخ خواهد داد: «فانی.»

اگر از کسی پرسیده شود که وجود فانی همانا محنت است یا خوشی، کلاً پاسخ خواهد داد: «محنت.»

اگر کسی معتقد باشد که چیزی چنین ناپایدار، این سان تغییرپذیر و سراسر محنت، همانا وجودِ قائِم به ذات است، سخت در اشتباه می‌باشد.

روح بشر نیز فانی و متألم است؛ آنرا چیزی نیست که بتوان وجود قائم به ذات خواند.

تن و اندیشهٔ حقیقی ما، که زندگی فردی را می‌سازند، و جهانِ بیرونِ پیرامونِ آن، از مفاهیم «منی» و «مرا» بس دورند.

به تعبیر ساده، همانا اندیشهٔ تیره شده از امیالِ ناهنجار، و بیگانه از خود است که لجوجانه در پندارِ «ما و منی» و «مرا است» اصرار دارد.

از آنجا که تن و محیط پیرامون آن از موجبات و احوال مؤتلفه

پدید می‌آیند، پس پیوسته در تغییرند، و این تحول هرگز به انتها نتواند رسید.

روح بشر، در تغییرات پایان ناپذیرش، به آب روان رودخانه، یا شعلهٔ سوزان یك شمع می‌ماند؛ او چون میمونی همواره به هر طرف می‌جهد، و لحظه‌ای نیز آرام نمی‌ماند.

مرد صاحب خرد، به دیدن یا شنیدنِ این حال، اگر که طالب معرفت است، باید که از هرگونه تعلّقی به تن یا روح، بگسلد.

۳. پنج کار است که انجامش در توانِ هیچ کس درین جهان نیست: نخست، جلو گرفتن از گذر عمـر، به هنگامی که آدمی پیر می‌شود؛ دوم، باز داشتن بیماری؛ سوم، جلو گرفتن از مرگ؛ چهارم، انکار محو شعله و شراره به هنگامی که آتش می‌میرد؛ پنجم، انکار حقیقت تحلیل و زوال.

مردم عادی دنیا همه دیر یا زود به این حقایق می‌رسند، و بیشترِ مردم در برخورد با آنها محنت می‌یابند. اما آنان که تعالیـم بودا را دریافته‌اند، رنج نمی‌برند، زیرا می‌دانند که این چیزها اجتناب ناپذیرند.

چهار حقیقت درین جهان وجود دارد؛ اول، همه موجودات زنده از جهل برمی‌آیند. دوم؛ همهٔ خواستنی‌ها ناپایدار و بی اعتبار و محنت بارند، سوم؛ هر آنچه در جهان است نیز ناپایدار و بی اعتبار و رنج

آورست، چهارم؛ چیزی نیست که آنرا بتوان «قائم به ذات» خواند؛ و نیز در همهٔ جهان چیزی به مصداق «مرا است» وجود ندارد.

واقعیت‌های ناپایدار بودن و گذرا و غیرقائم به ذات بودن همه چیز، ارتباطی با حقیقت تجلی نمودن یا ننمودن **بودا** دریـن جهـان ندارد. این‌ها واقعیاتی مسلّم است؛ **بودا** بدان علم دارد و، از این رو، **دهرما** را به همهٔ مردم موعظه می‌کند.

۲
فرضیّهٔ اصالت فکر

۱. وهم و **معرفت** هر دو از فکر و روح سرچشمه می‌گیرند، و هر ذات یا پدیده‌ای از کُنش‌های فکر برمی‌آید، همانگونه که چیزهای جوراجور از آستین یك شعبده باز بیرون آید.

کنش‌های اندیشه را حدّی نیست؛ این کنش‌ها محیط زندگی را می‌سازد. یك روح ناخالص، خود را در ناخالصی‌ها محاط می‌کند و یك اندیشهٔ ناب، محیط و فضایی صافی می‌سازد؛ از ایـن رو محیط را گسترشی فراتر از اعمال اندیشه نیست.

همچنانکه تصویری به قلم یك هنرمند ترسیم می‌شود، محیط نیز با فعالیت‌های فکر بوجود می‌آید. محیط ساخته شده بوسیلهٔ **بودا** پاك و بی آلایش است، اما محیط‌های ساختهٔ مردم عادی، چنین نیست.

یك تصویر ساده را، جزئیات و دقایق بی نهایت تواند بود. بدین سان نیز فکر آدمی محیط زیست خود را پر می‌کند. چیزی در جهان نیست که آفریدهٔ فکر نباشد.

بودا، به هر آنچه که ساخته و پرداختهٔ این روح فناپذیرست، شناختی درست دارد. از این رو کسانی که این معنی را بدانند، حقیقت **بودا** را توانند دید.

۲. اما این فکر که محیط، خود را می‌آفریند هرگز از یادها، بیم‌ها یا سوك و زاری‌ها آزاد نیست، و این عارضه‌ها که از جهل و طمع برخاسته‌اند، نه فقط بر گذشته‌ها بلکه در حال و آیندهٔ فکر هم اثر دارند.

دنیای اوهام از غفلت و طمع پدید می‌آید، و مجموعهٔ وسیعِ موجبات و احوال مؤتلفه، همه در روح جاذبه دارند، و نه در جائی دیگر.

زندگی و مرگ، هر دو از روح برمی‌آیند و در فکر مکان دارند. پس چون فکری که مأوی و ملازم زندگی و مرگ است در گذَرَد، دنیای حیات و موت نیز با آن از بین می‌رود.

یك زندگی بی بهره از نور معرفت، از فکری بر می‌آید که در دنیای خیال و وهم خـود به گمراهی گرفتار آمده است. هرگاه دریابیم که دنیای فریب و فسونی بیرون از فکرمان وجـود ندارد، ایـن ذهـن آشفتـه، سامان و صفا می‌یابد؛ و چون دیگر محیـط آلوده نمی‌سازیم، به **معرفت** نائل خواهیم شد.

بدین سان دنیای زندگی و مرگ، از فکر خلق می‌شود، در بند فکر و در فرمان فکر می‌باشد؛ ذهن و روح بر هر وضع و حالی حاکم است. دنیای مرارت از این فکر سرگشتهٔ فانی پدید می‌آید.

۳. پس همه چیز در اصل به وسیلهٔ ذهن مهار و هدایت می‌شود، و از ذهن پیدا می‌آید. چونانکه چرخها دنباله روی آن چارپایند که ارّابه را می‌کشد، محنت نیز همراه و انباز کسی است که گفتار وکردارش به مایهٔ روحِ ناخالص باشد.

اما اگر سخن و رفتار آدمی از اندیشهٔ خوب برآید، سعادت، او را چون سایه‌اش دنبال خواهد کرد. آنان که تبه کاری کنند، به این فکر در می‌افتند که: «خطا کرده‌ام،» و خاطرهٔ این کار بد بر جای می‌ماند و کیفر محتوم را در عمر و زندگی آینده‌شان فرا می‌آورد. اما آنها که رفتارشان به انگیزه‌های خیر باشد، این اندیشه شادشان می‌دارد که: «کار خوب کردم،» و با این یاد که آن کار نیك روزگار و حیات بعدی آنان را سعادت مدام خواهد داد، خوشحال‌تر می‌شوند.

ناخالصی روح موجب می‌شود که پای انسان در گذرگاه ناهموار بلغزد. زمینخوردن و رنجه شدن بسیار خواهد بود. اما با روح پاك، راه هموار و سفر آسوده خواهد بود.

آن کس که پاکی تن و صفای روح را خواهد، طریقت **بوداگری** را در پیش می‌گیرد، و بند خودپرستی، اندیشه‌های ناسره و امیال شیطانی را پاره می‌کند. آنکس را که روح آرام داشته باشد، صلح و صفا فرا آید، و درین حال می‌تواند هر روز و پیوسته در پرورش روح خود بیشتر بکوشد.

۳
واقعیت اشیاء

۱. از آنجا که همه چیز در این دنیا به موجبات و احوالی پدید می‌آید، پس تمایز بنیادی میان اشیاء نمی‌تواند بود. تصور تمایزات ظاهری اشیاء همانا ساخته و پرداختهٔ اذهان تباه و تفرقه پندار مردم است.

در آسمان تمایزی میان شرق و غرب نیست، مردم این تمایز را در فکر و ذهن خود می‌سازند، و سپس آنرا حقیقی می‌پندارند.

اعداد ریاضی از یك تا بینهایت همه ماهیت تام دارند و هر یك به ذات خود، متضمّن امتیاز کمّی نمی‌باشند؛ اما مردم تمایز عددی را از روی مصلحت ابداع می‌کنند، تا مقادیر متفاوت را بدان مشخصّ نمایند.

میان گذر زندگی و جریان فنا نیز، در ذات امر هیچ گونه افتراقی نیست؛ مردم چنین تمایزی را در ذهن می‌سازنـد، و یکی را تولّـد و دیگری را مرگ می‌نامند. درست و غلط را نیز در عمل امتیازی نیست، بلکه مردم به مصلحت خود خوب را از بد ممتاز می‌سازند.

بودا از این تفریق‌ها و تمایزها برکنار می‌مانَد و به دنیا چنان می‌نگرد که به ابری گذرا. در نظر **بودا** قاطع دانستن هر چیزی، همانا تصور و خیال است؛ او می‌داند که هر آنچه که در حیطهٔ دریافت و طرد ذهن باشد خیالی بی‌اساس است؛ بدین سان **او** از دام‌های تصورات و فکر تفرقه پندار در می‌گذرد.

۲. مردم به اقتضای راحت و مصلحتِ تصوری خود، به چیزها تعلق خاطر پیدا می‌کنند؛ به ثروت و مال و جاه و جلال دل می‌بندند؛ نومیدانه به زندگی فانی در می‌آویزند.

مردم به گمان خود میان وجود و عدم، خوب و بد، دُرست و غلط تمایز می‌نهند. زندگی در نظر آنان توالی دستاوردها و تعلق‌ها است، و سپس، در نتیجهٔ این پندار، باید که وهمِ درد و خیال محنت را نیز بر خود هموار کنند.

روزگاری مردی در راه سفری دور و دراز به رودخانه‌ای رسید. او

با خود گفت: «راه رفتن در این سوی رود بسیار دشوار و خطرناکست، و کنارهٔ دیگر راحت‌تر و مطئن‌تر بنظر می‌آید؛ امّا چطور از آب بگذرم؟» پس با شاخهٔ درخت و نی‌های بیشه، قایقی ساخت و بسلامت از رود گذشت. او آنگاه با خود اندیشید: «این قایق برای گذشتن از آب، خیلی بکارم آمد؛ آنرا رها نکنم تا در کنار رودخانه بپوسد؛ همراهم خواهم برد.» و چنین بود که او به اختیار خود زحمتی بیهوده بر خویش هموار داشت. آیا می‌توان این مرد را خردمند خواند؟

این داستان می‌آموزد که حتی یك چیز خوب را، چونکه بار و زحمتی بیهوده شود، باید به دور انداخت؛ این حکم البته در مورد چیز بد بیشتر مصداق دارد. **بودا** پرهیز از مباحثات و درگیری‌های بی فایده و نالازم را قاعدهٔ زندگی خود قرار داد.

۳. چیزها را آمدن و شدن در کار نیست؛ پیدا و ناپیدا شدنی نیز در آنها نباشد؛ پس انسان چیزی را از دست نمی‌دهد و چیزی را نمی‌یابد.

بودا ما را می‌آموزد که پیدایی و ناپدیدی در چیزها نباشد، زیرا که اشیاء و امور ورای اثبات وجود یا انکار عدم است. به بیان دیگر، هر چیزی همانا توافق وتوالی موجبات و احوال است، و چیزی بخودی خود موجود نباشد؛ پس می‌توان گفت که آن معدوم است. در عین حال، چون آن چیز بستگیِ نسبی به موجبات و احوال دارد، می‌توان گفت که

معدوم نیست.

قائل شدن به چیزی به دلیل هیأت آن، مایهٔ شبهه است. اگر هیأت اشیاء به‌اصالت گرفته نشود، این تصوّر کاذب و خیال باطل پیدا نمی‌آید. **معرفت** همانا دیدن این حقیقت و آزاد بودن از چنین توهّم نابخردانه است.

راستی که جهان به رؤیا می‌ماند، و خزاین دنیا سرابی فریبنده است. اشیاء، چون مسافت و بعدی که در تصویرو پردهٔ نقاشی به چشم می‌آید، بخودی خود حقیقی ندارند، بلکه چون موجِ هُرم هوای سوزان بی‌ذاتند.

۴. اعتقاد به اینکه اشیاءِ پیدا شده از یك سلسله موجباتِ غیرقابل محاسبه، ابدی و باقی توانند بود، اشتباهی است فاحش، که آنرا «نظریهٔ ابدی بودن چیزها» می‌خوانند؛ اما این عقیده که چیزها یکسره از بین می‌روند نیز به همان اندازه خطاست، و این باور را «نظریهٔ عدم» خوانند.

این مراتب و مباحث زندگی ابدی ومرگ، و جود و عدم، بر طبیعتِ ذاتی اشیاء مصداق ندارد، بلکه تنها بر تجلیات آنها، چنانکه به دیدهٔ آلودهٔ مردم می‌آید، وارد است. مردم، به هوای امیال بشری، دلبسته و شیفتهٔ این جلوه‌ها می‌شوند؛ اما اشیاء در طبیعت ذاتی خود، از چنین تمایزات و تعلقات یکسره آزاداند.

چون همه چیز بواسطهٔ یك رشته موجبات و احوال وجود پیدا می‌کند، ظواهر اشیاء پیوسته در تغییر است؛ یعنی چیزها را قوام و اعتباری، آنچنانکه برای ذات و ماهیت اصیل باید باشد، نیست. برای همین تغییر دایم در نمود و تجلّی اشیاء است که چیزها را به سراب و رؤیا مانند می‌کنیم. اما اشیاء، باهمهٔ این دگرگونیِ پیوسته در نما و نمود، در طبیعت معنوی ذاتی خود، قائم و تغییر ناپذیرند.

یك رودخانه در چشم انسان همان رودخانه می‌نماید، اما در نظر دیوی گرسنه، که نقش آتش را در آب می‌بیند، باشد که رود چون آتش نماید. پس سخن گفتن با مردمان دربارهٔ یك رودخانه محملی دارد، اما این سخن با آن دیو، معنی نخواهد داشت.

به همین قیاس می‌توان گفت که اشیاء به مانند وهم و خیالند، می‌توان گفت که آنها نه موجودند و نه معدوم.

هم چنین، این حیات فانی را به منزلهٔ زندگی باقی گرفتن، خطاست. با این همه، نمی‌توان گفت که دنیای دیگری از ابدیّت و حقیقت، سوای این جهان تبدّل و صورت، وجود دارد. این جهان را دنیای موقت شمردن، یا یك جهان واقعی انگاشتن، هر دو خطاست.

امّا مردم غافل دنیا، این سرای سپنج رادنیای واقعی می‌پندارند و بنای کار خود را بر این پندار باطل می‌گذارند. امّا از آنجا که این

جهان جز وهم و خیال نیست، کارهای آنان، که بر پایهٔ خطاست، همه زیان و محنت برایشان می‌آورد.

یك مرد خردمند، با درك این معنی که جهان جز وهم و خیالی نیست، کار را بر پندار واقعی بودن آن نمی‌نهد، و با این اندیشه از رنج و محنت می‌رَهَد.

۴
راهِ اعتدال

۱. آنها که طریقت سِیر به‌معرفت را برمی‌گزینند، باید که از دو زیاده‌روی به دقت بپرهیزند. یك حال، همانا رها کردن عنان امیال جسمانی و افراط در آنست. حال دیگر که تفریط و نقطهٔ مقابل منش نخستین می‌باشد، حال کسی است که بخواهد انکار و ترك این دنیا کند و در ریاضت بردن به افراط برود و تن و جان خود را بی موجبی بفرساید و مشقّت دهد.

طریقت والا را، که ورای این دو زیاده کاریست و به **معرفت** و خرد و آرامش خاطر می‌انجامد، می‌توان **راه اعتدال** خواند. این **راه اعتدال** چیست؟ این طریقت همانا **هشت منزلت والا**ست که عبارتند از: بینش درست، اندیشهٔ درست، گفتار درست، کردار درست، معاش درست، تلاش درست، حضور ذهن درست، و تمرکز حواس درست.

چنانکه بیان شد، پیدایی یا محو هر چیز بواسطهٔ یك سلسله موجباتِ بی انتهاست. غافلان، زندگی دنیا را به منزلهٔ وجود یا عدم می‌انگارند؛ امّا دل آگاهان فراتر از وجود و عدم چیزی را می‌بینند که ورای هستی و نیستی است؛ این بینش از نظرگاهِ **راه اعتدال** می‌باشد.

۲. کُندهٔ درختی را که در رودی شناور باشد در نظر آورید. اگر این کنده به کناره نیفتد یا در آب فرو نرود یا کسی آنرا از آب نگیرد، سرانجام به دریا خواهد رسید. زندگی نیز مانند این کندهٔ درخت در جریان رودی پهناور افتاده است. اگر آدمی در زندگی تسلیم هویٰ نشود، یا با فرو گزاردنِ کارِ دنیا به عذاب نفس گرفتار نیاید، مغرور فضایل خود، یا دلبستهٔ تبه کاری‌هایش نشود؛ اگر او در جستجوی معرفت، تسلیم توهم نگردد و هم از آن بیم نیاورد، چنین کسی پویندهٔ **راه اعتدال** است.

کار مهم در پیمودن طریقت معرفت، همانا پرهیز از گرفتار-آمدن و درگیر ماندن درهرگونه زیاده کاری و افراط و تفریط است؛ یعنی که باید همیشه به **راه اعتدال** رفت.

با علم به اینکه اشیاء نه موجودند و نه معدوم، با بیاد داشتن طبیعت رؤیا مانند هر چیز، انسان باید از دامِ بخود بالیدن یا خودستائی برای کارهای خویش، یا گرفتار و در بند شدن به هر چیز دیگر، دوری جوید.

اگر آدمی نخواهد که به سیل امیال خود گرفتار آید، باید از همان آغاز بیاموزد که بر چیزها نظر ننهد، مبادا که بدانها خو کند و دل بندد. انسان نباید که به هستی و نیستی، به هر چیزی در درون و بیرون، به چیزهای خوب یا بد، یا به درست و نادرست، دلبسته شود.

از همان لحظه که آدمی به چیزها دل بست، زندگی وهم و هویٰ آغاز می‌شود. آن که پویندهٔ **طریقت والای معرفت** باشد، نه افسوس و دریغ گذشته‌ها را نگاه می‌دارد و نه به امید و انتظارهای آینده دلخوش می‌شود، بلکه با اندیشه‌ای معتدل و سلیم با پیش‌آمدها روبرو می‌گردد.

۳. **معرفت** را هیأت یا طبیعت خاصی نیست، تا خود را بدان جلوه تواند داد؛ پس در نفس **معرفت** چیزی که فروغ تجلّی یا تعرف بخواهد تا بدرخشد، نیست.

هستیِ معرفت تنها به واسطهٔ شبهه و جهل است؛ با رفع این حال‌ها، **معرفت** نیز محو می‌شود. عکس این معنی نیز صادق است: وجود شبهه و جهل بواسطهٔ **معرفت** است؛ و آنجا که **معرفت** به نهایت می‌رسد، خیال باطل و غفلت نیز پایان می‌یابد.

پس، هشدار که معرفت را نیز «چیزی» که باید بدان چنگ انداخت نپنداری؛ زیرا باشد که آن نیز سدی و حجابی گردد. چون اندیشه‌ای از ظلمت جهل آزاد و به نور **معرفت** روشن گردد، خود از

میان برود، و با مرگ این اندیشه، چیزی‌هم که آنرا **معرفت** خوانیم، در-گذرد.

تا آن هنگام که مردم **معرفت** را خواهانند و بر آن نظر نهاده‌اند، حال چنان است که وهم و پندار هنوز در جانشان است؛ پس سالکان راه **معرفت** باید که به آن نیاویزند، و چون بدان رسند بایدکه در آن نیارامند.

چون **مردمان** معرفت را به‌این معنی دریافتند، برای آنان هر چیز، چنانکه هست، همان **معرفت** است؛ پس مردم باید که در طریق **معرفت** استوار باشند تا در ذهن‌هایشان شور و هواهای دنیوی با **معرفت** وحدت یابد، هم چنانکه این‌ها در اصل نیز یکی هستند.

۴. مفهوم وحدتِ عالم هستی ، که به اعتبار آن اشیاء در طبیعت ذاتی مشخصات ممیّزه ندارند، «**سوُنیـاتا**» خوانده می‌شود. **سونیاتا** به معنی بی هویّتی، نیافریده، فاقد طبیعت ذاتی، و عدم ثنویّت و کثرت می‌باشد. این حال از آنست که اشیاء به نفس خود هیأت یا مشخصاتی نـدارند که بتوان از آفریده شدن یا از بین رفتن آنها صحبت داشت. در طبیعتِ ذاتی اشیاء چیزی نیست که بشود آنرا به اعتبـار تمایـزات توصیف نمود؛ ازینجاست که اشیاء را غیرذاتی می‌خوانند.

چنانکه اشاره شد، همهٔ اشیاء بواسطهٔ موجبات و احوالی پیدا و

ناپدید می‌شوند. هیچ چیز به استقلال محض وجود نمی‌یابد؛ هر چیزی مرتبط با همهٔ چیزهای دیگر است.

هر جا که روشنائی باشد، سایه نیز هست؛ هر جا که بلندی در کار باشد، کوتاهی هم مصداق می‌یابد؛ هر جا سپیدی باشد، سیاهی است. بر این قیاس، چون طبیعت ذاتی اشیاء بطور مجرد وجود نمی‌تواند داشت، آنها را غیر ذاتی خوانند.

به همین استدلال، معرفت نمی‌تواند مجرّد از جهل وجود داشته باشد، ونه جهل جدا از معرفت تواند بود. از آنجا که اشیاء در طبیعت ذاتی خود تمایز ندارند، ثنویتی نمی‌تواند وجود داشته باشد.

۵. مردم، بنا به عادت، حیات خود را مرتبط با تولد و مرگ می‌پندارند، امّا چنین مفاهیمی در عالم واقع وجود ندارند.

هرگاه که مردم بتوانند این حقیقت را دریابند، حقیقتِ عدم ثنویّت تولد و مرگ را شناخته‌اند.

به علّت مجذوب شدن به پندار قائم به ذات بودن وجود است که مردم در بند عقیدهٔ به مالکیت می‌شوند؛ اما از آنجا که چیزی به معنای «قائم به ذات» وجود ندارد، چیزی به مفهوم متعلّقات نیز وجود نمی‌تواند داشت. هر آینه مردم قادر به درك این حقیقت شوند، حقیقت «عدم ثنویت» را نیز در خواهند یافت.

مردم امتیاز نهادنِ خلوص از ناپاکی را می‌پسندند؛ اما چنین امتیازی در طبیعت اشیاء وجود ندارد، جز آنکه ساخته و پرداختهٔ تصوّرات کاذب و باطل ذهن ایشانست.

به همین قیاس، مردم میان خوب و بد فرق می‌گذارند، اما خوب و بد جدا از یکدیگر نباشند. سالکانِ طریقتِ **معرفت**، چنین ثنویّتی را قائل نباشند، و بر این قرار نه خوب را تحسین و نه بد را تکذّیب نمایند، و نه آنکه خوبی را خوار شمارند، یا بر بدی چشم ببندند.

مردم به طبع از تیره‌بختی بیمناکند، و نیك‌بختی را آرزو دارند؛ اما اگر این تمایز را خوب بررسی کنیم، می‌بینیم که آنچه را که نحس انگاشته‌ایم، سعد از کار در می‌آید و آنچه خوشبختی می‌نمود، بدبختی می‌باشد. مرد خردمند خود را می‌آموزد که احوال متغیّر دنیا را با روحیه‌ای معتدل بنگرد؛ نه از موفقیت مغرور و نه از شکست نومید شود. در اینحال انسان حقیقت عدم ثنویّت را دریافته است.

بنابراین، از همهٔ واژه‌هایی که به معنای روابط ثنویّت است ـ مانند هستی و نیستی، شُبهات دنیوی و علم‌الیقین، پاکی و ناخالصی، خوب و بد ـ هیچیك ازین کلمات متضاد، در تصور آدمی به اعتبار روح حقیقی آنها شناخته و بیان نمی‌شوند. آنگاه که مردم از این گونه واژه‌ها و از احساساتِ القائیِ آن به دور بمانند، حقیقت جهانیِ **سوُنیاتا** را دریافته‌اند.

۶. درست همانگونه که گُل پاك و خوشبوی نیلوفر در گِل و لایِ باتلاق می‌روید، نه در خاك و برگ تر و تازهٔ یك گلدشت، **معرفتِ** پاك **بوداگری** نیز از زمینهٔ آلایش هواهای دنیوی سر می‌زند. **بوداگری**، شاید که، حتی از دانه و بذر عقاید ضالّهٔ رافضیان و بدعت‌گذاران، و شبهه و خیالِ باطل هواهای نفسانی بروید.

افسانه‌ای آورده‌اند از مردی گوشه‌نشین، که شوقی چنان عظیم به یافتن طریقتِ حق داشت که بر کوهی از انبوه شمشیر بالا رفت و خود را در دلِ آتش افکند، اما این همه را به مایهٔ اشتیاق تاب آورد. آن کس که مشتاقِ رویارویی با خطرهای این راه باشد، بر کوهستان‌های نیزه نشاندهٔ خودپرستی و در کام آتش تنفر، نسیم خنکی را وزان خواهد یافت و سرانجام، به این معنی خواهد رسید که خودپرستی و هواهای نفس که با آن ستیزیده و زخم دیده، همانا عین **معرفت** است.

اگر صیادِ مروارید بخواهد کامیاب از غوّاصی باز آید، باید که تا تَهِ دریا فرو شود، و خطرهای تیزی مرجان‌ها و تیزدندانی کوسه‌های درنده را همه به جان بخرد. هم‌چنین اگر انسان بخواهد مروارید گرانبهای معرفت را در زندگی بیابد، باید که با مخاطره‌های هوای نفس روبرو شود. او پیش از آنکه شوق به یافتن راه **معرفت** در درونش بیدار گردد، باید که نخست در دلِ پرتگاه‌های مهیبِ غرور و خودپرستی گم شود.

۷. تعلیم **بودا** ما را از تفرقه انگاری و تصور وجود دو نظرِ متعارض به

عدم ثنویت هدایت می‌کند. این خطاست که مردم در پیِ چیزی به تصوّر خوب و درست شوند، و از چیزی دیگر که بد و شرّ به نظر می‌آید، بگریزند.

ابرام بر این نظر که هر چیزی تهی و گذراست، همانقدر اشتباه می‌باشد که اصرار مردم بر اینکه همهٔ اشیاء واقعی و تغییرناپذیرند. دل بستن به نفس و خودپرستی خطاست، زیرا که این تعلّق انسان را از رنج یا نامرادی ایمن نتواند داشت. این تصوّرِ آدمی نیز که وجودی قائم به ذات نباشد، اشتباه است و، با این فرض، سیر و سلوك **طریقِ حقیقت** بی‌فایده خواهد بود. اگر مردم را اعتقاد آن باشد که چیزی جز رنج و درد نیست، تصوّرشان خطاست؛ و اگر بپندارند که همه چیز، همانا نیك‌بختی است، این نیز اشتباهست. **بودا راهِ اعتدال** را می‌آموزد که ورایِ این پندارهای تفرقه‌نگر است، و در آن کثرت به وحدت می‌رسد.

فصل سوّم

جانِ بودایی

۱
صفای اندیشه

۱. طبع و روحیهٔ آدمیان، انواع و درجات بسیار دارد؛ مردم بعضی خردمندند، بعضی نادان، بعضی خوش‌ذات، بعضی بدخُلق، بعضی رهنمودپذیر، و بعضی دیگر را هدایت دشوار، بعضی صاحب فکر و دلِ صافی، و بعضی را اندیشه و دل پرآلایش؛ اما این تفاوت‌ها در منزلتِ حصول **معرفت**، چشم پوشیدنی است. جهان چون استخر پُر نیلوفریست، پوشیده از انواع این گل، و در آن بسی الوانِ گونه‌گونِ نیلوفر به چشم می‌خورد. این گل‌ها بعضی سفیدند، بعضی صورتی، بعضی آبی، بعضی زرد؛ بعضی بوته‌ها زیرِ آب می‌رویند و بعضی روی آب شاخ و برگ می‌گسترند، بعضی دیگر نیز برگ‌هایشان به بالای آب سر می‌کشد. آدمیان را تفاوت‌ها بسی بیشتر است. تفاوت جنس در میان آنهاست، اما این فرق اساسی نیست، زیرا که به مایهٔ تعلیم درست، زن و مرد هر دو به **معرفت** نایل خواهند شد.

تربیت‌کنندهٔ فیل، باید واجد پنج خصوصیت باشد؛ سلامت کافی، اعتماد بنفس، کوشایی، صداقت و عزم، و خرد. برایِ طی کردنِ **طریقتِ والایِ بودا** و رسیدن به سرمنزلِ **معرفت**، آدمی باید همین پنج

خصیصهٔ نیکو را داشته باشد. آن کس که به این خصال آراسته است، زن یا مرد، باشد که به **معرفت** نائل شود. فرا گرفتنِ تعلیم و سخنِ **بودا** نیاز به زمانِ دراز ندارد، زیرا که همهٔ آدمیان را سرشتی است آمیخته با تمایلی برایِ **معرفت**.

۲. مردم در سیر و سوك راه **معرفت**، **بودا** را به چشم خود می‌بینند و **بودا** را به اندیشهٔ خود باور می‌دارند. چشمی که **بودا** را می‌بیند و فکری که به **بودا** عقیده می‌یابد، همان چشم و فکریست که تا به آن روز در دنیای تولد و مرگ، سرگردان بود.

اگر پادشاهی را فتنهٔ راهزنان در مُلك برخیزد، باید نخست قرارگاهشان را بشناسد، تا بتواند بر آنان بتازد. هم‌چنین چون کسی در بند هواهای دنیوی افتد، باید نخست اصل و مایهٔ گرفتاری را بیابد.

چون آدمی در درون خانه‌ای چشم بگرداند، نخست اندرون اتاق را خواهد دید و سپس نگاهش به منظرهٔ بیرون پنجره خواهد افتاد. هم‌چنین چشم ما نمی‌تواند اشیاءِ خارجی را ببیند، مگر آنکه ابتدا چیزهای درون اتاق را دریافته باشد.

اگر اندیشه‌ای در سر آدمی است، باید که آن نخست چیزهای درون تن را بشناسد؛ اما مردم بر روی هم دلبستهٔ اشیاء بیرونی‌اند و به

چیزهای درون خود به ظاهر کمتر آگاهی یا توجّه دارند.

اگر اندیشه در بیرونِ تن جای داشته باشد، باید که ارتباط با نیازهای بدن را نگه دارد. اما در واقع آنچه را که اندیشه می‌داند، تن احساس می‌کند و اندیشه نیز از احساسی که تن دارد آگاهست. بنابراین نمی‌توان گفت که اندیشهٔ آدمی بیرون از تن است. پس هسته و ذات اندیشه در کجا جای دارد؟

۳. از گذشته‌های ناشناخته تا به امروز، مردم در قید کردارهای خود، و به فریب دو تصور غلط بنیادی، سرگشتهٔ جهل و بی‌خبری بوده‌اند.

نخست اینکه آنان باور داشته‌اند که ذهن تفرقه‌پندار، که بنیاد این زندگی مَجازِ تولد و مرگ است، جانِ واقعیِ آنهاست؛ وتصور دیگر اینکه نمی‌دانستند که، در پردهٔ استتار این ذهن تمایزاندیش، آنها را جانی صافی از **معرفت** است، که طبیعت و سرشت واقعی آنان می‌باشد.

هنگامی که کسی مشت را گره می‌کند و دستش را بالا می‌برد، چشم‌ها این حرکت را می‌بیند، و ذهن آنرا تمیز می‌دهد، اما این ذهن تمایزنهنده، نه آن اندیشه و جان حقیقی است.

ذهنِ ممیّزه صرفاً اندیشه‌ایست برای تمیزِ تفاوت‌های تصوّری، که از حرص و آز و دیگر هواهای نفسانی بار آمده است. ذهن ممیّزه در معرضِ موجبات و احوالِ متفاوت، عاری از هرگونه جوهرِ ذاتی، و

پیوسته در تغییر می‌باشد. اما، از آنجا که مردم این ذهن را همان اندیشه و جان واقعی خود می‌انگارند، ایـن توهّـم، به موجبـات و احوالـی می‌انجامد که مایهٔ درد و رنج آنانست.

انسان پنجهٔ دست را باز می‌کند و مغز این حرکت را دریافت می‌نماید؛ امّا آنچه حرکت می‌کند چیست؟ آیا فکر حرکت می‌کند یا دست؟ یا حرکت از هیچکدامِ این دو نیست؟ با حرکت دست، حرکت به تناسب در ذهن پیدا می‌شود، و بالعکس؛ امّا ذهنِ متحرك فقط تظاهری سطحی از اندیشه است، این ذهنِ متحرّك، آن اندیشهٔ واقعی و بنیادی نیست.

۴. اساساً هر کسی را اندیشه‌ای پاك و ناب است، امّا این اندیشه معمولاً از آلایش و غبار امیال دنیوی، که از احوال انسان پیدا آمده، پوشیده است؛ این ذهنِ آلوده، جان و جوهرِ سرشت آدمی نیسـت؛ چیزی بیرونی بدان رخنه یافته و آمیخته شده است؛ رخنه‌گری مزاحم یا حتی میهمان.

ماه اغلب در پس پاره ابرها پوشیده است، اما ابرها در آن اثر ندارند، و صفای ماه هم‌چنان ناب می‌ماند. پس مردم نباید که به وسوسه و فریب بپندارند که این ذهنِ پرآلایش همانا اندیشهٔ حقیقی آنهاست.

مردم باید با تلاش در بیدار کردن اندیشهٔ اصیل و ناب و تأثر و تغییرناپذیرِ معرفت در جانشان، حقیقت بالا را پیوسته به خود یادآور شوند. آنان گرفتار فکری متلوّن و آلوده، گرانبار از اندیشه‌های منحرف

خود، در دنیای وهم و خیال سرگردانند.

این آشفتگی‌ها و آلایش‌های ذهن آدمی به مایهٔ حرص و آز و هم‌چنین ازواکنش‌های او در برابر اوضاع و احوال، پدید می‌آیند.

اندیشه‌ای که از برخورد با چیزها و رویدادها مضطرب نشود، و در هر حال و وضعی خالص و آرام بماند، همانا اندیشهٔ حقیقی است و باید حاکم باشد.

نمی‌توان گفت که صرفاً با پیدا نبودن میهمان، مهمانخانه‌ای ناپدید می‌شود، و نه می‌توانیم گفت که با ناپیدا شدن ذهن آلوده که نتیجهٔ اوضاع و احوال متغیر زندگی بوده، وجود حقیقی آدمی از میان رفته است. آنچه که به‌تأثیر اوضاع متغیّر دیگرگون شود، ذات واقعیِ اندیشه نیست.

۵. تالاری را در نظر آوریم که به هنگام تابیدنِ خورشید، روشن است، امّا با غروب آفتاب تاریك می‌شود.

می‌توان تصوّر کرد که روشنایی تالار با خورشید می‌رود و تاریکی همراه شب می‌آید، اما دربارهٔ اندیشه‌ای که پذیرای روشنائی و تاریکی است، نمی‌توان چنین پنداشت. اندیشه‌ای را که مستعد روشنائی و تاریکی است نمی‌توان به کسی باز داد؛ این ذهن فقط می‌تواند به آن طبیعتِ واقعی که سرشت اصلی اوست، برگردد.

آنچه که تغییرات روشنائی و تاریکیِ هنگام طلوع و غروب خورشید را در لحظه متوجه می‌شود، همانا یك ذهنِ «موقّت» است.

آنچه که با تغییر اوضاع و احوال زندگی، هر لحظه‌ای احساسی دیگر دارد همانا یك ذهن «موقت» است و اندیشهٔ حقیقی و ذاتی نیست. اندیشهٔ اصیل و حقیقی که روشنایی و تاریکی را می‌شناسد، جانِ واقعی آدمی است.

احساس‌های گذرای خوب و بد، مهر و کین، که از محیط و احوال متغیّرِ بیرونی بار آمده، فقط واکنش‌های آنی است که از آلایشِ انبوه شده در ذهن آدمی مایه می‌گیرد.

در پسِ امیال و هواهای دنیوی که ذهن به آن مشغول گشته، جانِ اصلی و گوهر واقعیِ اندیشهٔ آدمی، پاك و بی‌آلایش، مُضْمَر و مستقرّ است.

آب در یك پیالهٔ گرد، مدوّر است و در ظرفی چهارگوش، مستطیل. اما آب بخودیِ خود شکل معیّن ندارد. مردم اگر هم به درکِ این واقعیت رسیده باشند، باز بیشتر وقت‌ها ازین معنی غافلند.

مردم چیزی را خوب و چیزی دیگر را بد می‌بینند، این یك را دوست دارند و آندیگر را ناخوشایند می‌انگارند، و میان بود و نبود تمایز می‌نهند؛ آنگاه، گرفتار درین پیچ و خم‌ها، و دربند این تصورات، درد و رنج می‌برند.

اگر مردم همین قیدِ تمایزاتِ تصوری را فرو نهند، و صفای ذهن و اندیشهٔ اصیل خود را باز یابند، آنگاه اندیشه و نیز تن آنها از آلایش پاك، و از محنت آزاد خواهد شد؛ و آرامش جان را که بدین رهائی فرا می‌آید، خواهند شناخت.

۲
جان بودایی

۱. در سخن از اندیشه گفتیم که آن فکرِ پاك و حقیقی است، که اصلیّت دارد، و این همانا سرشت **بودائی** است، یعنی بذرِ **بوداگری**.

اگر کسی ذرّه‌بینی را میان خورشید و خار بگیرد، می‌تواند آتش افروزد، امّا این شعله از کجا می‌آید؟ آن ذره‌بین از خورشید بسی فاصله دارد، امّا هم بوسیلهٔ آن، آتش در خار می‌افتد. امّا اگر خار طبع افروخته شدن نمی‌داشت، آتشی پیدا نمی‌آمد.

به همین قیاس، اگر فروغ **خرد بودا** به سوی اندیشهٔ آدمی تمرکز پیدا کند، جان واقعی او، که همان **بوداگری** است، افروخته خواهد شد، و شعلهٔ آن جان‌های مردم را به نور خود روشن، و ایمانِ به **بودا** را در آنها بیدار خواهد ساخت. **بودا** ذرّه‌بین **خرد** را فراسوی همهٔ اندیشه‌های بشری می‌گیرد، مگر که بدین وسیله ایمانشان بر جوشد.

۲. مردم اغلب به شوقِ اندیشه‌های حقیقی خود، به خردِ منوّر **بودا** بی‌اعتنا می‌مانند، و، به واسطهٔ همین بی‌توجهّی، در آشوب و پیچ و خمِ هواهای دنیوی گرفتار می‌آیند، به تمیز خوب و بد دل می‌نهند، و آنگاه بر پریشانی و محنت خود زاری می‌کنند.

روزگاری، مردی آینه‌ای را پشت و رو گرفت، و چون نگاه کرد و روی خود را در آن ندید، دیوانه شد. چه عبث است که کسی، فقط برای اینکه از راه بی‌توجهّی آینه را پشت و رو نگاه کرده است، عقلش را ببازد!

از چه روست که مردم، با داشتن اندیشه‌ای چنین پاك و اصیل، باز باید به خیال‌های باطل رَوَند، و در دنیای توهم و تألّم به مهلکهٔ سرگشتگی افتند، و در حالی که از همه سو فروغ **خرد بودا** می‌تابد، سرشت **بودائی** خود را مستور دارند؟

برای آدمی نیز درست به همین اندازه نابخردانه و نابایسته است که بعلتِ درنیافتن **معرفت** در آنجائی که انتظار حصولش را دارد، هم‌چنان در رنج بماند. **معرفت** را تقصیری نیست؛ کوتاهی از مردمی است که، از دیرباز، **معرفت** را در اذهانِ تمایزانگارِ خود جسته، و ندانسته‌اند که این ذهن‌ها نه سرشت حقیقی ایشان، بلکه اذهانِ خیالی است، که از پوشیده و پنهان ماندن جان واقعی آنان به انبوهِ حرص و آز و وهم، پدید آمده است.

اگر قشرِ پندارهای کاذب زدوده شود، **معرفت** نمایـان خواهـد گشت. امّا، شگفت اینجاست که چون مردم به **معرفت** نائل شونـد، درمی‌یابند که با محو پندارهای کاذب، نشانی نیز از **معرفت** در میان نیست.

۳. جان **بودائی** چیزی نیست که به نهایت برسد. گرچه مردم نابکار را ناگزیر باید که در هیأت جانور دوباره متولد شوند، یا به قعر جهّنم درافتند، اما گوهر بودائی خود را هرگز نمی‌بازند.

هرچند که شوق جانِ آدمی به **بوداگری**، در آلایش تن خاکی مدفون، یا در قعر امیال نفسانی محبوس و از یاد رفته باشد، باز این شوق یك‌سره فرو نمی‌نشیند.

۴. داستانی کهن آمده است از مردی که از مستی به خواب رفت. دوستش چندان که می‌توانست در کنارش ماند، اما چون ناچار به رفتن بود و نیز نگران آنکه مگر یار خفته‌اش نیازمند شود، جواهری در جامهٔ مردِ مست پنهان گذاشت و رفت. چون آن خفتهٔ مست بخود آمد، از آنجا که نمی‌دانست دوستش جواهری در جامهٔ او پنهان نهاده است، در تنگدستی و گرسنگی به آوارگی افتاد. پس از دیرزمانی آن دو یار، دیگر بار بهم رسیدند و آن دوست از مرد فقیرِ آواره دربارهٔ جواهر پرسید و گفت تا آنرا بیابد.

مردم نیز، چون آن یارِ مسـت، در ایـن جهـانِ زادن و مردن،

سرگشته‌اند و در تعب می‌گذرانند، و از آن گوهر پاك و درخشان که در جانِ نهانِ آنها نهفته است، یعنی جواهر بی‌بهایِ سرشت **بودائی**، بی‌خبرند.

هر اندازه هم مردم از این امر غافل باشند که هر کسی این سرشت والا را در خود دارد، و هر چه هم که به تباهی و جهل فرو شده باشند، بودا باز به ایشان امید دارد؛ زیرا می‌داند که حتی در حقیرترین و خوارترین کس آنان، همهٔ فضایل **بوداگری** بالقّوه، وجود دارد.

پس **بودا**، ایمانِ آنهائی را که فریفتهٔ غفلت شده‌اند و به جانِ **بودائی** خود بصیرت ندارند، بیدار می‌کند، آنان را از بند وهم و پندار باطلشان رها می‌سازد و می‌آموزد که میان آنان و **بوداگری**، در اصل، تفاوتی نیست.

۵. **بودا** آنی است که به **بوداگری** نائل آمده است، و مردم آنهایند که قابلیت نیل به **بوداگری** را دارند؛ تفاوت در میان آنها همین است.

امّا آنکه تصور کند که به **معرفت** نایل آمده، به واقع خود را فریفته است؛ زیرا، هر قدر که او در سیر و سلوك بدان سو باشد، هنوز به **بوداگری** نرسیده است.

جانِ **بودائی** بی‌سعی و ممارستِ صادقانه تجلّی نمی‌کند؛ و این

تلاش نیز تا حصول **بوداگری** پیوسته باید.

۶. وقتی پادشاهی، گروهی نابینا را گردِ فیلی جمع آورد و خواست بگویند فیل چگونه است. اولین نابینا، یك عاجِ فیل را لمس کرد و گفت «فیل مثل یك هویج بزرگ است»؛ دیگری به گوش فیل دست کشید و گفت «فیل مثل یك بادبزن عظیم است»؛ نابینای دیگر خرطوم فیل را لمس کرد و گفت که «این حیوان شبیه یك دستهٔ هاون است»؛ دیگری که اتفاقاً دستش به پای حیوان خورده بود گفت، که «فیل به هاون شبیه است»؛ و باز یکی دیگر، که دم فیل به دستش افتاده بود، گفت که «آن به یك طناب مانند است». هیچ یك از آنها نتوانست هیأت واقعی فیل را به شاه بگوید.

به همین قیاس، باشد که کسی طبیعت آدمی را به طور جزئی تعریف کند، اما نخواهد توانست سرشت حقیقی انسان، یعنی **جان بودائی**، را توصیف نماید.

راهی برای شناختن جانِ باقیِ آدمی، یعنی جانِ **بودائی** او، که به امیال نفسانی آشوب نمی‌پذیرد، و به مرگ از بین نمی‌رود، وجود دارد، که همانا بوسیلهٔ **بودا** و تعلیم والای **بودا** نموده شده است.

۳
جانِ بودائی و بی‌خویشتنی

۱. ما از جانِ بودایی چنان سخن آورده‌ایم که گوئی چیزیست که

بتوان وصفش کرد، و پنداری که همانند مفهوم «روح» در دیگر مکتب‌های ارشادیست، امّا چنین نمی‌باشد.

مفهوم یك «وجود قائم به ذات»، چیزیست که در تصوّر یك ذهن تمایز پندار آمده، که نخست این مفهوم را گرفته و سپس به آن تعلّق بسته است؛ امّا باید که رهایش سازد. برعکس، جانِ **بودائی** چیزیست وصف‌ناشدنی که ابتدا باید آنرا کشف کرد. جان **بودائی** به یك معنی شبیه «وجود قائم به ذات» است، امّا آن «منیّت»، به معنای «ما و منی» و «مرا بودن»، نمی‌باشد.

اعتقاد به «ما و منی» پنداریست اشتباه، که محتمل بر عدم می‌باشد؛ انکار جان **بودائی** خطاست، زیرا که فرض بر این است که وجود همانا عدم است.

این معنیٰ را می‌توان با مثالی توضیح داد. مادری فرزند بیمارش را نزد حکیم برد. طبیب برای کودك دارو تجویز کرد، و دستور داد که تا دوا تحلیل نرفته است، مادر به کودك شیر ندهد.

مادر چیزی تلخ به پستان مالید، تا مگر کودك به ارادهٔ خود، پستان نگیرد. پس از مدتی که برای تحلیل دوا کافی بود، مادر پستانش را پاك کرد و اجازه داد تا کودك از آن بمکد. مادر این شیوهٔ بازگرفتن شیر و پستان از کودك را، برای نجات او از بیماری و از روی محبت و عشق به فرزند به کار برد.

بودا نیز چون مادرِ کودك در این داستان، به منظور پاك کردن شبهه‌ها و بریدن و گسستن تعلقات و پیرایه‌های بسته به یك «وجود قائم به ذات» هستیِ یك قائم به ذات را انکار می‌کند؛ و چون بدفهمی‌ها و تعلّقات زدوده شد، او واقعیّتِ گوهرِ حقیقی را، که همان جان **بودائی** است، جِلوه می‌دهد.

تعلق‌ها، و پیرایه‌های یك وجود قائم به ذات، مردم را به توهّمات می‌کشد، امّا ایمانشان به جان **بودائی** آنها را به **معرفت** هدایت می‌کند.

این حال مانند سرگذشت زنی است که صندوقی برایش میراث ماند، و او که نمی‌دانست آن صندوق پر از طلاست، هم‌چنان در فقر می‌زیست، تا آنکه کسی دیگر صندوق را گشود و طلا را به او نمود. **بودا** اندیشه‌های مردم را باز می‌کند و صفای جانِ **بودائی** آنانرا نشانشان می‌دهد.

۲. اگر هر کس را این سرشت **بودائی** است، پس چرا مردم این همه از هم در عذابند، و یکدیگر را می‌فریبند، یا می‌کُشند؟ و چرا این همه امتیازاتِ مقام و ثروت و تفاوت غنی و فقیر در میان است؟

داستانی حکایت کرده‌اند از کُشتی‌گیری، که عادت داشت زینتی از سنگ قیمتی بر پیشانی بگذارد. یك بار هنگام کشتی گرفتن، آن

سنگ قیمتی در پیشانیش فرو رفت. او که می‌پنداشت سنگ را گم کرده است، نزد جراح رفت، تا زخم رادرمـان کنـد. جراح چون به مداوای زخم پرداخت آن سنگ قیمتی را یافت که در پیشانی فرو رفته و از خون و چرك پوشیده شده بود. او آینه‌ای برداشت‌و سنگ را به کشتی‌گیر نشانداد.

سرشت **بودائی** به سنگ قیمتی در این داستان می‌ماند. این گوهر از چرك و غبارِ علایق دیگر پوشیده می‌شود و مردم می‌پندارند که آنرا گم کرده‌اند، اما یك معلّم خوب‌آن‌سنگ قیمتی را برایشان باز می‌یابد.

جان **بودائی** در همه کس وجود دارد، حتی اگر کم و بیش از قشر حرص و آز و خشم و غفلت پوشیده شده، یا در پردهٔ کردار و جزای انسان پنهـان شده باشد. جان **بودائی** گم شدنی یا از بین رفتنـی نیست؛ آنگاه که همهٔ آلایش‌ها زدوده شود، دیر یا زود باز جلوه خواهد کرد.

همان گونه که در داستـان بالا آن سنگِ قیمتـیِ فرو شده در گوشت و پوستِ کشتی‌گیر را با آینه نشانش دادنـد، جانِ **بودائـیِ**، پوشیده مانده در ناپاکیِ امیال و هواهای دنیوی‌مردم،نیز، با نور **بودا** به آنان نموده می‌شود.

۳. اوضاع و احوال محیط مردمان هر چه که باشد، جان **بودائـی** همواره پاك و مصفّا است. هم چنانکه رنگ شیر همیشه سفید است،

خواه رنگِ پوستِ گاو شیرده سرخ یا سفید یا سیاه باشد، هم چنین در پاکی و صفایِ جانِ **بودائی**، تفاوتی نمی‌کند که رفتارهای مردم به چه نسبتی در زندگیِ آنها تأثیر گذارده یا چه نتایج متفاوتی احتمالاً از کردار و پندار آنان بارآمده است.

در هند افسانه‌ای آورده‌اند از یك گیاه جادویی طبّی، که زیر علف‌های بلند کوهستان‌های هیمالایا پنهان بود. دیرزمانی مردم به‌دنبال این گیاه می‌گشتندو آنرا نمی‌یافتند؛ امّا سرانجام مردی دانا این گیاه دارویی را از شیرینیش شناخت. تا روزی که آن مرد دانا زنده بود، این دارو را در تغاری نگه می‌داشت، امّا بعد از مرگش آن اکسیر شیرین در کنار چشمه‌ای دور دست در دل کوهستان پنهان ماند، و آبِ راکد در تغار ترش و بدمزه و زیان‌بخش گشت.

به همین سان جانِ **بودائی** نیز در زیرِ رویشِ هرزهٔ هواهای دنیوی پنهانست، و آنرا کمتر می‌توان پیدا کرد؛ امّا **بودا** آنرا یافت و به مردم باز نمود؛ و از آنجا که هر انسانی با استعدادِ متفاوتش آنرا در- می‌یابد، این نوشدارو در کام هر کسی طعمی دیگر دارد.

۴. الماس را که سخت‌ترین مادهٔ شناخته شده است، نمی‌توان خُرد کرد. سنگ و ریگ را می‌شود کوبید و به گرد بدل ساخت امّا الماس خراش برنمی‌دارد. جان **بودائی** نیز چون الماس است، آنرا نمی‌توان شکست.

سرشتِ آدمی، تن و روح، هر دو، فرسوده می‌شود، امّا جانِ

بودایی را نمی‌توان نابود کرد.

جان **بودایی** در واقع عالی‌ترین ویژگیِ جانِ آدمی است. **بودا** مـی‌گوید که هرچند طبایع بشر را انواع بی‌نهایت باشد، مانند تفاوت جنس در زن و مرد، امّا از نظرِ جان **بودائی** هیچ تمایزی میان آدمیان نیست.

طلای ناب را با گداختـنِ سنگ و خاك و جدا کردنِ همـهٔ ناخالصی‌ها به دست می‌آورند. هرگاه مردم سنگ و خاك روحشان را بگدازند و همهٔ آلایش‌های هوای نفس و خودپرستی را از آن بزدایند، آنان همه آن جان پاك **بودایی** را باز خواهند یافت.

فصل چهارم

آلایش‌های انسان

۱
طبع بشر

۱. هواهای نفسانی که روح آدمی را می‌آلایند و خلوصِ جان **بودائی** را حجاب می‌شوند، بر دونوعند:

نخستین آلایش همانا شور و هوای کاویدن و گفت‌وگو و تعبیر و تفسیر امور است، که در نتیجهٔ آن مردم در قضاوت به شبهه می‌افتند. آلایش دوم در شور و جوش انسان برای تجربه کردن به مایه احساسات و هیجان است، که به واسطهٔ آن معیارها و ارزش‌های مردم مغشوش و مشتبه می‌شود.

همهٔ آلایش‌های انسان را می‌توان در دو دسته، یکی وهم و خیال در استدلال، یعنی علت‌تراشی، و دیگر مجاز و پندار در کار و کردار، طبقه‌بندی نمود. امّا در واقع امر و در اصل، دو حال سوءِ نفسانی مبنای این ناخالصی‌ها است؛ یکی غفلت یا جهل و دیگری هوس.

علّت‌تراشی مبتنی بر جهل است، و کار و کردار به مجاز بر پایهٔ آرزو و هوس قرار دارد؛ واقع آنکه این دو دسته موجبات، در نهایت، یکی است، و توأماً منشأ همهٔ ناشادی‌های آدمیست.

از مردمِ غفلت‌زده، استدلال درست و مطمئن ساخته نباشد. از

آنجا که اینان به میلِ بقا دل می‌نهند، فراچنگ آوردن و آویختن و دربند شدن و تعلق به هر چیز پیامدِ ناگُزیر آنست. این عطش دائم برایِ داشتن هر چیزی خوشایند، از دیده‌ها و شنیده‌ها، می‌باشد که آدمیان را به سرابِ اعتیاد می‌کشاند. بعضی مردم بدین هوا حتی به هوس مرگِ تن می‌افتند.

حرص و آز، خشم، نادانی، نافهمی، رنجش، حسد، چاپلوسی، نیرنگ، غرور، تحقیر، ناهشیاری و خودپرستی، همه ازین مایه‌های اولیّه پیدا می‌شوند.

۲. حرص و آز از تصورات غلطِ ارضایِ خاطر برمی‌آید؛ خشم از تصورات غلط انسان دربارهٔ وضع خود و محیط پیرامونش ناشی می‌شود؛ نادانی حاصلِ ناتوانی در قضاوت و شناخت منشِ درست است.

این سه حال ـ یعنی آز و خشم و نادانی ـ سه آتشِ جهان، خوانده شده است. آتش طمع، کسانی را که فکر و روح حقیقی خود را به حرص باخته‌اند، می‌سوزاند؛ آتش خشم آنهایی را که فکر و دلشان را به پای خشم نهاده‌اند، در می‌گیرد؛ آتش جهل مردمی را که با قصور خود در به گوش سپردن تعالیم بودا و دریافتن آن، اندیشه و روحشان را گم کرده‌اند، در کام می‌کشد.

به راستی که این جهان در آتش‌های بسیار و شراره‌های گوناگون

شعله‌ور است، شعله‌های طمع، شعله‌های خشم، شعله‌های جهل، شعله‌های سرمستی و خودپرستی، شعله‌های دریغ و زاری و رنج و غم. این شعله‌ها نه تنها خودِ انسان را می‌سوزاند، بلکه دیگران را هم مایهٔ درد و اندوه است؛ و آنان را به کردار و گفتار و پندار ناصواب می‌کشاند. جراحات پیدا شده ازین آتش‌ها زخم و فسادی شیوع می‌دهد که زهر و عفونت آن هر کس را که نزدیك شود، مبتلا می‌دارد و تباه می‌سازد.

۳. طمع در مقابلِ اقناع خاطر بار می‌آید؛ خشم در مقام نارضایی پیدا می‌شود؛ و نادانی از پندارهای ناپاك سر می‌زند. بلای آز را آلایش چندان نیست، اما زدودنش دشوار باشد؛ دیو خشم ناپاکیش بیشتر، امّا از میان بردنش آسان‌تر است؛ شرّ نادانی را آلایش بسیار است و چیره شدن بر آن نیز بسی سخت باشد.

پس، مردم باید که هرگاه و هر جا این آتش‌ها را دیدند، با قضاوتِ درست در اینکه چه چیز ارضای حقیقی به انسان تواند داد، با سخت مهار کردنِ اندیشه به هنگامِ رویارویی با ناملایمات زندگی، و با همواره به یاد آوردن تعالیم بودا، دربارهٔ خیرخواهی و محبت، شراره‌ها را خاموش کنند. اگر روح و دل آدمی از اندیشه‌های عقلایی و پاك و غیر خودبینانه آکنده باشد، هواهای نفسانی جایی برای ریشه کردن نخواهند یافت.

۴. طمع، خشم و جهل به تب مانندند؛ زیرا که آدمی اگر در بستر

راحت نیز بیارامد، باز ملتهب خواهد بود و از بی‌خوابی رنج خواهد برد.

کسانی که در سوز چنین تبی نباشند، می‌توانند در یك شب زمستانی نیز، و بر زمین برهنه و فقط با رواندازی نازك از برگ‌ها، یا در یك شب گرم تابستان و در اتاقی دربسته، آسوده و آرام بخوابند.

پس، مایهٔ همهٔ عذاب بشر، این سه چیز ـ یعنی طمع و خشم و جهل ـ است. انسان برای رهائی ازین مایه‌های عذاب باید که فرایض را بجای آوَرَد، در تمرکز فکر ممارست نماید و بخرد باشد. انجام فرایض، آلایش‌های طمع را پاك می‌کند، تمرکز و حضور ذهنِ درست، ناپاکی‌های خشم را می‌زداید؛ و خرد نیز حجاب‌های جهل را پاره می‌کند.

۵. امیال بشر بی‌انتهاست؛ همانند تشنگیِ کسی است که آبِ شور بنوشد. او بدین آشامیدن سیراب نشود، بلکه تشنگیش افزون گردد.

حالِ کسی که در پی ارضای امیال خود باشد نیز چنین است. او جز ناخرسندی فزون‌تر بهره‌ای نمی‌یابد، و عذابش چند برابر می‌شود.

برآوردن امیال هرگز به ارضای نفس نمی‌انجامد، بلکه همواره بیقراری و شور و تشویش بجای می‌گذارد، که هیچ آرام‌پذیر نباشد؛ و آنگاه، چون این هوس‌ها و خواست‌های نفس شعله‌ور و نابرآورده ماند،

غالباً انسان را به جنون خواهد کشاند.

مردم برای ارضای امیالشان با یکدیگر می‌ستیزند و در می‌آویزند؛ پادشاهی علیه پادشاهی دیگر، امیری علیه امیری، والدین رودرروی فرزند، برادر ضدّ برادر، خواهر در برابر خواهر، و دوست با دوست در پیکارند؛ آنها برای ارضای خواست‌های خود با هم می‌جنگند و حتی یکدیگر را می‌کشند.

مردمان در تلاش ارضای امیالشان، بسا که زندگی را بر خود تباه می‌سازند. آنها به دزدی و نیرنگ و نادرستی و زنا می‌پردازند، و چون گرفتار آیند به عذاب بی‌آبرویی و رنج مکافات عمل خود، در می‌مانند.

مردمان با تن و زبان خود گناه می‌کنند، روح و فکرشان را به گناه می‌آلایند، حال آنکه خیلی خوب می‌دانند که حظّ نفس سرانجام جز تلخ‌کامی و عذاب بار نیارد. این میل و تمّنیٰ، همان نفس امّاره است. به دنبال عذابِ این دنیا، عذاب‌های گوناگون دیگر در دنیای بعدی، و غم و اندوه گرفتار آمدن بدان نیز در پی است.

۶. شهوت از همهٔ هواهای نفس شدیدتر است. چنین پیداست که هواهای نفسانی دیگر همه در ترازِ شهوت می‌روند.

چنین می‌نماید که شهوت کِشت‌گاهی است که همهٔ هواهای دیگر در آن می‌رویند. شهوت به دیوی مانندست که همهٔ کردارهای خوبِ عالم را می‌بلعد و نابود می‌کند. شهوت یك افعی است، که در گلستانی پنهان باشد؛ این افعی فقط کسانی را که در پی زیبائی به باغ آمده

باشند، نیش می‌زند. شهوت چون گیاه پیچکی است، که از تنهٔ نهالی بالا می‌رود و سخت در شاخه‌ها می‌پیچد، چندانکه درخت بخشکد. شهوت همانند زالوئی شاخك‌هایش را در احساس‌ها فرو می‌برد و جوهر نیك روح انسان را می‌مکد، چندانکه روح تباه شود. شهوت دانه‌ای است افشانده در دام دیوی پلید، که مردم نادان در آن افتند و به ژرفای وادی بلا و شرّ فرو شوند.

اگر استخوانی خشك را به خون اندود کنند، سگ آنرا دندان می‌گیرد و می‌جود تا آنکه خسته و مانده شود. شهوت برای آدمی همانند این استخوان برای سگ است؛ تا وانمانده است، از آن دست نمی‌کشد.

اگر تکه‌ای گوشت را برای دو جانور وحشی بیندازند، آن دو می‌جنگند و بهم پنجه می‌افکنند، تا طعمه را به چنگ آورند. مردی چنان نادان که مشعلی را در جهتِ مخالفِ باد ببرد، باشد که خود را بسوزاند. مردم نیز چون آن دو جانور و این نادان، خود را به مایهٔ هواهای نفسانی رنجه می‌دارند و می‌سوزانند.

۷. سپر نگاه داشتن در برابر تن و حفظ آن از گزند پیکان‌های زهرآلودِ بیرونی آسان است، اما دور نگاهداشتن روح و فکر از نیزه‌های زهرآگینی که از درون جان برمی‌آید، ناممکن است. طمع، خشم، نادانی و اغوایِ خودپرستی ـ این چهار نیزهٔ زهرآلود، از درون روح پرتاب می‌شوندو جان را به زهر کشنده، تباه می‌کنند.

چون مردم آلودهٔ طمع، خشم و جهل باشند، زبان به دروغ و

نیرنگ و دشنام و سخنِ دورو می‌گشایند؛ و آنگاه با قتل و دزدی و زنا، قول ناشایست را به فعل در می‌آورند.

این سه پندارِ تباهِ روح، آن چهار گفتارِ بد، و این سه کردارِ بد، ده شرّ عظیم باشند.

چون مردم به دروغ معتاد شدند، ناخودآگاه به هر کارِ نادرست می‌پردازند. پیش از آنکه نابکاری از آنها ساخته آید، باید دروغ بگویند، و چون زبان به دروغ آلودند، بی‌مهابا تبه‌کاری پیشه خواهند کرد.

طمع، شهوت، خشم، ترس، بدبختی و ناشادی، همه از نادانی برمی‌آید. پس، نادانی کاری‌ترین زهر است.

۸. عمل، در پی میل و خواست سر می‌زند؛ رنج و تعب به دنبال عمل می‌آید؛ میل و عمل و رنج به‌چرخی می‌مانند که پیوسته در گردش با شد.

گردش این چرخِ فلك را نه بدایتی و نه نهایتی است؛ مردم ازین باز متولد شدن، نتوانند گریخت. در این دور تناسخ، و به توالی بی‌پایان، یك زندگی از پی زندگی دیگر می‌آید.

اگر بنا می‌بود که آدمی خاکستر و استخوان‌های خود را که در این تناسخ پیوسته و ابدی سوخته است، انبوه کند، تودهٔ آن به بلندیِ

کوه می‌شد، اگر قرار می‌بود که انسان شیر مادرانـی را که در طول تناسخ خود مکیـده است جمع کند، این پیاله ژرف‌تر از دریا می‌شد.

گرچه همهٔ مردم گوهر **بوداگری** را دارند، ولی این جان چنان از انبوهِ آلایش‌های هوای نفس پوشیـده اسـت، که مدت‌هـا ناشناختـه می‌ماند. از این رو است که رنج و محنت چنین جهان‌گیر است؛ و همین است که توالی زندگی‌های نکبت‌بار، در دور تناسـخ به انتهـا نمی‌رسد.

اما، همان سان که با تسلیم شدن به طمع و خشم و نادانـی، کردارهای بد انبوه می‌گردد و سرنوشت‌سازِ حیات دوبارهٔ انسان می‌شود، دنبال کردن تعلیم‌های **بودا**، مایه‌های تباهی را می‌زداید و سیر تولـد دوباره در جهان محنت پایان می‌گیرد.

۲
سرشت آدمی

۱. سرشت آدمی بیشهٔ انبوهی است بی‌مدخل، که سخت بدان راه توان یافت. فهم طبع یك جانور به نسبت انسان بسیار ساده‌تر است. با این همه، سرشت آدمی را می‌توان بطور کلی برحسب چهـار تمایـز برجسته طبقه‌بندی کرد.

نخست، آن دسته از مردم که، در نتیجهٔ رهنمودهـای غلط، به ریاضت و سختی کشیدن پردازند و خود را در رنج و محنت بدارند. دوم، انسان‌هائی که با دست زدن به شقاوت، دزدی، قتل یا سایر اعمـال

ناروا، موجب رنج و عذاب دیگران شوند. سوم، کسانی که مایهٔ آزار خود و هم دیگران باشند. چهارم، مردمی که خود را در رنج ندارند و دیگران را هم از عذاب برهانند. این دسته از مردم، با پیروی از تعالیم بودا، آز یا خشم یا جهل و غفلت را به خود راه ندهند، بلکه زندگانیِ سلیم همراه با محبت و خرد و نیالوده به قتل و دزدی، در پیش گیرند.

۲. در جهان سه دسته مردم باشند. نخست، مردمی که به حروفِ نقش شده بر سنگ می‌مانند؛ اینان به آسانی دستخوش غضب می‌شوند و خشم را دیرزمان در دل نگاه می‌دارند. دستهٔ دوم آن مردمند که مانند حروف نوشته بر ماسه‌اند؛ اینان نیز تسلیم غضب می‌شوند، امّا حال خشم و بی‌خودیشان زود از میان برود. دستهٔ سوم مردمی هستند که بسان حروف نقش شده بر آب روانند؛ اینان فکر و حال‌های گذرا را در سر نگاه ندارند؛ از سخنان ناروا و یاوه‌های ناهموار بی‌اعتنا در گذرند؛ روح و فکرشان همیشه منزّه و آسوده است.

مردمان، به اعتباری دیگر، سه گروهند؛ گروه اول مردمی که به خود غرّه‌اند، بی‌پروا و نسنجیده رفتار می‌کنند؛ و هرگز ارضاء نمی‌شوند؛ فهمِ طبایعِ اینان آسانست. دستهٔ دوم کسانی‌اند که ادب می‌ورزند و همیشه به ملاحظه و احتیاط عمل می‌کنند؛ طبایع ایشان را دشوار توان فهمید. سرانجام گروهی از مردم باشند که بر امیال خود به کمال مسلّط شده‌اند؛ فهمِ طبایع این مردم محال است.

بدین سان می‌شود مردم را به راه‌های گوناگون طبقه‌بندی نمود، و با این همه، طبایع آنان را دشوار توان فهمید. تنها **بودا** است که آنها را درك می‌کند، و با خردِ خویش، ایشان را به تعالیم مختلف هدایت می‌نماید.

۳
زندگی بشر

۱. حکایتی آمده است در داستانِ زندگیِ بشر. روزگاری مردی بود که در انتهای کم شیبِ رودخانه قایقی را در گدار آب با پارو می‌راند. کسی از ساحل او را آواز داد که: «با این سرخوشی در گدار آرام رودخانه پاروزنان جلو مرو؛ جریان‌های تند آب و یك گرداب در پیش است، و سوسمارها و دیوها در لابلای سنگ‌ها و صخره‌ها کمین دارند. اگر با این حال جلو بروی، هلاك خواهی شد.»

درین حکایت، «گدارِ آرام رودخانه»، همانا زندگی در شهوت است؛ «با سرخوشی پاروزدن» رها کردنِ مهار شور و هوایِ نفس است؛ «سراشیب و جریان‌های تند پایین رود» به معنی محنت و دردِ پیامد سرخوشی‌ها است؛ «گرداب» به جای لذّت و خوشی؛ «سوسمارها و دیوها»، اشاره به زوال و مرگ که به دنبال زندگی آمیخته به شهوت و تن‌پروری می‌آید؛ و «کسی در ساحل»، که ندا برمی‌دارد و زنهار می‌دهد، **بودا** است.

حکایتی دیگر نقل شده است از مردی خطاکار که پای به گریز نهاده بود و چند نگهبان دنبالش می‌کردند و از این رو او می‌کوشید تا به

کمك تاك‌های روییده در دیوارهٔ چاهی، در آن چاه رود و خود را پنهان دارد. در اثنای پایین رفتن، چشم او به افعی‌هائی در ته چاه می‌افتد، پس چاره نمی‌بیند جز اینکه برای حفظ جان، از شاخهٔ تاکی بیاویزد. پس از چندی که بازوانش هم از تاب و توان می‌افتند، مرد گریخته دو موش، یکی سفید و یکی سیاه، را می‌بیند که شاخهٔ تاك را می‌جوند.

اگر شاخهٔ تاك بریده می‌شد او به کام افعی‌ها و به دام هلاك می‌افتاد. در این حال چون به بالا می‌نگرد، کندوئی بالای سر خود می‌بیند که هر چند گاه قطرهٔ عسلی از آن می‌چکید. مرد گریخته همهٔ هول و بلاها را از یاد می‌بَرَد، و با لذت از آن عسل می‌چشد.

در این حکایت «مردِ خطاکار» کنایه از کسی است که زاده می‌شود، تا عذاب ببیند و در تنهایی بمیرد. «نگهبانان» و «افعی‌ها»، اشاره به تن آدمی با همهٔ امیال آن است. «تاك‌ها» به منزلهٔ تداوم زندگی بشر است. مراد از «دو موش، یکی سفید و یکی سیاه»، طول زمان و توالیِ روز و شب و گذر سال‌ها است. «عسل» اشاره به لذّات جسمانی است، که درد و رنج سال‌های گذرا را به فریب و سرگرمی از یاد می‌برد.

۲. باز در داستانی دیگر چنین آورده‌اند: پادشاهی چهار افعی را در صندوقی نهاد، و آنرا به مراقبت خادمی سپرد. پادشاه آن خادم را سفارش کرد که از افعی‌ها خوب نگهداری کند، و زینهار داد که اگر یکی از آنها را به خشم آورد، جزایش مرگ است. خادم از روی ترس بر آن شد تا صندوق را رها کند و بگریزد.

پادشاه پنج نگهبان را به دستگیری آن خادم فرستاد. آنها نخست با خادم از درِ صلح و صفا در آمدند، و کوشیدند تا او را سالم باز

گردانند، اما خادم به دوستی آنان اعتماد ننمود و به ولایتی دیگر گریخت.

آنگاه، در حال خیال، صدایی به گوشش آمد که می‌گفت که آن آبادی جای امنی نیست، و آنجا شش راهزنند که بر او خواهند تاخت. پس خادم گریخته سراسیمه از آنجا دور شد، تا به رود خروشانی رسید که راه را بریده بود. به واهمهٔ خطرها که در پس او بود، از شاخ و کندهٔ درخت قایقی ساخت، و بدان وسیله از جریان خروشانِ رود گذشت، و در آن سو سرانجام به صلح و امن رسید.

«چهار افعی در صندوق» نشانهٔ چهار عنصرِ، خاك و آب و آتش و بادند، که جسم انسان از آنها ترکیب شده است. تن به دست شهوت سپرده می‌شود و خصمِ جان می‌گردد. چنین است که آدمی بدان می‌کوشد تا از تن بگریزد.

«پنج نگهبان که از درِ صلح و صفا در می‌آیند» به معنی پنج جزء مرکبّه ـ قالب، احساس، ادراك، اراده و شعور ـ هستند که تن و اندیشه را می‌سازند.

«پناهگاه امن» همانا حواس ششگانه است که، سرانجام، پناهگاه امنی نباشند، و مراد از «شش راهزن» شش حسّ انسانست. بدین سان، مرد فراری به دیدن خطرهای پیدا در شش حس، بار دیگر می‌گریزد و به جریان خروشانِ امیال نفسانی می‌رسد.

او آنگاه از تعالیم نیك **بودا**، قایق شناوری برای خود می‌سازد، و از جریان پرتلاطم رودخانه به سلامت می‌گذرد.

۳. سه هنگامِ پر هول و بلا باشد، که در آن‌ها پسر ازیاری به مادرش ناتوان است و مادر از کمك به فرزندش درمانده: ـ آتش، توفـان و تاراج. اما، حتی در این هنگامه‌های پر اندوه و بیم، باز بختی برای یاری کردن باشد.

امّا سه هنگام است که در آن فرزند را نجات مادرش و مادر را رهانیدن پسرش محال باشد. این هنگام‌ها وقت بیماری، دورهٔ پیری و لحظهٔ مرگ است.

چگونه از پسری برآید که بجای مادرش پیری و فرتوتی را به جان بخرد؟ چگونه مادری تواند که در بیماریِ فرزندش خود را جای او دارد؟ چون لحظهٔ مرگ فرا آید، چگونه مادر و پسر یکدیگر را یاری توانند کرد؟ آن دو هر اندزه هم که یکدیگر را دوست بدارند، یا هر چه هم که دلبستهٔ هم باشند، هیچکدام درین هنگامه کاری برای دیگری نتوانند کرد.

۴. وقتـی **یامـا**، **سلطـان** افسانـه‌ایِ **جهنّـم**، از مردی که برای بدکرداری‌هایش در زندگی، به تَه دوزخ افتاده بود پرسید که، آیا او در زندگیش هرگز سه فرشتهٔ آسمانی را دیده بود؛ آن مرد پاسخ داد: «ای سلطان جهنّم، من هرگز به چنین کسانی برنخوردم.»

یاما ازو پرسید که آیا هرگز پیری خمیده از کهن‌سالی را که به کمك عصایی نئی راه می‌رفت دیده بود؟ مرد گفت: «بله، ای سلطان، چنین کسانی را بسیار دیده بودم.» آنگاه **یاما** به او گفت: «تو اینك این

کیفر از آن می‌کشی که در نیافتی در هیأت آن پیرمرد فرشته‌ای آسمانی فرستاده شده بود تا ترا هشدار دهد که، پیش از آنکه خود نیز سالخورده شوی، بی‌درنگ باید راه زندگیت را عوض کنی.»

یاما باز از آن مرد پرسید که آیا او در زندگی خود، آدمی مسکین، بیمار و بی‌یار دیده بود. او پاسخ داد: «بله، ای سلطان، بسیاری از این مردم دیده بودم.» آنگاه **یاما** گفت: «تو به جهنّم آمدی، زیرا که نتوانستی درك کنی که آن مردم بیمار به منزلهٔ فرشتگانی‌اند فرستاده از آسمان، تا ترا از بیماریت زنهار دهند.»

پس، **مایا** بار دیگر ازو پرسید که آیا هیچگاه انسانی را مرده، دیده بود. او جواب داد: «بله، ای سلطان، بسیار و بارها نزدیك مردگان بوده‌ام.» **یاما** گفت: «از آنجا که نتوانستی در آن مردگان فرشته‌های آسمانی را که به هشدار تو فرستاده شده بودند، بشناسی، به اینجا افکنده شده‌ای. اگر این فرشتگان را دریافته و هشدارشان را بکار بسته بودی، راهت را تغییر می‌دادی، و به این جهنم عذاب نمی‌افتادی.»

۵. روزگاری زنی جوان می‌زیست بنام **کیساگوتامی**، که همسر مردی ثروتمند بود. آن زن بر اثر مرگ فرزندش، عقل خود را باخت؛ کودك مرده را به روی دست خانه به خانه می‌برد، و از مردم می‌خواست کودکش را شفا دهند.

البته که از مردم کاری برنمی‌آمد، امّا سرانجام یکی از مریدان **بودا** او را سفارش کرد که به دیدن **آن قدیس**، که در آن هنگام در **جتاوانا** مقیم بود، برود؛ پس آن زن کودك بیجانش را نزد **بودا** برد.

آن ستوده خصال از سرِ همدردی در آن زن نگریست و گفت: «برای شفا دادن این کودك مرا قدری دانهٔ خشخاش باید؛ برو، و چهار یا پنج دانهٔ خشخاش از خانه‌ای که مرگ هرگز بدانجا نیامده باشد برگیر و بیاور.»

پس آن زنِ عقل باخته بیرون رفت و کوی به کوی، در پی خانه و سرایی که مرگ هرگز بدان پا ننهاده باشد، گشت، امّا نیافت. سرانجام ناچار نزد **بودا** بازگشت. در سکوت محضر **بودا** ذهن او روشنی گرفت و معنای کلام بودا را دریافت. او کالبد فرزند را برد و به خاك سپرد، و آنگاه نزد **بودا** باز آمد و از مریدان او شد.

۴
حقیقت زندگی بشر

۱. مردم درین دنیا طبعاً مستعّد آنند که خودپسند و عاری از رأفت و همدردی با دیگران باشند. آنها نمی‌دانند چگونه یکدیگر را دوست و عزیز بدارند؛ با بگومگو و ستیز برسر چیزهای بی‌ارزش، جز رنج و عذاب خویشتن بهره نمی‌یابند؛ و زندگی برایشان همانا دور و تکرار ناشادی‌های دلتنگ‌کننده می‌شود.

مردمان، خواه غنی و خواه فقیر، دل نگرانِ نقدینه و مالند؛ از

تنگدستی در رنج‌اند، و از ثروت در عذاب. از آنجا که زندگیشان در بندِ طمع است، هیچگاه قانع نگردند و هرگز ارضاء نشوند.

یك ثروتمند که ملکی دارد، دلواپس آنست؛ او در اندیشهٔ خانه و مال و خواسته خود می‌گذراند؛ نگرانست که مبادا فاجعه‌ای برایش پیش آید، خانه‌اش در آتش بسوزد، دزدان مالش را ببرند، یا اینکه آدم‌ربایان قصد او کنند. پس از آن او واهمهٔ مرگ و بجا گذاشتن ثروتش را دارد. براستی که او درگذر مرگ تنهاست، و در این راه هیچکس او را همراه نباشد.

یك مرد بی‌چیز، همیشه از کم و کاست، رنج می‌برد و این حال در او امیال پایان‌ناپذیر ـ آرزوی داشتن ملك و اسب ـ را بیدار می‌کند. او در لهیب آتشِ طمع هم تن و هم فکر و روح خود را می‌فرساید، و در نیمهٔ زندگی و میانهٔ عمر به پای مرگ می‌رسد.

گوئی که همهٔ دنیا پیش پای چنین کسی چاه و گودال است، و حتی در گذرگاه مرگ نیز تنها و بی‌کس می‌نماید. پنداری که او راهی دور و دراز باید بپیماید، و دوستی ندارد که رفیق راهش باشد.

۲. اینك باز، پنج بلیّه و شرّ در جهان باشد. نخست، شقاوت است؛ هر جانداری، حتی حشره، علیه جاندار دیگر در کشاکش است. قوی به ضعیف می‌تازد، ضعیف به قوی حیله می‌بازد؛ همه جا جنگ است و قساوت.

دوم، نبودنِ حدّ و مرزِ روشن بین حقوق پدر و پسر؛ میان برادر بزرگتر و کوچکتر، بین زن و شوهر؛ بین خویشاوند مهتر و کهتر. در هر مناسبت و فرصت هر یك از این دو طرف می‌خواهد بالاتر باشد و از ناحیهٔ دیگران بهره برد. اینان یکدیگر را می‌فریبند؛ و ریا و بی‌صداقتی میانشان حاکم است.

سوم، نبودن حد و مرزِ معین در رفتار میان مرد و زن. هر یك از اینان، بسا که بر اندیشه‌ها و امیال ناپاك و شهوانی باشند که آنها را به اعمال ناروا، و بسیار وقت‌ها به‌مجادله، منازعه، بیداد و تبه‌کاری می‌کشانَد.

چهارم، میل و کشش مردم به ندیده گرفتن حقوق دیگران، بزرگ وانمودنِ اهمیت خود به بهای کاستی دیگران، ترویج کردارهای ناپسند با منشِ خود، به ناروا سخن گفتن، و خدعه و افترا و ناسزا و بدرفتاری نسبت به دیگران کردن.

پنجم، تمایل مردم به فروگزاری از وظایف خود نسبت به دیگران. مردم، بیش از حد به راحت خود و تمایلات خویش می‌اندیشند؛ لطف و محبت‌هایی را که درباره‌شان شده است از یاد می‌برند و مایهٔ زحمت دیگران را فراهم می‌سازند، که اغلب به بیداد و ناروایی عظیم می‌انجامد.

۳. مردم باید به یکدیگر عطوفت بیشتری داشته باشند؛ باید که همگنان را به خاطر فضیلت‌هایشان احترام بگذارند و در دشواری‌ها به

هم یاری نمایند؛ امّا آنها، به جای این کار، خودخواهی و دل‌سختی دارند؛ برای نامرادی و شکست خود به دیگران کینه می‌ورزند، و مردمِ دیگر را برای امتیازات آنها دشمن می‌دارند. این بیر اری‌ها با گذشت زمان شدت می‌گیرد، و پس از چندی تحمل‌ناپذیر می‌گردد.

این احساس‌هایِ ناخوشایندی و کین بتندی به کارهای خشن نمی‌انجامد؛ اما باز زندگی را با حسّ تنفر و خشم ورزیدن زهرآگین می‌سازد، و این احساس‌ها چنـان ژرف در فکر و روح آدمـی نقش مـی‌نهد که اثر آنرا در دور تناسخ و عمرهای دیگر با خود دارد.

براستی که، در این جهانِ شهوت، انسان تنها زاده می‌شود و تنها می‌میرد، و کسی نیست که در زندگی پس از مرگ با او در کیفرش سهیم باشد.

اصل تسبیب و قاعدهٔ فعل و جزا، یك قانون جهانی است؛ هر انسان باید خود بارِ گناهش را به دوش بکشد و مکافات آنرا به تنهایی تحمل کند. همین قاعدهٔ تسبیب و جزا، بر کردارهای نیك نیز حاکم است. زندگی توأم با رأفت و محبت، خوشبختی و شادی بار خواهد آورد.

۴. در گذر سال‌ها که مردم می‌بینند که دربند حرص و خوی بد در افتاده و در عذاب اند، بسیار اندوهگین و نومید می‌گردند. بسا که از سر این نومیدی با دیگران به منازعه درافتند، و ژرف‌تر آلودهٔ گناه شوند، و تلاش برای گام نهادن در راه حقیقت را رها سازند؛ بسا که عمرشان نابهنگام و در همان گیرودار تبه‌کاری به پایان رسد و تا به ابد در عذاب بمانند.

گرفتار آمدن در نومیدی به واسطهٔ نامرادی‌ها و محنت‌های خویشتن، غیرطبیعی‌ترین چیز و خلاف قانون آسمانی و بشری است، و از این رو، انسان هم در این جهان و هم در دنیاهای پس از مرگ، رنج خواهد کشید.

درست است که همه چیز در این جهان گذرا می‌باشد، و یکسره بی‌اعتبار است، اما دریغ آنست که انسان باید این حقیقت را نادیده گیرد و هم‌چنان در طلب لذت و ارضای امیال خود بکوشد.

۵. در محنت‌سرای جهان، طبیعی است که مردم از سر خودخواهی و خودبینی بیندیشند و عمل کنند و، بهمین علت و به همان درجه، طبیعی است که محنت و بدبختی پیامدِ کارشان باشد.

مردم به خود می‌پردازند و دیگران را فرو می‌گزارند. مردم می‌گذارند تا آمالشان به آز و شهوت و به هر تباه منشی دیگر بینجامد. به ملازمهٔ این علت‌ها است که عذاب آنان، پایان نمی‌یابد.

روزگار شکوه و تجمل دیر نمی‌پاید و تند می‌گذرد؛ هیچ لذّتی را در این جهان نمی‌توان مستدام داشت.

۶. پس، مردم باید که تا جوانی و تندرستیشان باقیست، همهٔ حرص و طمع و تعلّق خود را به زخارف دنیا دور بریزند، و باید که صادقانه در پی **معرفتِ** حقیقی باشند، زیرا که، جدا از **معرفت**، هیچ شادی یا

تکیه‌گاهی بر دوام نمی‌تواند بود.

اما بیشتر مردم به اصل تسبیب و قانون فعل و جزا بی‌اعتقاد، یا بی‌اعتنا می‌باشند. اینان به منش آز و خودپرستی باقی می‌مانند، و از این حقیقت غافلند که کردارِ نیك، بارآور سعادت و کردارِ بد، زایندهٔ تبه‌روزیست. و نیز اینان واقعاً ایمان ندارند که اعمال آدمی در زندگی کنونی، سازندهٔ حال و روز انسان در عمرهای آینده است و عبرتی هم برای دیگران، که به‌پیامد گناهانشان و کیفر و مجازات آن زنهار یابند.

مردم بر محنت‌هایشان زار می‌زنند و می‌گریند، و از اهمیّت و تأثیر اعمال کنونی خود بر زندگی‌های آینده و ارتباطی که رنج و درد امروز آنان با عمرهای گذشته‌شان دارد، یکسره بی‌خبرند. آنها فقط به امیالِ حال و به رنجِ حال می‌اندیشند.

هیچ چیز در این جهان، دایم و استوار نیست؛ همه چیز متغیّر و موقّت و بی‌اعتبار است؛ امّا مردم غافلند و خودخواه، و تنها به امیال و رنج و محنتِ لحظهٔ گذرایِ حال می‌اندیشند. آنها نه به رهنمودهای خیرخواهانه گوش می‌دهند، و نه در فهم این ارشادها می‌کوشند؛ و خود را آسان تسلیم نفعِ حال می‌کنند و دربندِ ثروت و شهوت می‌مانند.

۷. از ازل تا به امروز مردم بی‌شماری در این جهانِ فریب و فسون و محنت متولّد شده، و هنوز زاده می‌شوند؛ اما باز جای خوشبختی است که دنیا تعالیم **بودا** را دارد و انسان می‌تواند به آن معتقد و مؤیّد

باشد.

پس، مردم باید ژرف بیندیشند، باید فکر و روح خود را پاك و تن خود را درست نگهدارند، باید از آز و تبه‌کاری دوری جویند، و باید که جویای نیکی باشند.

خوشبختانه ما را دانشِ تعالیم **بودا** فرا آمده است؛ باید بر آن باشیم که بدان عقیده آوریم و آرزو نماییم که در **سرزمین پاك بودا** متولّد شویم. با دانستن رهنمودهای **بودا**، نباید که تعالیم دیگر را، که به آزمندی و معصیت راه می‌برد، دنبال کنیم، و نشاید که تعالیم **بودا** را برای خود تنها بخواهیم، بلکه باید این رهنمودها را بکار آوریم و به دیگران نیز بیاموزیم.

فصل پنجم

امداد بودا

۱
عهد و نذرهای امیدا بودا

۱. چنانکه پیشتر بیان شد، مردم را همیشه تمایل به هواهای دنیوی است؛ مکرر گناه از پیِ گناه می‌کنند، بارِ اعمال گران بر دوششان سنگینی می‌آورد، و به اندیشه یا قوهٔ خود توانِ ترك عادات ناپسندیدهٔ آزمندی و نفس‌پروری را ندارند. اگر مردمان نتوانند بر هواهای دنیوی چیره شوند و آنرا از خود برانند، چگونه چشم توانند داشت که جانِ حقیقی **بوداگری** خود را بشناسند؟

بودا، که روح آدمی را به کمال دریافت، عطوفتی عظیم نسبت به انسان داشت و نذر کرد که هر کاری را که بشود، با به جان خریدنِ سختیِ بسیار، برای رهاندن آنان از بیم و واهمه و درد و عذابشان، بکند. او در روزگاران بسیار دور، برای نجات این گرفتاران، خود را در هیأت **بودیساتوا** متجلّی ساخت، و ده نذر و پیمان زیر را با خود بست:

(الف) «هرچند هم که به **بوداگری** نایل شوم، باز هرگز به کمال نخواهم بود، تا آنکه همهٔ مردم در بسیط سرزمینِ من بیقین به **بوداگری** برسند، و **معرفت** را دریابند.

(ب) «هرچند هم که به **بوداگری** نایل آیم، تا نور اثباتیِ من به سراسر جهان نرسیده است، هرگز به کمال نخواهم بود.

(پ) «هر چند هم که به **بوداگری** نایل آیم، تا حیات من در طول اعصار تداوم نداشته و مردمان بی‌شمار را رستگار نکرده باشد، هرگز به کمال نخواهم بود.

(ت) «هرچند هم که به **بوداگری** نایل آیم، تا هنگامی که همهٔ **بوداها**، در ده جهت عالَم، در حمد و ثنای من هم‌زبان نشده‌اند، هرگز به کمال نخواهم بود.

(ث) «هرچند هم که به **بوداگری** نایل آیم، تا وقتی که مؤمنان صادق نکوشیده‌اند تا با ده بار ذکر نام من به خلوصِ ایمان، در سرزمینم باز متولد شوند، و توفیق این تولد دوباره را بیابند، هرگز به کمال نخواهم بود.

(ج) «هر چند هم که به **بوداگری** نایل شوم، تا آنگاه که مردمان در هر جا همّت ننموده‌اند که به **معرفت** برسند، به فضایل آراسته گردند، و متولد شدن در سرزمین مرا به خلوص آرزو نمایند، هرگز به کمال نخواهم بود؛ پس، همراه با خیلِ عظیم **بودیساتواها**، (سالکان طریقتم) در لحظهٔ مرگ آنان حاضر خواهم شد، تا آمدنشان را به **سرزمین پاك** خود خوشامد گویم.

(چ) «هر چند که به **بوداگری** نایل شوم، تا آن هنگام که مردم در همه جا بشنیدن نامم به سرزمین من نیندیشند، و تولد در آنجا را آرزو ننمایند و، در راه این مقصود، صادقانه بذر تقویٰ را در نهاد نکارند، و بدان

نتوانند مراد دل خویش را برآورند، هرگز به کمال نخواهم بود.

(ح) «هرچند هم که به **بوداگری** نایل شوم، تا آنگاه که همهٔ متولدشدگان به **سرزمین پاکِ** من قطعاً به **بوداگری** نرسند، و بدان نتوانند بسیاری مردم دیگر را به **معرفت** و تخلق به شفقت عظیم هدایت نمایند، هرگز به کمال نخواهم بود.

(خ) «هرچند هم که به **بوداگری** نایل شوم، تا آن هنگام که مردم در سراسر جهان از روح رحمت عاشقانهٔ من، که جان‌ها و تن‌هاشان را صفا و پاکی می‌بخشد و آنان را بر امور دنیا رفعت می‌دهد، تأثّر نپذیرفته‌اند، هرگز به کمال نخواهم بود.

(د) «هرچند هم که به **بوداگری** نائل شوم، تا هنگامی که مردم در همه جا به شنیدن نامم، اندیشه و نظر درست دربارهٔ زندگی و مرگ نیاموخته، و آن خردکاملی را که در هنگامهٔ آز و عذاب جهان، فکر و جان آنان را صافی و آرام می‌دارد نیافته‌اند، هرگز به کمال نخواهم بود.

اینك خود را به این نذر و پیمان‌ها مقیّد می‌دارم؛ باشد که تا به آنها وفا نشده است، من به **بوداگری** نرسم. باشد که وجودم منبعِ فروغ بی‌پایان گردد و گنجینه‌های خرد و فضیلت خود را بیفشانم و بتابانم؛ همهٔ سرزمین‌ها را روشن سازم، و همهٔ مردم محنت زده را برهانم.»

۲. بدین سان **او**، با جمع آوردن فضایل بی‌پایان، درگذرِ زمانِ دراز،

امیدا یا **بودایِ فروغِ بی‌پایان و حیات بی‌کران** شد، و **سرزمین نزهت بودائی** خود را، که اینك در آنجا در دنیایی از آرامش زندگی می‌کند و به همهٔ مردم نور **معرفت** می‌تاباند، به کمال رساند.

این **سرزمین پاك**، جائی که در آن محنتی نباشد، در واقع آرام‌ترین و شادترین مُلك‌ها است. هر چه از جامه و خوراك و هر چیز خوب دیگر، که ساکنان آنجا آرزو کنند، همان لحظه برایشان فراهم می‌شود. با وزیدن نسیمی ملایم بر درختان جواهرآذین، نغمهٔ تعالیم آسمانی **بودا** فضا را پر می‌کند و فکر و دل هر شنونده‌ای را صفا می‌بخشد.

در این **سرزمین پاك**، بسی گل‌های خوشبوی نیلوفر است، و هر شکوفه‌ای را بسیاری گلبرگ‌های قیمتی، و هر گلبرگی از زیبائی وصف‌ناشدنی می‌درخشد. پرتو این شکوفه‌های نیلوفر راهِ **خرد** را روشن می‌سازد، و آنان که به نغمهٔ هدایت آسمانی گوش فرا دارند، به آرامش کامل رسند.

۳. اینك همهٔ بوداهایِ هر ده جهت عالَم، فضیلت‌های این **بودای فروغ بی‌پایان و زندگی بی‌کران** را می‌ستایند.

هر آنکه نام این **بودا** را بشنود، آنرا بزرگ دارد و شادمانه دریابد؛ جان او با **بودا** یکی گردد، و در عرصهٔ شگفت‌انگیز این **جهان پاکی بودا**، متولد خواهد شد.

آنان که در این **سرزمین صفا** متولّد شوند، در زندگی بی‌کرانِ **بودا** سهیم گردند؛ دل‌هایشان از عطوفت نسبت به همهٔ رنجوران و محنت‌زدگان آکنده شود؛ و بشتابند تا آئین رستگار ساز **بودا** را بر آنان عرضه دارند.

ره‌یافتگان به **نزهت سرای بودا**، با روحیه‌ای ساخته از این ده پیمان، همهٔ تعلقات دنیا را دور می‌ریزند و فانی بودن این جهان را در- می‌یابند. آنان همهٔ تقوا و توانشان را وقف رهانیدن جان‌های با احساس می‌سازند؛ زندگی خویش را با هستی همهٔ مردم دیگر در می‌آمیزند، و با آنان در وهم و خیال سهیم می‌شوند؛ اما، در همان حال، به آزاد بودن خود از قیود و تعلقات این زندگیِ خاکی، آگاهند.

آنان موانع و دشواری‌های زندگیِ دنیا را می‌دانند، اما تأثیرها و مایه‌های بی‌حد و حصرِ رحمت **بودا** را نیز می‌شناسند. آنها در شدن و آمدن آزادند، در پیشرفتن و باز ایستادن مختارند، امّا، به‌انتخابِ خود، با مردمی یار و انباز می‌مانند که **بودا** را بر آنان رحمت است.

پس، اگر کسی به شنیدن **نام** این **امیدا بودا** به شوق آید و آن نام را به ایمان تمام بخواند، در رحمت **بودا** سهیم خواهد شد. از این رو همهٔ مردم باید که به ارشاد **بودا** گوش فرا دارند و باید که به تعلیم او روند، حتی اگر چنین نماید که راه او، آنان را بار دیگر از میان شعله و شراره‌هایی که این جهانِ زندگی و مرگ را فرا گرفته است، می‌گذراند.

اگر مردم براستی و از روی صدق آرزومند رسیدن به **معرفت** باشند، باید که به نیروی این **بودا** تکیه کنند. بی‌مدد این **بودا** محال است که یك انسان عادی بتواند **جان بودایی** اعلای خود را دریابد.

۴. **امیدا بودا** به هر کسی نزدیك است. **نزهت سرای** او را در جایی دور دست در غرب دانسته‌اند، اما قلمرو آن در نهاد و اندیشهٔ کسانی که صادقانه آرزوی با او بودن را دارند نیز، بسیط است.

هنگامی که بعضی مردم نگارهٔ **امیدا بودا** را، که در تشعشعی طلائی می‌درخشد، در ذهن خود مصوّر می‌کنند، این تصویر به چهل و هشت هزار صورت یا پیکره تقسیم می‌شود، که هر صورت چهل و هشت هزار پرتو نور ساطع می‌کند و هر پرتو نور، که جهانی را فروزان می‌سازد، انسانی را که نام **بودا** بر زبان دارد روشنائی می‌بخشد. بدین‌سان این **بودا** مردم را یارا می‌دهد که رستگاری را که او فراراهشان داشته است، دریابند.

دیدن نگارهٔ **بودا** انسان را یارا می‌بخشد تا اندیشهٔ **بودا** را بشناسد. در دل **بودا** رحمتی است عظیم برای همهٔ مردم، حتی برای آنان که منکر رحمتِ او یا غافل از آنند، و بسی بیشتر آنانراست که به این رحمت آگاهی و ایمان دارند.

بودا به مردم مؤمن فرصت می‌دهد تا با او وحدت یابند. از آنجا که این **بودا** وجودِ همه شمولی است سراسر نَصَفَت و عدل، هر آنکه به

بودا بیندیشد، **بودا** به او فکر می‌کند و بی‌مانع و رادعی به جان و اندیشه‌اش وارد می‌شود.

این حال به معنی آنست که چون کسی به **بودا** بیندیشد، دل و اندیشهٔ **بودا** را به کمال و در نهایت فرح و آرامی و پاکیش دارد. به تعبیر دیگر، اندیشهٔ او یك **اندیشهٔ بودائی** است.

پس، هر انسانی در صفا و خلوص ایمان باید که اندیشهٔ خود را چنانکه اندیشهٔ **بودا** است، تصویر کند.

۵. **بودا** هیأت‌های فراوان از تبدیل صورت و تولّد دوباره دارد، و می‌تواند خود را به تناسب قابلیت هر کسی به صورت‌های بسیار گونه و متنوع به تجلّی آورد.

او تن خود را به وسعتی عظیم نمودار می‌سازد، چنانکه همهٔ آسمان را فرا می‌گیرد و به فضاهای بیکران افلاك گسترانیده می‌شود. او هم‌چنین خود را در نمودهای ذرّه‌ای و در زوایای طبیعت متجلّی می‌دارد، گاهی به نگاره‌ها و پیکره‌ها، گاه چون قوّه و نیرو، گاه در زمینه‌ها و تجلیّات اندیشه و گاه نیز در شخصیّت.

امّا بر آنان که با ایمان ذکر نام **بودا** را گویند، یقین است که **او** به صورتی و جلوه‌ای نمایان خواهد شد. **امیدا** بر این مؤمنان همیشه همراه با دو **بودیساتوا**، متجلّی می‌شود؛ یکی **آوالوکیته ساوارا، بودیساتوای رحمت** و دیگری **مهاستهاما ـ پراپتا، بودیساتوای خِرَد.**

تجلّی **او** جهان را پُر می‌کند، تا هر کسی پیدایش کند. امّا آنانکه ایمان دارند، حضور **بودا** و فرشتگان رحمت و خرد را متوجّه شوند.

کسانی که بتوانند تجلّی گذرای **او** را ببینند، خوشنودی وسعادت جاوید یابند. برتر از این، آنها که بتوانند **بودای واقعی** را ببینند، گنج‌های بی‌شمارِ سرور و آرامش را دریابند.

۶. از آنجا که جان **امیدا بودا**، با همهٔ مایه‌های بی‌حدّ و حصر عشق و خرد که آنراست، خود عین رحمت است، **بودا** همهٔ مردم را نجات تواند داد.

بدکارترین مردم ـ آنان که مرتکب باور نکردنی‌ترین جرائم می‌شوند، آنها که سرشان انباشته از آز و خشم و غفلت است؛ آنها که دروغ و یاوه و ناسزا و سخن نیرنگ بر زبان دارند؛ آنانکه آدمکشی و دزدی و شهوت‌رانی می‌کنند، کسانی که سال‌های عمر را به بدکرداری به آخر می‌رسانند ـ دوران دراز مکافات درانتظارشان است.

در واپسین دم زندگی اینان، دوست خوبی نزدشان می‌آید و از راه خیرخواهی می‌گوید که: «تو اینك مرگ را پیش رو داری؛ لکهٔ تبه‌کاری را از زندگیت پاك نتوانی کرد، اما باشد که با ذکر نامِ **بودایِ فروغِ بی‌پایان**، به رحمت **او** پناه بری.

اگر این مردم تبه‌کار، نام مقدّس **امیدا بودا** را با خلوص نیّت بر

زبان آورند، همهٔ گناهانی که آنان را به راه دوزخ کشانده بود، پاك خواهند شد.

چون همان ذکرِ این نام خجسته چنین رستگاری دهد، اگر آدمی بتواند اندیشهٔ خود را متوجه این **بودا** سازد، بهره‌ای چه بسیار بیشتر خواهد برد!

آنانکه بدین سان توفیق ذکر این نام مقدّس را بیابند، چون به پایانِ زندگی رسند، لقاء **امیدا بودا** و **فرشتگان رحمت و خرد** را خواهند یافت، و آنان او را به سرزمین **بودا** خواهند برد، جایی که در آن به پاکیِ گل نیلوفر سفید متولد خواهند شد.

پس، همه باید کلمات «**نامو ـ امیدا ـ بوُتسوُ**» یا «**توکلّ به بودای فروغ بی‌پایان و زندگی بیکران باخلوص قلب**» را به خاطر بسپارند.

۲
سرزمین صفای امیدا بودا

۱. **بودای فروغ بی‌پایان و زندگی بیکران**، همیشه زنده است و **نور حقیقت** او همواره ساطع. در **سرزمین نزهت** او نه محنتی است و نه ظلمتی، و هر ساعت آن به سرور می‌گذرد؛ از این رو است که آنجا را **سرای سعادت** می‌نامند.

در میانهٔ این **سرزمین** دریاچه‌ایست با آبی زلال، خوش و درخشان، که امواج آن ساحل شن‌های طلائی را به نرمی نوازش می‌دهد. گل‌های درشتِ نیلوفر به بزرگی چرخ‌های ارابه و به انواع

رنگ و رخشندگی، در هر گوشه و کنار جلوه دارند. نـور آبـی از نیلوفر آبی رنگ می‌درخشد، نور زرد از گل زرد، نور قرمز از نیلوفر سرخ و نور سفید از گل سپید، و عطر گل‌ها فضا را پُر می‌کند.

در ساحل این دریاچه، جابجا سایبان‌ها و سراپرده‌هایی اسـت آراسته به طلا و نقره، سنگ لاجورد و جواهر و بلور، با پله‌هایی مرمرین که تا لبهٔ آب پایین می‌روند. در جاهای دیگر سر پناه‌هایی با طارمی‌ها و نرده‌های پرده کشیده، و زیور گرفته از رشته‌های جواهر، بر بالای آب آویخته است، و فاصلهٔ میان این جایگاه‌ها را بیشه‌های پر از درخت‌های ادویه و بوته‌های گل پوشانده است.

زمین رخشنده از زیبایی و گل‌عذار است و هوا مشکبار و مواج از نغمه‌های آسمانی. گلبرگ‌های رنگارنگ به الوان لطیف، شش بار در شبانه روز از آسمان می‌ریزد و مردم آنها را در گلدان‌ها جمع می‌کنند و به همهٔ دیگر سرزمین‌های بودا می‌برند و به بسیاری از **بوداها** پیش‌کش می‌نمایند.

۲. در این سرزمینِ شگفتی‌ها، پرندگان بسیارند. قوها و لك‌لك‌هایی به سفیدی برف، و طاووس‌ها و مرغانِ بهشتیِ گرمسیر به رنگ‌های خوش و شاد، و دسته‌های مرغانِ خوش آواز که به نرمی نغمه سرایند. در **سرزمین صفای بودا** این مرغانِ خوش‌آواز سخن ارشاد **بودا** را در نغمه دارند و تسبیح‌گوی مناقب اویند.

هر کس که به نغمهٔ این آواهـا گوش بسپارد، صدایِ **بودا** را

می‌شنود، و به ایمان، سرور و آرامشی تازه در معاشرت و اخوّت پیروان بودا در هر جا، چشم باز می‌کند.

بادِ صبا نرم نرمك بر درختان این **سرزمین پاك** می‌وزد و پرده‌های عطرآگین **سراپرده‌ها** را به موج و تاب می‌اندازد و با ترنمّی شیرین از آنجا می‌گذرد.

مردم به شنیدن نواهای لطیف این موسیقی بهشتی به **بودا**، به **دهرما** (ارشاد)، و به **سنگها** (اخوت) می‌اندیشند. همهٔ این والایی‌ها همانا جلوه‌هایی است از آن **سرزمین پاك**.

۳. چرا **بودا** را دراین سرزمین، به نام **امیدا**، که به معنی **بودای فروغ بی‌پایان و زندگی بیکران** است، می‌نامند؟ وجه این تسمیه آنست که درخشش **حقیقت او** بی‌مانع و رادعی بر اقصیٰ زوایای درون و بیرون **قلمروهای بودا** می‌تابد؛ زیرا که شوق و جانِ رحمتِ باقی **او** درگذر عمرهای بی‌شمار و طی زمان بسیار، هرگز نمی‌فرساید.

این وجه تسمیه به اعتبار عدهٔ بی‌شمار کسانی است که در **سرزمینِ پاكِ او** متولّد می‌شوند و معرفت را به کمال در می‌یابند، و هرگز به دنیای وهم و باطل و مرگ باز نمی‌گردند.

این وجه تسمیه بدانست که عدهٔ آنهایی هم که **به فروغ او** به طراوت زندگی چشم باز کرده‌اند، بی‌شمار باشد.

پس، اگر همهٔ مردم، فکر و دل خود را بر **نام او** متمرکز دارند، و نزدیك به پایان عمر، حتی در یك روز یا هفت روز واپسین زندگی، **نام امیدا بودا** را با ایمان کامل بر زبان آورند و با حضور ذهن ذکر او را گویند، در **سرزمین صفای بودا** متولد می‌گردند و به وسیلهٔ **امیدا بودا** و بسیاری دیگر از قدیسین، که درین دم آخر زندگی بر مردمان ظاهر گردند، هدایت می‌شوند.

هر انسانی اگر نام **امیدا بودا** را بشنود، و به مدد تعالیم **او** ایمان خود را بیدار سازد، خواهد توانست به **معرفت** والا و کامل نایل آید.

سِیر و سلوك

فصل اوّل

طریقهٔ تهذیب

۱
تهذیبِ فکر

۱. مردم به هواهای دنیا گرفتارند که آنان را به وهم و پندار و رنج و محنت می‌کشاند. آدمی به پنج طریق می‌تواند خود را از بندِ هواهای دنیا آزاد کند:

نخست، مردم باید که دربارهٔ چیزها رأی و اندیشهٔ درست داشته باشند، نظرهایی که بر بینش دقیق استوار باشد، و موجبات و آثار چیزها و اهمیّت آنها را به درستی بشناسند. از آنجا که مایهٔ تألّم آدمی در امیال و تعلّقات ذهن است، و چون میل و تعلّق با نگرش‌های بی‌راه یك نفس خودپرست مرتبط است، که از اهمیّت قانون تسبیب و جزا غافل می‌ماند، و از آنرو که رنج و عذاب آدمی از این بینش‌های نادرست بار می‌آید، آرامی نفس و جان، تنها آنگاه میسّر شود که فکر و اندیشه ازین هواهای دنیوی رها تواند شد.

دوم، مردم با درست و بردبارانه مهار ساختنِ اندیشه می‌توانند از این بینش‌های بی‌راه و هواهای دنیوی بار آمده از آن رهایی یابند. آنها با مهار داشتن مؤثر اندیشه، می‌توانند از امیال حاصل از انگیزش و هوس حواسِ دیدن و شنیدن و بوئیدن و چشیدن و لمس کردن و بازتاب‌های آن در فکر، جلوگیری کنند، و با این کار، همهٔ هواهای دنیوی را از ریشه برکنند.

سوم، مردم باید که دربارهٔ کاربرد صحیح هر چیز رأی و نظر درست داشته باشند. به بیان دیگر، دربارهٔ خوردنی‌ها و پوشیدنی‌ها نباید که به اعتبار راحت و لذت آن بیندیشند، بلکه این چیزها را صرفاً به اقتضای نیازهای بدن بنگرند. به لباس برای حفظ بدن از شداید سرما و گرما و برای پوشاندن عورت تن، نیاز است؛ خوراك برای تغذیهٔ تن به هنگام پرداختن انسان به فراگیری و سیر و سلوك در راه **معرفت و بوداگری**، بایسته است. هواهای دنیوی از چنین بینش و اندیشه‌ای بارور نتواند شد.

چهارم، مردم باید که مدارا پیشه دارند، باید که خود را بـه تحمـلّ ناراحتی‌های سرما و گرما و گرسنگی و تشنگی آموخته کنند؛ باید یاد گیرند که در برابر دشنام و بدرفتاری صبور باشند؛ زیرا که این صبوری و ممارستِ در تحمل، شرارهٔ هواهای دنیوی را، که تن آنان را می‌سوزد، فرو می‌نشاند.

پنجم، مردم باید خود را بیاموزند که هر خطری رابتوانند دید، تا با این آگاهی از آن خطر دور مانند. هم‌چنانکه یك مرد دانا از اسبان وحشی و سگ‌های هار دوری می‌جوید، انسان نیز باید که از مردم بد دوری گزیند و نباید به جائی که دانایان از آن گریزانند، برود. چون آدمی حزم و دوراندیشی به کار برد، آتش هواهای دنیوی که تند و بلند زبانه می‌کشد ، فرو خواهد مرد.

۲. آرزوها و هوس‌های دنیا پنج دسته‌اند؛

امیالِ برآمده از مشاهدهٔ مناظری که چشم می‌بیند؛ هوس‌های پیدا شده از صداهائی که گوش می‌شنود؛ امیال انگیخته از رایحه‌هایی که شامّه می‌بوید؛ امیال بار آمده از مزه‌هایی که زبان می‌چشد، و امیال حاصل از چیزهایی که برای حسّ لامِسه خوشایند است. راحت‌طلبی تن از این پنج دروازهٔ امیال به درون می‌آید.

بیشتر مردم، که در تأثیر هوسِ آسایش‌طلبیِ تن خویشند، به بلاهایی که پیامد تن‌آسایی است توجه ندارند؛ و چونان خرسی که در بیشه به دام صیادی افتد، در دام دیوی گرفتار می‌آیند. براستی که این پنج دروازهٔ امیال، که از حواس پنجگانه بر می‌آید، هولناك‌ترین دام‌هاست. مردم چون در این دام‌ها افتند، به بند هواهای دنیوی گرفتار آیند و در رنج بمانند. آنها باید که راه رهائی از این دام‌ها را بشناسند.

۳. راه واحدی برای رها شدن از دام هواهای دنیوی وجود ندارد. تصور کنید اگر یك مار، یك سوسمار، یك پرنده، یك سگ، یك روباه و یك میمون را، که شش جانورند با طبایع بسیار مختلف، بگیرند و باریسمانی سخت به هم ببندند و رهایشان سازند، هر یك از این شش جانور خواهد کوشید تا به شیوهٔ خود به لانه‌اش برگردد. مار، در پی علفزار است تا از چشم پنهان باشد، سوسمار به دنبال آب است، پرنده خواهد که در هوا بپرد، سگ در جست وجوی یك دِه و آبادیست، روباه به دنبال پرتگاه‌های دور افتاده است و میمون در طلب درخت و بیشه. از آنجا که هر یك از این جانوران می‌کوشد تا به راه خود رود، پس درهم می‌آویزند، اما، چون با ریسمانی به یکدیگر بسته‌اند، آن یك که

زورمندتر است جانورانِ دیگر را به دنبال می‌کشد.

آدمی نیز، مانند جانوران در این مثال، با امیالِ شش حسّ خود، یعنی چشم، گوش، بینی، زبان، پوست و مغز، به راه‌های مختلف انگیخته می‌شود، و چیرهٔ آن حسّی می‌ماند که به نیرو برتر است.

اگر این شش جانور را به دیرکی ببندند، آنها آن قدر برای رهایی تلاش می‌کنند، تا خسته و درمانده شوند، و آنگاه در کنار آن تیر بر زمین می‌آسایند. درست همانند این حال اگر مردم مغز و اندیشهٔ خود را بپرورند و مهار دارند، از آن پس رنج و گرفتاری از پنج حسّ دیگر نخواهند داشت. چون که اندیشه در مهار باشد، مردم سعادتِ حال و آینده را خواهند یافت.

۴. مردم دوستدارِ راحتِ نفسِ خودپرستِ خویشند، که همانا عشق به ناموری و ستایش است. اما شهرت و ثنا چون بخوری است که خود را می‌سوزد واز میان می‌رود. اگر مردم در پی نام و افتخار و تحسین عام روند، از راه حقیقت به در شوند، در بلا و گرفتاری افتند، و زود باشد که پشیمان گردند.

کسی که در پی شهرت و ثروت و هوسرانی باشد، به کودکی می‌ماند که لبهٔ تیز چاقوی آمیخته به عسل را به زبان زند. آن کودك با چشیدنِ شهدِ عسل، خطر بریدن زبان را ناگزیر به جان می‌خرد. نیز او چون کسی است که فانوسی را در جهت مخالفِ تندباد ببرد؛ یقین که شعلهٔ فانوس دست و روی او را خواهد سوخت.

انسان نباید به ذهن خود، که انباشته از آز و خشم و نابخردی است، اعتماد نهد. انسان نباید که اندیشه‌اش را در سیر و گشت آزاد بگذارد، بلکه باید آنرا سخت مهار کند.

۵. چیرگیِ تمام یافتن بر ذهن، دشوارترین کار است. کسانی که در پی معرفت باشند باید که نخست خود را از آتش همهٔ امیال برهانند.میل و هوس شراره‌ای سرکش است. و جویندهٔ **معرفت** باید که از آتش هوس بپرهیزد؛ هم‌چنانکه آنکس که بار علف خشك با خود می‌برد، از جرقه دوری می‌جوید.

امّا اگر کسی از بیم فریفته شدن به صورت‌ها و مناظر زیبا، چشم‌هایش را در آورد، عین حماقت است. اندیشه سلطان حواس است و اگر اندیشه در مهار باشد، امیال ضعیف‌تر زمینهٔ بروز نمی‌یابند.

دنبال کردن راهِ **معرفت** دشوار است، اما اگر مردمان را اندیشه‌ای پویای این طریقت نباشد، راه دشوارتر است. بی‌وجود معرفت، این جهان زندگی و مرگ را، محنت بی‌پایان باشد.

پی‌جویی راه **معرفت** چنانست که نره گاوی ارابه‌ای گران را در زمین باتلاق بکشد؛ اگر آن نره گاو به هیچ چیز دیگر اعتنا ننماید،و همهٔ زور و حواس خود را در کار آورد، ارابه را از باتلاق بگذراند و راحت یابد. هم‌چنین، اگر اندیشه مهارزده، و در جادهٔ راست نگهداشته شود، گل و لای آزمندی در میان نخواهد بود که آنرا منحرف کند و محنت‌ها همه از آن زدوده خواهد گشت.

۶. آنان که راه **معرفت** را جویند، باید که نخست همهٔ غرور خودبینانه را از خویش بزدایند، و فروتنانه مشتاق پذیرفتن نورِ تعالیم **بودا** باشند. هر چه گنج که در دنیاست و همهٔ طلا و نقره و افتخارات آن، در برابر خرد و فضیلت وزنی ندارد.

برای بهره‌مند بودن از تندرستی، برای فراهم آوردن سعادت حقیقی در خانواده، برای زیستن به صلح و صفا با همهٔ مردم، انسان باید که نخست اندیشهٔ خود را به راه آورد و مهار دارد. آدمی چون بر اندیشه‌اش چیره گشت، **طریق معرفت** را تواند یافت، و همهٔ گنجینه‌های خرد و فضیلت خودبخود بهرهٔ او خواهد شد.

هم‌چنانکه ذخایر و سنگ‌های قیمتی از دل زمین یافته شود، فضیلت هم از کردارهای خوب بار آید، و خرد نیز از اندیشه‌ای صافی و سلیم‌زاده شود. آدمی را فروغ خرد و رهنمود فضیلت باید، تا از راه پیچاپیچ عمر به سلامت بگذرد.

تعلیم **بودا** که به مردم می‌آموزد چگونه آلایش‌های آز و خشم و نابخردی را از خود بزدایند، سخنی خجسته است؛ و آنانکه این تعلیم را به کار بندند، سعادتِ یك زندگی خوب را در می‌یابند.

۷. مردمان را طبع آنست که در سویِ افکارِ خود بروند. اگر آنان اندیشه‌های آزمندی را در خود بپرورند، آزمندتر خواهند شد؛ اگر فکرهای خشم‌آمیز در سر آورند، خشمگین‌تر خواهند شد؛ اگر اندیشهٔ انتقام در سر نهند، در آن سو گام برخواهند داشت.

کشاورزان در فصل درو، گله‌های خود را در آغل و حصار نگه‌می‌دارند، مبادا که دام‌ها از چپرها بگذرند و به مزارع بروند و مایهٔ شکایت کشتکاران گردند، یا کشته شوند؛ هم‌چنین مردم باید که اندیشه‌هاشان را به دقت از آفت‌های ناراستی و تیرگی پاس دارند. آنها باید فکرهایی را که مایهٔ طمع و جهل و نابخردی است، بزدایند، و افکاری را که مؤیّد خیرخواهی و مهربانی است، بپرورانند.

چون بهار آید و چراگاهها از علف تازه پوشیده شود، دهقانان دام‌هایشان را رها کنند؛ اما در این هنگام هم به دقت مراقب آنها باشند. دربارهٔ اندیشهٔ مردمان نیز چنین است؛ حتی در بهترین احوال نیز باید هوای اندیشه را داشت.

۸. زمانی، **شاکیامونی بودا** در شهر **کائوسامبی** مقیم بود. در این شهر کسی بود که او را انکار می‌کرد و مردم سست عنصر را می‌خرید تا داستان‌های دروغ دربارهٔ او شایع سازند. در این احوال برای مریدان او دشوار بود که از راه گدایی غذایِ کافی تهیه نمایند، و ناسزا و بدرفتاری با آنان بسیار می‌شد.

آناندا به **شاکیامونی** گفت: «بهتر است که در چنین شهری نمانیم. شهرهایی دیگر و بزرگتر هست که می‌توانیم آنجا برویم. بهتر است که از این شهر برویم.»

آن **وجود مبارك** پاسخ داد: «گیریم که شهر دیگر هم مانند این شهر باشد، آنوقت چه خواهیم کرد؟»

ـ «پس به یك شهر دیگر می‌رویم.»

آن **وجود مبارك** پاسخ داد: «نه، **آناندا**، مسئله از این راه پایان نمی‌گیرد. بهتر آنکه اینجا بمانیم و این بدرفتاری را بردبارانه تحمل کنیم، تا پایان گیرد، و آنگاه به جای دیگر برویم.

«در این جهان سود و زیان، خفّت و حرمت، تمجید و ناسزا، و محنت و خوشی در کار است؛ وجودِ تجلّی یافته از **معرفت**، چیرهٔ این چیزهای بیرونی نیست؛ اینها به همان تندی که می‌آیند، پایان می‌پذیرند.»

۲
منش خوب

۱. جویندگان راه **معرفت**، باید که ضرورتِ همواره پاك داشتنِ تن، زبان و اندیشهٔ خود را، همیشه در یاد داشته باشند. برای پاك داشتنِ بدن، باید که آدمی هرگز جانداری را نکُشد، دزدی نکند و تن به زنا نیالاید. برای پاك داشتن زبان، باید که انسان دروغ نگوید یا لب به سخن ناسزا، فریب و حرف یاوه و هزل نگشاید. برای پاك داشتن اندیشه، باید که آدمی همهٔ هواهای آزمندی و خشم و کج‌اندیشی را از سر بیرون کند.

چون که اندیشه آلایش یافت، یقین که کردارهای آدمی آلوده شود؛ و چون کردارها آلوده شد، رنج و محنت ناگزیر خواهد بود. پس آدمی را مهم‌ترین کار آنست که اندیشه و تن را پاك بدارد.

۲. روزگاری بیوهٔ ثروتمندی می‌زیست، که برایِ مهربانی و فروتنی و ادبش محبوب همه بود. او خدمتگاری دانا و سخت‌کوش داشت.

روزی آن خدمتگار با خود اندیشید که: «بانوی من زن بسیار محبوبی است؛ نمی‌دانم او ذاتاً زن خوبی است یا به واسطهٔ احوالِ محیط خود را خوب نشان داده است؟ بهتر است او را بیازمایم، و واقع حال او را دریابم.»

روز بعد آن خدمتگار تا نزدیك نیمروز خود را ننمود. بانویش برآشفت و او را به پرخاش گرفت. خدمتکار گفت: «اگر من همین یك یا دو روز تنبلی کنم، خانم نباید که از خود بیخود شود.» آن بانو از این حرف بر سر خشم آمد.

روز دیگر خدمتگار باز دیر از خواب برخاست. این کار خشم آن بانو را لبریز کرد و خدمتگار را با چوب زد. همهٔ مردم از این ماجرا شنیدند و آن بیوهٔ ثروتمند، شهرت نیکش را از دست داد.

۳. بسیاری از مردم به این زن می‌مانند؛ تا آنگاه که احوالِ پیرامون آنها مطلوب است، مهربان و فروتن و آرام باشند، اما معلوم نیست که اگر اوضاع محیط تغییر یابد، و احوال ناخوشایند شود، آنها باز به همان منش بمانند.

تنها آنگاه کسی را نیك توان دانست که اگر سخنان ناخوشایند بشنود، اگر دیگران با او بدرفتاری کنند، یا در نداشتن خوراك و لباس و سرپناه بسزا، اندیشه‌اش را همچنان پاك و سلیم نگهدارد، و نیکومنش

بماند.

پس، کسانی که فقط به‌هنگام مطلوب بودن احوال و محیط نیک‌کردارند و اندیشهٔ سلیم دارند، براستی از نیکان نباشند. فقط کسانی را که تعالیم بودا را دریافته و اندیشه‌ها و تن‌های خود را بدان بارآورده‌اند می‌توان مردمی در حقیقت خوب، فروتن و سلیم نامید.

۴. سخن و کلام را، از نظر تناسبِ کاربرد، به پنج گونه دسته‌بندی می‌نمایند: سخنان مناسب و به موقع و سخنانی که مناسبت ندارد؛ سخنانی که با حقایق سازگار است و آنها که با واقعیت نمی‌خوانند؛ سخنانی که خوشایند شنونده است و حرفهایی که نامطبوع است؛ سخنانی که سودمند است و حرفهایی که زیان‌بار است؛ و، سرانجام، سخنانی که ملاطفت‌آمیز است و حرفهایی که نفرت‌آلود می‌باشد.

باید که هر سخنی را که بر زبان می‌آید، به دقت برگزینیم؛ چرا که مردم آنرا می‌شنوند و خوب یا بد، در تأثیر آن می‌شوند. اگر اندیشهٔ ما آکنده از ملاطفت و شفقت باشد، در برابر سخنان بدی که می‌شنویم تاب خواهیم آورد. نباید بگذاریم سخنان ناهنجار از دهانمان بیرون آید، که این حرف‌ها حسّ خشم و نفرت را در شنونده برانگیزد. سخنان ما باید که همواره کلامِ ملاطفت و خرد باشد.

کسی را در نظر آورید که بخواهد زمین را خوب بروبد. اگر او

خاکروبی بردارد و با پشتکار تمام، خاك و خسِ هرگوشه و کنار را به اطراف بپاشد، با این کار زمین پاك نخواهد شد. ما نیز امید نتوانیم داشت که همهٔ سخنان (نابجا و ناخوشایند) را از میان برداریم؛ پس باید که ذهن و اندیشه‌مان را چنان بار آوریم و دل‌هایمان را بدانگونه پرمهر کنیم که از سخنانِ مردم رنجه و آشفته نگردیم.

باشد که کسی بکوشد که با آب و رنگ بر پردهٔ آسمان آبی نقاشی کند، اما این کار محال است. هم‌چنین محال است که بتوان رودخانه‌ای بزرگ را با گرمای یك مشعلِ علف سوز، خشکاند، یا با بهم ساییدن دو تکّه چرم پرداخته، صدائی پر طنین ساخت. به همین گونه، مردم باید که اندیشه‌هایشان را چنان بپرورند که، به هیچ سخنی، خوب یا بد، آشفته و پریشان نگردد.

مردم باید که اندیشه‌هایشان را بارور سازند، و آنرا چون پهنهٔ زمینِ فراخ و باز، چون آسمان بی‌کران، چون رودی بزرگ و ژرف و چون چرمی نرم پرداخته شده، لطیف نگه دارند.

حتی آنگاه که دشمن ترا بگیرد و آزار دهد، اگر به ستیز برآئی، پیرو تعالیم **بودا** نباشی. باید یاد گیری که در هر احوالی چنین اندیشی که: «دل و اندیشهٔ من تزلزل‌ناپذیر است؛ سخنی از سر خشم و نفرت بر زبانم نخواهد رفت. با افکار ملاطفت و رحمت خود، که از دل آکنده از شفقتم، برای همهٔ مخلوقاتِ دارای احساس، می‌جوشد، بر دشمنم چیره خواهم شد.»

۵. افسانه‌ای آورده‌اند از مردی که خاکریزی درست شده از لانهٔ مورچگان را دید که در روز می‌سوخت، و شب هنگام دود می‌کرد. او نزد مردی فرزانه رفت و از او پرسید که با آن خاکریز چه باید کرد. آن فرزانه به او گفت. که خاکریز را با شمشیری بشکافد، و آن مرد چنین کرد. او با کندن خاکریز، جابجا، یك کلونِ در، چند حبابِ آب، یك چنگك، یك جعبه، یك لاك‌پشت، یك چاقوو یك تکه گوشت پیدا کرد؛ و سرانجام اژدهائی دید که از سوراخ بیرون آمد. مرد از آنچه که یافته و دیده بود با آن فرزانه گفت. مرد فرزانه، اهمیّت کار را برای او روشن ساخت و گفت: «هرچه را که یافته‌ای، جز آن اژدها، دور انداز؛ اژدها را به حال خود واگذار و مزاحم او مشو.»

در این مثل «خاکریز ساخته شده از لانهٔ مورچگان» همانا کنایه از تن آدمی است. «سوختن بهنگام روز» نمودار این حقیقت است که مردم آنچه را که به شب درباره‌اش اندیشیده‌اند، در روز به عمل در می‌آورند. «دود کردن به هنگام شب» نشانهٔ این حقیقت است که مردم آنچه را که در روز انجام داده‌اند، شب هنگام با خشنودی یا دریغ به یاد می‌آورند.

در همان مثل، آن «مرد» (که خاکریز را یافت) به منزلهٔ کسی است که در جستجوی **معرفت** است. «مرد فرزانه» به معنی **بودا** است. «شمشیر» به معنی اندیشهٔ صافی است. مراد از «کاوش خاکریز» کوششی است که آن جوینده باید برای نیل به **معرفت** انجام دهد.

در دنبالهٔ داستان، «کلونِ در» کنایه از غفلت آدمی است، «حباب‌ها» همانا بادو هوای محنت و خشم است؛ چنگك نشانهٔ دو دلی و ناآرامی است؛ «جعبه» کنایه از انباشتن آز، خشم، کاهلی، رأی‌گردانی، پشیمانی و پندار و هویٰ است؛ «لاك‌پشت» به منزلهٔ تن و اندیشه است؛ «چاقو» به معنی آمیختن امیالِ پنج حس است، و «یك تکه گوشت» به معنی هوسِ حاصل از این ترکیب است، که آدمی را وامی‌دارد تا به دنبال ارضای نفس برود. این چیزها همه برای انسان زیانبار است، و از این رو **بودا** گفت: «همه چیز را دور بریز.»

باز در این افسانه، «اژدها» نشانهٔ اندیشه‌ای است که همهٔ هواهای دنیوی را از خود دور ساخته است. اگر انسان درون خود را با شمشیر خِرَد بکاوَد، سرانجام به این اژدها خواهد رسید. «اژدها را به حال خود بگذار و مزاحم او مشو» یعنی که به دنبال اندیشه‌ای فارغ از امیالِ دنیوی رو، و برای یافتن آن تکاپو کن.

۶. **پیندولا**، یکی از مریدان **بودا**، پس از رسیدن به **معرفت**، به زادگاهش **کائوسامبی** بازگشت تا به جبران محبتی که مردم آنجا به او نموده بودند، برآید. او با این کار زمینه را برای کاشتن بذرهای **بودا** آماده ساخت.

در دامنه‌های آبادیِ **کائوسامبی** باغ کوچکی است در امتداد کنارهٔ رودخانهٔ **گنگ**، که ردیف‌های بی‌شمار درختان نارگیل بر آن سایه انداخته است، و بادی خنك همواره آنجا می‌وزد.

در یك روز گرم تابستان، **پیندولا** در سایهٔ خنكِ درختی به ذکر و تفکر نشسته بود، که در این هنگام امیر **اودیانا** با همسران خود به تفرّج در این باغ آمد، و بعد از موسیقی و بزم، در سایهٔ درختی دیگر، به خواب آسود.

چون امیر بخفت، همسران و ندیمانش به گشت و گذارِ باغ رفتند و ناگاه به **پیندولا** که به ذکر و تفکر نشسته بود رسیدند. آنها دریافتند که او از قدیسین است و خواستند تا آنها را ارشاد نماید، و به شنیدن موعظه‌اش نشستند.

امیر چون از خواب برخاست، به دنبال بانوانش گشت، و دید که آنها **پیندولا** را دوره کرده و به تعلیمش گوش سپرده‌اند. امیر از سرِ پر- حسد و شهوتی که داشت، خشمگین شد و **پیندولا** را به باد ناسزا گرفت و گفت: «برتو که یك مرد مقدسی، نابخشودنی است که در میانهٔ زنان نشسته باشی، و به گفتگوی هرزه با آنان خوش بگذرانی.» **پیندولا** چشمانش را به آرامی بست و خاموش ماند.

امیرِ خشمگین شمشیرش را بیرون کشید و قصد **پیندولا** نمود، امّا آن مرد مقدس همچنان خاموش مانده و، به‌استواری کوه، بر جای نشسته بود. این حال امیر را بیشتر خشمگین ساخت، پس او خاکریزی از لانهٔ مورچگان را شکافت، و تکه‌ای خاك و خاشاكِ پر از مور را به سوی او پرت کرد؛ اما **پیندولا** همچنان در ذکر و تفکر نشسته ماند، و بدرفتاری و درد را به آرامی تاب آورد.

در اینجا، امیر از رفتار ددمنشانهٔ خود شرم آورد و از **پیندولا** خواست که او را ببخشد. در نتیجهٔ این پیشامد، تعالیم **بودا** به دژِ آن امیر راه یافت، و از آنجا به سراسر کشور گسترده شد.

۷. چند روزی پس از آن رویداد، امیـر **اودیانا** به دیدن **پیندولا**، به گوشهٔ دور افتادهٔ بیشه‌ای که او می‌زیست، رفت و پرسید: «ای معلم بزرگوار، چگونه است که شاگـردان **بودا** می‌توانند تن و اندیشهٔ خود را پاك و از وسوسهٔ شهوت دور نگه دارند، حال آنکه بیشتر آنان مردان جوانند؟»

پیندولا پاسخ داد: «ای امیر والا، **بودا** ما را آموخت که همهٔ زنان را حرمت نهیم. او ما را یاد داد که همهٔ زنان پیر را چون مادر خود بنگریم، و زنان همسال را چون خواهر خود، و زنان جوان‌تر از خود را چون دخترانمان ببینیم. در نتیجهٔ این تعلیم است که شاگردان **بودا**، هرچند که جوانسال باشند، می‌توانند تن و اندیشهٔ خود را پاك و دور از وسوسهٔ شهوت نگاه دارند.»

امیر گفت: «اما، ای مرشد بزرگوار، باشد که کسی دربارهٔ زنی به سنّ مادر یا خواهـر یا دخترش افکار آلوده در سر بدارد. شاگردان **بودا** چگونه بر هوس‌های خود چیره می‌شوند؟»

پیندولا پاسخ گفت: «ای امیر والا، آن **وجـود مبـارك** ما را آموخت که تن خود را نهان دارندهٔ هر آلایشی، چون خون و چرك و عرق و چربی‌ها، بدانیم؛ پس، با چنین اندیشیدن، هر چند که جوان

باشیم، اندیشه‌مان را پاك توانیم داشت.»

آن امیر باز بر نظر خود اصرار نمود و گفت: «ای معلّم بزرگوار، این کار شاید که بر شما آسان آید، زیرا که به تن و اندیشه ممارست نموده و خرد خود را صیقل داده‌اید، امّا برای کسانی که هنوز چنین آموختگی ندارند، دشوار خواهد بود. باشد که آنها بخواهند تا ناخالصی چیزها را در یاد آورند، اما چشم‌هاشان به دنبال جلوه‌ها و مناظر زیبا خواهد رفت. شاید که آنها به دیدن زشتی‌ها بکوشند، اما به همان اندازه نیز به چیزهای زیبا وسوسه خواهند شد. توانایی شاگردان **بودا** را در پاك نگهداشتن اعمال خویش، باید موجبی دیگر باشد.»

پیندولا پاسخ داد: «ای امیر والا، آن **وجود مبارك** ما را می‌آموزد که دروازه‌های پنج حس خود را نگهبان باشیم. چون چشمان ما صورت‌ها و رنگ‌های زیبا را ببیند، چون گوش‌هایمان آوازهای دلنشین بشنود، چون رایحهٔ خوش به مشاممان رسد، یا چون چیزهای شیرین به زبان بچشیم،یا دست بر چیزهای نرم کشیم، نشاید که به این چیزهای فریبا دلبسته شویم، و نه باید که به چیزهای ناهنجار دلزده گردیم. ما را تعلیم آن است که دروازه‌های این پنج حس را به دقت مراقب باشیم. به برکت این تعلیم آن **وجود مبارك** است که حتی از مریدان جوان نیز برآید که اندیشه‌ها و تن‌هایشان را پاك نگه دارند.»

«تعلیم **بودا** به راستی شگفت‌انگیز و والا است. بنا به تجربهٔ خویش می‌دانم که در مواجهه با چیزهای زیبا یا خوشایند، اگر زمام

نفس خود را نگاه ندارم، کشش و خواهش حواس گرفتارم خواهد کرد. دروازه‌های پنج حس را پیوسته نگهبان بودن، اهمیت اساسی دارد و، به‌این مراقبت، کردارمان را پاك توانیم داشت.»

۸. ابراز فکر حاصل از کارکرد اندیشهٔ انسان، همواره عکس‌العملی به دنبال می‌آورد. چون کسی با تو بد کرد و دشنام گفت، این وسوسه در دل می‌آید که جوابش گویی، یا جزایش دهی. انسان باید که در برابر این وسوسهٔ طبیعی خویشتن‌دار باشد. این عکس‌العمل‌ها مانند آب دهان انداختن به روی باد است، که به خود انسان برمی‌گردد. این کار چون روبیدن غبار به راه مخالف باد می‌باشد که گرد و خاك را نمی‌برد، بلکه به سر و روی انسان می‌پاشد. آن کس را که به هوس انتقام تسلیم شود، نگون بختی همواره چون سایه دنبال می‌کند.

۹. فرو گذاشتن آزمندی، و در خود پروردن اندیشهٔ خیرخواهی منشِ بسیار نیکوئی است. شایق نگهداشتن اندیشه به رعایت و حرمتِ طریقت والا از آن نیز نیکوتر است.

انسان باید که دل را از پندارِ خودپرستی آزاد سازد، و اندیشه‌ای را که در یاری به دیگران صادق و شایق است، جایگزین آن نماید. کردار خوب که دیگران را شاد سازد انسان را وامی‌دارد که خود کسی دیگر را خوشحال کند ، و بدین سان شادی و خوشنودیِ فزاینده از چنین کرداری بار می‌آید.

هزاران شمع را می‌توان به یك شمع افروخت، و باز عمر این شمع، با این شعله و حیات بخشیدن کوتاه نمی‌شود. سعادت و خوشی با سهیم شدن دیگران، هرگز کاستی نمی‌گیرد.

جویندگان **معرفت** باید که نخستین قدم‌ها در راه مقصود را به دقت بردارند. شوق و آرزو در دل جوینده هر چه هم زیاد باشد، این راه را باید قدم به قدم پیمود. این قدم‌ها در طریق **معرفت** را باید در زندگی هر روزِمان برداریم.

۱۰. در همان آغاز راه **معرفت**، بیست دشواری ما را در برابر است، که باید آنها را در این زندگی از پیش رو برداریم، و اینها به شمار زیرند: ۱. برای یك مردِ نادار، بخشنده بودن دشوار است. ۲. برای یك مرد مغرور، آموختنِ **طریق معرفت** دشوار است. ۳. جستن **معرفت** به بهای جان باختن، دشوار است. ۴. متولد شدن به هنگامی که **بودا** درین جهان باشد دشوار است. ۵. شنیدن تعلیم **بودا** دشوار است. ۶. پاك نگاه داشتن اندیشه در برابر آلایش‌های تن دشوار است. ۷. هوس و آرزو ننمودن چیزهای زیبا و فریبنده دشوار است. ۸. برای یك مرد زورمند به کار نبردن نیروی خود در راه ارضای خواسته‌هایش دشوار است. ۹. آرام ماندن به هنگامی که آدمی را دشنام و بدرفتاری رسد، دشوار است. ۱۰. بی‌گناه ماندن به هنگامی که انسان به موجبات ناگهانی انگیخته شود، دشوار است. ۱۱. خود را به مطالعهٔ وسیع و دقیق واداشتن دشوار است. ۱۲. کوچك نشمردنِ یك مبتدیِ راه، دشوار است. ۱۳. فروتن داشتنِ خویش دشوار است. ۱۴. یافتن دوستانِ خوب دشوار است. ۱۵. تاب آوردن انضباطِ بایسته برای رسیدن به **معرفت** دشوار است. ۱۶. تزلزل و تأثیر نپذیرفتن از اوضاع و احوال بیرونی، دشوار است. ۱۷. تعلیم دیگران بر پایهٔ دانستن توان‌های آنان دشوار است. ۱۸. سلیم و آرام نگاه‌ـ

داشتن اندیشه، دشوار است. ۱۹. مجادله نکردن دربارهٔ درست و نادرست دشوار است. ۲۰. یافتن و آموختن یك روش خوب دشوار است.

۱۱. مردم خوب و مردم بد، در طبایع خود با هم متفاوتند. مردم بد، یك عمل گناه را، گناه ندانند و اگر آنان را به گناه بودن آن کار یادآور شوند، از انجامش دست ندارند، و نپسندند که کسی آنها را از کردار گناه آلودشان زنهار دهد. مردم با خرد نسبت به درست و نادرست حساس‌اند؛ اینان همانکه متوجه نادرست بودن کردارشان شوند، از آن باز می‌ایستند؛ اینان از هر کس که به چنین نادرستی‌ها هشدارشان دهد، سپاسگزار می‌باشند.

بدین سان، مردمِ خوب و بد با هم فرق بسیار دارند. مردمِ بد هرگز حق محبّتی را که دربارهٔ آنها شده است، نمی‌شناسند؛ امّا اهل خرد خوبی را می‌شناسند و ارج می‌نهند. مردم با خرد می‌کوشند تا سپاس خود را از خوبی، با جبران محبت، نه فقط دربارهٔ آن کس که به ایشان خوبی نموده است، بلکه نسبت به همهٔ مردم، به گونه‌ای ابراز دارند.

۳
پندآموزی امثال قدیم

۱. روزگاری در سرزمینی، بنا به یك رسم بسیار نادر، سالخوردگان را به کوهستان‌های دور و دست نیافتنی می‌بردند، و رها می‌ساختند.

یکی از وزیران دولت، دنبال کردنِ این رسم را دربارهٔ پدر پیرش

بسیار دشوار یافت. پس غاری پنهان در زیر زمین ساخت، و پدر را آنجا پنهان داشت و از او نگه داری می‌نمود.

روزی، موجودی غیبی نزد پادشاه آن مُلك ظاهر شد، و معمای پیچیده‌ای بر او گفت و افزود که اگر معمّا را چنانکه باید و شاید نگشاید، سرزمینش ویران خواهد شد. معمّا این بود: «دو مار در پیش ماست؛ بگو کدام نر و کدام ماده است.»

شاه، و همهٔ کسان دیگرْ در بارگاه، از حلّ معما در ماندند؛ پس پادشاه پاداشی بزرگ برای هر کس در آن سرزمین که از عهده حلّ این معمّا برآید، پیشنهاد نمود.

آن وزیر به نهانگاه پدر خود رفت و پاسخ معمّا را از او پرسید. پیرمرد گفت: «حل آن آسانست، دو مار را بر فرشی نرم بگذار؛ آن یك که به این سو و آن سو می‌خزد، نر است، و مار دیگر که آرام بر جا می‌ماند، ماده است.» وزیر پاسخ معمّا را به پادشاه رساند، و مسأله بخوبی حل شد.

پس آن فرشته معماهای دشوار دیگر پرسید که شاه و ملازمانش نتوانستند پاسخ گویند؛ اما آن وزیر، با رفتن نزد پدر سالخورده‌اش، راز همه را یافت.

نمونهٔ بعضی معماها و پاسخ‌ها اینست: «آن کیست که چون در خواب باشد او را بیدار شده نامند،و چون بیدار باشد، او را خفته خوانند؟» پاسخ: «این کسی است که در تحصیل **معرفت** باشد. او در سنجش با کسانی که به معرفت دل نسپرده‌اند، بیدار باشد؛ اما در قیاس با کسانی که به معرفت رسیده‌اند، در خواب است.»

سؤال: معنی این چیست که می‌گویند: «یك پیاله آب بیش از آبِ یك اقیانوس است؟» پاسخ: «یك پیاله آب که انسان با روح خلوص و شفقت به والدینش، یا به بیماری بدهد، اجر و فضیلت ابدی دارد، امّا آب یك اقیانوس روزی خشك خواهد شد.»

سؤال: «چگونه می‌توان یك فیل بزرگ را وزن کرد؟» پاسخ: «فیل را بر قایقی سوار کنید و بر بدنهٔ قایق در آن حد که بر آب می‌ایستد خطی بکشید. آنگاه فیل را از قایق بیرون ببرید و قایق را از سنگ بار کنید، تا آنجا که تا خطِ ترسیم شده بر بدنه، در آب فرو شود، و سپس سنگ‌ها را وزن کنید.»

سپس آن فرشته مردی گرسنه را که پوست و استخوانی شده بود واداشت تا از حال خود بنالد و بگوید که: «آیا در این جهان گرسنه‌تر از من کسی باشد؟» پاسخ: «کسی که چندان خودبین و آزمند باشد که به گنجینه‌های سه گانه یعنی **بودا، دهرما و سنگها** عقیده نداشته باشد، و به والدین و معلّمانش اکرام نکند، نه همان گرسنه‌تر (از آن مرد بینوا)

است، بلکه به دوزخِ دیوانِ گرسنه فرو خواهد افتاد و، آنجا، تا به ابد گرسنگی خواهد کشید.»

سؤال: الواری از چوب **چندانا** داریم؛ کدام سرِ تیر پائین تنهٔ درخت بوده است؟» (پاسخ:) «تیر را در آب اندازید؛ آن سر که کمی بیشتر در آب فرو رود، پایین و بُن درخت بوده است.»

سؤال: «دو اسب بظاهر یك شکل و قامت در برابر داریم؛ چگونه می‌توان مادینهٔ مادر را از کُره اسبِ نر شناخت؟»(پاسخ:)«کمی علف به اسب‌ها بدهید؛ اسب مادر، علف را به سوی کرّه‌اش می‌رانَد.»

هر پاسخی که به این معماهای سخت داده شد، آن فرشته و هم‌چنین پادشاه را خوشحال ساخت. شاه از دریافتن اینکه پاسخ‌ها از آن پدر پیر، که وزیرش او را در غار پنهان ساخته بود، رسیده است، شادمان شد و رسم رها ساختن سالمندان در کوهستان را از میان برداشت و فرمان داد تا با پیران به مهربانی رفتار کنند.

۲. ملکهٔ **ودیها** در هند، یك بار در خواب فیلی سفید دید که شش عاج داشت. ملکه بر آن عاج‌ها هوس بست و از پادشاه تمنّا نمود که آن فیل را برایش بیابد. هر چند که این کار محال می‌نمود، اما پادشاه که ملکه را بسیار دوست داشت اعلام کرد که به هر شکارچی که از چنین فیلی نشان آورد، پاداشی بزرگ خواهد داد.

قضا را چنین فیلی با شش دندانِ عاج در کوه‌های **هیمالایا** بود که تعلیم **بوداگری** می‌دید. این فیل یك بار جانِ یك شکارچی را، در پیشامدی در دلِ کوهستان، نجات داده و آن شکارچی توانسته بود به سلامت به شهر و دیارش باز گردد. امّا آن شکارچی که پاداش پادشاه چشمش را کور ساخته و مهربانی فیل در حق خود را فراموش کرده بود، به قصد کشتن فیل، به کوهستان باز آمد.

شکارچی که می‌دانست آن فیل جویندهٔ راه **بوداگری** است، خود را به جامهٔ یك راهب **بودایی** درآورد و با این کار فیل را غافلگیر نمود و هدف تیر زهرآگینش ساخت.

فیل با وجود این که می‌دید پایان عمرش نزدیك است و آن شکارچی فریفتهٔ میل دنیا و در طمع پاداش پادشاه شده است، بر او رحمت آورد، و شکارچی را در بَر خود پناه داد، تا از گزند خشم فیل‌های دیگر که سرِ انتقامجوئی داشتند، نگه داردش. پس فیل از شکارچی پرسید که چرا دست به چنین کاری نابخردانه زد. شکارچی از پاداش پادشاه گفت و اقرار نمود که او به شش عاج فیل طمع نموده بود. فیل بی‌درنگ با کوبیدن سر به درختی، عاج‌ها را شکست و به شکارچی داد و گفت: «من با این ایثار، تعلیم خود برای **بوداگری** را به انجام رساندم، و در سرزمین صفا متولد خواهم شد؛ چون من یك **بودا** شوم، ترا یاری خواهم کرد تا از سه نیزهٔ زهرآلودِ آزمندی، خشم ونادانیِ خود، نجات یابی.»

۳. روزگاری یك طوطی، همراه با بسیاری حیوانات و پرندگان دیگر در بیشه‌ای در دامنهٔ کوه‌های **هیمالایا** می‌زیست. روزی، در تندبادی، از اثر سایش ساقه‌های نی به یکدیگر، آتشی شعله‌ور شد و پرندگان و حیوانات هراسان و سراسیمه به هر سو می‌گریختند. طوطی که دلش به حال آنها سوخته و رقّت آورده بود، و می‌خواست جبران مهر و محبتی را که با پناه و آشیان گرفتن در آن نی‌زار از آنان دیده بود، بنماید، هر کار که از او ساخته بود، برای نجات حیوانات کرد. طوطی سراپا در برکهٔ آبی در نزدیك بیشه فرو می‌رفت، و سپس با پرواز برفراز نیزارِ سوزان قطره‌های آب بال و پرش را به روی آتش می‌تکاند تا مگر آنرا خاموش کند. او با دلی سرشار از مهر و شفقت، به انگیزهٔ حق‌گزاری نسبت به آن بیشه، این کار را با جد و جهدِ تمام دنبال کرد.

یکی از فرشتگان آسمان، که این روح صمیمیّت و فداکاری را دیده بود از عرش به زیر آمد و به طوطی گفت: «اندیشه و همت تو ستایش‌انگیز است، اما چگونه چشم داری که چند قطره آبی که از پر و بالت می‌چکد، بر این آتش گران کارساز باشد؟» آن طوطی پاسخ داد: «کاری نیست که نتوان با روحیهٔ حق‌گزاری و فداکاری انجام داد. من هم‌چنان پیوسته و پیوسته درین کار خواهم کوشید، و این تلاش را در عمر بعدی هم دنبال خواهم کرد.» آن فرشتهٔ آسمانی شیفتهٔ روحیه و عزم طوطی شد و او را یاری داد، تا با هم آتش را خاموش کردند.»

۴. روزگاری، در کوههای **هیمالایا** پرنده‌ای می‌زیست که یك تن و دو سر داشت. یك بار یکی از سرها دید که سرِ دیگر میوه‌ای شیرین

می‌خورد، پس حسد بُرد و به آن سر گفت: «حال که چنین است، من میوهٔ سمی خواهم خورد، و بی‌درنگ از آن میوه خورد و آن مرغ دو سر مُرد.

۵. وقتی، سر و دُمِ ماری بگومگو گرفتند که کدامیك از آنها باید جلو باشند. دُم به سر گفت: «تو همیشه اندیشهٔ پیشوایی داری؛ این روا نیست، باید بگذاری که گاهی هم من جلودار باشم.» سر جواب داد: «این قانونِ طبیعت ماست که من سر و پیشدار باشم؛ نمی‌توانم جایم را به تو بدهم.»

اما بگو مگو به درازا کشید، تا که یك روز دُم خود را سخت بر درختی پیچید و مار را از پیش رفتن بازداشت. چون سرِ مار از تلاش و تقلاّ خسته ماند، دُم، حرفش را پیش بردو نیتجه آن شد که مار (که دم جلودارش بود) در چاله‌ای از آتش افتاد و خاکستر شد.

در جهانِ طبیعت همیشه ترتیب و قاعده‌ای متناسب وجود دارد، و هر چیز را جا و کاربرد معین است. اگر این قاعده به هم بخورد، کاربرد طبیعی مختل می‌گردد، و کلّ نظام از هم پاشیده و ویران می‌شود.

۶. مردی بود که آسان دل به خشم می‌سپرد. روزی دو کس در بیرون خانه‌ای، که آن مرد می‌زیست، گفتگو می‌کردند. یك از آن دو گفت: «او مرد خوبیست اما بسیار بی‌تاب است؛ او روح عصبی دارد و زود سرِ خشم می‌آید.» آن مرد که در خانه این سخن را شنید، بیرون دوید و به آن دو کس حمله برد، و آنان را زد و کوبید و تن درید.

مرد خردمند را چون بر کارهای ناروایش زنهار دهند، هشیار گردد و منشِ خود را درست کند. نادان را چون از خوی ناپسندش هشدار دهند، بجای آنکه اندرز گیرد، بر منشِ بد خود همچنان بمانَد.

۷. روزگاری مردی بود دارا، امّا بی‌خرد. او وقتی خانهٔ زیبای سه مرتبهٔ کسی دیگر را دید، و بر او حسد برد و بر این اندیشه که خود در مال و ثروت از آن مرد کم ندارد، خواست تا بنایی مانند آن، برای خویش بسازد. او معماری را خواند و گفت تا چنان سرایی برایش بسازند. معمار پذیرفت و بی‌درنگ به کار پرداخت تا نخست خانه را پی بریزد، و سپس طبقهٔ اول و پس طبقهٔ دوم و سرانجام طبقهٔ سوم را بر آن بسازد. مرد توانگر که از پیشرفت تدریجی کار ناآرام بود به معمار گفت: «من زیربنا یا طبقهٔ اول یا طبقهٔ دوم نمی‌خواهم؛ من همان طبقهٔ سوم خوش‌نما را دوست دارم. همان را زود بساز.»

یك مرد نابخرد، همیشه به همان نتیجه و یافتهٔ کارها می‌اندیشد، و تاب و حوصلهٔ کوششی را که بایستهٔ یافتن نتایج نیکوست، ندارد. هیچ بهرهٔ نیکو بی‌تلاش بایسته فراهم نمی‌آید، همچنانکه بی‌ساختن پایه و طبقه‌های اول و دوم، طبقه سوم را نتوان ساخت.

۸. وقتی، مردی نابخرد سرگرم جوشاندن عسل بود. در این میان دوست او از راه رسید و آن مرد بی‌خرد خواست تا کمی عسل به دوستش بدهد، اما عسل جوشان و داغ بود. پس او بی‌آنکه دیگ را از روی آتش بردارد به باد زدن آن پرداخت تا عسل را خنك کند.

هم‌چنین اگر که نخست پیالهٔ ذهن از روی آتش هواهای دنیوی برداشته نشود، برگرفتن عسلِ سرد و گوارا از آن محال است.

۹. روزگاری، دو دیو بودند که روزی‌را، سراسر، بر سر یك جعبه، یك چوبدست و یك جفت کفش بگومگو داشتند. رهگذری که کشمکش آنها را دید، پرسید: «چرا بر سر این چیزها دعوا دارید؟ این‌ها چه قدرت جادوئی دارند که شما برای داشتنش ستیزه می‌کنید؟»

دیوها به او گفتند، که از آن جعبه می‌توان هر خواستنی را، خوراك، جامه، یا جواهر، به دست آورد؛ با آن چوب می‌توان بر همهٔ دشمنان چیره شد؛ و با آن جفت کفش می‌توان در هوا رفت و به هر جایِ دور سفر کرد.

آن مرد بشنیدن این داستان گفت: «چرا زد و خورد می‌کنید؟ اگرچند لحظه‌ای از اینجا بروید، می‌توانم راهی برای تقسیم منصفانهٔ این چیزها میان شما پیدا کنم.» پس آن دو دیو دور شدند، و همانکه آنها رفتند، مرد رهگذر کفش‌ها را پوشید، جعبه و چوبدست را برداشت و در آسمان ناپدید شد.

«دیوها» در اینجا کنایه از مردم مشرك هستند. «یك جعبه» بمعنی خیرات و هدایایی است که احسان می‌شود؛ مردم بی‌ایمان نمی‌دانند که با احسان چه گنج‌ها می‌توان فراآورد. «یك چوبدست» بمعنی ممارست در تمرکز ذهن است. مردم پی نبرده‌اند که با ممارست در تمرکز معنوی

ذهن می‌توان بر همهٔ هواهای دنیوی چیره شد.«یك جفت کفش» بمعنی انضباطِ همواره‌ٔ اندیشه و کردار است، که فکر و عمل را از وادی همهٔ امیال و جدل‌ها درمی‌گذراند. مردم غافل از این معانی، بر سر یك جعبه، یك چوبدست و یك جفت کفش بگو مگو و ستیزه می‌کنند.

۱۰. روزگاری، مردی تنها سفر می‌کرد. او شب هنگام به سرایی خالی رسید و بر آن شد تا شب را آنجا بگذراند. حدود نیمه شب دیوی کالبد مرده‌ای را به آنجا آورد و بر زمین نهاد. دیری نگذشت که دیوی دیگر پیدا شد و گفت که کالبد مال اوست و آن دو دیو بر سر آن کشمکش گرفتند.

پس دیو اولی گفت که بگو مگوی بیشتر در این باره سود ندارد و پیشنهاد کرد که موضوع را نزد داوری ببرند تا او بگوید که کالبد مال کدامشان است. دیو دوم این رأی را پذیرفت. آنها بدیدن مرد مسافر که از ترس در گوشه‌ای خزیده بود، از او داوری خواستند. آن مرد سخت به هراس افتاد؛ چرا که می‌دانست رأی به سود هرکدام که بدهد، دیو دیگر خشمگین خواهد شد و به انتقامِ باختش در دعوا، او را خواهد کشت، اما تصمیم گرفت که هر چه را که دیده بود صادقانه بگوید.

همان طور که او اندیشیده بود، این رأی دیو دوم را بر سرِ خشم آورد و آن دیو یك بازوی او را گرفت‌وازجا کند، اما دیو اوّلی یك بازوی آن جسدرا برداشت‌و جایگزینِ بازوی جدا شدهٔ او کرد. دیو

دیگر که هم‌چنان برآشفته بود بازوی دیگر آن مرد را کند و این بار هم دیو اوّلی، بازوی دیگر آن جسد را به جای آن نهاد. شکستن و دریدن دیو دومی، و تلافی و ترمیم دیو اولی هم‌چنان در کار بود چندانکه هر دو بازو، دو پا، سر و تنِ آن مرد، یکی پس از دیگری دریده و جدا شد و اندام‌های جسد جایگزین آن گشت. پس، آن دو دیو، که می‌دیدند اعضای آن مرد این سو و آن سو بر زمین پراکنده است، آنها را برداشتند و خوردند و تنوره‌کشان دور شدند.

آن مرد، که شب را در آن سرای متروك پناه گرفته بود، از بدفرجامی خود بسیار پریشان شد. تن او، که دیوها خورده بودند، اندام‌هایی بود یادگار و دادهٔ پدر و مادرش، و اعضایی که او اینك داشت مال آن جسد بود. اکنون او که بود؛ او با دانستن هر آنچه گذشته بود، نتوانست ماهیت خود را دریابد، پس دیوانه شد و از آن سرا، سر به صحرا نهاد. او هم‌چنانکه سرگردان می‌گشت به معبدی رسید، پس به درون رفت و داستان خود را با کاهنان گفت. مردم توانستند در معمّایِ او معنای بی‌خویشتنی را عیان ببینند.

۱۱. وقتی، زنی زیبا و برازنده و خوش‌پوش به خانه‌ای مهمان رفت. صاحب خانه پرسید که او کیست؛ و آن زن پاسخ داد که او فرشتهٔ ثروت است. صاحب خانه شادمان شد و از او به مهر و خوبی پذیرائی کرد.

چندی نگذشته بود که زنی دیگر پیدا شد، زشت‌روی و ژنده‌پوش. صاحب خانه از نام و نشان او پرسید، و زن جواب داد که او فرشتهٔ فقر است. صاحبخانه هراسان شد و کوشید تا او را از خانه براند؛ اما زن از رفتن خودداری کرد و گفت: «فرشتهٔ ثروت خواهر من است. ما با هم پیمان داریم که هرگز جدا از هم زندگی نکنیم؛ اگر تو مرا بیرون کنی، او نیز باید برود.» چنین نیز شد؛ همانکه آن زن زشت‌روی بیرون رفت، زن زیبارو هم ناپدید گشت.

تولّد، مرگ را در کنار دارد. خوشبختی، همزاد بدبختی است. چیزهای بد، از پیِ چیزهای خوب می‌آید. آدمی باید که این حقیقت را بداند. مردم نابخرد از تیره‌روزی بیم دارند، و در تکاپوی نیک‌بختی‌اند. امّا جویندگان **معرفت** باید که از این هر دو درگذرند و از دل‌بستگی‌های دنیوی آزاد باشند.

۱۲. روزگاری، پیشه‌وری بود فقیر که از خانه وهمسر جدا شد و در جستجوی خوشبختی به راه افتاد. او پس از سه سال کار و تلاش توانفرسا، توانست سیصد سکهٔ طلا ذخیره کند؛ پس خواست تا به دیار و خانهٔ خود باز رود. در راه بازگشت به معبد باشکوهی رسید که آیین بزرگ تقدیم نذورات در آنجا برگزار بود. او سخت در تأثیر این مراسم شد و با خود اندیشید که: «تا به امروز، من همان به حال فکر کرده، و هرگز در اندیشهٔ شادروزی آینده نبوده‌ام. این از نیک‌بختیم بود که راهم به اینجا افتاد. باید که این فرصت را غنیمت دانم و بذر تقوی را

بنشانم. او بدین اندیشه و با رضـا و خوشحالی همهٔ اندوخته‌اش را به آن معبد پیش‌کش کرد و بی‌داشتن دیناری به خانه‌اش برگشت.

چون آن مرد به خانه رسید، همسرش او را به سرزنش گرفت که چرا نقدینه‌ای برایش نیاورده است تا به سامانِ حال خود برسانند. پیشه‌ورِ فقیر پاسخ داد که او اندوخته‌ای گرد آورده بوده، اما آنرا در جای مطمئنی نهاده است. چون زن به اصرار از جای پنهان سکه‌ها پرسید، مرد گفت که اندوختهٔ طلا را به کاهنان آن معبد بخشیده است.

این قِصّه زن را خشمگین ساخت و شوهر را به باد ناسزا گرفت و سرانجام نیز قضیّه را پیش قاضی شهر برد. چون قاضی از مرد پیشه‌ور پرسید که در دفاع از خود چه دارد، او گفت که کار او بی‌راه نبوده است زیرا که سکه‌های زر را با کار و تلاش سخت و چند سالهٔ خود به دست آورده بوده، و خواسته است آنها را بهای بذر خوشبختی آینده سازد؛ لذا، هنگامی که به آن معبد رسید، بر او چنین نمود که آنجا مزرعه‌ای است که باید طلای خود را به مثابه بذر خوشبختی در آن جا بکارد. مرد پیشه‌ور در دنبال سخنش افزود: «چون طلاها را به راهبان دادم، چنان یافتم که همهٔ آزمندی و تنگ چشمی را از دل و اندیشه دور ریخته‌ام، و پی بردم که ثروت واقعی طلا نیست، بلکه همانا اندیشه است.»

قاضی روحیهٔ مرد پیشه‌ور را ستود، و مردم همه بشنیدن این سرگذشت به راه‌های گوناگون به کمك او آمدند و بدین سان نیت و فکرش را تأیید نمودند. این چنین، آن مرد پیشه‌ور و همسرش به خوشبختی پایدار آینده راه بردند.

۱۳. کسی که نزدیك گورستانی خانه داشت، یك شب صدائـی از گوری شنید، که او را می‌خواند. او ترسوتر از آن بود که خود به دنبال ماجرا برود، اما روز بعد داستان را با دوست قوی‌دلی در میان گذاشت و آن دوست بر آن شد تا شب دیگر رد صدا را بگیرد، و چگونگی را بیابد.

در حالی که مرد ترسو از وحشت به خود می‌لرزید، دوست او به گورستان رفت و شنید که صدایی از یك گور می‌آید. او پرسیـد که کیست که می‌نالد و چه می‌خواهد. آن صدا از دلِ خاك پاسخ داد: «من گنجینه‌ای پنهانم و تصمیم گرفته‌ام تا خود را نصیب کسی کنم. دیشب به مردی ندا دادم، اما او ترسوتر از آن بود که در پی گنجینه آید، پس این را به تو می‌دهم که شایستهٔ آنی. فردا صبح با هفت یار از پیروانم به خانهٔ تو خواهم آمد.»

مرد بی‌باك گفت: «من چشم براهت خواهم بود، امّا لطفاً بگو که چگونه باید ترا پذیرا شوم.» آن صدا پاسخ داد: «ما در جامهٔ راهبان به خانه‌ات خواهیم آمد. اتاقی برایمان آماده ساز و آبی مهیّا دار؛ خود تن بشوی، و اتاق را پاکیزه بروب، تشکچه برای نشستن ما بگذار و هشت کاسـهٔ برنـج مهیّا دار. بعد از غذا، تو باید که ما را یك یك به اتاقی محفوظ ببری تا در آنجا خود را به کوزه‌ای طلا تبدیل کنیم.»

روز دیگر، آن مرد چنانکه گفته شده بود تن بشست و اتاق را پاکیزه ساخت و پس در انتظارِ آمدن آن هشت راهب نشست. آنها به‌

هنگام آمدند و او با ادب از ایشان پذیرایی کرد. بعد از خوردن غذا، آن مرد، راهبان را یك به یك به اتاقی بسته برد، و در آنجا هر کدام از راهبان خود را به کوزه‌ای پر از طلا بدل ساختند.

در آن آبادی مردی بسیار آزمند بود که چون این ماجرا را شنید، کوزه‌های طلا را طمع کرد. اوهشت راهب را به خانه‌اش مهمان نمود و بعد از خوردن غذا، آنها را به اتاقی دربسته برد، اما آنها بجای مبدّل گشتن به کوزهٔ پر از طلا، آشفته و خشمگین شدند و از آن مردِ آزمند نزد قاضی شکایت بردند و او کس فرستاد و او را گرفتند.

و امّا آن مرد ترسو، چون شنید که صدائی که از گور برخاسته بود برای دوستش زر و ثروت آورده است، نزد آن مرد بی‌باك رفت و به مایهٔ طمع از او خواست تا زر را به او دهد، و به اصرار گفت که کوزه‌های طلا مال اوست، زیرا که آن صدا نخست او را خوانده بود. آن مرد ترسو هنگامی که کوشید تا کوزه‌های زر را با خود ببرد، دید که مارهای بسیار سر از کوزه‌ها بیرون آورده و آمادهٔ گزیدن اویند.

پادشاه چون این داستان را شنید، امر داد که، کوزه‌های زر مال مرد قویدل است؛ وچنین فرمان‌راند: «همه چیز را در این جهان، حال چنین است. مردم نابخرد فقط نتایج خوب کار را طمع دارند، اما ترسوتر از آنند که به دنبال آن کار روند؛ پس، پیوسته نامراد می‌مانند.

آنها نه ایمان دارند و نه شوق، تا به مایهٔ آن با کشش و ستیزه‌های درونی اندیشه رویاروی شوند، زیرا که آرامش و اعتدال حقیقی تنها به این جهادِ نفس حاصل آید.»

فصل دوم

طریق وصول به معرفت

۱

حقیقت‌جوئی

۱. در جستجوی حقیقت، چند مسأله اهمیت دارد. عالَم از چه ماده‌ای ساخته شده است؟ آیا این عالم پاینده و سرمدی است؟ آیا این عالم را نهایتی باشد یا نه؟ جامعهٔ بشری چگونه پیدا و منسجم می‌شود؟ سازمان و صورت مطلوب برای جامعهٔ بشری کدامست؟ اگر بنا باشد که آدمی پی‌جوئی و ممارست برای **معرفت** را به پس از حل این مسائل بگذارد، طریق **معرفت** را نیافته عمرش به سر خواهد آمد.

کسی را تصورّ کنید که تیری زهرآلود بر تنش نشسته باشد، و بستگان و دوستان او گرد می‌آیند تا جرّاحی را فرا خوانند که تیر را بیرون آورد و زخم را درمان کند.

اگر مرد تیرخورده با ایشان ناسازی کند و بگوید که: «کمی دست نگهدارید. پیش از آنکه تیر را بیرون آورید می‌خواهم بدانم که چه کسی آنرا انداخت؟ تیرانداز مرد بود یا زن؟ بزرگزاده بود یا کشاورز؟ کمان او از چه چیزی ساخته شده بود؟ کمانی که تیر انداخت کوچك

بود یا بزرگ؟ آن کمان از چوب ساخته شده بود یا از نِی؟ زِه کمان از چه ساخته شده بود؟ از الیاف ساخته شده بود یا از زه؟ این پیکان از چوب خیزران است یا از نی؟ پر کدام پرنده‌ای را در ته پیکان نهاده‌اند؟ پیش از آنکه تیر را بیرون کشند، می‌خواهم همه این چیزها را بدانم.» پس کار به کجا خواهد کشید؟

پیش از آنکه بتوان همهٔ این دانستنی‌ها را گرد آورد، زهر مجال خواهد داشت که همهٔ اندام‌ها را آلوده سازد، و باشد که تیرخورده بمیرد. اولین کاری که باید، بیرون آوردن تیر است و جلوگیری از دویدن زهر آن در تن و اندام‌ها.

در هنگامه‌ای که آتش هوا و هوس جهان را به تباهی می‌کشد، دانستن ترکیب و اجزای عالم، چندان اهمیت ندارد؛ و اینکه صورت مطلوب جامعهٔ بشری چه باید باشد، آن اندازه اولویت ندارد که در این گیرودار به آن پرداخته شود.

این مسله را که، آیا عالَم جاودانه است یا آنرا بدایت و نهایتی است یا نه، می‌توان به وقتی گذاشت که راهی برای فرو نشاندن شراره‌های تولد، پیری، بیماری و مرگ پیدا شده باشد؛ در میانهٔ تیره‌روزی، اندوه و محنت و درد، انسان باید که نخست در پی راهی برای حلّ این مسایل باشد و خود را وقف این تلاش و چاره‌یابی کند.

سخن و تعلیم **بودا** حاوی آن چیزی است که دانستنش اهمیت دارد، نه آن چیزی که اهمیت ندارد. یعنی که سخن **بودا** مردم را

می‌آموزد که آنچه را که بایسته است یاد گیرند، و آنچه را که باید رها ساخت، دور اندازند، و در آنچه که باید بدان معرفت یابند، تعلیم ببینند.

پس، مردم باید که ابتدا دریابند که چه چیزی اهمیت دارد، چه مسأله‌ای را باید نخست حل کرد و قضیّهٔ عاجل‌تر برای آنها کدامست؟ برای این شناسائی، آنان باید که ابتدا به پرورش اندیشهٔ خود پردازند؛ یعنی که پیش از هر چیز باید که در کار مهار ساختن اندیشه باشند.

۲. فرض کنید کسی به جنگل رود تا کمی مغز گیاه را،که میان ساقهٔ درخت می‌روید، بیاورد و پس از انبوه کردن پشته‌ای شاخ و برگ باز گردد، با این تصوّر که آنچه را می‌خواسته فراهم آورده است؛ چنین کسی که از آوردن پوست و شاخهٔ درخت به‌جای مغز ساقهٔ آن، که برای یافتنش رفته بود، خشنود باشد، نابخرد نیست؟ اما، این همان کاریست که بیشتر مردم می‌کنند.

کسی در پی راهی است که او را از چنبر تولد و پیری و بیماری و مرگ، یا از بدبختی و اندوه و محنت و خودپرستی به در خواهد برد؛ و باز، با دنبال کردن این راه، همان اندك پیشروی، او را به غرور و خودبینی و سلطه‌جویی گرفتار می‌سازد. او مانند آن کسی است که در پی مغز گیاه بود و به باری از انبوه شاخ و برگ درختان بسنده کرد و بازگشت.

آن دیگری به دستاوردی که با خرده تلاشی فراهم آورده است خوشدل می‌ماند، از کوشش باز می‌ایستد، و به غرور و خودبینی گرفتار می‌آید؛ او به جای مغزِ درخت که در طلبش بود، همان پشته‌ای از شاخ و برگ نصیب می‌برد.

دیگری نیز که اندیشه‌اش را آرام‌تر و افکارش را روشن‌تر می‌بیند، از تلاش می‌ماند، و بالنده و خودبین می‌شود؛ او هم به جای مغزِ ترِ گیاه که به دنبالش آمده بود، باری از پوست درختِ و خس و خار برمی‌گیرد.

باز، آن دیگری هم دچار غرور و خودبینی می‌شود، زیرا که در- می‌یابد که کمی بینشِ محسوس یافته است؛ او به جای مغز گیاه باری از پوست و تراشهٔ چوب برمی‌گیرد. همهٔ این جویندگان، که جملگی آسان به تلاش نارسای خود قانع می‌شوند و به خود بزرگ‌بینی و بالندگی می‌گرایند، از کوشش دست می‌دارند و زود تن به کاهلی می‌سپارند. همهٔ این مردم ناگزیر به زودی باز به محنت دچار آیند.

کسانی که در پی راه حقیقی معرفت باشند، نباید انگارند که کاری آسان در پیش دارند، یا می‌توانند این مهم را با بذل احترام و افتخار و همت، کاری دلپذیر سازند. هم‌چنین، آنها نباید که به کوششی اندك، پیشرفتی خرده و بهره‌ای جزئی از آرامش یا دانش یا بینش را هدف داشته باشند.

آدمی باید که پیش از هر چیز سرشت بنیادی و ناگزیر این جهانِ زندگی و مرگ را به روشنی در لوح خاطر نقش کند.

۳. این دنیا را جوهری از خود نیست. این جهان به سادگی همانا نتیجه ائتلافِ گستردهٔ موجبات و احوالی است که مبنایشان، صرفاً و منحصراً، در اِعمال کار و پندارِ اندیشه‌ای انگیخته از غفلت، تصور غلط، امیال و فریفتگی قرار دارد. این دنیا چیزی بیرونی نیست که اندیشه را درباره‌اش تصوّرِ خطا باشد؛ دنیا هیچ گونه جوهر و ذاتی ندارد.این جهان همانا با تبدلات اندیشه، و از تجلّی پندارهای آن پدیدار آمده است. این جهان از هواهای اندیشه، و از محنت‌ها و تقلاّهای ملازم با درد و رنج برآمده از آز و خشم و نابخردی همین اندیشه و دل بنیاد گرفته و ساخته شده است. جویندگان و سالکان راه **معرفت** باید که برای رسیدن به مقصود، آمادهٔ پیکار با چنین اندیشه و ذهنی باشند.

۴. «آه، ای فکر من! چرا چنین ناآرام در میانهٔ احوال زندگی سرگردانی؟ چرا مرا این گونه گیج و بی‌قرار می‌سازی؟ چرا مرا به‌گرد ـ آوردن این همه چیز وامی‌داری؟ تو چون آن خیش گاوآهنی که پیش از آغاز شخم زدن از هم بپاشد؛ تو به سُکّانی مانندی که، همانکه آدمی خواست تا سفینه به دل دریای پرهراس زندگی و مرگ براند، ازهم بگسلد. اگر ما از این زندگی بهره نبریم، بسیاریِ تولدهای دوباره‌مان چه سود دارد؟

«آه، ای فکر من! یك بار تو موجب شدی که من یك پادشاه به دنیا آیم، و سپس سبب شدی که یك رانده از اجتماع متولد شوم، و خوراکم را با گدائی بیابم. گاه موجب می‌شوی که من در سرا پرده‌های

بهشتی فرشتگان زاده شوم و در وجدو جذبه و جلال زندگی کنم؛ آنگاه تو مرا در شعله‌های آتش دوزخ افکنی.

«آه، ای ذهنِ کودن و ابلـه من! تو مرا ایـن سان به هر راه کشانده‌ای و من فرمانبردار و سر براهت آمده‌ام. اما اکنون که سخن **بودا** را دریافته‌ام، دیگر مرا میازار و بیش از این مایهٔ رنجم مشو، بلکه بیا تا با هم، به فروتنی و بردباری در پی **معرفت شویم**.

«آه، ای فکر من! اگر تو فقط بدانی که هر چیزی (در این جهان) بی‌ذات و گذراست؛ اگر همین بیاموزی که در پی هر چیز نروی، چیزها را طمع نداری، بـه آزو خشم و نابخردی راه ندهی؛ آنگاه شاید که در آرامش سفر کنیم. آنگاه، با بریدن رشتهٔ هوس‌هـا به شمشیـر خرد، نیاشفتـه از اوضاع و احوال متغیّر ـ خواه بهره و خواه زیان، چه خوب و چه بد، چه برد و چه باخت، و چه تحسین یا ناسزاـ باشد که در صلح و صفا زندگی کنیم.

«آه، ای فکر عزیز! نخست تو بودی‌که ایمان را در ما بیدار کردی؛ تو بودی که معرفت‌جویی را فرا راهمان نهادی. چرا دوباره چنین آسان به هوای آز و راحت‌طلبی و هیجانْ دوستی راه می‌دهی؟

«آه، ای فکر من! چرا بی‌داشتن مقصودی معین به این سو و آن سو می‌روی؟ بیا تا از این دریای پر تلاطم پندار بگذریم. تا به امروز من به خواست تو رفتار کردم، امّا اکنون تو باید چنان کنی که من

می‌خواهم و ما، با هم، تعلیم **بودا** را دنبال خواهیم کرد.

«آه، ای فکر عزیز! این کوه‌ها، رودها و دریاها همه بی‌ثبات و رنج آورند. در این جهان کجا می‌توانیم آرامش جوئیم؟ بگذار تا در پی تعالیم **بودا** رویم، و به کرانهٔ دیگر که **معرفت** است، بگذریم.»

۵. بدین سان، آنانکه براستی جویای راه **معرفت** باشند، فکر را در اختیار می‌گیرند و بر آن حاکم می‌شوند. پس با عزمی قوی پیش می‌روند. اینان حتی اگر مورد دشنام عده‌ای، و هدف ضرب و آزار عده‌ای دیگر شوند، بی‌تزلزل به راه خود می‌روند. این مردم، اگر بد ـ اندیشان به مشتشان بزنند، یا سنگ‌بارانشان کنند، یا تنشان را به شمشیر بدرند، خشمگین نشوند.

حتی اگر دشمنان، سر از تن این جویندگان **معرفت** جدا کنند، فکر آنها نباید بیاشوبد. اگر اینان بگذارند تا فکرشان از مایه‌های تألّم تیره شود، پیرو تعالیم **بودا** نباشند. آنها باید بر سر عزم باشند که، در هر پیشامدی، استوار و تزلزل‌ناپذیر و با افکارِ همیشه تابناك از شفقت و خیرخواهی بمانند. بگذار ناسزا ببارد، بگذار شوربختی فرا آید، اما در این همه آدمی باید مصمّم باشد تا با اندیشهٔ انباشته ازتعلیم **بودا**، بر ثبات فکر و آرامش دل بماند.

آدمی برای نیل به **معرفت** باید بکوشد تا از عهدهٔ ناممکن

برآید و باید که تحمل ناشدنی‌ها را تاب آورد. انسان باید آنچه را که بایستهٔ احسان و ایثارست یکسره بذل کند. اگر او را بگویند که برای نیل به **معرفت** باید که به یك دانه برنج در روز بسازد، باید که جز این نخورد. اگر راه به **معرفت**، او را از میان شعلهٔ آتش ببرد، باز باید برود.

اما انسان نباید که این کارها را برای هدفی فراتر و آجل‌تر انجام دهد. این کارها از آنجا بایسته است که انجامش بخردانه و درست می‌باشد. انسان باید که این کارها را از روی روح شفقت انجام دهد، چنانکه مادری بی‌اندیشه از بنیه یا راحت خویش، به فرزند کوچك یا کودك بیمارش می‌رسد.

۶. روزگاری پادشاهی بود که مردم مملکت خود را دوست داشت و با مهر و خرد بر آنان حکومت می‌کرد، و بدین مایه کشور او در صلح و سعادت می‌زیست. این پادشاه همواره جویای بینش و معرفت بیشتر بود، چندانکه برای هر کس که بتواند اورا به پند و حکمتی ارزنده رهنمون شود، پاداش‌ها نهاده بود.

چون فرشتگان آسمان عزم و خرد این پادشاه را دیدند، خواستند تا او را بیازمانید. فرشته‌ای در صورت دیو در آمد و برابر دروازهٔ کاخ پادشاه نمایان شد و گفت که حکمتی آسمانی برای شاه دارد؛ و خواست تا او را به حضور پادشاه ببرند.

پادشاه به شنیدن این پیام خوشحال شد، و تازه آمده را با عزّت پذیرفت و از سخنش پرسید. آن دیو چهرهٔ ترسناکی بخود گرفت و خوردنی خواست، و گفت تا غذای دلخواهش را نخورد، آن حکمت را تعلیم نتواند داد. از مطبوع‌ترین خوردنی‌ها برای دیو آوردند اما اصرار ورزید که باید گوشت و خون تازهٔ آدمیزاد بخورد. ولیعهد تن خود را به دیو داد و ملکه نیز خود را در کام دیو نهاد، اما آن دیو هنوز سیر نمی‌نمود و خواست پادشاه را هم لقمهٔ خود سازد.

پادشاه گفت که از سپردن تنش به دیو پروا ندارد، اما خواست که نخست آن حکمت را بشنود.

فرشتهٔ دیو نما این سخن پندآموز را گفت: «نکبت از شهوت بار آید و ترس از شهوت برخیزد. آنان که شهوت را از خود دور کنند، نگون‌بختی یا ترس را نشناسند.» ناگهان آن فرشته هیأت حقیقی خود را باز نمود، و ولیعهد و ملکه نیز با تن پیشین خود باز پدیدار شدند.

۷. روزگاری، مردی بود که در کوه‌های **هیمالایا**، طریقت راستین را می‌جست. او همهٔ گنجینه‌های دنیا، یا خوشی‌های بهشت را هم به هیچ می‌انگاشت، و فقط در پی حکمتی بود که بدان همهٔ هواهای باطل را از سر بیرون کند.

فرشتگان، شیفتهٔ صدق و صفای این جوینده شدند و خواستند تا عزم و اندیشه‌اش را بیازمایند. پس یکی از فرشتگان به صورت دیوی

در آمد و در کوه‌های **هیمالایا** نمایان شد و آواز سر داد که:«هر چیزی ناپایدار است، همه چیز را پیدایی و ناپیدائی است.»

آن جوینده این آواز را شنید، و برایش بس دلنشین آمد. او چنان شادمان شد که گوئی در تشنگی به چشمه‌ای آب سرد و گوارا رسیده، یا بنده‌ای بوده که به ناگاه آزاد شده است. او با خود گفت: «سرانجام آن حکمت راستین را که دیرزمانی به دنبالش بودم، یافتم.» او به سوی صدا رفت تا آنکه به آن دیو ترسناك رسید. مرد جویایِ طریقت، با فکری نگران به دیو گفت: «آیا این تو بودی که آن آواز آسمانی را که اندکی پیش به گوشم آمد، می‌خواندی؟ اگر چنین است، لطفاً بیشتر بخوان.»

آن دیو پاسخ داد: «بله، آواز از من بود، اما تا چیزی نخورم، نمی‌توانم بیشتر بخوانم. از گرسنگی تاب و توان ندارم.»

آن مرد صادقانه به خواهش افتاد که او بیشتر بخواند و گفت: «این نغمه برای من معنایی آسمانی دارد و دیر زمانی است که در پی این حکمت بوده‌ام. من همان گوشه‌ای از آواز را شنیدم؛ لطفاً بگذار تا بیشتر بشنوم.»

آن دیو دیگر بار گفت: «من از گرسنگیِ نزدیك است که بمیرم، اما اگر گوشت و خونِ گرم یك آدمیزاد را بِچِشم، آوازم را تمام خواهم کرد.»

مرد جوینده، با شوقی که برای شنیدن آن حکمت داشت، با دیو عهد کرد که چون آن سخن را بشنود، تنش خوراكِ دیو باشد. آنگاه دیو

آوازش را تمام خواند:

هر چیزی ناپایدار است
همه چیز را پیدائی و ناپیدائی است
چون کسی از زندگی و از فنا، هر دو، درگذرد
آرامش مطلق را دریابد

آن مردِ سالك به شنیدن این آواز، و پس از آنکه سخن را بر تخته سنگ‌ها و درخت‌های دور و بر نگاشت، آرام از درختی بالا رفت و خود را در پای دیو افکند، اما آن دیو ناپدید گشته بود، و بستر نوری آسمانی، آن پویندهٔ راه را از هوا سالم بر زمین آورد.

۸. روزگاری، جویندهٔ صادق راه راستینی به نام **سداپراردیتا** می‌زیست. او هرگونه وسوسهٔ سود و سودا و مقام را به دور انداخت و به بهای زندگیِ خود، پی جوی طریقت شد. روزی صدائی از آسمان به گوشش آمد که می‌گفت: «ای **سداپرا ردیتا**! راست به سوی شرق برو. به سرما یا گرما میندیش، به تحسین یا نکوهش اعتنا مکن، به تفریق و تمیز خوب از بد، ذهن و دل آشفته مدار، و پیوسته و یکراست به شرق برو. در شرقِ دور، معلّمی راستین خواهی یافت و به **معرفت** خواهی رسید.»

سداپرا ردیتا از دریافت این رهنمودِ نهائی، بسیار شاد گشت و بی‌درنگ روانهٔ خاور شد. گاه چون شب به بیابانی پرت و دور، یا تنگه و کمرکش کوهستان می‌رسید، می‌خوابید.

او که غریبه‌ای مسافر در سرزمین‌های بیگانه بود، بسیار خواری‌ها کشید؛ یك بار خود را به بردگی داد، و از روی گرسنگی گوشت تن خود را بها گرفت، اما سرانجام معلّم راستین را یافت، و ارشاد و تعلیم او را طلبید.

سخنی است که می‌گویند: «چیزهای خوب گرانبها باشند»، و **سداپراردیتا**، این گفته را دربارهٔ خویش صادق یافت؛ زیرا که در سفرش در جستجوی طریقت، دشواری فراوان دید. او پولی نداشت تا کمی گُل و عود برای تقدیم به استادش بخردو خواست تا با کارگری چیزی به دست آورد اما کسی پیدا نشد تا اجیرش کند. گوئی که روحی شیطانی هر جا و در هر سو در راهِ او بود. **طریق معرفت** راهی دشوار است و باشد که پوینده، زندگیِ خود را بر سر آن نهد.

سداپراردیتا سرانجام به حضور آن معلّم رسید و در آنجا بود که خود را با سختی تازه‌ای روبرو دید. او کاغذ برای یادداشت کردن نداشت و قلم و مرکب برای نوشتن همراهش نبود. پس او نوك خنجری را در مچ دستش فرو بردو سخن استاد را با خون خود نوشت. او با این جانبازی حقیقتِ گرانبها را ضبط نمود.

۹. روزگاری، پسری بود بنام **سُدهنا** که آرزوی نیل به **معرفت** را داشت و به صدق در طلب طریقت بود. او دانستنی‌هایِ دریا را از یك ماهیگیر آموخت. از یك طبیب، شفقت نسبت به بیمارانِ رنجور را یاد گرفت. از مردی توانگر شنید که اندوختن دینار به دینار، رمز ثروت

است، و اندیشید کـه چنین باید که انسان هر اندوختهٔ کوچك در طریق **معرفت** را ذخیره سازد.

آن پسر، از یك راهب که به ذکر و تفکر نشسته بود یاد گرفت که اندیشهٔ پاك و سلیـم را قدرتـی جادویـی برای آرامش بخشیـدن به اندیشه‌های دیگر باشد. او یك بار زنی بسیار متشخصّ را دید و شیفتهٔ روح خیرخواهی او شد، و از او چنین درس گرفت، که احسان میوهٔ خرد است. یك بار آن پسر به پیرمردی سرگردان برخورد که به او گفت که برای رسیدن به مقصدی می‌بایست کوهی از نیزه را بالا رود، و از دل دره‌ای از آتش بگذرد. بدین گونه **سُدهنا** به تجارب خود دریافت که از هر دیدن یا شنیدنی، می‌توان حکمت و درسی حقیقی آموخت.

او از زنی فقیر و علیل، تحمل را آموخـت؛ با نگاه کردن به کودکانی که در خیابان به بازی مشغول بودنـد، درسـی از شادی و سرخوشی ساده یاد گرفت؛ و از بعضی مردم اصیل و فروتن، که هرگز در اندیشهٔ خواستن چیزی که دیگران آرزو داشتند، نیفتاده بودند، راز و رمزِ در صلح زیستن با همهٔ جهان را دریافت.

او از تماشایِ ترکیبِ عناصر عود، درسی از همگنی و تناسب گرفت، و از گل‌آرایی درسی از سپاسگزاری آموخت. یك روز که او از میان جنگلی می‌گذشت، زیر درخت کهنی نشست تا بیاساید، و آنجا جوانهٔ نازکی را دید که از میان درختی که افتاده و در حال پوسیدن بود، می‌روئید؛ و این حال به او درسی از ناپایداریِ زندگی داد.

آفتاب روز و ستارگان چشمك‌زن شب، پیوسته روح او را تازه می‌کردند. بدین سان **سُدهنا** از تجارب سفر بلند خود بهره برد.

به راستی که جویندگانِ **معرفت** باید که اندیشه‌های خود را چون دژ و کاخی دانند، و آنرا پاس دارند. آنها باید که دروازه‌های ذهن خود را برای **بودا** باز کنند، و با ادب و فروتنی او را به اندرونی‌ترین تالار این سرای بخوانند، و در آنجا عود خوشبوی ایمان و گل‌های سپاس و سرور را تقدیمش نمایند.

۲
راه‌های سلوك

۱. آنانکه در پی **معرفت** باشند، باید که سه طریقهٔ سیر و سلوك را بشناسند و دنبال کنند: اول؛ انضباط در منش و کردار؛ دوم؛ تمرکز درست اندیشه و ذهن؛ سوم؛ خرد.

انضباط در کردار و منش چیست؟ هر کس، خواه که از مردم عادی، یا یك جویندهٔ طریقت باشد، باید تعالیمِ نیك رفتاری را در کار آورد. او باید که هم تن، و هم اندیشهٔ خود را در اختیار گیرد، و دروازه‌های حواس پنجگانه‌اش را بپاید. او باید که از خُردترین و اندك‌ترین بدی نیز بهراسد، و رفتارش، در هر لحظه، همان به منش و کردار خوب باشد.

تمرکز اندیشه چه معنی دارد؟ تمرکز اندیشه یعنی تند زدودن و دور ساختن امیال پلید و آزمندی، همان گاه که پیدا آمد، و پاك و آرام نگاه داشتن ذهن.

کسانی را که از روی صدق در پی این سه طریقهٔ کردار بروند، می‌توان براستی مریدان **بودا** خواند.

خرد چیست؟ خرد، همانا توانِ درست فهمیدن و بردبارانه پذیرفتن **چهار حقیقت والا** است؛ شناختن اصل تألّم و طبیعت آن، دانستن مایه و موجب رنجوری، دانستن آنچه که رنج و محنت را به انتها می‌رساند، و شناختن **طریقت والا**، که به از میان رفتن تألّم می‌انجامد.

خری را در نظر آورید، بد ریخت و بدصدا و بی‌شاخ، از آنگونه که گاوها دارند، که به دنبال گلهٔ گاوی برود و لاف بزند که: «ببینید، من هم گاوم.» آیا کسی این یاوه را باور می‌دارد؟ به همین سان نابخردانه است اگر کسی که بر سه طریقهٔ کردار نمی‌رود، باز خود را یك جویندهٔ طریقت یا مرید **بودا** بخواند.

پیش از آنکه یك کشاورز بتواند در پاییز از زمین محصول بردارد، باید که زمین را شخم بزند، تخم بپاشد، آبیاری کند، و در بهار علف‌ها را وجین کند. به همین گونه، جویندهٔ معرفت باید که سه طریقهٔ کردار را دنبال نماید. یك کشاورز نمی‌تواند همان روز که تخم افشاند، انتظار سبز شدن جوانه‌ها را داشته باشد؛ یا فردای آن روز نهال و

خوشه‌ها را برآمده ببیند، یا روز پس از آن درو کند. هم چنین، کسی که در طلب معرفت است، انتظار نتواند داشت که امیال دنیوی را هم امروز از خود دور سازد، تعلقات و تمنیّات تباه را فردا دور ریزد، و در پسِ آن روز به **معرفت** نائل آید.

همانگونه که بذر و دانه به کار و بردباری کشاورز می‌روید و برمی‌دهد، و دهقان تخم می‌افشاند و در گرما و سرما و از هنگام جوانه‌زدن تا برآمدن و میوه دادن از کشت و نهال نگاهداری می‌کند، جویندهٔ معرفت نیز باید که بردبار و خستگی‌ناپذیر و پیوسته با دنبال کردن سه طریقهٔ کردار، کشتزار **معرفت** را بکارد و بارور کند.

۲. تا آنگاه که آدمی را طمع راحت و تجمّل در سر است، و دل و اندیشهٔ او آشفته و نگرانِ خواست‌ها و تمنیّات حواس می‌باشد، پیش‌رفتن در راه **معرفت** دشوار باشد. حظّ زندگی و لذّت **طریقتِ راستین** بسی از هم دورند.

چنانکه پیش‌تر بیان شد، دل و اندیشه، مایه و سرچشمهٔ هر چیز است. اگر اندیشه و دل در پی خوشی‌های دنیا باشد، وهم و پندار و محنت ناگزیر به دنبال می‌آید، امّا اگر دل و اندیشه به **طریقت راستین** خوشی یابد، سعادت و خرسندی و نور معرفت به یقین فرا خواهد آمد.

پس، جویدنگان **معرفت** باید که دل و اندیشهٔ خود را پاك نگاهدارند، و در سیر و سلوك در سه طریقهٔ کردار به مدارا استوار

بمانند. آنان اگر در انجام فرایض طریقت ثابت قدم باشند، تمرکز ذهن را خود بخود فرا یابند؛ و چون اندیشه و خاطرِ جمع یافتند، به همان سادگی خِـرد را بهـرهٔ خویش سازند، و خرد آنها را به **معرفت** خواهد رساند.

براستی که این سه طریق، (یعنی استوار بودن بر فرایض طریقت، ممارست در تمرکـز ذهن، و همـواره به خرد رفتـار کردن)، طریقـت راستین **معرفت** است.

مردمی که پویندهٔ این راه‌ها نباشند، به دیرزمانی، پندار و هواهای باطل در ذهن انباشته‌اند. رهروان طریقت نباید که با مردم دنیـابین جدل کنند، بلکه باید به صبر و مدارا در جهانِ درونِ اندیشهٔ پـاك و جانِ صافی خود به ذکر و تفکر باشند، تا **معرفت** را دریابند.

۳. اگر سه طریقهٔ کردار را بررسی کنیم، درمی‌یابیم که آن طـریقت هشت منزلت والا، چهار بینشی که باید در کار داشت، چهار روشی که باید دنبال کرد، پنج نیروی ذهنی که باید از آن بهره برد، و سلوك شش مرحله را در بر دارد.

طریقت هشت منزلت والا، همانا بینش درست، اندیشهٔ درست، سخن درست، منش درست، معاش درست، تلاش درست، حضور ذهن درست و تمرکز حواس درست است.

بینش درست، به معنی فهمِ تمام و کامل حقایقِ چهارگانـه،

اعتقاد به اصل تأثیر و جزا، و فریفته نشدن به ظواهر و امیال است.

اندیشهٔ درست به معنی عزم آدمی به در سر نپروردن امیال، آزمند نبودن، خشم نیاوردن، و نپرداختن به هر کار زیان‌بار است.

سخن درست به معنی پرهیز از دروغ گفتن، و به زبان نیاوردن حرف هرزه، دشنام و سخن دورو است.

منش درست به معنی نکشتن هیچ جانداری، دزدی نکردن و زنا نکردنست.

معاش درست به معنی پرهیز از هر شیوهٔ زندگی است که شرم بار آورد.

تلاش درست به معنی کوشیدن به کمال در جهت راه راست است.

حضور ذهن درست به معنی پاك و اندیشمند نگاه داشتنِ ذهن است.

تمرکز حواس درست به معنی هموار و آرام نگاه داشتن ذهن، و آماده ساختن آن برای تمرکز، با هدف شناخت و دریافتِ جوهر نابِ اندیشه است.

۴. چهار بینشی که باید در کار آورد، عبارتند از: نخست، ناخالص انگاشتن تن، و سعی در زدودن همهٔ تعلّقات از آن؛ دوم، حواس را مایهٔ

گرفتاری و تألّم دانستن، خواه احساس درد دهند یا خوشی؛ سوم، ذهن را در دگرگونیِ پیوسته دانستن؛ و، چهارم، هر چیزی را در جهان نتیجهٔ موجبات و احوال شمردن و هیچ چیز را ثابت و جاودانه نینگاشتن.

۵. چهار روش درست، عبارتند از: نخست، جلو گرفتن از بنیاد و سرچشمه یافتن هر بدی و تباهی؛ دوم، از میان بردن هر شر و فساد در همان آغاز؛ سوم، واداشتن مردم به کردارهای نیك؛ و، چهارم، تشویق نیك منشی‌هایی که بنیاد شده است به بارور شدن و پیوسته ماندن. آدمی باید که این چهار روش را شیوهٔ خود سازد.

۶. پنج جوهر و نیروی ذهنی عبارتند از: نخست، ایمان برای اعتقاد آوردن؛ دوم، شوق برای همّت نهادن در کار؛ سوم، آمادگی برای هشدار یافتن؛ چهارم، توانائی تمرکز دادن ذهن خویش؛ و، پنجم، یارائی در نگاه داشتن خردِ روشن. این پنج قوّهٔ ذهنی نیروهای بایسته برای نیل به **معرفت**اند.

۷. شش مرحلهٔ سلوك، که برای رسیدن به کرانهٔ دیگر معرفت باید به کمال و نهایت رساند، عبارتند از: سرمنزلِ احسان، سرمنزلِ انجامِ فرایض، سرمنزلِ تحمّل، سرمنزلِ همّت و تلاش، سرمنزلِ تمرکز ذهن، و سرمنزلِ خِرَد. آدمی با طیّ این منازل، به یقین که از کنارهٔ وهم و

پندار، به کرانهٔ **معرفت** تواند رسید.

ممارست در **احسان** آدمی را از خودخواهی برهاند؛ ممارست در **فرایض** انسان را نسبت به حقوق و آسایش دیگران هشیار نگه دارد؛ ممارست در **تحمّل** آدمی را یاری دهد که ذهن نگران یا خشمگین خود را مهار دارد؛ ممارست در **همّت** و کوشایی انسان را یارا بخشد که پرتلاش و با ایمان باشد؛ ممارست در **تمرکز حواس** به آدمی توان دهد که بر ذهن سرگردان و پوچ خویش چیره شود؛ و ممارست در **خرد**، یك ذهن تیره و آشفته را به بینشی روشـن و نافذ بدل گرداند.

احسان و انجام **فرایض**، همانا پی‌ریزی بایسته برای ساختن کاخی عظیم است. **بردباری** و **همّت** دیوارهای این کاخ هستند که آنرا از دسترس دشمنان بیرونی دور نگه می‌دارند. **تمـرکز حواس** و **خرد** همانا سپر و سلاح تکاوری است که انسان را از تیر زمانه و تاختن و کوفتنِ زندگی و مرگ ایمن دارد.

اگر کسی فقط بنا به مصلحت، چیزی بذل کند، یا از آنرو که دادنش آسانتر از ندادن است، بخشش کند، البته که این نذر و صدقه باشد، اما **احسان حقیقی** نیست. **احسان واقعی** از یك دل سرشار از ملاطفت مایه می‌گیرد، و بی درخواست و تمنایی انجام می‌شود. **احسان حقیقی** آنست که نه گاه گاه، بلکه پیوسته باشد.

اگر انسان بعد از بذل چیزی، احساس پشیمانی یا خودستائی

کند، آن **احسان حقیقی** نباشد، **احسان حقیقی** آن است که با اشتیاق انجام شود، و آدمی، به خود در مقام احسان کننده، به احسان شونده، و به آنچه که احسان می‌شود، نیندیشد.

احسان واقعی، بی‌اختیار از دل پاك و شفیقِ انسانی می‌جوشد که به بَدَل و عوض آن نمی‌اندیشد، و فقط آرزو دارد که با جان و اندیشهٔ همراه، به جهانِ **معرفت** راه یابد.

هفت چیز است که در راهِ احسان توان نهاد، که آن از مردم نادار هم ساخته است. نخستین چیز احسانِ به کار است، یعنی که انسان خدمت خود را تقدیم دارد. عالی‌ترین نوع این احسان، همانا ارزانی داشتن جان است، چنانکه در داستانی که خواهد آمد، می‌بینیم. دوّم، احسانِ به دل است، یعنی تقدیم داشتن یك قلبِ پر عطوفت به دیگران. سوم، احسانِ به چشم است، یعنی تقدیم نگاهی گرم و پرمهر به دیگران، که آنها را آرامش بخشد. چهارم، احسان به رُخ است، یعنی تقدیم چهره‌ای خندان و مهربان به دیگران. پنجم، احسان به‌زبان است یعنی تقدیم سخنان گرم و با محبت به کسان. ششم، احسان به‌جا است، یعنی جای خود را به دیگران تقدیم نمودن. هفتم، احسان به مأوی و مکان است، یعنی که شب در خانهٔ خود به دیگران پناه دادن. این گونه احسان‌ها در زندگی روزانه از هر کسی ساخته است.

۸. روزگاری، شاهزاده‌ای بود بنام **ساتوا**. روزی شاهزاده همراهِ دو برادر بزرگترش برای بازی به جنگل رفت. آنها در بیشه ماده ببر گرسنه‌ای را دیدند که پیدا بود وسوسهٔ خوردن هفت بچه‌اش را دارد تا خود را سیر کند.

برادرهای بزرگتر از ترس گریختند، اما **ساتوا** از تخته سنگی بالا رفت و از آنجا خود را در پیش ماده ببر انداخت تا بچه ببرها را از دریده شدن نجات دهد.

شاهزاده **ساتوا**، این کار را به سادگی با طیب خاطر کرد، اما پیش خود چنین اندیشه داشت: «این تن گذرا و فانی است؛ من تنم را دوست داشته‌ام و به رها ساختن آن نیندیشیده‌ام، اما اینك آنرا به این ماده ببر احسان می‌کنم، باشد که معرفت را دریابم.» این فکر شاهزاده **ساتوا** نشان دهندهٔ عزم حقیقی برای دریافت **معرفت** است.

۹. **چهارگونه حال و هوایِ نامتناهیِ دل** است که جویندهٔ **معرفت** باید که آنها را در خود بپرورد. این حال‌ها، شفقت، دل رحمی، شادی و متانت است. انسان می‌تواند با پروراندن شفقت در دل، آزمندی را بزداید؛ انسان با دل رحم بودن، خشم به خود راه نمی‌دهد؛ انسان با خوشدلی، بر محنت چیره می‌شود؛ و انسان با پروردن متانت در خود عادت تمایز نهادنِ دوست و دشمن میان مردم را، فرو می‌گذارد.

همانا شفقت عظیم است که به مردم شادی و رضای خاطر دهد؛ دل رحمی و مهربانی است که هر مایهٔ خللِ شادی و رضا را از دلِ

آدمی بشوید؛ همانا شادی عظیم است که همه کس را خوشحال و سرخوش و خرسند دارد؛ چون همه دلشاد و راضی شدند، صلح و آرامشی بزرگ در میان باشد، و آنگاه آدمی با همهٔ مردم احساس یکسان تواند داشت.

باشد که آدمی با رسیدن به کارِ دل و اندیشهٔ خویش، این **چهار حال نامتناهی دل** را در خود بپرورد،و از طمع و خشم و محنت واز افکار خوش آمدن و بد آمدن رها شود. اما انجام این کار آسان نباشد. آزاد شدن از یك فکرِ تباه به همان اندازه سخت است که رهائی یافتن از سگ نگهبان؛ و از دست دادن یك فکر درست به همان آسانی است، که گم کردن خرسی در جنگل؛ یا می‌توان گفت که، زدودنِ فکر تباه به سختی پاك کردن حروف کنده شده بر سنگ باشد، و باختن فکر درست به آسانی محو حروف نوشته بر آب است. به راستی که بار آوردن خویشتن برای **معرفت**، دشوارترین کار در زندگی است.

۱۰. مرد جوانی بود بنام **سُرونا**، که در خانواده‌ای توانگر به دنیا آمده اما به تن و بنیه زودرنج بود، با نهایت صدق آرزوی **معرفت** را داشت و از شاگردان آن **وجود مبارك**، **(بودا)** شد. او در راه **معرفت** چنان سخت کوشید که خون از پاهایش روان شد.

آن **وجود مبارك** بر او رحم آورد و گفت: «سُرونا، پسرم، آیا در خانه و زادگاهت، نواختن چنگ را هیچ آموخته‌ای؟ می‌دانی که اگر تارهای چنگ را بیش از اندازه سخت یا سست ببندند، آهنگی نمی‌نوازد. چنگ را فقط آنگاه می‌توان خوب نواخت، که کشش تارها به اندازه باشد.

سیر و سلوك برای **معرفت**، درست به کوك کردن تارهای چنگ می‌ماند. اگر تارهای دل و اندیشهٔ خود را خیلی سست یا خیلی سخت ببندی، به **معرفت** نتوانی رسید. باید در حال خود مراقبت کنی و به خرد رفتار نمایی».

این سخنان بر **سُرونا** بسیار سودمند افتاد، و سرانجام آنچه را که می‌جست، یافت.

۱۱. روزگاری شاهزاده‌ای بود که در به کار بردن پنج سلاح چیره‌دستی داشت. یك روز که از تمرین برمی‌گشت به هیولایی برخورد که اسلحه به تنش کارگر نبود.

آن هیولا قصد او کرد، اما شاهزاده هیچ بیم نیاورد. او تیری به سوی هیولا انداخت که اثر نکرد و فرو افتاد. شاهزاده سپس نیزه‌اش را به طرف هیولا رها نمود، که آنهم بر پوست سخت هیولا ننشست. سپس او خنجری و زوبینی به سوی هیولا پرتاب کرد، که باز هیولا را آسیبی نرسید. آنگاه او به شمشیرش دست برد،امّا تیغهٔ شمشیر نیز شکست. این بار شاهزاده با مشت و لگد به هیولا تاخت، اما کاری از پیش نبرد، زیرا که هیولا بازوی ستبرش را در میان او پیچید و سخت نگاهش داشت. پس شاهزاده کوشید تا با سر به هیولا ضربه زند، امّا اثر ننمود.

آن هیولا گفت: «مقاومت کردنت سود ندارد؛ تو را به لقمه‌ای خواهم خورد.» اما شاهزاده پاسخ داد: «شاید تصور کنی که من همهٔ سلاح‌هایم را در کار آورده و نومید شده‌ام، اما هنوز یك سلاح دیگر دارم. اگر مرا ببلعی، تو را از درون شکم خواهم درید.»

این عزم و پشتکار شاهزاده، هیولا را نگران ساخت و پرسید: «چگونه می‌توانی این کار را بکنی؟» و شاهزاده پاسخ داد: «به نیروی **حقیقت**.»

آنگاه هیولا او را رها ساخت و از او خواست تا **حقیقت** را بیاموزدش. پندآموزی این مَثَل، همانا در تشویق پویندگانِ طریق به دنبال کردن تلاش و کوشش ونهراسیدن از ناکامی‌ها است.

۱۲. زشت‌کاری، بی‌شرمی یا خودنمایی، آدمی را به زمین می‌زند، اما فروتنی و حیا انسان را ایمن می‌دارد. مردم به پدر و مادر، بزرگترها، برادران و خواهران خود حرمت می‌نهند، چرا که آنان نسبت به تواضع و حیا حسّاسند. پس از هر ابراز شخصیتی، فضیلت در آن است که آدمی خود را از تجلیل برکنار دارد، و به رعایت حال دیگرِ مردم احساسِ خجلت نماید.

اگر انسان را روح توبه‌گر و بخشایش‌طلب باشد، گناهانش پاك شود، امّا اگر خیره سر و دلیر به گناه باشد، گناهش بر گردن بماند و همیشه بر او نفرین بارد.

تنها آن کس از تعلیم و سخن حقیقت بهره تواند یافت که استعداد شنیدن و دریافتن معنای آن و مناسبتش را با خود داشته باشد.

آن کس که سخن حقیقت را بشنود، اما درنیابد، در پی **معرفت** به سرمنزلِ مقصود نرسد.

ایمان، تواضع، شکسته نفسی، تلاش و همّت و خرد، جویندهٔ **معرفت** را سرچشمه‌های سرشار نیرو است. از این ذخایر، خرد بزرگترین همه است و دیگر مایه‌ها همانا جوانبی از خرد باشند. هر گاه کسی در حال سیر و سلوك طریق، به امور دنیوی دل بندد، سخن یاوه را خوش دارد و یا درخواب رود، از راه **معرفت** بیرون خواهد شد.

۱۳. در تحصیل **معرفت**، باشد که بعضی رهروان زودتر از دیگران به مقصد رسند. پس، انسان نباید به دیدن اینکه یاران پیش از او **معرفت** یابند، دلسرد شود.

چون کسی تیراندازیِ با کمان آموزد، انتظار ندارد که زود چیره دست شود، بلکه می‌داند که اگر بردبارانه در تمرین و تکرار بکوشد، هر روز بهتر به نشان خواهد زد. یك رودخانه از جویباری باریك سرچشمه می‌گیرد امّا رفته رفته پهن‌تر می‌گردد، تا که به اقیانوس پیوندد.

هم‌چنین اگر که آدمی با بردباری و پشتکار در آموختن بکوشد، به یقین **معرفت** را درخواهد یافت.

چنانکه بیان شد، اگر انسان چشم‌هایش را باز نگه دارد، همه جا سخن و تعلیم حقیقت را خواهد دید، و در این حال فرصت‌های او برای نیل به **معرفت**، بی‌پایان است.

وقتی، مردی در حال سوزاندنِ عود بود. او متوجّه شد که دود و بویِ خوشِ عود نه می‌آید و نه می‌رود، نه پیدا، و نه ناپدید می‌شود. این قرینهٔ جزئی، او را به **معرفت** راه نمود.

وقتی، کسی را خاری در پای فرو رفت. او ناگاه دردی تند احساس کردو این فکر در سرش جرقه زد که درد و سوزش پا فقط یك بازتاب ذهنی است. از این حادثه فکری عمیق‌تر برای او پیدا شد، که اگر آدمی نتواند دل واندیشه را مهار دارد، بسا که از اختیار بیرون شوند، و اگر بتواند بر آنها چیره ماند، باشد که پاك وصافی گردند. از این فکرها، او، پس از چندی **معرفت** را دریافت.

وقتی، مردی بود بسیار حریص. روزی او در کارِ دلِ آزمندش اندیشه می‌کرد، و در حال دریافت که افکارِ آزمندی چیزی نیست جز خار و بته‌ای که فروغِ خرد می‌تواند بسوزاندش و نابودش کند. این حال سرآغاز **معرفت** او بود.

یك سخنِ قدیم است که می‌گوید: «اندیشهٔ خود را تراز دار. اگر اندیشه تراز باشد، همهٔ جهان بر تو هموار خواهد بود.» به عمق این سخن برسید؛ دریابید که همهٔ تفریق و تمایزهای این جهان، حاصل نظرات تبعیض‌نگرِ ذهن و اندیشه است. در همین کلمات، راهی به وادی **معرفت** باشد. واقع آنکه راه‌های وصول به **معرفت** بی‌شمار است.

۳
طریق ایمان

۱. آنانکه در سه گنجینهٔ معنیٰ، یعنی **بودا**، **دهرما** و **سنگ‌ها**، پناه می‌جویند، مریدان **بودا** نامیده شوند. اصحاب **بودا** در مراعات چهار

جزءِ مهار اندیشه ـ یعنی فرایض، ایمان، احسان و خرد ـ استوارند.

شاگردان **بودا** پنج فریضه را رعایت کنند؛ که همانا پرهیز از کشتن، دزدی نکردن، زنا نکردن، دروغ‌نگفتن و پرهیز از هرگونه خمر و مُسکر است.

مریدان **بودا**، به خردِ کامل **بودا** ایمان دارند. آنها می‌کوشند تا از آزمندی و خودپرستی بپرهیزند و احسان و ایثار کنند. آنان اصل **تسبیب** و **جزا** را می‌دانند؛ گذرا بودنِ زندگی را در یاد دارند، و با شیوهٔ خرد دَمسازند.

درختی که مایل به شرق رشد کند، به طور طبیعی در سوی شرق فرو می‌افتد. هم چنین کسانی که به سخن **بودا** گوش دارند، و بر سر ایمان باشند، یقین است که در **سرزمین پاك بودا** متولد خواهند شد.

۲. درست گفته‌اند که، آنها که به خزاین سه گانه یعنی **بودا**، **دهرما** و **سنگها** ایمان دارند، مریدان **بودا** خوانده می‌شوند.

بودا وجود یگانه‌ای است که به **معرفت** کامل نایل آمد، و توفیق خود را برای رها ساختن، و خیرو برکت رساندن به همهٔ نوع بشر به کار گرفت. **دهرما** همانا حقیقت است، که روح **معرفت** و سخن تفسیر آنست. **سنگها** همانا اُخُوَّت کاملِ ایمان آورندگان به **بوُدا** و **دهرما** است.

ما از **بوداگری**، از **دهرما** و از **اخوت**، چنان سخن می‌آوریم که گوئی اینها سه چیز جدا از هم‌اند، اما در واقع یکی باشند. **بودا** در **دهرمای** خود متجلّی می‌شود و با **اخوّت** به تحقـق می‌پیونـدد. پس، اعتقاد به **دهرما** و اتصّاف به **اخوّت**، همانا ایمان داشتن به **بودا** است، و ایمان داشتن به **بودا** به معنی اعتقاد به **دهرما** و دل بستن به **اخوّت است.**

پس، مردم به داشتن ایمان به **بودا** رستگار شوند و **معرفت** یابند. **بودا** آن **یگانه** وجود **عارف** کامل است و او هر کس را چون تنها فرزند خود، دوست دارد. پس هر که **بودا** را چون پدر و مادر خویش دانـد و به او انتساب یابد، به **معرفت** نایل آید.

آنان که **بودا** را چنیـن خویش و نزدیـك خود داننـد، خردِ او یارشان، و رحمتِ او رایحهٔ روحشان باشد.

۳. چیزی پُر بارتر از اعتقاد به **بودا** در جهان نباشد. همان شنیدن نام **بودا**، ایمان و شعف آوردن به آن، حتی به یك لحظه، پاداشی بی‌مانند فرا آرد.

پس، آدمی باید که به جای فرو ماندن در آتشی که شرارهٔ آن همهٔ جهان را فراگیر است، روح و دل را به جستن سخن و تعلیم **بودا** شاد دارد.

یافتن معلمی که بتواند **دهرما** را برایمان تعریف کند، دشوار است؛ پیدا کردن یك **بودا**، دشوارتر است؛ و عقیده نهادن به تعلیم و سخن **بودا** کاری است از همه دشوارتر.

اما اینك که شما به **بودا** رسیده‌اید، **بودائی** که یافتنش دشوار است؛ و آنچه که بختِ شنیدنش آسان فرانیاید برایتان تعریف شده است، باید که دل شاد دارید، و عقیده نهید، و به **بودا** ایمان آورید.

۴. در سفرِ دور و درازِ زندگیِ بشر، ایمان بهترین همراه است؛ ایمان بهترین مایهٔ آسودن از رنج راه در این سفر است؛ و ایمان بالاترین توشه وزادِ مسافرِ راهِ زندگی است.

ایمان همان دستی است که **دهرما** را در می‌یابد؛ ایمان آن دست پاکی است که همهٔ فضیلت‌ها را فرا می‌یابد. ایمان آتشی است که همهٔ امیال نفسانی را می‌سوزد و خاکستر می‌کند، ایمان بارِ هواها را از آدمی برمی‌دارد، و رهنمودی است که هادیِ راهِ انسان می‌شود.

ایمان پندارهای آزمندی، بیم و غرور را می‌زداید؛ ادب و احترام به دیگران را به انسان می‌آموزد؛ آدمی را از بند احوال و محیط رها می‌سازد؛ به آدمی شوق و توانِ رویارویی با سختی‌ها را می‌دهد؛ به انسان نیرو می‌بخشد، تا بر وسوسه‌ها چیره شود؛ آدمی به ایمان می‌تواند کردارش را راست و پاك نگاه دارد؛ و ذهن را به خرد توانگر سازد.

چون راهِ آدمی دراز و توانفرسا باشد، ایمان او را شوق‌انگیزد تا از پای نماند، و به سر منزل **معرفت** راه نمایدش.

ایمان موجب آن شود که احساس کنیم که در حضور **بودا** هستیم و ما را به جائی رساند که در پناه تأیید **بودا** باشیم. ایمان ذهن‌های سخت و خودبین ما را نرم سازد، و روحی سرشار از دوستی، و دل و اندیشه‌ای پر از عطوفتِ بیدار و آگاهمان بخشد.

۵. مردمی که ایمان دارند از خردی بهره‌مند شوند که بدان در هر چه بشنوند، سخن و تعلیم **بودا** را یابند. ایمان آورندگان، آن خرد و بصیرت را فرایابند که ببینند که هر چیز جز نمودی برآمده از قاعدهٔ موجبات و احوال نیست، و آنگاه ایمان آنان را برکت رضای بردبارانه و یارای هم‌سازیِ هموار با احوال و محیط دهد.

ایمان، به اهلِ خود، خردِ درك گذرا بودنِ زندگی و فیضِ بی‌تفاوت ماندن، و در شکفت یا ماتم نشدن ازهر آنچه برایشان روی نماید، یا همان اندوه نیاوردن برگذر عمر، را دهد، و بدانند که محیط و احوال و ظواهر به هر صورتی که بگردد، حقیقت زندگی همواره ثابت خواهد ماند.

ایمان سه جنبهٔ برجسته دارد: توبه، احترام صمیمانه ازرویِ رضا و صفای باطن برای مناقبِ دیگران، و تجلی **بودا** را به امتنان پذیرا شدن.

مردم باید که این جنبه‌های ایمان را در خود بپرورانند؛ آنان باید که بر قصورها و ناخالصی‌های خود هشیار باشند؛ باید که از این قصور و آلایش‌ها شرم دارند و بدان اقرار و توبه آورند؛ آنان باید که به جهد در شناخت و درك منش نیك و کردار پسندیدهٔ دیگران ممارست نمایند و همگنان را برای فضیلت ایشان بستایند. مردم باید که در زندگی به شوق هم کرداری با **بودا** و زیستن با **بودا** باشند.

دل و اندیشهٔ مؤمن، دل و اندیشهٔ صدق و صفا است، ذهنی است ژرف، و دلی است صادقانه شاد از اینکه به نیروی **بودا**، **به سرزمین پاك** او هدایت شود.

پس، **بودا** به ایمان توان می‌بخشد و ایمان مردم را، **به سرزمین پاك او** می‌رساند، این نیرو آنها را پاکی و صفا می‌دهد،و از پندار و هوای نفس ایمن می‌دارد. ایمان اگر همان برای یك لحظه نیز در دل مردم بیدار شود، چون نام **بودا** را، که در سراسر جهانش می‌ستایند، بشنوند، به **سرزمین پاك او** هدایت خواهند شد.

۶. ایمان چیزی نیست که بر ذهن خاکی بار شود؛ ایمان همانا تجلّی سرشت **بودایی** دل و اندیشه است. کسی که **بودا** را بفهمد خود یك **بودا** است؛ کسی که به **بودا** ایمان دارد همانا **بودا** باشد.

امّا پدیدار ساختن و باز یافتن سرشت بودائی آدمی دشوار باشد؛ پاك نگه داشتن اندیشه و دل در فراز و نشیب پیوستهٔ آزمندی و خشم و هوای نفس، سخت است؛ اما باز ایمان، انسان را یارا می‌دهد.

می‌گویند که در جنگل درختانِ سمّی **اِراندا**، فقط این درخت می‌روید، و درخت خوشبوی **چندانا** رشد نمی‌کند. اگر در بیشهٔ انبوه از **اِراندا** یك درخت **چندانا** بروید، اعجاز است. به همین گونه، این بزرگترین معجزه است که ایمان به **بودا** در دل مردم بارور می‌شود.

پس، ایمان برای اعتقاد نهادن به **بودا** را ایمانی «بی‌ریشه» گویند. یعنی که، این ایمان ریشه‌ای که در دل و اندیشهٔ آدمی بار آید، ندارد، و این ریشه همان در دل پر رحمت **بودا** بارور تواند شد.

۷. پس ایمان نهالی پر بار و در جایگاه قدس است. اما ایمان را دشوار توان در ذهن کاهلی بیدار کرد. خاصّه پنج شك است که در تاریکخانه‌های ذهن آدمی کمین می‌کند و در کارِ سست کردن ایمان باشد:

نخست، شكّ در خِرَدِ **بودا** است؛ دوم، شك درتعلیم و سخن **بودا**؛ سوم، شك دربارهٔ کسی که تعالیم **بودا** را بیان می‌دارد؛ چهارم، شك در مطمئن بودن راه‌ها و روش‌های پیشنهاد شده برای دنبال کردن **طریقتِ والا**؛ و، پنجم، شك آن کسی که، بر اثر ذهن خودبین و بی‌طاقت خویش، در صدق دیگران که تعالیم **بودا** را می‌فهمند و دنبال می‌نمایند، تردید نماید.

به راستی که چیزی هولناك‌تر از بدگمانی نیست. بدگمانی مردم را از هم جدا می‌سازد. تردید زهریست که دوستی‌ها را از هم می‌پاشد و رشتهٔ مناسبات دلپذیر را پاره می‌کند؛ خاری است که به جان خَلَد و آزار دهد؛ شمشیری است که مرگ آورد.

جوانه‌های ایمان، دیرزمانی پیش با رحمت **بودا** کاشته شد. چون کسی را ایمان باشد، باید که این معنی را بداند و این نیکی را که ارزانی **بودا** است، سپاسگزار باشد.

آدمی هرگز نباید از یاد ببرد که بیدار شدن ایمان در دلش، نه به مایهٔ شفقت خویش است، بلکه بر اثر رحمت **بودا** است، که در روزگاری دیرین فروغ روشن ایمان را به جان و دل انسان تاباند، و تاریکی جهل او را زدود. کسی که اینك از ایمان بهره دارد، در این میراث رستگاران سهیم شده است.

آدمی حتی با داشتن زندگی عادی هم می‌تواند در **سرزمین صفا** متولد شود، و بر اثر رحمتِ قدیم **بودا**، در زمرهٔ مردم اهلِ ایمانِ بیدار در آید.

به راستی که زاده شدن به این جهان سخت است. شنیدن **دهرما** دشوار است؛ و بیدار ساختن ایمان دشوارتر است؛ پس، هر کس باید که به نهایت بکوشد تا تعالیم **بودا** را بشنود.

۴
سخنان کوتاه در معرفت و دین

۱. «او مرا ناسزا گفت، او به من خندید، آن دیگری مرا زد.» این گونه فکرها در سر انسان می‌گردد و تا هنگامی که آدمی چنین فکرها را در ذهن دارد خشم با او است.

تا وقتی که افکـار ستیزه‌جوئی در سر باشد، خشم آدمی را رها نکند. همان وقت که افکار جدل و ستیز کنار نهاده شد و از یاد رفت، خشم ناپدید گردد.

اگر بامِ سرایی بد ساخته شده یا مرمّت نشده باشد، آب باران به دورن خانه می‌چکد؛ به همین گونه، طمع نیز به دل و اندیشه‌ای که درست بار نیامده یا در مهار نباشد، راه می‌یابد.

کاهل بودن همانا میان بریدنِ راه مرگ است، و جهد کردن، آیین زیستن و سرزندگی است؛ نابخردان کاهلی کنند و خردمنـدان کوشا باشند.

سازندهٔ تیر و کمان می‌کوشد تا تیر را راست بسازد؛ هم‌چنین مرد دانا بر این سعی است که اندیشه‌اش را مستقیم بدارد.

یك ذهن آشفته هرگز قرار و آرام ندارد، به این سو و آن سو می‌پرد، و مهار داشتنش دشوار است؛ اما دل و اندیشهٔ آسوده در صلح و سکون باشد؛ پس فرزانگی در مهار داشتن اندیشه است.

فقط ذهن خود آدمی است، و نه تدبیر دشمن یا بدخواه وی، که او را می‌فریبد و به راه‌های نادرست می‌کشاند.

آن کس که دل و اندیشه‌اش را از آز، خشم و بی‌خردی نگهدارد، از آرامش واقعی و پیوسته بهره‌مند باشد.

۲. گفتن سخنان نیك و دلنشین، بی‌رفتار کردن به آن، چون گُلی است که آنرا بوی خوش نباشد.

عطر و رایحهٔ گل‌ها، همان در سوی نسیم می‌رود؛ اما فرّ و اعتبار یك انسان خوب، حتی در جهتِ مخالف باد در جهان بپراکَنَد.

شب بَر آن‌کس که خواب بر چشمش نرود، دراز آید و سفر بر رهرو خسته، طولانی نماید؛ هم‌چنین زمان وهم و پندار و تألّم بر آن کس که تعلیم و سخن حقیقت را نداند، دراز نماید.

آدمی باید که در سفر با کسی هم‌تراز در اندیشه، یا بهتر از خویش در فکر، همراه باشد؛ تنها سفر کردن، بهتر از رفیق راهِ نابخرد داشتن است.

از یك دوست بد دل و بی‌راه، بیش از یك جانور وحشی باید ترسید؛ جانور وحشی فقط تنت را می‌درد، اما دوستِ بد،ذهن و اندیشه‌ات را تباه می‌سازد.

تا آنگاه که آدمی بر اندیشهٔ خود چیره نیامده است، از افکاری مانند: «این پسرم است» یا «این گنجینه و ثروتم است» چه لذتی تواند

بُرد. آنکه در بند چنین افکاری باشد، نابخرد است.

هر آنکه نداند، و بداند که نداند، بهتر از آن کس است که نداند، و نداند که نداند.

یك قاشق، طعم غذایی را که با آن برمی‌دارند، نمی‌تواند چشید. همچنین از یك نادان، گرچه در صحبت پیری فرزانه باشد، شناخت دانائیِ یك خردمند برنیاید.

شیر تازه دیر سرشیر می‌بندد؛ هم‌چنین نتایج بزه‌کاری‌ها زود پیدا نمی‌آید. گناه‌کاری‌ها بیشتـر شبیه کُندهٔ نیم سوخته در آتش است، که در زیر خاکستر هم‌چنان دود می‌کند، تا سرانجام آتشی بزرگتر روشن کند.

کسی که در آرزوی امتیاز و جاه و رفعت و منفعت و افتخار باشد، نادان است، چرا که این آرزوها هرگز نتوانند شادی آفریـد، بلکه محنت بار آورند.

دوست خوبی را که اشتباه‌ها و نارسائی‌هایت را گوشزد نماید، و ترا بر بدی تو سرزنش آورد، باید چنان ارج داری که مگـر گنجی پنهان را بر تو آشکار می‌سازد.

۳. آن کس که به دریافتن تعلیم و سخنی نیکو خوشحال شود، آرام خواهد خفت، زیرا که دل و اندیشه‌اش بدان سخن، نزهت یافته است.

یك نجار می‌کوشد تا تیرك را راست ازتراش درآورد؛ یك تیر ساز سعی دارد تیر را برای چلّهٔ کمان تراز بسازد؛ یك مقنّی همّت در کار

می‌دارد تا آبِ قنات پیوسته و هموار روان شود؛ هم‌چنین یك مرد دانا در پیِ مهار ساختن اندیشهٔ خود باشد، تا حاصل فکرش به هنجار و درست در آید.

یك سنگ گران با وزش باد به تکان نیفتد؛ اندیشهٔ مرد دانا نیز به تحسین یا ناسزا، متأثر و آشفته نگردد.

جهاد با نفس جهاد اکبر است، و چیره شدن بر خویشتن فتحی عظیم‌تر از شکست دادنِ هزار مرد در میدانِ جنگ باشد.

زندگیِ یك روزهٔ همراه با سعادتِ دریافت تعلیم و سخنی نیکو، بهتر از عمرِ یکصد سالهٔ بی‌نصیب از چنین حکمت است.

کسانی که خود را ارج نهند باید که همواره در حالِ خویش مراقبت دارند؛ مبادا که به امیال بی‌راه دل سپرند. اینان باید که در هر فرصتی از زندگی، خواه در جوانی یا میانسالی، یا حتی در پیریشان، ایمان را در خود بیدار سازند.

این دنیا پیوسته در آتش است، و از شراره‌های آن، خشم و نادانی می‌سوزد؛ آدمی باید که هر چه زودتر از این تباهی‌ها بگریزد.

این جهان چون حُبابی است، مانند تار تنیدهٔ رطیلی (در کمین شکار) است، بسان ناپاکیِ یك تغارِ ناشسته است؛ آدمی باید که پیوسته دل و اندیشهٔ خود را از آلوده شدن ایمن دارد.

۴. دوری جستن از هر بدی، و در پی نیکی بودن، دل و اندیشه را پاك داشتن؛ این است جوهر سخن و تعلیم **بودا**.

تحمّل، یکی از سخت‌ترین انضباط‌ها است، پیروزی نهائی کسی را باشد که متحمل است.

آدمی باید کـه چون حالِ رنجش یابد، رنجیدگی را از خود دور کند؛ انسان باید که به هنگام اندوه، گَردِ ملال از دل بزداید؛ مرد باید که چون پایش به طمع بلغزد، ریشهٔ آزمندی را در آورد. آدمی باید که در عین فراوانی و نعمت، هیچ چیز را مال خود نداند، تا زندگیش پاك و دور از خودبینی باشد.

تندرست بودن، نعمت بزرگی است؛ قانع بودن به آنچه انسان دارد، بهتر از مال و ثروتِ کلان داشتن اسـت؛ مورد اعتمـاد بودن، واقعی‌ترین نشانهٔ دوستی ورزیدن با مردم است؛ **معرفت** یافتن، برترین سرور و سعادت است.

چون انسان بدی را ناپسند دارد، چون انسان احساس آرامش نماید، چون آدمی از گوش دادن به تعلیم و ارشاد نیك، شاد شود، چون آدمی این احساس‌ها را در خود بپـرورد و ارج داد، از هراس و اندوه آزاد باشد.

به‌چیزهایی که دوست داری دل مبند. از آنچه که ناپسند داری حسّ بیزاری در دل نگاه مدار. بیم و اندوه و تعلق‌ها، از خوش آمدن‌ها و بد آمدن‌های انسان برمی‌آید.

۵. زنگ و پوسیدگی از خود آهن پیدا می‌شود و آنرا تباه می‌کند؛ بدی نیز از دل و اندیشهٔ آدمی برمی‌آید و او را نابود می‌سازد.

کتاب مقدّسی را که از روی خلوص نخوانندش، بزودی گرد و غبار بپوشاند؛ خانه‌ای را که به هنگام شکستگی مرمت نکنند، زود به ویرانی افتد؛ هم‌چنین یك آدم بی‌همت و کاهل دیر نباشد که تباه شود.

کردار ناپاك، یك زن را به تباهی می‌کشاند؛ تنگ چشمی احسان را لوث می‌کند؛ هم‌چنین بدکرداری نه تنها این زندگی، بلکه عمرهای آینده را نیز تباه می‌سازد.

باز آلایشی که باید بیش از همه از آن بیم داشت، آلایش جهل است. تا این آلایش زدوده نشود، آدمی امید نتواند داشت که تن یا دل و اندیشهٔ خود را پاك سازد.

تن سپردن به بی‌شرمی چون کلاغی گستاخ، و خیره سر بودن، بی‌پروا و ندامتی دیگران را آزار رساندن، آسان است.

فروتنی داشتن، حیا و حرمت شناختن، رها ساختن نفس از بند همهٔ تعلقات، اندیشه و کردار را پاك داشتن، و بخرد بودن به راستی دشوار است.

بر دیگران خرده گرفتن و خطاهای آنان را شمردن آسانست، امّا اشتباهات خود را پذیرفتن سخت است. انسان همه جا، و بی‌پروا، از گناهان دیگران سخن می‌گوید، امّا گناهان خود را می‌پوشاند، همان

گونه که قماربازی برگ برنده‌اش را پنهان می‌دارد.

آسمان را اثری از گذر پرندگان، دود یا طوفان، باز نمی‌ماند؛ یك سخنِ بد پیام **معرفت** را در بر ندارد؛ هیچ چیز در این جهان هموار نباشد؛ اما اندیشه‌ای که نور **معرفت** یافته است، آشوب نپذیرد.

۶. چنانکه امیری دروازهٔ دژ خود را پاس می‌دارد،آدمی نیز باید که دل و اندیشه‌اش را از مخافت‌های بیرونی و خطرهای درونی بپاید؛ انسان نباید که به لحظه‌ای نیز این مراقبت را فرو گذارد.

هر کس سلطان خویشتن است، او خود زیستگاهی است که بدان زنده و وابسته تواند بود، چنانکه ماهی به آب؛ پس هر کس باید که پیش از هر چیز در حالِ خود مراقب باشد.

نخستین گام‌ها فراسویِ آزادی معنوی، همانا از قیود و زنجیرهای نفسانی گسستن، همانا اندیشه را مهار گرفتن، بس کردن از سخن یاوه، و حالی متفکر و متین داشتن است.

روشنایی روز از خورشید است و زیبائیِ شب از ماه، انضباط بر صلابت یك جنگنده می‌افزاید، هم‌چنین ذکر و تفکر خاموش، جویندهٔ **معرفت** را ممتاز می‌دارد.

هر آن کس که بر پنج حسِّ دیدن و شنیدن و بوئیدن و چشیدن و لمس کردن چیره نتواند شد، و به چیزهـای محیط و پیرامـون خود انگیخته شود، یارایی دریافتن **معرفت** را ندارد. آن که دروازه‌های پنج حس خویش را سخت بپاید و دل و اندیشه‌اش را در اختیار گیرد،

کسی است که بتواند با توفیق **معرفت** آموزد.

۷. آن کس که در تأثیر خوش داشتن‌ها و ناخوش داشتن‌های خود باشد، اهمیت وضع و حال را به درستی نتواند فهمید و بسا که مقهور آن گردد؛ کسی که از تعلّق‌ها آزاد باشد، احوال را به درستی دریابد و هر چیز بر او تازه و گیرا نماید.

شادی از پیِ اندوه آید و غم به دنبال شادی باشد، اما آنگاه که کسی میان غم و شادی و کردار نیك و کار بد تمایز ننهد، آزادی را تواند شناخت.

از پیش نگرانِ چیزی بودن، یا برگذشته دریغ آوردن، به بیهودگیِ نی‌های ریشه‌کن شده و پوسیده است.

رازِ تندرستی تن و نیز اندیشه، نه در ماتم بردن برگذشته، نه در نگرانِ آینده بودن و نه پیش نگریِ بلا و گرفتاری‌ها است، بلکه در بخرد بودن و به صدق و صفا زیستن در حال است.

در گذشته‌ها زندگی مکن، و رؤیای آینده را در سر مدار، دل و اندیشه‌ات را بر حال متمرکز ساز.

ارزنده آنست که کار امروز را خوب به انجام رسانی، و در آن کوتاهی نورزی؛ بر آن مباش که کار امروز را ناکرده گذاری، یا به فردا نهی. با انجام به موقع کار در حال، انسان روز را نیکو بسر تواند بُرد.

خرد بهترین رهنما و ایمان بهترین همراه است. آدمی باید که از تیرگی جهل و محنت بگریزد، و در پی نور **معرفت** باشد.

چون تن و اندیشهٔ آدمی در مهار باشد، باید که فضیلتِ کردارهای او بر آن گواهی دهد. این کار وظیفه‌ای مقدّس است. پس، ایمان ثروت او خواهد بود، صداقت، طعمی شیرین به زندگیش خواهد داد، و اندوختن فضایل پیشهٔ مقدس او خواهد بود.

در سفرِ زندگی، ایمان توشه و زادراهست، کردار با فضیلت، پناهگاه باشد، خرد به منزله روشنایی در روز، و حضور ذهنِ درست، همانا ایمنی در شب تار است. اگر آدمی به پاکی زندگی کند، هیچ چیز نابودش نتواند کرد، اگر او بر طمع چیره آمده باشد، هیچ چیز آزادگیش را حصار نیارد ساخت.

انسان باید که برای خانواده‌اش از خود بگذرد، آدمی باید که برای موطنش از خانواده چشم بپوشد؛ مرد باید که برای میهنش از زادگاه خود بگذرد؛ و آدمی باید که در راه **معرفت** همه چیز را بگذارد.

هر چیزی در عرصهٔ معارضه است، هر چیزی پیدا و ناپیدا می‌گردد؛ تا آنگاه که آدمی از غصّه و قصّهٔ زندگی و مرگ نگذرد، آرامشی پر برکت و سعادت نخواهد یافت.

اُخُوَّتْ

فصل اوّل

فرایض اُخُوَّتْ

۱

اخوانِ بی‌خانمان

۱. کسی که آرزو دارد از مریدان من شود، باید که آمادهٔ گسستن از همهٔ پیوندهای مستقیم با خانواده و با زندگی اجتماعی و هرگونه دلبستگی مادی و مالی باشد.

آن کس که همهٔ این گونه پیوندها را به شوق **دهرما** از دست نهاده و مکانی همیشگی برای تن یا اندیشه‌اش نداشته باشد، شاگرد و مرید من شده است و باشد که او را برادرِ بی‌جا و بی‌خانمان نامند.

هر چند که مریدی پای بر جای قدم‌های من گذارد و دست‌هایش جامه‌دار من باشد، باز اگر ذهن و دلش آشفتهٔ طمع بماند، از من دور است. هر چند که مدّعی، جامهٔ کاهنان پوشد، هرگاه سخن و تعلیم مرا نشنود و نپذیرد، مرا نتواند دید، و در نیابد.

اما اگر آن جوینده، پیرایهٔ آز را همه از دل زدوده و اندیشه را پاك و آرام داشته، هر چند که هزاران فرسنگ دورتر باشد، باز هم نزدیك من است. اگر این جوینده **دهرما** را دریابد، مرا در آن خواهد دید.

۲. مریدانِ من، اِخوان بی‌خانمان، باید که چهار اصل را در کار آرند و زندگی خود را بر آن بنیاد دارند:

نخست، جامه‌های کهنه و ژنده پوشند؛ دوّم، خوراك خود را از راه گدایی و درویشی فراهم سازند؛ سوم، بر آن باشند که «درویش هر کجا که شب آید سرای اوست»، چه زیر درختی یا بر تخته سنگی؛ و، چهارم، جز دارویی خاص که از پیشاب **اخوان** ساخته شده است برنگیرند.

کاسه به دست داشتن و، خانه به خانه، به صدقه گرفتن رفتن، زندگیِ گدایی است؛ اما اخوان را به این کار وادار ننموده‌اند، و به فشار وضع و حال یا به وسوسهٔ نفس ناچار به آن نشده‌اند؛ یارِ اخوان این کار را از سر اختیار و خواست خود می‌کند، زیرا می‌داند که با ایمان زیستن او را از پندار و هواهای زندگی دور دارد، یارایش دهد تا از رنج و درد برکنار ماند، و او را به سوی **معرفت** رهنمون شود.

زندگی یك برادر بی‌خانمان آسان نباشد. اگر از او برنیاید که دل را از آز و از خشم پاك دارد، یا نتواند که اندیشهٔ خود یا حواس پنجگانه‌اش را مهار سازد، نباید که زندگی اخوان را در پیش گیرد.

۳. برای آنکه کسی خود را از برادرانِ بی‌خانمان بداند و نیز از پسِ پاسخ‌گویی دربارهٔ راه و رسم اخوان برآید، باید که بتواند گفت که:

«من آماده و مشتاقم تا آنچه را که بایستهٔ اخوانِ بی‌خانمان

است بپذیرم، و انجام دهم. من در این کار به یکراه خواهم بود، و در پی آن و برای درآمدن در زمرهٔ اخوان، خواهم کوشید. از آنان که با احسانِ خود مرا یاری کنند سپاسگزار خواهم بود و بر آن خواهم بود که صدق و صفا و نیك زیستنم، شادشان سازم.»

پویندهٔ راه، تا در زمرهٔ اخوان در آید، باید که خود را در جهات بسیار بیاموزاند؛ او باید که به هنگام نامرادی، خِفّت کش و شرم‌پذیر باشد؛ برای پاك داشتن زندگی باید که تن و زبان و دل را پاك نگاه دارد؛ نباید که به هوای لذّتی ناپایدار و گذرا مهار اندیشهٔ خود را از کف رها کند؛ نباید که به ستایش خود یا نکوهش دیگران برآید؛ و نباید که تن به کاهلی یا خواب دراز سپارد.

در شامگاه باید که او وقت و فراغتی برای خاموش نشستن و ذکر و تفکرّ بگذارد، و پیش از غنودن کمی راه برود. برای آرام خوابیدن باید که به پهلوی راست دراز بکشد و پاها در بستر جفت باشد و آخرین اندیشه‌اش پیش از خفتن، یاد هنگامی باشد که می‌خواهد سحرگاه بیدار شود. در پگاه نیز باید که چندی خاموش به فکر و ذکر بنشیند و پس کمی راه برود.

او در همه روز باید که دل را هشیار نگه دارد، تن و نیز اندیشه را در مهار داشته باشد، و با هر انگیزه و کششی در سوی آز، خشم، غفلت، خواب‌زدگی، بی‌فکری، دریغ، بدگمانی و همهٔ امیال دنیوی بستیزد.

بدین سان، با تمرکز ذهن بر محور مقصود، او باید که گنجینهٔ خردِ والا را فرا آورد و همان و همان **معرفت** کامل را هدف داشته باشد.

۴. اگر یکی از اخوان بی‌خانمان، از سرِ بی‌خودی، به دامن آز، خشم، رنجش، حسد، خودبینی، خودستایی یا دورویی بلغزد، او به کسی مانَد که شمشیر دو لبهٔ تیزی را در غلافی کاغذین با خود دارد.

همان که کسی خرقهٔ ژندهٔ کاهنان پوشد و کاسهٔ درویشی به دست گیرد، از اخوان بی‌خانمان نباشد؛ همان که کسی کتاب مقدس را روان بخواند، در زمرهٔ اخوان بی‌خانمان درنیاید.

مرد دنیا دوست، اگر هم به سیما و ردای کاهنان باشد، باز امیال نفس را از خود نتواند زدود. او ازاخوانِ بی‌خانمان نباشد، او بیش از کودکی که جامهٔ کاهنان در بر کرده است، نیرزد.

آنها که بتوانند اندیشه را تمرکز دهند و مهار دارند، گنجینهٔ خرد را یافته‌اند، همهٔ امیال دنیا را از سر و دل زدوده‌اند، و سر منزلشان همانا **معرفت** است ـ هم اینان را اخوانِ بی‌خانمانِ راستین توان خواند.

آن کس که به حقیقت از اخوان بی‌خانمان باشد، در راهِ رسیدن به **معرفت** چنان پایمردی دارد که از ریخته شدن خونش تا آخرین قطره و گرد شدن استخوان‌هایش در راه طلب نیندیشد. چنین پوینده‌ای،

با جهد تمام، سرانجام مقصود را خواهد یافت و توفیق خود را با تواناییش در کردارهای شایسته‌ای که از یك برادر بی‌خانمان برآید، نشان خواهد داد.

۵. رسالت اخوان بی‌خانمان همانا پیش بردن چراغ تعالیم **بودا** است. هر یك از اخوان باید که مردم را اندرز دهند، خفتگان را بیدار سازند؛ بینش‌های نادرست را اصلاح کنند؛ مردم را یاری نمایند تا نظر و نگرش درست یابند؛ و باید که برای نشر تعالیم به همه جا، اگر بیم جان هم در میان باشد، بروند.

کاری که یك برادر بی‌خانمان را باید، آسان نباشد؛ پس هر که این رسالت را آرزو دارد، باید که جامهٔ **بودا** در بر کند، در جای **بودا** نشیند و به سرای **بودا** در شود.

جامهٔ **بودا** پوشیدن به معنی فروتن بودن و خود را بردبار داشتن است؛ در جای **بودا** نشستن، یعنی امور را بی‌ذات و بی‌اصل دیدن و هیچ گونه تعلقی نداشتن؛ به سرای **بودا** در آمدن یعنی سهیم شدن در رحمتِ عظیم او که همه را فرا گیرد، و به همهٔ مردم مهر ورزیدن.

۶. آنانکه بخواهند سخن و تعلیم **بودا** را بیاموزانند، چنانکه مردم آنرا پذیرا شوند، باید که چهار چیز را در کار دارند؛ اول، آنها باید که در رفتار خود هشیار باشند؛ دوم، باید که هنگام تماس با مردم و آموختن آنها، کلمات را برای بیان مقصود با آگاهی برگزینند؛ سوم، باید که برانگیزهٔ خود برای این آموزش، و غایتی که به آن چشم دارند، بیدار باشند؛ و، چهارم، آنان باید که دل فراسوی رحمتِ عظیم دارند.

پس، یار اخوان بی‌خانمان، برای آنکه معلّم خوب سخن **دهرما** باشد، نخست باید که خود را در جایگاه تحمل ثابت و استوار دارد؛ باید که فروتن باشد؛ نباید که در کارها زیاده‌روی کند یا آشکارا بیان آرزو نماید؛ باید که همواره به پوچ بودن چیزها اندیشد؛ و نباید که به هیچ چیز دل نهد. با در کار آوردن این مراقبت‌ها، کردار درست از او ساخته آید.

دوم، باید که ملاحظه‌کاری در برخورد با مردم، یا وضع و حال‌ها را تمرین و تجربه کند. باید که از مردمی که زندگی تباه دارند، یا از صاحبان قدرت بپرهیزد؛ باید که از جنس مخالف دوری گزیند. پس باید که با مردم دوستانه برخورد کند؛ باید همواره بیاد داشته باشد که پدیده‌ها از ترکیب و ائتلاف موجبات واحوال بار آیند، و با این بینش، نباید که مردم بدراه را سرزنش یا ناسزا دهد، یا اشتباه آنها را به رخ بکشد، یا آنها را تحقیر نماید.

سوم، باید که دل و اندیشه را آرام نگه دارد، **بودا** را پدر روحانی خود بداند، و یاران دیگر از اخوان بی‌خانمان را، که در سیر و سلوك

معرفت باشند، معلم خود شمارد، و همهٔ مردم را با روح رحمت عظیم بنگرد. پس، باید که همه را به یکسان بیاموزد.

چهارم، او باید که روح رحمت خود را مجال نمود دهد، تا همچنانکه **بودا** را بود، این رحمت به نهایت در جلوه آید. بخصوص که او باید بگذارد تا روح رحمتش به کسانی که هنوز چندان نمی‌دانند که در پی **معرفت** روند، دمیده شود. باید بدان آرزو باشد که اینان جویای **معرفت** گردند، و آنگاه باید که با تلاش و از خودگذشتگی در پی این کار شود و آنان را به خود آورد و راه نماید.

۲
پیروان عامهٔ بودا

۱. چنانکه پیشتر بیان شد انسان باید که به گنجینه‌های سه گانه، یعنی **بودا**، **دهرما** و **سنگها** ایمان نهد، تا شاگرد و مرید **بودا** شود.

برای گرویدن به پیروان عامهٔ **بودا**، انسان باید که ایمانی رخنه‌ناپذیر به **بودا** داشته، و به تعالیم او معتقد باشد، فرایض را بداند و بکار بندد، و باید که روح **اخوّت** را در خود بپرورد.

پیروان عامهٔ **بودا** باید که از منهیات پنجگانه دوری جویند، که همانا نکشتن جاندار، دزدی نکردن، زنا نکردن، سخن دروغ و فریب نگفتن، و از مسکرات پرهیز نمودن است.

مؤمنان نه فقط باید که به گنجینه‌های سه گانه ایمان آورند و به نفس خود گرد این منهیات پنجگانه نگردند، بلکه باید تا آنجا که بتوانند دیگران، خاصه بستگان و دوستان خود را، در نگه داشت این بایسته‌ها، یاری کنند و بکوشند تا ایمان تزلزل‌ناپذیر به **بودا**، به **دهرما** و به **سنگها** را در درون آنان بیدار سازند، تا مگر آنها نیز از رحمت **بودا** بهره برند.

مؤمنان باید که همیشه در یاد دارند که ایمان آنها به گنجینه‌های سه گانه و نگهداشت فرایض برای آنست که سرانجام بدین ممارست یارای نیل به **معرفت** را بیابند؛ پس، هر چند که در دنیای امیال بسر برند، باید که از دل نهادن به این امیال بپرهیزند.

مؤمنان باید که همواره در یاد داشته باشند که دیر یا زود ناگزیر از خانواده و خویشان جدا خواهند شد و از این‌جهان تولد و مرگ در ـ خواهند گذشت؛ پس، روا نباشد که به چیزهای این زندگی دل بندند؛ به جای آن باید که اندیشهٔ خود را بر جهان **معرفت** نهند، که در آن هیچ چیز گذرا و فانی نیست.

۲. مؤمنان اگر بخواهند که ایمانی صادق و خالص نسبت به تعالیم **بودا** در خود بیدار سازند، باید که سعادتی ناب و رام را که از درونشان بر محیط و پیرامون آنها می‌تابد و فروغ و روشناییش به‌خود آنان باز ـ می‌درخشد، در دل و جانشان دریابند.

این دل و اندیشهٔ ایمان، گوهری پاك و اصیل است، همیشه بر سر صبر و مدارا باشد، هیچگاه به جَدَل برنخیزد، هرگز مایهٔ رنج و آزار دیگران نشود و همواره در هوای سه گنجینهٔ معنی، یعنی **بودا**، **دهرما** و **سنگها** است. چنین است که خوشدلی خود در جان اینان برجوشد، چندان که فروغ **معرفت** را در هر جا توانند یافت.

از آنجا که اینان به مایهٔ ایمان در آغوش **بودا** آرمیده‌انـد، از داشتن فکر خودبین، از دلبستن به آنچه از دنیا دارند، به دور خواهند ماند و، از این رو، در زندگی روزانه‌شان ترس نشناسند، یا بیم ندارند که دیگران بر آنان خرده گیرند.

آنان را از اجل عاجل خود بیم نباشد، زیرا که به متولد شدن در سرزمین **بودا** ایمان دارند. اینان با ایمانِ به‌حقیقت و تقدس تعالیم **بودا**، می‌توانند اندیشه‌هایشان را آزاد و بی‌پروا به سخن آورند.

از آنجا که دل و اندیشهٔ اینان سرشار از شفقت و مهر برای همهٔ مردم است، تمایزی میان آنها نمی‌نهند، و با همه یکسان رفتار می‌کنند، و چون دل و ذهنشان از خوش آمدن‌ها و بدآمدن‌ها آزادست، هر کار نیك آنها از رویِ صفا و داد و وداد و برایشان شادی بخش باشد.

اینان، خواه در سختی روزگار گذرانند یا در آسانی، ایمانشان هر روز فزاینده باشد. اگر آنان فروتنی را در خود بپرورند، اگر تعالیم **بودا**

را ارج نهند، اگر پیوسته به راه **بودا** در کار و سخن باشند، اگر به هدایت خرد روند، اگر اندیشه‌شان چون کوه استوار و رخنه‌ناپذیر باشد، همواره در راه **معرفت** پیش روند.

و هر چند که اینان به زندگی دشوار و در میان مردمی بی‌راه و تباه‌اندیش ناچار باشند، باز اگر ایمان به **بودا** را در خود بپرورند، همگنان را به کار و کردار بهتر، رهنمون توانند شد.

۳. پس، آدمی باید که نخست شوق شنیدن سخن و تعلیم **بودا** را داشته باشد.

اگر او را بگویند که برای رسیدن به **معرفت**، باید که از میان آتش بگذرد، باید شیدای آن باشد که به درون آتش رود.

شنیدن نام **بودا** خوشنودی و رضای باطن دهد، و این سعادت ارزش گذشتن از میان دنیایی از آتش را دارد.

اگر آدمی پیروی از تعلیم و سخن **بودا** را بخواهد، نباید که خودبین یا دربند خواهش نفس باشد، باید که حس نیک‌خواهی به‌یکسان برای همهٔ مردم را در دل بپرورد؛ آدمی باید آنان را که سزاوار ارجند، قدر نهد؛ انسان باید کسانی را که شایستهٔ خدمت داشتن هستند، خدمتگزار باشد و با همه یکسان به مهر رفتار نماید.

بدینسان، اُمَّت **بودا** باید که نخست دل و اندیشهٔ خود را بپرورند و به‌آنچه دیگران کنند، از راه به‌در نَشَوند و آشفته نگردند. بدین شیوه، آنان تعلیم **بودا** را دریابند و آنرا در کار آرند، نه بر دیگران حسد برند، نه از دیگران تأثیر پذیرند، و نه به راه‌های دیگر اندیشند.

آنانکه به سخن و تعلیم **بودا** ایمان ندارند، کوته‌بین، و در نتیجه پریشان‌فکرند. اما آنها که به تعالیم **بودا** ایمان نهاده‌اند، به خرد والا و رحمت عظیم، که همه چیز را فرا می‌گیرد، باور دارند و، به مایهٔ این اعتقاد، به چیزهای خُرد و ناچیز، آشفته نگردند.

۴. آنان که سخن **بودا** را بشنوند و دریابند، بدانند که زندگیشان گذرا است و تن ایشان همانا آمیزه‌ای از رنج‌ها و مایهٔ همهٔ پلیدی‌ها؛ از این رو به اینها دل نبندند.

در همان حال، آنان در نگهداشت تن خود کوتاهی روا ندارند، نه آنکه بخواهند از لذّات خاکی تن بهره‌مند شوند، بلکه از آنرو که تن آنها اینك برای دریافتن خرد و در انجام رسالت ایشان در نمودن طریقت به دیگران، بایسته است.

اگر آنها تن خود را خوب نگاه ندارند، دیر نتوانند زیست. چون اینان زندگی بلند نیابند، نتوانند که سخن **بودا** را خود در کار آورند، یا

به دیگران برسانند.

آن کس که بخواهد از رودخانه‌ای بگذرد، تخته شناوری را که بر آن باید نشست، درست نگاه می‌دارد. کسی که سفری دراز در پیش داشته باشد، در تیمار اسب خود نیکو بکوشد. پس اگر آدمی بخواهد که به **معرفت** برسد، باید که تن خود را درست بدارد.

آنان که مریدان **بودا** هستند باید جامه‌ای در برکنند که تن آنها را از شداید گرما و سرما نگاهدارد، و جاهای نادیدنی آنرا بپوشاند، اما نباید که رخت را برای زینت بپوشند.

یاران **بودا** باید که خوراك برگیرند و تن را بدان تغذیه نمایند، تا بتوانند سخن **بودا** را بشنوند، و دریابند و بیان دارند، اما نباید که فقط برای لذت بخورند.

مریدان **بودا** باید که در سرای **معرفت** زیست کنند، تا از رهزنان هواهای دنیوی و از توفان‌های سخن تباه، ایمن باشند، و باید که از این خانه برای مقصود اصلی استفاده کنند، نه برای نمودن یا نهفتن کارهای خودخواهانه.

پس، آدمی باید که ارزش چیزها را بشناسد و آنها را فقط در راه **معرفت** و طریقت بکار آرد. او نباید که از سر خواهش نفس، چیزها را از آن خود سازد، یا به آنها دل بندد، بلکه تعلق او باید فقط برای کاربرد و بهرهٔ اشیاء در رساندن سخن **بودا** به دیگران باشد.

پس، باید که اندیشهٔ او همواره، به هنگام زیستنش با خانواده نیز، در تعلیم **بودا** سیر کند. او باید که با سری پر خرد و دلی پُر مهر در حال دیگران بنگرد، و به هر راه بکوشد تا ایمان را در جان آنان بیدار سازد.

۵. عامهٔ پیروان **سنگهای بودا** باید که درس‌های زیر را هر روز بخوانند: پدر و مادر را چگونه خدمت نمایند، با زن و فرزند خود چگونه زیست کنند، بر خویشتن خود چگونه چیره باشند، و **بودا** را چگونه خدمت نمایند.

برای خدمتگزار بودن به پدر و مادر به نیکوترین وجه، پیروان **بودا** باید که مهر وزریدن به همهٔ جانداران را بیاموزند. برای خوش زیستن با زن و فرزند، باید که آنان از شهوت و راحت‌طلبی و تن‌بارگی بپرهیزند.

پیروان **بودا** به شنیدن نغمهٔ زندگی خانوادگی، نباید که موسیقی دلنشین‌تر سخن **بودا** را از یاد ببرند، و هنگام زیستن در حصار و سرپناهِ خانه، باید که به هر فرصت در پی پناهگاه امن‌ترِ سیر و سلوك **ذن** باشند، که دانایان در گریز از همهٔ ناپاکی‌ها و آشوب‌ها در آنجا پناه می‌یابند.

عامهٔ پیروان **بودا** به هنگام تقدیم صدقات باید که آز را یکسره از دل‌هایشان بزدایند؛ آنگاه که خود در میانهٔ انبوه مردمند اندیشه‌هایشان باید که در حضور و صحبت دانایان باشد؛ چون با نکبتی روبرو شوند، باید که فکر را آرام و دل را باز نگه دارند.

چون آنها به **بودا** پناه آرند، باید که به خِرَد **او** ملتجی شوند.

چون آنها به **دهرما** پناه آرند، باید که جویای حقیقت آن، که چون اقیانوسی بی‌کران از خرد است، گردند.

آنگاه که آنان به **سنگها** روی آرند، باید که یاری و صحبت آرام‌بخش آنرا، خلل نیافته از سود و سودای خودخواهانه، بجویند.

پیروان **بودا** هرگاه که جامه پوشند باید در یاد آورند که ردای نیکی و فروتنی نیز بر قامت خود راست کنند.

چون که آنها آسایش خود را خواهند، باید که همهٔ آز و خشم و جهل را از جان و اندیشه‌شان به دور ریزند.

هرگاه که سربالایی راهی را به سختی بپیمایند، باید چنان انگارند که همان راه به **معرفت** است که آنها را از هوا و پندار دنیا درگذراند. هرگاه که آنان به راهی آسان و هموار روند، باید که از این آسانی و روانی بهره گیرند و در سوی **بوداگری** هرچه پیش‌تر روند.

آنان چون پلی را ببینند، باید که آرزو دارند که پل سخن **بودا** را بسازند، تا مردم از آن بگذرند.

آنان چون به مردی اندوهگین رسند، باید که بر تلخیِ این گردونِ گردان، زاری کنند.

آنها چون مردی آزمند ببینند، باید که بسی شوق و آرزو نمایند که از پندارهای این زندگی آزاد مانند، و غنای راستین را که همان **معرفت** است دریابند.

آنها هرگاه که خوراکی خوشگوار ببینند، باید که نفس خود را بپایند؛ و به دیدن غذائی بدمزه، باید آرزو دارند که آز هرگز به دل‌هایشان باز نگردد.

در روزهای سوزانِ تابستان، آنها باید آرزو نمایند که از شرارهٔ امیال دنیوی دور مانند، و خنکیِ دلپذیر معرفت را بیابند. در سرمای توان‌فرسای زمستان، آنها باید که به گرمی رحمت عظیم **بودا** بیندیشند.

به هنگام خواندن دعاها و سخنان آسمانی، باید بر آن باشند که این سخنان را از یاد نبرند، و در پی آن شوند که این تعالیم آسمانی را به کار بندند.

آنها چون به **بودا** بیندیشند، باید از ته دل آرزو کنند، که آنان را دیدهٔ بصیرتی چون **بودا** باشد.

شب به هنگام خفتن، باید آرزو نمایند تا مگر تن و زبان و اندیشهٔ آنها پاك و صافی شود؛ و چون به بامداد بیدار گردند، باید نخست آرزو دارند که مگر آن روز دل و اندیشه‌شان چنان روشن باشد که همه چیز را دریابند.

۶. آنها که پیرو تعالیم **بودا** باشند، چون بدانند که سرشت هر چیز همان «بی‌اصل بودن»است، چیزهایی را که به زندگی آدمی راه می‌یابد، سرسری نگیرند، با آنها چنانکه باید و بجا برخورد کنند و بکوشند تا آن چیزها را اسباب و ابزار رسیدن به **معرفت** سازند.

آنها نباید چنین انگارند که این دنیا پوچ است و همه سرگشتگی، و جهان **معرفت** پر از معنی و صلح و صفا. به جای این اندیشه، آنها باید که در همه چیز این دنیا جویا و آزمای **معرفت** باشند.

اگر آدمی با چشمان آلوده و تیره از جهل به این دنیا بنگرد، آنرا پر از ناسازگاری خواهد یافت؛ اما اگر با خرد روشن به آن نگاه کند، آنرا جهان **معرفت** بیند، که هست.

حقیقت اینست که همانا یك جهان بیش نیست، نه آنکه دو جهان باشد ـ یکی تهی و دیگری همه معنی، یا یکی خوب و دیگری بد. مردم چنان پندارند که دو جهان باشد، و این انگار از ذهن تمایزاندیش آنها است.

اگر که مردمان بتوانند خود را از تمایزنگری‌ها آزاد سازند، و اندیشهٔ خویش را به نورِ خرد روشن دارند، آنگاه همان یك جهان را خواهند دید، که در آن همه چیز را حکمت و معنی باشد.

۷. آنانکه به **بودا** ایمان دارند، جلوهٔ پاك وحدت کائنات را در همه چیز بیابند، و با این شناخت، به همه کس احساس مهر نمایند و با فروتنی در پی خدمت به همهٔ مردم باشند.

پس، مؤمنان به **بودا** باید که دل و اندیشه را از خودنگری و کبر پاك سازند و فروتنی، ادب و شوق خدمت (به خلق) را در جان بپرورند. دل و اندیشهٔ آنان باید که چون خاكِ حاصلخیز باشد، که هر گیاه و نبات را یکسان بپرورد، بی‌گِله و شکوه‌ای آمادهٔ خدمت باشد، بردبارانه هر چیز را تاب آورد، همواره شور و شوق دارد، و بالاترین خوشی را در خدمت به همهٔ مردم بی‌نوا، با نشاندن نهال تعالیم **بودا** در دل و اندیشهٔ آنان، جوید.

چنین است کِه اندیشه‌ای که با بینوایان بر سر رحمت باشد، آنان را چون مادر شود، همهٔ مردم را حرمت نهد، همه را چون دوستان خود بیند، و آنان را چون پدر و مادر خویش ارج نهد.

پس، هر چند که شاید هزاران کس باشند که پیروان **بودا** را خوش نداشته باشند و از آنها کینه در دل بپرورند، اما آسیبی به آنها نمی‌توانند رساند، چرا که اثر بداندیشی آنان چون قطره‌ای زهر است؛ که در اقیانوسی پهناور فرو چکد.

۸. یك پیرو عامی **بودا**، با مَلِکاتِ یادآوردن، اندیشه کردن و شکر-گزاردن (ذکر و فکر و شکر) به سعادت خود دل شاد شود. او به این شناخت برسد که ایمان او همانا رحمت **بودا** است که از **بودا** به او عطا

شده است.

در گل و لای هواهای دنیوی، بذر ایمان نتوان یافت، اما به برکت رحمت **بودا** بذر ایمان را آنجا توان کاشت، و این بذرها اندیشه را صفا بخشد، چندانکه دل آدمی ایمان به **بودا** را دریابد.

چنانکه گفته شد، درخت خوشبوی **چندانا** در جنگل درختان **اِراندا** بار نیاید. بدین سان، بذرهای ایمان به **بودا** نیز در دل پندار نروید.

اما واقع آن است که گل شادی در آنجا می‌شکفد، پس دریابیم که هرچند که شکفتن‌های این گل در دلِ پندار است، ولی خود در جایی دیگر ریشه دارد، یعنی که ریشه‌اش در جان و دل **بودا** است.

چون یك پیرو عامی **بودا** اختیار از کف دهد، گرفتار غبطه و حسد و کینه و مایهٔ آزار مردم شود، زیرا که در این حال دل و اندیشهٔ او از آز و خشم و جهل انباشته است. اما هر گاه او سوی **بودا** باز گردد، **بودا** را خدمتی بیشتر و بهتر از آنچه وصف شد، خواهد نمود. راستی را که این معنی در هیچ بیان نگنجد.

فصل دوّم

رهنمود عملی
طریقت راستین زندگی

۱
زندگی خانوادگی

۱. این تصور نادرست است که تیره روزی از شرق یا از غرب می‌آید؛ این حال‌ها از دل و جانِ خود انسان مایه می‌گیرد. پس نابخردی باشد اگر که خود را برای راندن نگون‌بختی‌ها که از دنیای بیرون روی آورد آماده سازیم، اما دل و اندیشه و درون خویش را بی‌حصار و مهار رها کنیم.

رسمی از روزهای باستان برجا است که مردم هنوز بدان پای‌بندند. آنها چون که بامداد از خواب برخیزند، نخست دست و رو شویند و آب در دهان بگردانند، و آنگاه رو به شش جهت دعا و نیایش گویند ـ به شرق، به غرب، به شمال، به جنوب، به بالا و به پائین ـ و آرزو کنند که بدبختی از هیچ سو به آنها رو نیاورد، و روزی پر صلح و صفا داشته باشند.

اما سخن و تعلیم **بودا** پیامی دیگر دارد. **بودا** ما را می‌آموزد که باید رو به شش سوی حقیقت نیایش کنیم، و نیز آن که، باید به خرد و تقوی رفتار نماییم، تا از این راه تیره‌روزی‌ها را از خود دور داریم.

در نگاهبانی دروازه‌های شش جهت، مردمان باید که پلیدیِ

«چهار تبه‌کاری» را بزدایند، «چهار بداندیشی» را جلوگیرند و «شش روزن» را که مایهٔ از دست رفتن ثروت است، پر کنند.

«چهار تبه کاری» همانا کشتن، دزدی، زنا کردن و ناراستی است.

«چهار بداندیشی» همانا، آز، خشم، جهل و ترس است.

«شش روزن» که ثروت را بر باد دهند، همانا میل به باده نوشی و مست شدن و نابخردی کردن، شب زنده داری و هوش باختن به هرزگی، غرقه شدن در خوشگذرانی در مجالس نمایش و موسیقی، قماربازی، آمیختن با همنشین بد، و از یاد بردن مسؤولیت‌های خویش، هستند.

با زدودن این چهار تبه کاری، با کنار ماندن از این چهار بداندیشی، و پر کردن این شش روزن ثروت بر باد ده، مریدان **بودا** به نیایش شش سوی حقیقت می‌ایستند.

اینك ببینیم که این شش سوی حقیقت کدامند. در این سوی‌ها، شرق همانا به منزلهٔ طریقت والدین و فرزند، جنوب به منزلهٔ طریقت معلم و شاگرد، غرب به منزلهٔ سوی زن و شوی، شمال به منزلهٔ میانهٔ دوست با دوست، پایین به منزلهٔ سوی خدمتکار و کارفرما و بالا به منزلهٔ پیوند **بودا** و شاگردان اوست.

فرزند باید که پدر و مادر خود را حرمت نهد و هر آنچه را که بر او فرض است، در حق آنان به جای آرد. او باید که والدین را خدمت نماید، آنان را در کارها کمك کند، در حفظ دودمان بکوشد، دارایی خانواده را نگه دارد، و پس از درگذشت پدر و مادر، آیین یادبود آنان را برگزار نماید.

پدر و مادر باید که پنج کار در حق فرزندان انجام دهند: ـ از تبه کاری بپرهیزند، برای آنان نمونهٔ نیك کرداری باشند، فرزندان را از تعلیم و تربیت بهره‌مند سازند، برای آنان ترتیب زناشوئی دهند، و ثروت خانواده را به هنگام به آنان واگذارند. اگر والدین و فرزندان بر این اصول بروند، خانواده همواره در صلح و صفا خواهد زیست.

شاگرد باید هر بار که معلّم وارد می‌شود به احترام برخیزد، او را خدمت نماید، فرموده‌هایش را بخوبی انجام دهد، در تقدیم پیشکشی به او فروگزار ننماید، و به تعلیمش، به ادب، گوش فرا دارد.

معلّم نیز باید که در برابر شاگرد منش درست در کار دارد، و رفتارش برای او نمونه باشد؛ باید آنچه را که آموخته است به درستی به شاگرد یاد دهد؛ باید که روش نیکو در تعلیم به کار برد، و شاگرد را برای نیل به مدارج بالا آماده سازد؛ و نباید که در دور داشتن شاگردش از بدی‌ها از هر راه ممکن فروگزار نماید. هرگاه معلّم و شاگرد این اصول را در کار دارند، وداد و پیوندشـان بر جای خواهد بود.

شوهر باید که با زن خود به احترام، ادب و دوستی رفتار نماید. او باید که خانه‌داری را به زن واگذارد و گاه گاه به نیازهای او، مانند تهیهٔ

وسایل خانه، برسد. زن نیز باید که رنج خانه‌داری را به جان بخرد، خدمتکاران را به درایت اداره نماید،و تقوای خود را، چنان که بایستهٔ یك زن خوب و فرمانبر و پارساست، نگهدارد. زن نباید که درآمد شوهر را به هدر دهد، و باید که در اداره و تدبیر منزل درستکار و وفادار باشد. هرگاه زن و شوی این اصول را در کار دارند، خانـه و خانـواده‌ای خوشبخت خواهند داشت، و هیچ بگومگویی میانشان نخواهد افتاد.

آداب دوستی آنست که باید مهر دو جانبه میان دوستان باشد، وهر کدام بکوشند تا آنچه را که دیگری نیاز دارد برآورند و او را از خود بهره‌مند سازند و دراین راه همیشه سخن به وداد و صدق گویند.

انسان باید که دوستش را از بد راه شدن به دور دارد، مال و دارائی او را صیانت کند، و در سختی و گرفتاری او را یار باشد. اگر دوستش را تیره‌روزی پیش آید، باید که او دست یاری دهد و نیز، اگر باید، به خانواده‌اش کمك کند. بدین راه، دوستی آنان بر جای بماند و خوشی آنها از این وداد و الفت روزافزون باشد.

کارفرما در رفتار با خدمتگزار و اجیر خود باید که پنج چیز را پیش چشم دارد؛ باید کاری به او واگذارد که در توانش باشد، در برابر کار به او مزد درست دهد، هنگام بیماری دلسوز او باشد، خوشی‌هایش را با او سهیم گردد، و راحت و فراغت بایسته به او بدهد.

خدمتگار و مزدبگیر باید که پنج چیز را در کار دارد. او باید که

بامداد پیش از **مخدوم** خود از خواب برخیزد، و شامگاه پس از او به بستر رود، همواره صادق باشد، رنج را برخود هموار دارد و کارش را درست انجام دهد، و بکوشد که مایهٔ بدنامی **مخدوم** خود نشود. اگر به این قواعد رفتار شود، خادم و مخدوم را صلح و صفا در بین خواهد بود، و بگومگوئی میانشان نخواهد افتاد.

مرید **بودا** باید بنگرد که خانوادهٔ او تعالیم **بودا** را انجام دهند. اینان باید که دربارهٔ معلم **بودائی** خود حرمت و توجه داشته باشند، با او به ادب رفتار نمایند، به تعالیم او گوش فرا دهند و آنرا در کار آورند، و همواره به او پیشکشی تقدیم نمایند.

معلّمِ سخن **بودا** نیز خود باید که این تعالیم را به درستی بفهمد، تعبیرهای نادرست را نپذیرد و به تأویل‌های خوب تکیه کند، و بر آن باشد که مؤمنان را به راهی راست و هموار هدایت نماید. چون خانواده‌ای در این راه رود، و سخن و تعلیم حق را کانون زندگی خود سازد، خوشدل و کامیاب باشد.

آنکس که به شش جهت درود می‌گوید، نیایش او برای آنست که از تیره‌روزی‌های بیرونی دور ماند. این نیایش او به شش سوی حقیقت، از آن رو است که مراقب حال خود باشد، و نگذارد که تباهی‌ها در دل و اندیشهٔ او درآید.

۲. هر کس باید که در آشنایان خود بنگرد و بشناسد که با کدامیكِ آنها باید بیامیزد و با کدامین نباید نشست و برخاست کند.

کسانی که آدمی نباید با ایشان بیامیزد، آنهایند که آزمند، زبان‌ـ باز، چاپلوس و اسراف‌کار باشند.

کسانی که آدمی باید با ایشان معاشرت کند همانا مردم یاری‌ـ رسان و آنهایی هستند که خواهان سهیم شدن در خوشی‌ها و رنج‌ها با دیگرانند، آنانکه اندرز نیك دهند و آنها که دلِ مهربان دارند.

یك دوست واقعی، همانا کسی که انسان با او معاشرت سالم تواند داشت، همیشه می‌کوشد تا به راه درست بماند، همواره نگران آسایش دوست خود باشد، به هنگام سختی و بی‌نوایی او را دلداری دهد، به روز نیاز ـ دست یاری به سویش بگشاید، راز او را نگاه دارد، و همیشه او را رهنمود نیکو دهد.

پیدا کردنِ چنین دوستی دشوار است؛ و، از این رو، انسان باید سخت بکوشد که خود چنین دوستی برای دیگران باشد. هم‌چنان که آفتاب خاكِ حاصل‌خیز را گرم کند، دوست خوب نیز به مایهٔ کردارهای نیك خود در اجتماع بدرخشد.

۳. فرزند را جبران مهرِ بی‌دریغ پدر و مادر محال است، هر چند که سال‌ها و سال‌ها، تا یکصد سال، مادر را بر دوش راست و پدر را بر دوش چپ بنشاند و ببرد.

اگر هم از فرزند برآید که پیوسته، تا یکصد سال تن پدر و مادر را در سدر و گلاب بشوید، والدین را چون پسری که همه آرزویش را

دارند خدمت کند، آنان را بر تخت نشاند، و همهٔ تجملات دنیا را برایشان فراهم سازد، باز نخواهدتوانست، چنانکه باید، حق نعمتی را که مدیون آنهاست بگزارد.

اما اگر فرزندی پدر و مادرش را به **بودا** رهنمون شود و تعالیم **بودا** را برایشان بگوید و آنان را وادارد تا طریق خطا را بگذارند و راه صواب در پیش گیرند، آنان را راه نماید تا آز را یکسره از دل بزدایند و خوشی احسان و ایثار را دریابند، آنگاه بیش از حق نعمتشان به آنها خدمت کرده است.

برکت **بودا** در خانه‌ای آشیان کند که در آنجا والدین، معزّز و ارجمند داشته شوند.

۴. خانواده جایی است که در آن اندیشه‌ها با هم رویاروی شوند. اگر این دل‌ها و اندیشه‌ها همدیگر را دوست بدارند، آن خانه به زیبایی و لطف گلستانی باشد. اما اگر این اندیشه‌ها از تجانس با هم دور شوند، این ناهمسازی به توفانی می‌ماند که گلستان را به تاراجِ ویرانی دهد.

چون ناسازگاری در خانوادهٔ کسی پیدا شد، او نباید که بر دیگران سرزنش آورد و، به‌جای آن، باید که دل و اندیشهٔ خود را بر رسد، و راه صواب در پیش گیرد.

۵. روزگاری مردی بود که ایمانی استوار داشت. او در جوانی پدر را از دست داد و زندگی را با مادر به خوبی گذراند و بزرگ شد؛ پس همسری گرفت.

در آغاز، آنها زندگی خوشی با هم داشتند تا آنکه، بر اثر سوء تفاهم کوچکی، میان عروس جوان و مادر همسر او تیرگی افتاد. این بیزاری روزافزون شد چندانکه مادر از پیش عروس و داماد رفت تا به سی خود تنها بسر بَرَد.

پس از رفتن مادر، زن و شوهر جوان دارای فرزندی شدند. مادرِ پسر از زبان این و آن شنید که عروسش گفته است: «مادر شوهرم همیشه مرا آزار می‌داد و تا او با ما زندگی می‌کرد روز خوشی ندیدیم، اما همانکه از اینجا رفت این نیك‌بختی بر ما رسید.»

این حکایت مادر را خشمگین ساخت و گفت: «اگر تا مادرشوهر از خانه رانده شد، نیك‌بختی به آنجا رو آورد، پس اینك کارها به مراد شده است! انگاری که دین و داد ازین جهان رفته است.»

آنگاه مادر فریاد برآورد که: «اکنون باید که برای این دین و داد ـ مجلس یادبود بگذاریم» و دیوانه‌وار به گورستان دوید، تا آن رفته را به خاك سپارد.

فرشته‌ای که حکایت را شنید، بر این مادر نمایان شد و کوشید، تا او را بر سر عقل آورد، اما سود نداشت.

پس فرشته به آن مادر گفت: «حال که چنین است، ناگزیرم که

آن مادر و فرزند را بسوزانم و از میان بردارم. آیا تو به این خرسند خواهی شد؟»

آن مادر به شنیدن این سخن به اشتباه خود پی برد، از خشم آوردنش پوزش طلبید، و از خدا خواست که نوزاد و مادرش را سلامت دارد. در این حال آن همسر جوان و شوهرش نیز متوجه رفتار ناروای خود با مادر پیر شدند و به جستجویش به گورستان شتافتند. آن فرشته آنان را با هم آشتی داد و از آن پس چون خانواده‌ای خوشبخت با یکدیگر روزگار بسر بردند.

پارسایی هیچگاه برای همیشه از میان نرود مگر آنکه آدمی خود آن را باز پس راند. باشد که دین و داد چند گاهی جلوه ننماید، اما در واقع هیچگاه از بین نرود. آنگاه که دین و داد، از میان رفته نماید، از آنست که آدمی نزهت دل و جان خود را از دست داده است.

اندیشه‌های ناساز، بسا که فاجعه بار آوَرَد. یك سوءتفاهم جزئی باشد که به تیره‌روزی گران بینجامد. از این آفت بخصوص در زندگی خانواده باید دوری گرفت.

۶. در معاش خانواده، تأمین هزینه‌های روزانه بایستهٔ نهایت دقت است. هر عضو خانواده باید که چون مورچگانِ پر همت و زنبوران همیشه در کار، سخت‌کوشی نمایند. هیچ یك از افراد نباید که به کار و رنج دیگران تکیه کند، یا چشم به احسان آنها داشته باشد!

از سوی دیگر، آدمی نباید که سود و یافتهٔ خود را، همه از آنِ خود داند. باید که بخشی از آن را با دیگران سهیم شود و بخشی از

آن را برای روز مبادا کنار گذارد، بهره‌ای از آن را برای نیازهای جامعه و ملت دهد؛ و سهمی از درآمد نیز باید وقف نیازهای معلمان و مربیان روحانی شود.

آدمی باید همیشه در یاد دارد که هیچ چیز را در جهان نمی‌توان به طور یقین «مال من» دانست. آنچه که نصیب کسی شده، در نتیجهٔ ائتلاف موجبات واحوال به دست او رسیده است؛ او همان چند صباحی آنرا تواند داشت، پس، نباید که آن یافته را به راه خودخواهی یا در کارهای بی‌ارزش بگذارد.

۷. هنگامیکه **سیاماواتی**، ملکه و همسر **اودیانا شاه**، پانصد جامه به **آناندا** تقدیم کرد، **آناندا** این پیشکش را با خوشنودی بسیار پذیرفت.

پادشاه چون از این داستان شنید، به **آناندا** گمان ناراستی برد، پس نزد **آناندا** رفت و ازو پرسید که با این پانصد جامه چه می‌خواهد بکند.

آناندا پاسخ داد: «ای پادشاه، بسیاری از برادران تن‌پوشِ ژنده و فرسوده دارند. می‌خواهم که این جامه‌ها را میان این برادران بخش کنم.»

« با جامه‌های کهنه چه خواهید کرد؟»

« از آنها رویهٔ تشك خواهیم ساخت.»

« رویه‌های تشك کهنه را چه کار خواهید کرد؟»

« آنها را روکش بالش می‌کنیم.»

« با روبالشی‌های کهنه چه خواهید کرد؟»

« از آنها زیرانداز می‌سازیم.»

« زیراندازهای کهنه را چه می‌کنید؟»
« آنها را برای خشك کردنِ پا به کار می‌بریم.»
« پا خشك کن‌های کهنه را چه کار می‌کنید؟»
« آنرا برای زمین پاك کردن می‌گذاریم.»
« زمین روب‌های کهنه را چه می‌کنید؟»
«ای پادشاه، آنها را ریز ریز می‌کنیم، و مانند کاه در گِل می‌زنیم و با آن گِل، دیوارهای خانه را روکش می‌کنیم.»

هر چیزی که به ما داده شود، باید با توجه شایسته در جایی سودمند بکار رود، زیرا که این چیزها «مال ما» نیست و همان چندگاهی به ما سپرده شده است.

۲
زندگی زنان

۱. زنان بر چهار گونه‌اند: زنانی که به کم‌ترین مایه‌ای خشمگین شوند، زنهایی که طبع مُتلوّن دارند، زنان آزمند که به خوشبختی دیگران حسد ورزند، و زنهایی که مهر و عاطفه به دیگران و به نیازهای آنان ندارند، از دستهٔ اول به شمار روند.

زنانی که به خرده‌ترین چیزها از جای به در شوند، زنانی که رأی گردان و آزمند باشند، اما به خوشبختی همگنان حسد نبرند و دربارهٔ نیاز و خواستهٔ دیگران عطوفت دارند، در زمرهٔ دومین گروهند.

زنانی که وسعت نظر بیشتر دارند و زیاد به خشم در نیفتند، زنهایی که بدانند چگونه اندیشهٔ آز را مهار سازند اما نتوانند دل را از

احساس حسد دور دارند، و مهر و عاطفه دربارهٔ نیازهـای دیـگران ندارند، از گروه سوم باشند.

زنانی که وسعت نظر دارند، زنانی که بتوانند در برابر احساس و انگیـزهٔ آز تاب آورنـد و آرامش دل را نگه دارنـد، زنهایـی که به خوشبختی دیگران حسد نبرند، و آنها که دلسوز دیگران باشند، از گروه چهارمند.

۲. هنگامی که زن جوان به خانهٔ شوی می‌رود، باید که با خود چنین پیمان بندد: «من باید که پدر و مادر همسرم را حرمت نهم و خدمت نمایم. نعمت‌هایی که ما داریم همه از آنهاست، و آنان حامیان فرزانهٔ ما باشند، پس باید که با احساس سپاس در خدمت به آنها بکوشـم و آماده بـاشم که هرگاه بتوانیم ایشان را یاری کنیم.

«باید که معلّم همسرم را ارج نهم، زیرا که او تعلیم مقدسی به همسرم داده است و بی‌هدایت این تعالیم آسمانی، ما زندگیِ انسانی نتوانیم داشت.

«باید که اندیشهٔ خود را بپرورم تا یارای شناخت همسرم را بیابم و بتوانم او را در کارش کمك کنم. هرگز نباید که به علایق او بی‌اعتنا باشم، و چنین نپندارم که این کارها با او باشد، نه من.

«باید که طبع و توان و ذوق هر یك از خدمتگاران خانواده را بررسی کنم و به لطف و مهر، مراقب حال آنان باشم. درآمد همسرم را

اندوخته سازم و آن را به پای هر هوسی هدر ندهم.

۳. رابطهٔ زن و شوهر، فقط بر پایهٔ مصلحت آنها تنظیم نشده است. اهمیت این مناسبات بسی بیش از محض آمیزش دو تن در یك خانه است. زن و شوی باید که با بهره‌وری از الفت و پیوندشان، یکدیگر را در پروردن دل و اندیشهٔ خود به تعلیم و سخنِ آسمانی، یاری دهند.

وقتی یك زوج پیر، که آنها را «زن و شوهر نمونه» می‌خواندند، نزد **بودا** آمدند و پرسیدند: «ای قدیس، ما به سابقهٔ الفت و آشنایی که از کودکی میانمان بود، ازدواج کردیم، و آسمان خوشبختی ما هیچگاه ابر تیرگی ندیده است. از سر مرحمت ما را بگوی، که آیا باشد که در زندگی آینده‌مان باز با هم زناشوئی کنیم؟»

بودا آنان را چنین فرزانه پاسخ داد: «اگر شما هر دو به یك اندازه ایمان دارید، اگر شما هر دو به یك راه سخن تعلیم را دریافته‌اید، اگر هر دو به یك روش احسان نمایید، و اگر هر دو خرد یکسان دارید، پس در زندگی آینده‌تان دل و اندیشهٔ همانند خواهیدداشت.»

۴. **سوُجاتا**، همسرِ جوانسال، پسر ارشد **آناتها پیندادا**، بازرگان ثروتمند، سری پرغرور داشت، دیگران را حرمت نمی‌نهاد و به امر شوهرش و پدر و مادر او گوش نمی‌داد و، به این مایه، ناسازگاری در خانه روی نمود.

روزی آن وجود مبارك به دیدن **آناتها پیندادا** آمد، و این حال را

دریافت. او عروس جوان یعنی **سوُجاتا** را نزد خود خواند و به مهر با او به گفتگو پرداخت، و گفت:

«**سوُجاتا**، زنان هفت گونه‌اند. یکی همسری باشد بسان یك آدمکش. چنین زنی دل و اندیشهٔ ناپاك دارد، شوهر را حرمت ننهد و، در نتیجه، دل به مرد دیگر دهد.

«دیگر همسری است که به دزد مانَد. چنین زنی هرگز به رنج شوهر در کار پی نَبَرد، و همان در اندیشهٔ تجمّل پرستی خود باشد. این زن دسترنج شوهر را در راه ارضای هوس خود هدر دهد، و با این کار، در واقع مال او را بدزدد.

«دیگر، همسر سلطه‌جوست، که چون صاحب کار باشد. با شوهر درشتی کند، به خانه‌داری نرسد و همواره شوهر را با سخنان سخت، ناسزا و آزار دهد.

«دیگر همسری است که چون یك مادر باشد. او از شوهر چنانکه از کودکش پرستاری کند، از او چنان نگاهداری و حمایت نماید که مادری پسرش را، و در اندوختن و خرج درآمد او ملاحظه‌کار است.

«دیگر همسری باشد به مانند یك خواهر. او به شوهر وفادار است و بسان خواهری،به نرمی و فروتنی، مرد را خدمت کند.

«دیگر همسری است که چون یك دوست باشد. او بکوشد تا

شوهر را چنانکه گویی دوستی است که پس از سال‌ها باز آمده، خوشحال دارد. چنین زنی فروتن باشد و رفتارش بجا و درست است و شوهر را ارج بسیار نهد.

«سرانجام، گونهٔ هفتم از زنان، همسری باشد چون یك خدمتگار. او شوهر را به خوبی و وفاداری خدمت نماید، او را حرمت نهد، اوامرش را انجام دهد، برای خود چیزی نخواهد، نه احساس ناخوشایندی در سینه، و نه رنجشی در دل دارد، و همواره در اندیشه و تلاشِ شاد ساختن شوهر باشد.»

آن **وجود مبارك** پرسید: «**سوُجاتا**، تو از زمرهٔ کدام یك از این همسرانی، یا می‌خواهی از کدام نمونه باشی؟»

او به شنیدن سخن آن **وجود مبارك**، از رفتار گذشتهٔ خود شرم آورد و پاسخ داد که می‌خواهد زنی از نمونهٔ گروه هفتم، یعنی همسر خدمتگارگونه باشد. او منش خود را برگرداند و یار و مددکار شوهر گشت، و آن دو با هم در پی **معرفت** شدند.

۵. **امراپالی**، یك زن بدکارهٔ ثروتمند و معروف در **وایسالی** بود و بسیاری فاحشهٔ جوان و خوش بر و رو را نگه می‌داشت. او نزد آن **وجود مبارك** رفت و از **بودا** خواست تا او را سخنی نیکو بیاموزد.

آن **وجود مبارك** پاسخ داد: «**امراپالی**، دل و اندیشهٔ یك زن به سادگی آشفته و بدراه می‌شود. زن خیلی آسان‌تر از مرد به راه امیال خود می‌رود، و دل به حَسَد می‌سپارد.

«پس، دنبال کردنِ **طریقت والا** برای زن دشوارتر باشد. خاصّه دربارهٔ زنِ جوان و زیبا چنین است. باید که تو با چیره شدن بر شهوت و وسوسهٔ نفس، در سوی **طریقت والا** گام نهی.

«**امراپالی**، باید بدانی که جوانی و زیبایی همیشه نپاید، و بیماری و پیری و درد و رنج در پی است. شوق ثروت و آرزوی عشق انگیزه‌هایی است که زن را در گیرد، اما، **امراپالی**، این حال‌ها گنجینه‌های پایدار نباشند. **معرفت** همانا گنجینه‌ای است که ارزنده و گرانبها بماند. فرتوتی و بیماری از پی برنایی آید؛ جوانی به ناچار جای خود را به پیری سپارد؛ و زندگی به مرگ انجامد. باشد که آدمی ناگزیر از آن کس که دوست دارد جدا شود، و با آنکه دوست ندارد زندگی کند؛ شاید آدمی آنچه را که از دیرباز آرزو داشته است، نیابد. این قانون زندگیست.

«آنچه که آدمی را حفظ می‌کند و آرامش پایدار می‌بخشد، همانا **معرفت** است. **امراپالی**، باید که بی‌درنگ در پی **معرفت** شوی.»

آن زن سخن **بودا** را پذیرفت، شاگرد او شد، و باغ زیبای خود را براه احسان به **اخوت** پیش‌کش نمود.

۶. در راه وصول به **معرفت**، تمایزی میان زن و مرد نباشد. هرگاه زنی عزم کند که در پی **معرفت** رود، قهرمان **طریقت راستین** خواهد شد.

ملیکا، دختر **پراسناجیت شاه** و بانوی **ایودهیا شاه**، چنین قهرمان زنی بود. او به سخن آن **وجود مبارك** ایمان استوار داشت و در پیشگاه او ده پیمان زیر را با خود بست:

«ای **قدیس**، از انجام فرمان‌های آسمانی فروگزار نخواهم نمود، تا آنکه معرفت را دریابم؛ رفتارم با بزرگتر از خود غرورآمیز نخواهد بود؛ با هیچ کس خشمگین نخواهم شد.

«به دیگران حسد نخواهم برد، یا بر دارایی و ثروت آنها غبطه نخواهم خورد؛ دل و اندیشه و نیز رفتارم را از خودخواهی دور خواهم داشت؛ خواهم کوشید تا هر آنچه را که بدست آرم به راه شاد ساختن بی‌نوایان نهم و این چیزها را برای خود نیندوزم.

«همهٔ مردم را به ارجمندی پذیرا خواهم شد، به آنان آنچه را که نیاز دارند، خواهم داد، و با آنها به مهر سخن خواهم گفت؛ ملاحظهٔ حال ایشان را خواهم داشت، نه مصلحت خویش را؛ و خواهم کوشید تا با یکسان نگری، بر آنها نیکویی کنم.

«اگر مردمی را در تنهائی در بند، یا از بیماری یا گرفتاری‌های دیگر در رنج بینم، تلاش خواهم کرد تا با بیان علت‌ها و قواعد امور بر آنان، آرامشان کنم و دلشادشان دارم.

«هرگاه ببینم که کسانی حیوانات زنده را می‌گیرند و بر جانداران

رحم نمی‌آرند، یا فرایض رفتار با جانـداران را نگه نمی‌دارنـد، اگر سزاوار مجازاتند، آنانرا جزا خواهم داد، و اگر که باید تعلیم ببینند آنها را خواهم آموخـت؛ و آنگاه خواهم کوشید تا کارِ ناروای آنها را جبران سازم و با نهایت توان خود اشتباه آنان را اصلاح نمایم.

«گوش سپردن به تعلیم و سخن حق را از یاد نخواهم برد، چرا که می‌دانم که هرگاه کسی از سخن حق غافل بماند، زود باشد که از دیدن حقیقت ـ که در همه‌جاست ـ درمانَد و به‌کرانهٔ **معرفت** نتواند رسید.»

او آنگاه سه عهد و آرزوی زیر را برای نجات مردم بی‌نوا نمود: «نخست آنکه، بکوشم تا مردم را آرامش بخشم. گمان دارم که این آرزو، در هر گونه زندگی‌ای که در آینده بیابم، بذر نیکویی باشـد که حـکمت سخن خجسته از آن خواهد رویید.

«دوم آنکه پس از خردمند شدن به سخن نیکو، از پای ننشینم و همهٔ مردم را به آن تعلیم دهم.

«سوم آنکه، سخن حق را، با ایثار تن و جان و مالم هم که باشد، پاس خواهم داشت.»

اهمیت واقعی زندگی خانوادگی همانا در فرصتی است که کانون خـانواده برای تشویق متقابل افراد فراهم می‌سازد و آنان را در راه **معرفت** یاری می‌دهد. یك زن معمولی نیز اگر دل و اندیشه برجستنِ معرفت دارد، پیمان‌ها و آرزوهایی چون آن ملکه نهد، شاید که چون **ملیکا** شاگرد برجستهٔ **بودا** گردد.

۳
ادارهٔ امور عمومی

۱. هفت رهنمود است که کشور را به سعادت می‌رساند؛ نخست اینکه مردم هر چه بیشتر گرد هم آیند تا در امور سیاسی بحث نمایند، و نیازهای دفاع ملی را فراهم دارند.

دوم اینکه، مردم، از همهٔ رده‌های جامعه، چون پیکری واحد گرد آیند وهمه در بحث از امور مملکتی شرکت کنند.

سوم اینکه، مردم رسوم قدیم را محترم دارند و آنها را بی‌دلیل تغییر ندهند، و نیز به آداب تشریفاتی رفتار نمایند و حق و عدل را پاس دارند.

چهارم اینکه، مردم میان زن و مرد و بزرگتر و کوچکتر، تفاوت و امتیاز شناسند، و نزهت خانواده و اجتماع را نگه دارند.

پنجم اینکه، مردم پدر و مادر خود را فرمانبردار، و معلمان و بزرگتران را مرید و وفادار باشند.

ششم اینکه مردم به گورِ نیاکان ادای احترام نمایند و یادبود سالانه برای آنان برقرار دارند.

هفتم اینکه مردم به اخلاق عمومی پایبند باشند، فضیلتِ کردار را ارج نهند، به تعلیم استادان ارجمند گوش فرا دهند و هدایا پیشکش آنان دارند.

اگر جامعه‌ای این رهنمودها را به خوبی دنبال کند، یقین که سعادتمند خواهد شد و مورد احترام همه کشورهای دیگر خواهد بود.

۲. روزگاری پادشاهی بود که به شایستگی بسیار بر کشور خود فرمان می‌راند. این پادشاه را برای فرزانگیش **شاه عالی فروغ** می‌خواندند. او اصول کشورداریش را چنین برشمرد:

بهترین راهِ پادشاهی بر کشور آنست که فرمانروا پیش از هر چیز بر نفس خود حاکم باشد. پادشاه باید با دلی آکنده از مهر با مردم خود روبرو شود، و آنان را بیاموزد و راه بنماید تا همهٔ آلایش‌ها را از دل و اندیشهٔ خود بزدایند. شادی‌ای که به مایهٔ رهنمودهای نیکو فرا آید، بسیار فزونتر از آن خوشی است که چیزهای مادی دنیا توانند داد. پس، فرمانروا باید که مردم خود را تعلیم نیکو ارزانی نماید و دل و اندیشه و تن ایشان را در آرامش بدارد.

آنگاه که مردمِ نادار به او روی آرند، باید که گنجینه را بگشاید، و بگذارد تا آنان هر چه خواهند بردارند، پس او از این فرصت بهره جوید تا آنان را حکمت رها ساختن نفس از هر آز و تباهی، بیاموزد.

هر انسانی، بنا به وضع فکریش، دید متفاوتی نسبت به چیزها دارد. شماری از مردم، شهر و دیارشان را خوب و زیبا می‌دانند، که همان در چشم دیگران زشت و ویرانه نماید. این همه به دل و اندیشهٔ

آنها بستگی دارد.

آنان که سخن و تعلیم نیکو را ارج نهند، در درخت‌ها و سنگ‌های پیش چشم خود همهٔ رنگ‌ها و رخشندگی‌های سنگ لاجورد را توانند دید؛ اما آنها که ندانند که دل و اندیشه را چگونه مهار دارند، جلال و تابندگی یك قصر طلائی هم در چشمشان نیاید.

در زندگی هر روزهٔ کشور، همه چیز را حال چنین باشد. اندیشه سرچشمهٔ هر چیز است و، از این رو، فرمانروا باید که پیش از هر کار بخواهد تا مردم را به پروردن دل و اندیشه‌شان وادارد.

۳. اصل نخستین در کشورداری خردمندانه، همانست که **شاه عالی فروغ** در کار داشت؛ راه نمودن به مردم در پرورش اندیشه‌های خود.

دل و اندیشه پروردن، یعنی که **معرفت** جستن، و، از این رو، فرمانروای فرزانه باید که پیش از هر چیز به سخن **بودا** چشم دارد.

چون فرمانروایی به **بودا** ایمان نهد، به سخن و تعلیم او پایبند باشد، مردم با فضیلت و عاطفه را قدر داند و ارج نهد، مردم را هیچگونه تمایل به بیگانه‌پرستی، نسبت به دوستان یا دشمنانِ مملکت، نباشد، و مُلكِ او همواره سعادتمند بماند.

چون کشوری سعادتمند شد، موجبی نباشد که به ملکی دیگر

بتازد، و به اسلحهٔ تهاجمی نیاز نخواهد داشت.

هنگامی که مردم خوشحال و راضی شدند، تفاوت‌های طبقاتی از میان برود، کردارهای نیك رواج یابد، فضیلت‌های اخلاقی فزاینده باشد، و مردم به یکدیگر احساس احترام پیدا کنند. پس هر کسی از سعادت بهره‌مند گردد؛ آب و هوا و گرما و سرما اعتدال یابد؛ خورشید و ماه و ستارگان در گردش و درخشش باشند؛ باران و باد به موقع بریزد و بِـوَزَد؛ و بلاهای طبیعی همه از میان برود.

۴. وظیفهٔ فرمانروا، حفظ و حمایت مردم است. او ولّیِ رعیت خویش است و آنان را در صیانت قوانین خود دارد. او باید که رعایا را بپرورد و مواظبت نماید، هم چنانکه مادری فرزندش را تر و خشك می‌کند و پیش از آنکه کودك به گریه افتد، پیراهن خیس او را بیرون می‌آوردو جامهٔ دیگر به او می‌پوشاند، به همین گونه، فرمانروا نیز باید بجای آن که بنشیند تا مردم به فغان آیند، درد و رنج را از آنان بردارد و خوشی را جایگزین آن سازد. واقع آن است که تا آن روز که رعیّت صلح و آرامش نیافته است، حکمروائی او کامل نخواهد بود. مردم همانا گنجینهٔ مُلکند.

پس، فرمانروای دانا همواره در اندیشهٔ مردم خویش باشد، و لحظه‌ای هم ایشان را از یاد نبرد. او غم‌خوار رنج‌های مردم است و به تدبیر سعادت یافتن آنها. برای فرمان راندن به فرزانگی، او باید که در همه چیز و همه کار، رایزنی یابد؛ دربارهٔ آب، دربارهٔ خشکسالی، دربارهٔ توفان و در کار باران. او باید که وضع کاشت و دروِ غلات، احتمالات برداشت محصول خوب، و نیز خوشی و آسایش و رنج و اندوه مردم را بداند. برای آنکه فرمانروا بتواند کرده‌ها را به درستی

پاداش یا جزا دهد یا بستاید، باید که از گناه تبه‌کاران و سجایـای نیکمردان بخوبی آگاه باشد.

فرمانروای خردمند آنگاه که مردمش در نیاز باشند، داد و دهش نماید، و چون در نعمت و سعادت باشند، از آنان مالیات ستاند. او باید که در گرفتن مالیات سنجش درست در کار آورد و بار مالیات را هر چه سبك‌تر گیرد، و از این راه مردم را با خود یار و همدل نگاهدارد.

فرمانروای دانا، مردم را به مایه قدرت و هیبت خویش صیانت نماید. آن کس که بر مردم چنین حکومت کند، شایستهٔ آن باشد که شاه خوانندش.

۵. **سلطان حقیقت شاه شاهان** است. او را پاك‌ترین و والاترین تبار باشد. او نه همان که بر چهارسوی جهان فرمانروا است، که **خدایگان خرد و نگاهبان همهٔ تعالیم فاضله** نیز باشد.

هر جـا که او گام نهد، آتش جنگ خاموش شود، و بدخواهی از میان برود. او به نیروی **حقیقت**، به عدل فرمان رانَد و با پیروز شدن بر همهٔ تباهی‌ها صلح را بر همهٔ مردم ارمغان آرد.

سلطانِ حقیقت، هرگز آلودهٔ کشتن یا دزدی یا زنا نشود. او هرگز زبان به فریب یا ناسزا یا دروغ یا سخن یاوه نگشاید. دل و جان او از آز و جهل و خشم یکسره پاك است. او این ده تباهی را از دل و اندیشه و تن بزداید و ده فضیلت را جایگزین آن سازد.

از آنجا که حکومت این فرمانروا بر **حقیقت** استوار است، او شکست‌ناپذیر باشد. هر جا که **حقیقت** پیدا آید، تجاوز از کار در ماند و بدخواهی از میان برود. میان مردم او هیچ جدائی و تیرگی نباشد، پس، آنها به آرامش و ایمنی با هم زندگی کنند؛ همان حضور او، صلح و شادی ارمغان رعیت دارد. از این روست که او را **پادشاه حقیقت** خوانند.

از آنجا که **پادشاه حقیقت، شاه شاهان** باشد، فرمانروایان دیگر همه از او به ستایش نام برند، و بر سرزمین‌های خود به شیوهٔ او فرمان رانند.

چنین است که **پادشاه حقیقت**، همهٔ شاهان را فرمانروا باشد، و آنها در سایهٔ منش ستودهٔ او، ملت خود را ایمنی بخشند و وظایف خویش را نسبت به **دهرما** به انجام رسانند.

۶. پادشاه دانا در صدور فرمان‌های خود شفقت را در کار دارد. او بکوشَد تا در هر قضیّه‌ای با رایِ روشن بنگرد و آنگاه فرمان خود را با رعایت اصول پنج گانه صادر نماید.

اصول پنج گانه اینهاست: اصل نخست اینکه فرمانروا باید که حقیقت قضایایی را که فرا روی او آورده می‌شود، خوب بررسی کند.

دوم اینکه او باید یقین یابد که این قضایا در صلاحیت اوست. هرگاه او با داشتن صلاحیت و اعتبارِ تمام رأی دهد، فرمان او برود، اما اگر امر بیرون ازصلاحیت او باشد، همان مایهٔ گرفتاری‌ها شود؛ او باید که تا موجبات درست فراهم نیامده است، حکم ندهد.

سوم اینکه او باید که به عدل داوری کند؛ یعنی باید که به نیّت متهم پی ببرد. اگر او دریابد که ناروائی بی‌قصدِ بزه‌کاری از او سرزده است، باید که او را بَری شناسد.

چهارم اینکه، باید که در صدور و اعلام حکم نرمی نشان دهد، نه درشتی؛ یعنی که باید کیفری به روا دهد و کیفر بیش از اندازه ننماید. یك حاکم خوب بزهکار را به مهربانی اندرز گویدو او را فرصت دهد تا به بی‌راهی‌های خود هشیار شود.

پنجم اینکه، او باید که در داوری بر سر مهر باشد،نه خشم، یعنی باید که بزهکاری را محکوم سازد، نه بزهکار را. او باید داوریش را بر بنیاد عاطفه نهد، و باید که از این فرصت برای هشیار ساختن بزهکار به ناراستی‌های خود بهره گیرد.

۷. هرگاه یکی از وزیرانِ معتبر دولت، در انجام وظایف خود کوتاهی ورزد، به سود خود کار کند یا رشوه گیرد، نابکاری او مایهٔ فساد سریع اخلاق عمومی خواهد شد؛ مردم به فریب یکدیگر پردازند، زورمند بر ناتوان بتازد، اشراف با مردم عادی بدرفتاری کنند، یا ثروتمندان از مردم بینوا بهره کشند، و هیچ کس را دادرسی نباشد؛ تیره روزی فراوان شود و گرفتاری‌ها فزاینده گردد.

در چنین احوالی، وزیران متعهد از کار کناره گیرند. فرزانگان، بیمناك از گرفتاری، خاموشی گزینند، و مناصب دولت را همان

چاپلوسان پُر کنند، و اینان قدرت سیاسی خویش را برای ثروتمند ساختن خود به کار گیرند و از رنج و درد مردم هیچ اندیشه ندارند.

در چنین وضعی قدرت حکومت از تأثیر بیفتد و سیاست‌های درست آن فرو ریزد.

چنین منصب‌یافتگانِ بی‌مروت، همانا دزدانِ خوشبختی مردمند، که نیز بدتر از دزدان، چرا که آنان هم پادشاه و هم رعیت را بفریبند و مایهٔ گرفتاری‌های مملکت باشند. پادشاه باید که چنین وزیرانی را از کار براند و آنان را به کیفر رساند.

امّا باز هم در کشوری که در حکومت پادشاهی نیك و قوانینی درست باشد، گونهٔ دیگری از ناسپاسی تواند بود. پسرانی باشند که خود را به عشق همسر و فرزند ببازند، و نعمت ارزانی یافته از پدر و مادر را، که سال‌های سال آنان را در دامن مهر پرورده و بار آورده‌اند، از یاد ببرند. آنها از حال پدر و مادر نیندیشند، مال ایشان را تاراج نمایند و از فرموده‌ها و تعلیم ایشان سرپیچند. چنین پسرانی را باید در زمرهٔ بدکارترین مردم شمرد.

چرا چنین است؟ این از آن رو است که چنین پسران، حق شناسِ پدر و مادر نباشند، پدران و مادرانی که عشق دیرین آنها به فرزند عظیم بوده است؛ چندانکه اگر پسران به همهٔ عمر نیز با والدین به احترام و مهربانی رفتار نمایند، از گزاردن حق نعمت ایشان برنیایند.

آنان که بر پادشاه نافرمان، و در حق و الدین ناسپاسند، باید که چون بدکارترین مردم کیفر ببینند.

و باز، در آن مُلك که در حکومتِ پادشاهی خوب و قوانینی درست باشد هم گونه‌ای دیگر از ناسپاسی توان دید. مردمی باشند که گنجینه‌های سه گانه یعنی **بودا**، **دهرما** و **سنگها** را یکسره فراموش دارند. این مردم مکان‌های مقدس کشورشان را ویران سازند، پیکره‌های قدیسان را بسوزانند، آموزندگان راستی را به خدمت خود وادارند، و بدین سان تعلیم مقدس **بودا** را زیر پا گذارند. اینان نیز از بدترین بزهکاران باشند.

چرا اینان چنین تبه‌کار بشمار آیند؟ زیرا که آنها ایمان و اعتقاد ملت را، که بنیادمملکت و سرچشمهٔ فضیلت‌های آنست، بر باد دهند. این گونه مردم، با سوختن ایمان دیگران، همانا گور خود را می‌کنند.

همهٔ گناهان دیگر را شاید که در قیاس با این ناسپاسی و نافرمانی بتوان کوچك به شمار آورد. این گونه تبه‌کارانِ ناسپاس باید که سخت‌ترین کیفر را یابند.

۸. باشد که بر ضدِ پادشاهی که برابر سخن و تعلیم حق بر کشورش حکومت می‌کند، توطئه‌ای در کار آید، یا اینکه دشمنان بیرونی بر آن مُلك بتازند. در چنین هنگامی پادشاه باید که با خود سه عهد نماید؛

«نخست اینکه، این توطئه‌گران یا دشمنان بیگانه، نظام امور و

بهروزی کشور ما را تهدید می‌کنند؛ باید که با به کار بردن نیروی مسلح هم که شده از مردم و مملکت دفاع نمایم.

«دوم؛ نخست خواهم کوشید تا راهی برای شکست دادن آنها بی‌کاربرد نیروی اسلحه، بیابم.

«سوم؛ تلاش خواهم کرد تا اگر بشود آنان را زنده بگیرم و خلع سلاح نمایم.»

پادشاه با استوار شدن بر این سه تصمیم و پس از گماردن دیده‌بانی‌ها و دادن دستورهای لازم، به فرزانه‌ترین راه در انجام مقصود، پیش خواهد رفت.

با در پیش گرفتن این راه، آن مُلك و سربازانش به مایهٔ خرد و جلالت پادشاه به شوق آیند و پایمردی و نیز صلابت او را ارج نهند. در این حال چون فرا خواندن سربازان ناگزیر شود، آنان علت جنگ و طبیعت آنرا، بخوبی دریافته باشند؛ پس، از سر شوق و وفاداری و با احترام به فرمانروایی خردمندانه و شکوهمند پادشاه، روانهٔ میدان جنگ شوند.

فصل سوّم

ساختن سرزمین بودا

۱
مفهوم تعادل در اُخُوَّت

۱. سرزمینی پهناور را در نظر آورید در دل ظلمات، که آنجا خیل جانداران بسیار در کوری و تاریکی پراکنده‌اند.

طبیعی است که این جانداران را ترس فرا گیرد و چون، بی‌آنکه یکدیگر را ببینند و بشناسند، در آن ظلمات به هر سو بروند، بسی از آنها راه به بی‌راهه برند و تك مانند. راستی که این منظره بس رقت‌انگیز است.

آنگاه درتصور آورید که انسانی برتر، که مشعلی در دست دارد یك باره در این میانه نمودار شود و آن پهنه را سراسر نور و روشنی فرا گیرد.

آن جانداران، که در برزخ تاریکی سرگردان بودند، در حال از ظلمت و محنت آزاد گردند و به هر سوی بنگرند و یکدیگر را ببینند و بشناسند و به مؤانستِ هم شاد شوند.

در این جا «سرزمین ظلمات» به معنی جهان آدمی است به هنگامی که زندگیش در تاریکی جهل فرو رفته باشد. آنان که دل و جانشان را نوری از خرد نباشد، گرفتار آمده در ترس و تنهائی، سرگردان مانند.

آنان تنها به دنیا آمده‌اند و تنها نیز بمیرند؛ آنها ندانند که چگونه با همگنان به آرامش و اعتدال معاشرت نمایند، و آنها،بنا به طبع، نومید و بیمناکند.

«انسان برتر که مشعلی به دست دارد» همانا **بودا** است در هیئت آدمی، که با خرد و مهر خود جهان را روشن می‌سازد.

مردم، در پرتو این فروغ، خود و نیز دیگران را دریابند و به الفت با یکدیگر و مناسبات متعادل، خوشدل شوند.

هر چند که هزاران کس به اجتماع زندگی کنند، اما تا آنگاه که یکدیگر را نشناختـه و نسبت به هم مهر و عاطفه پیدا نکننـد، انس حقیقی در میان نباشد.

یك جامعهٔ واقعی، دارای ایمان و خرد است که به آن روشنی بخشد، و جایی است که مردم به یکدیگر شناخت و اعتماد دارند و جایی که در آن تعادل اجتماعی باشد.

در واقع، تعادل، جان و معنای واقعی یك جامعـه یا یك بنیـاد اجتماعی است.

۲. بنیادهای اجتماعی بر سه گونه‌اند. نخست سازمان‌هایی که بر پایهٔ قدرت، ثروت یا صلابتِ رهبران بزرگ استوار شده است.

دوم، سازمان‌هایی که به مصلحتِ اعضای آن بنیاد شده است و این سازمان‌ها تا هنگامی که اعضـاء مصلحت خود را در میان بینند و برخوردی بینشان پیش نیاید، بر جای بماند.

سوم، بنیادهایی که بر کانون تعلیم و سخنی نیکو نهاده و با تعادل سرشته شده است.

البته که این سومین گونه، همانا بنیاد واقعی است، زیرا که در آن یارانِ هم بسته چون روح واحدند، و آن منشأ وحدت جان و سرچشمهٔ فضیلت‌های گوناگون است. چنین سازمانی کانون تعادل، خوشنودی و شادی باشد.

معرفت چون بارانی است که بر کوه ببارد و در جویبارها سرازیر شود و به نهرها پیوندد و آنگاه به رودها رسد که سرانجام به دریا ریزد.

باران تعالیم آسمانی، بر همهٔ مردم، به هر حال و وضعی که باشند، یکسان ببارد. آنان که این باران را پذیرا شونـد، در گروههای کوچك گرد آیند، آنگاه در بنیادها جای گیرند، پس در هیئت اجتماع در آیند و، سرانجام، خود را در **اقیانوس** بزرگ **معرفت** یابند.

جان‌های چنین مردم چون آب و شیر با هم بیامیزد، و سرانجام در یك **اخوت** متجانس قوام یابد.

پس، تعلیم و سخن حق، لازمهٔ اصلی یك سازمان درست است، و چنان که پیش‌تر اشاره آمد، این تعلیم همانا چراغی است که مردم در پرتو آن می‌توانند یکدیگر را بشناسند، با هم اُنس یابند و ناسازی‌های اندیشهٔ خود را هموار کنند.

از این رو، سازمانی را که بر پایهٔ تعالیم درست **بودا** استوار شده است، می‌توان یك بنیاد **اُخوَّت** نامید.

اِخوان باید که پیرو این تعالیم باشند و اندیشه‌هاشان را بدین راه بپرورند. این گونه، **اخوت بودا** در اصل همه را فراگیر است، اما در عمل همان کسانی که ایمان دینی یکسان دارند، یاران آنند.

۳. یاران بنیاد **اخوت بودا** دو گروهند؛ یك گروه آنـان که در کار آموزش دادنِ اخوان عامّه‌اند، و دیگر آنها که با احسان و تقدیم داشتن خوراك و جامهٔ بایسته، این آموزگاران را یاری رسانند. این دو گروه با هم در کار ترویج و جاودانه داشتن تعلیم **بودا** باشند.

پس از آن، برای به کمال رساندن **اخوت**، باید که بالاترین تعادل در میان یاران باشد. معلمان، یارانِ **اخوت** را بیاموزند و یاران نیـز معلّمان را حرمت نهند، تا که تعادل در میانشان تواند بود.

یاران بنیاد **اخوت بودا** باید که با احساس مهـر و عاطفـه با یکدیگر اُنس ورزند، و از همزیستی با همراهانِ طریقت شاد باشند، و بخواهند که جانهایشان متحّد شود.

۴. شش چیز است که اخوت را در راه تعادل و در رسیدن به آن یاری کند: نخست، صدق در بیان؛ دوم، اخلاص و محبت در عمل؛ سوم، صفا و عاطفهٔ روح؛ چهارم، سهم برابر در دارایی همگانی؛ پنجم، انجام یکسان دستورها و احکام آسمانی؛ و، ششم، برخوردار بودن همهٔ اخوان از بینش درست.

از میان این شش چیز، ششمی یعنی «بینش درست در همـهٔ اخوان» همانا هسته و مغز است که آن پنج چیز دیگر پوسته و پیرایهٔ آنند.

توفیق یافتن اخوت در گرو پیروی از دو دسته اصول است، هر کدام در هفت پیکر. اصول دستهٔ اول عبارتند از:

(۱) اخوان باید که زود به زود گرد هم آیند، تا تعالیم آسمانی را بشنوند و در آن گفتگو دارند.

(۲) آنها باید که آزادانه با هم مصاحب و معاشر باشند و یکدیگر را حرمت نهند.

(۳) آنان باید که سخن تعلیم را مقدس و موازین آنرا محترم دارند و این سخن را دیگرگون نسازند.

(۴) جوان و پیر از یاران اخوان، باید که در رفتار با هم ادب نگاهدارند.

(۵) یاران اخوان باید زمینه فراهم سازند تا صدق و ادب آثار خود را بنماید.

(۶) آنان باید که در گوشه‌ای آرام به صفا دادن دل و اندیشهٔ خود پردازند، اما سزد که چنین خلوتی را، پیش از آنکه خود اختیار کنند، به دیگر یاران عرضه دارند.

(۷) آنها باید که همهٔ مردم را دوست دارند، تازه‌واردان را به مهر و نرمی پذیرا شوند، و بیماران را به محبت بنوازند.

اخوتی که این اصول را دنبال کند، هرگز از میان نرود.

دستهٔ دوم، اصول رفتار فردی است و هر یك از اخوان باید که: (۱) صفای روح خود را نگاهدارد و زیاده نخواهد؛ (۲) اصالت خود را حفظ نماید و دل را یکسره از آز پاك دارد؛ (۳) بردبار باشد و به مجادله برنخیزد؛ (۴) خاموش بماند و زبان به هرزه نگشاید؛ (۵) به موازین گردن نهد و خودرأی نباشد؛ (۶) اندیشه را ثابت و یکراه دارد و تعالیم، از هرگونه، را دنبال نماید؛ و (۷) در گذران روزانه، ساده و صرفه‌جو باشد.

اگر **یارانِ اخوت** به این موازین رفتار نمایند، **بنیاد اخوت** برجای بماند و هرگز زوال نیابد.

۵. چنانکه پیش‌تر بیان شد، **اخوت** باید که در جان و جوهر خود تعادل را نگه دارد؛ از این رو، بنیادی بی‌بهره از تعادل را **اخوت** نتوان

نامید. هر یك از اخوان باید که در حال خویش مراقب باشد، تا مبادا مایهٔ ناسازگاری شود. اگر ناسازگاری پدید آید، باید که هر چه زودتر از میان برداشته شود، زیرا که ناهمسازی، هر بنیادی را زود به ویرانی بَرَد.

لکهٔ خون را با خون نتوان شست؛ خشم را با قهرِ فزون‌تر از میان نتوان برد؛ رنجش را، همان با فراموش ساختن آن از دل توان زدود.

۶. روزگاری پادشاهی بود بنام **کالامیتی**. پادشاه جنگجوی سرزمین همسایه بنام **براهما داتا** به کشور او تاخت و آنجا را گرفت. **کلامیتی شاه**، پس از آنکه چندی به همراه همسر و پسرش پنهان بسر برد، گرفتار آمد اما پسرش را بخت یاری کرد و توانست بگریزد.

آن شاهزاده در اندیشهٔ نجات پدر بود، اما راه به جایی نمی‌برد. روزی که پدر شاهزاده اعدام می‌شد او به هیئت مبدل به میدان اعدام راه پیدا کرد، امّا کاری از او ساخته نبود، جز آنکه دم فرو کِشد و شاهد مرگ پدر نگون‌بختش باشد.

پدرِ شاهزاده پسر را در میان انبوه مردم شناخت و چنانکه با خود نجوا نماید، زیرلب گفت: «زیاد در جستجو و سرگردان مباش؛ کار به شِتاب مکن؛ خشم را همان با فراموش کردن آن می‌توان فرو نشاند.»

پس از آن، شاهزاده دیرزمانی به دنبال راهی برای انتقام بود. او سرانجام به ملازمت درگاه **براهما داتا** به خدمت گرفته شد و التفات پادشاه را دریافت.

روزی که پادشاه در شکار بود، آن شاهزاده فرصتی برای انتقام پیدا کرد. او توانست پادشاه را به گوشه‌ای دور بکشاند، و شاه که از خستگی از پای در آمده بود، هم چنانکه سر بر زانوی شاهزاده داشت در خواب شد. شاه تا این اندازه او را نزدیك و مورد اعتماد می‌دانست.

پس، شاهزاده خنجرش را برکشید و آنرا بر گلوی پادشاه نهاد، امّا همانجا درنگ کرد. سخنانی که پدرش به هنگام اعدام گفته بود در سر جوان درخشید و هر چه بخود کوشید یارای کشتن پادشاه را نیافت. شاه بناگاه از خواب بیدار شد و به شاهزاده گفت که دچار کابوس بوده و در خواب دیده که پسر **کالامیتی** شاه کوشیده است تا او را بکشد.

شاهزاده هم چنانکه خنجر را در دست داشت، به تندی شاه را از رفتن نگهداشت و با باز نمودن نام و تبار خود به او گفت که اینك هنگام انتقام خون پدرش فرا رسیده است. اما باز به کشتن پادشاه یارا نیاورد، بناگاه خنجر را فرو انداخت و در برابر شاه به زانو در افتاد.

پادشاه چون داستانِ حال شاهزاده و سخنان واپسین پدر او را باز شنید، سخت متأثر شد و از شاهزاده بخشایش خواست، پس از آن حکومت سرزمین نیاکانش را به او باز گرداند، و دو کشور روزگاری دراز در کنار یکدیگر به صلح و دوستی زیستند.

سخن واپسین دَم **کالامیتی شاه** که گفت: «زیاد در جستجو و سرگردان مباش» یعنی که خشم را نباید دیرزمان در دل نگاه داشت، و «کار به شتاب مکن» یعنی که رشتهٔ دوستی را نباید شتابزده برید.

خشم را با خشم نمی‌توان فرو نشاند؛ رنجش را همان با فراموش ساختن آن از دل توان زدود.

در حلقهٔ یاران **اخوت** که بر پایهٔ تعادل، تعلیم، و سخن حق بنیاد شده است، هر پویندهٔ راه باید که همواره روح این داستان را بستایش یاد آورد.

نه همان یاران **اخوت**، بلکه عموم مردم نیز باید که جان این داستان را دریابند، و در زندگی هر روزهٔ خویش در کار آورند.

۲
سرزمین بودا

۱. چنانکه گفته آمد، هرگاه بنیاد **اخوت**، رسالت خود را که همانا نشر تعلیم و سخن **بودا** و زیستن در اعتدال است، از یاد نبرد، پیوسته رشد یابد و پیام و رهنمودش گسترده‌تر بپراکند.

گسترش **اخوت** به این معنی است که هر چه بیشتر از مردم در پی **معرفت** شوند، و نیز آنکه نیروهای شیطانیِ آز و خشم و جهل که غفلت و شهوت سرکردهٔ آنها باشند، به سوی شکست روند، و خرد و روشنایی

و ایمان و خوشدلی پیروز آید.

خطهٔ دیوان، پر از آز و ظلمت و کشاکش و جنگ و خنجر و خونریزی است، و انباشته از حسد و تعصب و نفرت و تقلب و فریب و چاپلوسی و پنهان‌کاری و دشنام.

اینك در نظر آورید که نور خرد بر این بسیط بتابد، و باران رحمت بر آن ببارد، و ایمان آنجا ریشه و بنیاد گیرد، و شکوفه‌های شادی رایحه افشان شوند. پس، آن کُنامِ دیوان به **سرزمین پاك بودا** بدل می‌گردد.

و چنانکه وزیدن نسیمی نرم و دمیدن چند شکوفه بر شاخسار، از آمدن بهار نشان دهند، آنگاه که آدمی به **معرفت** رسد، سبزه و درخت و کوه و هر چیز دیگر، زندگی تازه‌ای یابند.

چون دل و اندیشهٔ آدمی پاك شود، محیط او نیز صفا یابد.

۲. در سرزمینی که تعلیم و سخن حق روان باشد، هر دیّاری دل پاك و اندیشهٔ آرام دارد. راستی را که رحمتِ نستوهِ **بودا** بر همهٔ مردم می‌بارد، و جانِ تابناك او، هر ناپاکی و پیرایه‌ای را از اندیشه‌هاشان بزداید.

دل و جانِ پاك، زود باشد که ذهنی ژرف گردد، باطنی که با **طریقت والا** همگن و هم‌نوا باشد، اندیشه‌ای که به شوقِ عطا است،

دلی که به عشق انجام فرایض است، سینه‌ای پُر تاب، سری پر حَمیّت، جانی آرام، ذهنی دانا، فکرتی شفیق، اندیشه‌ای که به تدبیرهای کارآمد و بسیار، مردم را به **معرفت** راه نماید. سرزمین **بودا** را چنین بنا کنند.

خانه‌ای که کسی با همسر و فرزندان در آن می‌گذراند، آشیانه‌ای شود که **بودا** آنجا مکان گیرد؛ هم چنین کشوری که گرفتار ناسازگاری‌های اجتماعی بوده است به الفت سرائی از جان‌های مأنوس بدل گردد.

کاخی زرین که خون آلود باشد، جایگاه **بودا** نتواند بود. اما کلبه‌ای تنگ و کوچك که نور ماه از شکاف‌های بامش به درون می‌تراود، با دل و اندیشهٔ پاكِ خدای خانه، به بارگاه منزلت **بودا** بدل تواند شد.

چون یك سرزمین **بودا**، به مایهٔ جان صافی تنها یك نفر بنیاد شد، آن یك دل پاك جان‌های مأنوس دیگر را به سوی خود و به حلقهٔ یاران **اخوت** می‌کشاند. ایمان به **بودا** از فرد به خانواده راه می‌یابد، از خانواده به دهکده می‌گسترَد، و از روستا به شهر، و از شهرها به کشورها، تا سرانجام عالم‌گیر شود.

به راستی که صدق و وفاداری در نشر تعلیم **دهرما** سنگ بنای سرزمین **بودا** است.

۳. بی‌گمان، چون از یك زاویه بنگریم، جهان با همهٔ آز و بیداد و خونریزی که در آنست، دنیای دیوان و ددان به چشم آید؛ اما چون که مردم به **معرفت بودا** ایمان یابند، خون به شیر بدل‌گردد و آز به‌شفقت، و آنگاه آن دنیای دوزخی، **سرزمین صفای بودا** شود.

پیاله پیاله کشیدن و خشکاندن آب یك اقیانوس،کاری ناشدنی می‌نماید، اما عزم نهادن بر سر این کار، اگر هم انجام آن عمرهای بسیار به درازا کشد، عزم و اندیشه‌ایست که آدمی باید در جستن و یافتن **معرفت بودا** در کار آورد.

بودا در آن کرانهٔ دیگر چشم به راه است؛ آنجا که جهان **معرفت** اوست. جایی که نه آز باشد و نه خشم، نه جهل و نه محنت و نه اندوه؛ و آنجا همه فروغ خرد است و باران رحمت.

آنجا سرزمین صفا است، و پناهگاهی از برای آنان که در رنجند و به درد و اندوه درگداز؛ جای آسایشی برای آنانکه در نشر تعالیم **دهرما** در تلاش‌اند ـ تا در میانه چندی بیاسایند.

در این **سرزمین صفا**، **فروغِ** بی‌کران و **حیاتِ** جاودان باشد. آنان که به این بهشت رسند، هرگز به جهان پندار باز نگردند.

راستی را که این **سرزمین صفا**، که در آن بوی گل‌ها مشام جان

را تازه دارد و پرندگان به آواز آسمانی **دهرما** نغمه سرایند، سرمنزلِ انجامینِ همهٔ آدمیان باشد.

۴. هر چند که این **سرزمین صفا** سرای آسایش است، اما جای کاهلی نیست. تخت‌های ساخته و آراسته از گل‌های خوشبویش بستر سستی و خوابزدگی نباشد، بلکه همان بهر آسودن و نیرو تازه کردن است، تا که آدمی برای دنبال کردن مأموریت **بودا** در نشر **معرفت** توان و شتابی تازه یابد.

مأموریت **بودا** ازلی است. تا آنگاه که آدمی در جهان باشد و آفریده‌ها در وجود، و تا هنگامی که اندیشه‌های خودپرست و آلوده دربند دنیا و محیط خویشند، رسالت او را انجامی نباشد.

فرزندان **بودا**، که به مایهٔ نیروی عظیم **امیدا** به **سرزمین صفا** راه برده‌اند، شاید که در این شوق باشند که به دیاری که از آنجا آمده‌اند و هنوز پیوندهایی با آن دارند، باز گردند. آنجا، آنها در انجام رسالت **بودا** هم‌یاری نمایند.

هم‌چنانکه نور یك شمع، بسیاری شمع‌های دیگر را تواند افروخت، فروغ **رحمت بودا** نیز همواره و بیرون از شمار، از اندیشه‌ای به اندیشه‌ای درگیرد.

فرزندان **بودا**، با دریافتنِ جانِ **رحمت** او، رسالت **تنویر** و **تهذیب** او را برعهده گیرند، و آن را از تباری به تباری دیگر سپارند تا

سرزمین بودا را جاودانه و پیوسته شکوهمند دارند.

۳
حشمت یافتگانِ
سرزمین بودا

۱. **سیاماواتی**، بانوی **اودیانا شاه** ایمانی عمیق به **بودا** داشت.

او در اندرونیِ کاخ شاهی می‌زیست، و از درگاه بیرون نمی‌رفت، اما خدمتگارش که زنی گوژپشت بود و حافظه‌ای بسیار خوب داشت، هرچند گاه بیرون می‌شد و در مجلس موعظهٔ **بودا** می‌نشست.

این خدمتگار در بازگشت از محضر **بودا**، تعالیم آن **وجود مبارك** را برای ملکه باز می‌گفت، و بدین گونه ملکه خرد و ایمان خود را عمیق‌تر می‌ساخت.

زنِ دوم پادشاه به همسر اول و ملکهٔ‌او حسد می‌برد و در پی نابودی بانوی شاه بود.او چندان از ملکه نزد پادشاه بد گفت، تا او فریب سخنانش را خورد و خواست تا نخستین همسر خود، **سیاماواتی**، را بکشد.

ملکه **سیاماواتی** چنان آرام و خویشتن‌دار در برابر شاه پدیدار شد که او را به کشتنش دل نیامد. پادشاه که تسلط بر خویشتن را باز یافته بود برای بدگمانیش به ملکه از او عذر خواست.

این پیشامد برحسد زن دوم افزود و او هنگامی که پادشاه از

کشور دور بود، مردانی تبه کار را واداشت تا اندرونی درگاه را آتش زنند. **سیاماواتی** در میان آتش آرامش خود را نگه داشت، و از آن سرای شعله‌ور بیرون آمد و خدمتگاران آشفته و سراسیمه را آرام ساخت و آنگاه بی‌هیچ هراسی، به مایهٔ روحیه‌ای که از آن **وجود مبارك** دریافته بود، آرام درگذشت. **اوتّارا**، آن خدمتگار گوژپشت، نیز با او در آتش سوخت.

از میان بسیاری زنانِ مرید **بودا**، این دو را به عالی‌ترین درجه ستوده‌اند؛ ملکه **سیاماواتی** به داشتن روح رحمت و خدمتگار گوژپشت او، **اوتّارا**، چون یك مستمع و فراگیرندهٔ خوب.

۲. شاهزاده **ماهاناما** از خاندان **شاکیا** و پسرعمّ **بودا** به تعالیم **بودا** ایمان بسیار داشت و از باوفاترین پیروانِ او بود.

در آن روزگار پادشاه ستیزه‌جوئی بنام **ویروُداکا** از سرزمینِ **کوسالا** بر خاندان **شاکیا** پیروز آمد. شاهزاده **ماهاناما** نزد آن شاه رفت و از او برای مردم خود امان خواست، اما شاه به این خواهش اعتنا ننمود. شاهزاده سپس پیشنهاد کرد که شاه بگذارد تا چندان که شاهزاده بتواند درون برکه‌ای نزدیك آنجا در زیر آب بماند، از بندیانِ گرفتار او بگریزند و بروند.

شاه این پیشنهاد را پذیرفت زیرا که می‌اندیشید که او بیش از چند لحظه زیر آب نتواند ماند.

با رفتن **ماهاناما** به زیر آب، دروازه‌های دژ را گشودند و مردم راه گریز گرفتند. اما **ماهاناما** روی آب نیامد، و با بستن رشتهٔ مویش به ریشهٔ جگنی در زیر آب، جانِ خود را در راه زندگی و آزادی مردمش داد.

۳. **اوتپالا وارنا** راهبه‌ای نامور بود و در دانائی همتای **مائودگالیایانا** یکی از شاگردان بزرگ **بودا**. او در واقع راهبهٔ راهبه‌ها، و همیشه بر آنان رهبر بود و از آموختنشان هیچ گاه نمی‌آسود.

دیواداتّا مـردی بسیار تبه‌کار و ستم‌پیشه بود و او ذهن **آجاتا-ساترو** شاه را زهرگین ساخت و او را واداشت تا از تعالیم **بودا** روی‌بگرداند. امّا چندی نگذشت که **آجاتا ساترو** شاه از ایـن گمراهـی پشیمـان شد، رشتهٔ دوستی با **دیوا داتّا** را برید، و شاگرد و مرید **بودا** شد.

یك روز که **دیواداتّا** را، که کوشیده بود نزد شاه برود، از در کاخ راندند، چشم او به **اوتپالا وارنا** افتاد که از کاخ بیرون می‌آمد. به دیدن او خشم سراپایش را گرفت، پس بر او تاخت و او را سخت زد و کوفت.

راهبه با درد و رنج بسیار به دِیر و سرای خود باز آمد و چون دیگر راهبه‌ها به دلداریش کوشیدند، به آنها گفت: «خواهران، زندگی آدمی پیش‌بینی نشدنی است، همه چیز گذرا و ناپایدار باشد. صفا و آرامشِ همان در جهان **معرفت** است. باید که شما راه دانش را دنبال

کنید.» و آنگاه آرام درگذشت.

۴. **انگولیمالیا**، که روزگاری راهزنی هراس‌انگیز بود و بسیاری مردم را کشته بود، به دست آن **وجود مبارك** نجات یافت و یکی از یاران **اخوت** شد.

او روزی که به روستایی به گدائی و گرفتن خیرات رفته بود، برای بدکاری‌های گذشته‌اش از مردم سختی و جفای بسیار دید.

مردم آن آبادی تاختند و او را سخت زدند و کوفتند، اما او هم‌چنانکه از تنش خون می‌ریخت نزد آن **وجود مبارك** باز آمد، به زانو افتاد، و او را از فرصتی که برای رنج کشیدن به ازای نابکاری‌های گذشته‌اش پیش آمده بود، سپاس گفت.

او گفت: «ای **وجود مبارك**، نام من در اصل «بی‌آزار» بود، اما، بر اثر جهل خود، بسی زندگی‌های عزیز را تباه ساختم، و از هر کشته‌ای انگشتی بریدم؛ پس مردم مرا **انگولیمالیا** یعنی «انگشت جمع کن» نامیدند.

«سپس، به مایه رحمت آن خجسته خصال، به خرد راه بردم و خود را وقف سه گنجینهٔ **بودا**، **دهرما** و **سنگها** ساختم. کسی که اسب یا گاوی را می‌راند باید که شلاق یا افسار در کار آورد، اما آن **وجود مبارك** بی‌کار بردن شلاق یا ریسمان یا زنجیر، اندیشهٔ مرا صفا داد.

«ای **وجود مبارك**، آن رنج که امروز کشیدم سزایم بود. نه شوق زندگی دارم و نه آرزوی مرگ. همان در انتظارم که هنگامم کی‌در-رسد.»

۵. قدیسان **مودگالیایانا** و **ساری پوترا** دو شاگرد افضل **بودا** بودند. چون معلمان دیگر آئین‌ها دیدند که آب زلال تعالیم بودا میان مردم روان می‌شود و دریافتند که مردم سرخوش از آن‌می‌نوشند حسد بردند و مانع‌هایی در موعظه و تعلیم **مودگالیایانا** در کار آوردند.

امّا هیچ کدام از این مانع‌ها نتوانست او را از موعظه باز دارد یا از نشر گستردهٔ تعالیم او جلو گیرد. پیروان دیگر آئین‌ها کوشیدند تا **مودگالیایانا** را بکشند.

او دو بار از کمین مرگ رست اما بار سوم کینه‌ورانِ بسیار او را در میان گرفتند تا در زیر ضربه‌های آنان از پا در افتاد.

او به پشت‌گرمی **معرفت**، ضربه‌های آنان را آرام به جان خرید،و هر چند که تنش دریده و استخوان‌هایش خرد شده بود، در آرامش جان داد.

فهرست منابع و مآخذ
«چنین گفت بودا»

حروف معرّف نام مراجع:

د ن	برای	دیگا	نیکایا
م ن	برای	مجهما	نیکایا
س ن	برای	سامیوتا	نیکایا
ا ن	برای	انگوتّارا	نیکایا

بودا

بهره	صفحه	بند	مأخذ
فصل ۱			
۱	۲	۱	سوتراهای مختلف
	۵	۱	ا ـ ن ۳۸ـ۳، سوکهومالا ـ سوترا
	۵	۴	م ن ۲۶ـ۳، اریاپاریسنا ـ سوترا
	۵	۵	سوتراهای مختلف
	۷	۱	م ن ۸۵ ـ ۹، بودیراجاکو مارا ـ سوترا
	۷	۲	سوتراهای مختلف
	۷	۴	سوتا نیپاتا ۲ـ۳، پاداهنا ـ سوترا
	۷	۵	سوتراهای مختلف
	۸	۳	وینایا، مهاواگا کتاب ۱
	۹	۳	د ن ۱۶، مهـا پارینیبّانا ـ سوترا
۲	۱۰	۳	د ن ۱۶، مهـا پارینیبّانا ـ سوترا
	۱۱	۲	پارینیبّانا ـ سوترا
	۱۳	۳	پارینیبّانا ـ سوترا
	۱۳	۵	د ن ۱۶، مها پارینیبّانا ـ سوترا
فصل ۲			
۱	۱۵	۱	امیتایور ـ دهیانا و ویمالاکیر تینیردسا ـ سوترا

بهره	صفحه	بند	مأخذ
	۱۵	۲	شورا نگاما ـ سوترا
	۱۵	۳	ویمالا کیرتی ـ نیردِشا ـ سوترا و ماها پارینیروانا ـ سوترا
	۱۶	۲	سادارما پونداریکا ـ سوترا
	۱۷	۱	مهایانا ـ جاتاکا ـ سیتابومی ـ پاریکشا ـ سوترا
	۱۷	۲	مهاپارینیروانا ـ سوترا
۲	۱۹	۱	سدهرما ـ پونداریکا ـ سوترا ۳
	۲۰	۱	سدهرما ـ پونداریکا ـ سوترا ۴
	۲۱	۴	سدهرما ـ پونداریکا ـ سوترا ۵
۳	۲۲	۳	سدهرما ـ پونداریکا ـ سوترا ۱۶
فصل ۳			
۱	۲۵	۱	اواتامساکا ـ سوترا ۵
	۲۶	۲	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۲۶	۳	اواتامساکا ـ سوترا
	۲۶	۵	سووارنا پرابها سوتّا ماراجا ـ سوترا ۳
۲	۲۹	۲	اواتامساکا ـ سوترا
	۲۹	۳	اواتامساکا ـ سوترا ۳۴، گانداو یوها
	۲۹	۴	سوُکاوتا ویوها ـ سوترای کوچك
	۳۰	۱	اواتامساکا ـ سوترا
	۳۰	۲	س ن ۵ ـ ۳۵
	۳۰	۳	مهاپارینیروانا ـ سوترا

بهره	صفحه	بند	مأخذ
۳	۳۲	۳	م ن ۷۷ ـ ۸، مهاساکولودایی ـ سوترا
	۳۳	۲	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۳۳	۵	لانکا و تارا ـ سوترا
	۳۴	۲	اواتامساکا ـ سوترا ۳۲
	۳۴	۵	سادارما پونداریکا ـ سوترا ۲۵
	۳۵	۱	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۳۵	۳	سادارما پونداریکا ـ سوترا ۲
	۳۵	۴	سادارما پونداریکا ـ سوترا ۲

دهرما

فصل ۱

۱	۳۸	۱	وینیا، مهاواگّا ۶ـ۱ و س ن ۱۲ـ۱۱ـ۵۶، دهماچکورا ـ پراورتانا ـ سوترا
	۳۹	۴	ایتیو وتّاکا ۱۰۳
	۴۰	۲	م ن ۲، سابّا ساوا ـ سوترا
	۴۰	۳	سوترای چهل و دو فصلی، ۱۸
۲	۴۱	۲	شوریمالا دِ ویسینانادا ـ سوترا
۳	۴۲	۵	اواتانساکا ـ سوترا ۲۲، داشا بهومیکا

فصل ۲

۱	۴۶	۱	م ن ۳۵ـ۴، چُورا ساچّاکا ـ سوُتّا
	۴۸	۴	ا ن ۴۹ ـ ۵، راجاه ـ موندا ـ سوُتّا
	۴۸	۹	ا ن ۱۸۵ـ۴، سامانا ـ سوُتّا
	۴۹	۲	ا ن ۱۳۴ـ۳، اوپّادا ـ سوُتّا

بهره	صفحه	بند	مأخذ
۲	۴۹	۳	لانکا واتارا ـ سوترا
	۴۹	۴	اواتامساکا ـ سوترا ۲
	۵۰	۱	اواتامساکا ـ سوترا ۱۶
	۵۰	۴	اواتامساکا ـ سوترا ۲۲، داشا بهومیکا
	۵۱	۱	لانکاواتارا ـ سوترا
	۵۱	۲	ا ن ۱۸۶ـ۴، اومّاگا، سوُتّا
	۵۱	۳	دهمّا پادا ۱، ۲، ۱۷، ۱۸
	۵۲	۱	س ن ۶ـ۱ـ۲، کامادا سوُتّا
۳	۵۲	۳	اواتامساکا ـ سوترا ۱۶
	۵۲	۵	لانکاوتارا ـ سوترا
	۵۳	۴	م ن ۲۲ـ۳، الاگادّوُ پاما ـ سوُتّا
	۵۴	۲	لانکا وتارا ـ سوترا
	۵۴	۳	لانکا وتارا ـ سوترا
۴	۵۷	۳	وینایا، مهاواگّا ۶ـ۱
	۵۸	۱	لانکاوتـارا ـ سوترا
	۵۸	۲	س ن ۲۰۰ـ ۳۵، داروکّاندا ـ سوُتا
	۵۸	۳	لانکاوتارا و دیگر سوتراها
	۵۹	۳	م ن ۱۸ـ۲، مدهوپیندیکا ـ سنوُتّا
	۵۹	۶	لانکا وتارا ـ سوترا
	۶۰	۴	لانکاوتارا ـ سوترا
	۶۱	۴	ویمالا کیرتی ـ نیر دِ شا ـ سوترا
	۶۳	۳	اواتامساکا ـ سوترا ۳۴، گانداویوها
	۶۴	۱	لانکا وتارا و دیگر سوتراها

بهره	صفحه	بند	مأخذ
فصل ۳			
۱	۶۵	۱	وینایا، مهاواگّا ۵ ـ ۱
	۶۵	۲	وینایا، چولا واگا ۲۱ـ ۵
	۶۶	۲	شورامگاما ـ سوترا
۲	۷۱	۲	شورامگاما ـ سوترا
	۷۳	۲	ماهاپارینیروانا ـ سوترا
	۷۳	۴	سدهرما پونداریکا ـ سوترا ۷ و شورامگاما ـ سوترا
	۷۴	۲	اواتامساکا ـ سوترا ۳۲
	۷۴	۳	ماها پارینیروانا ـ سوترا
	۷۴	۴	براهما جالا ـ سوترا
	۷۵	۲	مهاپارینیروانا ـ سوترا
۳	۷۵	۵	مهاپارینیروانا ـ سوترا
فصل ۴			
۱	۸۱	۱	شورامالاد ویسینها نادا ـ سوترا
	۸۲	۳	ا ن ۱۱ـ۲
	۸۲	۴	ایتیوُتّاکا ۹۳
	۸۲	۵	وینایا، ماهاواگّا
	۸۳	۲	ا ن ۶۸ ـ ۳، اناتیتّیکاه، سوُتّا
	۸۳	۴	ا ن ۳۴ـ۳، آلاواکا ـ سوُتّا
	۸۴	۴	ویپولیا ـ سوترا
	۸۴	۶	وینایا، ماها واگّا ۶ـ۱، دامّا چاکرّاپراوارتانا ـ سوُتّا
	۸۵	۱	م ن ۱۴ـ۲، چولادوکّاه کانداه ـ سوتّا
	۸۵	۲	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۸۶	۴	ایتیوُتّاکا ۲۴
	۸۸	۴	م ن ۵۱ ـ۶، کانداراکا ـ سوُتّانتا

بهره	صفحه	بند	مأخذ
۲	۸۹	۲	ا ن ۱۳۰ـ۳
	۸۹	۳	ا ن ۱۱۳ـ۳
۳	۹۰	۲	ایتیوُتّاکا ۱۰۰
	۹۰	۴	سامیوکتاراتنا پیتاکا ـ سوترا
	۹۱	۴	ماها پارینیروانا ـ سوترا
	۹۳	۱	ا ن ۶۲ـ۳
	۹۳	۴	ا ن ۳۵ـ۳، دوادوُتا ـ سوُتّا
	۹۴	۴	ته راگاتها ـ آتّاکاتا
	۹۵	۴	سوکاوتا ویوها ـ سوترا جلد ۲
فصل ۵			
۱	۱۰۲	۱	سوکاوتا ویوها ـ سوترا جلد ۱
	۱۰۵	۴	سوکاوتا ویوها ـ سوترا جلد ۲
	۱۰۷	۲	امیتایور ـ دیانا ـ سوترا
	۱۱۰	۵	سوکاوتا ویوها ـ سوترای کوچك

سیر و سلوك

فصل ۱			
۱	۱۱۶	۱	م ن ۲، سابّا ساوا ـ سوُتّا
	۱۱۷	۴	م ن ۲۶ـ۳، اریا پاریه سانا ـ سوُتّا
	۱۱۸	۳	س ن ۲۰۶ـ ۳۵، چاپانا ـ سوُتّا
	۱۱۹	۴	سوترای چهل و دو فصلی ۲ـ۴۱
	۱۲۱	۵	م ن ۱۹ـ۲، دوداویتاکّا ـ سوُتّا
	۱۲۲	۳	دهّما پادا اتّاکاتا
۲	۱۲۳	۳	ا ن ۱۱۷ـ۳
	۱۲۴	۱	م ن ۲۱ـ۳ کاکاکوُچوپاما ـ سوُتّا
	۱۲۷	۱	م ن ۲۳ـ۳ وامّیکا ـ سوُتّا

بهره	صفحه	بند	مأخذ
	۱۲۸	۳	جاتاکا، کتاب چهارم ۴۹۷، ماتانگا ـ جاتاکا
	۱۳۲	۲	سوترای چهل و دو فصلی، ۹
	۱۳۲	۳	سوترای چهل و دو فصلی، ۱۱
	۱۳۳	۲	سوترای چهل و دو فصلی، ۱۳
	۱۳۴	۲	ا ن ۴ـ۲، ساماچیتا ـ سوُتّا
۳	۱۳۴	۴	سامیوکتاراتناپیتاکا ـ سوترا
	۱۴۴	۳	مهاپارینیروانا ـ سوُتّا
	۱۴۵	۳	سامیوکتاراتناپیتاکا ـ سوترا
فصل ۲			
۱	۱۵۰	۱	م ن ۶۳ـ۷، چوُلا مالونکیا ـ سوُتّانتا
	۱۵۲	۳	م ن ۲۹ـ۳، مهاساروپاما ـ سوُتّا
	۱۵۴	۱	مهامایا ـ سوترا
	۱۵۴	۲	ثراگاتها آتّاکاتا
	۱۵۶	۳	م ن ۲۸ـ۳، ماهاهاتّی پادوپاما ـ سوُتّا
	۱۵۶	۵	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۱۵۷	۳	اوادانا‌شاتاکا ـ سوُترا
	۱۵۸	۴	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۱۶۰	۳	پانچاویمشاتی ـ ساهاسریکا ـ پراجناپارامیتا ـ سوُترا
	۱۶۱	۴	اواتامساکا ـ سوُترا ۳۴، گانداویوُها

بهره	صفحه	بند	مأخذ
۲	۱۶۳	۳	ا ن ۸۸ ـ ۳
	۱۶۴	۳	ا ن ۸۱ ـ ۳
	۱۶۴	۴	ا ن ۸۲ ـ ۳
	۱۶۵	۳	پارینیبّانا ـ سوُتّا، جلد ۲
	۱۶۶	۳	م ن ۱۴۱ـ۱۴، ساچّا ویبانگا ـ سوُتّا
	۱۶۷	۹	پارینیبّانا ـ سوُتّا جلد ۲
	۱۶۸	۵	ا ن ۱۶ـ ۵، بالا ـ سوُتّا
	۱۶۸	۶	اواتامساکا ـ سوترا ۶
	۱۶۹	۴	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۱۷۰	۳	سامیوکتارا تناپیتاکا ـ سوترا
	۱۷۱	۱	سووارنا پرابهاسا ـ سوترا ۲۶
	۱۷۱	۲	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۱۷۲	۳	ثراگاتها آتّاکاتا
	۱۷۳	۳	جاتاکا ۵۵، پانچاووُدها ـ جاتاکا
	۱۷۴	۳	ایتیووتّاکا ۳۹ و ۴۰
	۱۷۴	۴	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۱۷۵	۱	ا ن ۱۲ـ ۵
	۱۷۵	۲	پارینیبّانا ـ سوُتّا
	۱۷۵	۴	شوُرامگاما ـ سوُترا
۳	۱۷۶	۴	س ن ۲۱ـ ۵۵ و ۲۲، مهاناما ـ سوُتّا
	۱۷۷	۶	ا ن ۳۲ـ ۵، چاندی ـ سوُتّا
	۱۷۸	۱	ویمالا کیرتی ـ نیر دِ شا ـ سوترا
	۱۷۸	۲	شوُرامگاما ـ سوُترا
	۱۷۸	۴	شوکا وتاویوها ـ سوترا جلد ۲
	۱۷۹	۳	س ن ۶ـ۴ـ۱

بهره	صفحه	بند	مأخذ
	۱۷۹	۳	اواتامساکا ـ سوترا ۳۳
	۱۸۰	۳	اواتامساکا ـ سوترا ۲۴
	۱۸۰	۵	سووارنا پرابهاسا ـ سوترا ۴
	۱۸۱	۲	امیتایور ـ دیانا ـ سوترا
	۱۸۱	۳	سوکاوتا ویوها ـ سوترا
	۱۸۱	۴	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۱۸۲	۴	م ن ۱۶ـ۲، چتوکیلا ـ سوُتّا
	۱۸۳	۲	سوکاوتاویوها ـ سوترا جلد ۲
	۱۸۴	۱	دهمّا پادا
	۱۹۲	۱	س ن ۶ـ۴ـ۱
	۱۹۲	۴	ا ن
	۱۹۲	۵	مهاپارینیروانا ـ سوترا

اُخُوَّت

فصل ۱			
۱	۱۹۴	۱	ایتیووتّاکا ۱۰۰ و م ن ۳ـ۱، واهمّا دایادا ـ سوُتّا
	۱۹۴	۲	ایتیووتّاکا ۹۲
	۱۹۵	۱	وینایا، ماهاواگّا ۳۰ـ۱
	۱۹۵	۴	م ن ۳۹ـ۴، ماها ـ آسّاپورا ـ سوُتّا
	۱۹۷	۲	م ن ۴۰ـ۴، چوُلا ـ آسّاپورا ـ سوُتّا
	۱۹۸	۲	سادّارما پونداریکا ـ سوترا ۱۹
	۱۹۸	۳	سادّاراما پونداریکا ـ سوترا ۱۹
	۱۹۹	۱	سادّارما پونداریکا ـ سوترا ۱۴
۲	۲۰۰	۳	س ن ۳۷ ـ ۵۵، ماهاناما ـ سوُتّا
	۲۰۱	۱	ا ن ۷۵ ـ ۳
	۲۰۱	۲	س ن ۳۷ـ ۵۵، مهاناما ـ سوُتّا
	۲۰۱	۳	س ن ۵۴ ـ ۵۵، گیلا یا نام ـ سوُتّا

بهره	صفحه	بند	مأخذ
	۲۰۱	۴	اواتامساکا ـ سوترا ۲۲
	۲۰۳	۳	مهاپارینیروانا ـ سوترا
	۲۰۶	۲	اواتامساکا ـ سوترا ۷
	۲۰۹	۱	مهامایا ـ سوترا
	۲۱۰	۱	اواتامساکا ـ سوترا ۲۱
	۲۱۰	۵	مهاپارینیروانا ـ سوترا
فصل ۲			
۱	۲۱۲	۱	د ن ۳۱، سینگالو وادا ـ سوُتّا
	۲۱۷	۴	ا ن ۴ـ۲، ساماچیتّا ـ سوُتّا
	۲۱۸	۴	ا ن ۳۱ـ۳
	۲۱۸	۶	جاتاکا ۴۱۷، کاچّانی ـ جاتاکا
	۲۲۰	۵	د ن ۳۱، سینگالو وادا ـ سوُتّا
	۲۲۱	۲	دهمّا پادا آتّاکاتا ۱
۲	۲۲۲	۳	ا ن ۱۹۷ـ۴
	۲۲۳	۳	ا ن ۳۳۳ـ ۵ اوگّاها ـ سوُتّا
	۲۲۴	۲	(تفاسیر برمه‌ای)
	۲۲۴	۵	ا ن ۵۹ ـ ۷، سوُجاتا ـ سوُتّا
	۲۲۶	۵	د ن ۱۶، مهاپارینیبّانا، سوُتّا
	۲۲۷	۵	سریمالا دویسیمانادا ـ سوُترا
۳	۲۳۰	۱	د ن ۱۶، مهاپارینیبّانا ، سوُتّا
	۲۳۱	۲	اواتامساکا ـ سوُترا ۳۴، گانداویوُها
	۲۳۲	۴	سوُوارناپرابهاسا ـ سوُترا ۱۲
	۲۳۳	۳	بودیساتوا ـ گوچاروپایا ـ ویشایا ویکوروانا ـ نیردِشا ـ سوترا

بهره	صفحه	بند	مأخذ
فصل ۳			
۱	۲۴۰	۱	مهاپارینیروانا ـ سوُترا
	۲۴۱	۷	ا ن ۱۱۸ـ۳، سوچیّان ـ سوُتّا
	۲۴۳	۴	س ن
	۲۴۴	۲	وینایا، ماهاواگّا ۱ـ۱۰ و ۲
	۲۴۴	۴	د ن ۱۶، مهاپارینیبّانا ـ سوُتّا
	۲۴۵	۷	وینایا، ماهاواگّا ۱ـ۱۰ و ۲
۲	۲۴۸	۵	س ن
	۲۴۹	۳	چویین ـ کیو ـ سوترا
	۲۴۹	۵	ویمالاکیرتی ـ نیردِشا ـ سوترا
	۲۵۱	۱	مهاپارینیروانا ـ سوُترا
	۲۵۱	۵	سوُکاوتاویوها ـ سوترای کوچك
	۲۵۲	۲	ویمالاکیرتی ـ نیردِشا ـ سوترا
۳	۲۵۳	۲	دهمّاپادا آتّاکاتا ۱
	۲۵۳	۴	ا ن ۲ـ۳۴
	۲۵۴	۳	دهمّاپادا آتّاکاتا ۱
	۲۵۵	۲	ا ن ۱ـ ۵
	۲۵۵	۳	سرواستیوادا ـ سنگهاوداکا ـ واستو ۱۰
	۲۵۶	۲	م ن ۸۶ ـ ۹، انگولیمالا ـ سوُتّا
	۲۵۷	۲	ا ن ۲۶

پیوست‌ها

تاریخچهٔ آئین بودا
۱. هند

یکی از بزرگترین رویدادها که عصر تازه‌ای در تاریخ معنوی بشر گشود، همانا درخشیدن «**فروغ آسیا**» در بخشِ میانیِ سرزمینِ **هند** بود، یا، به بیانِ دیگر، آن «**چشمهٔ خرد و رحمت عظیم**» که از آنجا برجوشید، و در درازنای اعصار تا به امروز اندیشه آدمی را غنی و پربار ساخته است.

بودا گائوتاما، که نزدِ پیروان **بودایی** متأخر بنام **شاکیامونی** یا «**فرزانهٔ خاندان شاکیا**» شناخته شد، خان‌ومان را رها کرد، خرقهٔ درویشی گرفت و براهِ جنوب، بسویِ **ماگادها**، روانه شد. عقیده بر آن است که در سال‌های میانیِ سدهٔ پنجم پیش از میلاد بود که او سرانجام، در زیر یك درخت **بودا**، به معرفت نایل آمد. او ازاین هنگـام تا روزِ «**مرگ کبیر**» خود، که با آن به **ماها ـ پاری ـ نیروانا** رفت، تلاش نستوه خویش را دنبال نمود و درهمهٔ این سال‌ها، سراسر سخن **خرد و رحمت** را موعظه کرد. به مایهٔ این کوشش، آیین بزرگ **بودایی** در پادشاهـی‌ها و قبایل میانیِ سرزمین هند، یکی پس از دیگری، پدیدار و استوار شد.

در دورهٔ سلطنت **آسوکا شاه** (از **۲۶۸** تا **۲۳۲** پیش از میلاد) سوّمین پادشاهِ سلسلهٔ **مائوریا**، تعالیم **بودا گائوتاما** در سراسرِ **هند** گسترده شد و تا آن سوی مرزهای این سرزمین نیز تبلیغ گردید.

حکومتِ **مائوریا** نخستین نظامِ استوار پادشاهی در **هند** بود. این سلسله در زمان اولین پادشاهش، **چاندرا گوپتا** (**۳۱۶** تا **۲۹۳** پیش از میلاد یا درین حدود)، قلمرو وسیعی را در حکومت خود داشـت که از شمـال به کوه‌هـای **هیمالایا**، از مشرق به **خلیج بنگال**، از مغرب به‌کوه‌های **هندوکش** و از جنوب تا آن سوی کوه‌های **ویندیا** می‌رسید. **آسوکا شاه** با شکست دادنِ **کالینگا** و دیگرِ سرزمین‌ها، گسترهٔ این قلمرو را به فلات **دِکن** رساند.

گفته‌اند که این پادشاه بسیار آتشین طبع بود و مردم او را **چانداسوکا** (**آسوکای آتشین**) می‌نامیدند؛ امّا پس از دیدن وضع فاجعه‌آمیز بار آمده از جنگی که به شکست و تصرّف **کالینگا** انجامید، خوی او یکسره دیگرگون شد و این پادشاه سرسپردهٔ صادقِ سخن **خرد و رحمت** گشت. او پس ازین گرایش و در جایگاه یك دیندار **بودایی** کارهای بسیار انجام داد که از آن میان دو کار زیر بیش از همه شایستهٔ ذکر است:

نخستین کار او صدورِ «فرمان منقوش **آسوکا**» یا حك و نقش موازین حکومت، مبتنی بر تعالیم **بودایی**، بود بر ستون‌های سنگی یا بر صخره‌های تراش‌ـ داده شده، که فرمان داد تا در جاهای متعدد نگاشتند و بدینسان سخن بودا را پراکند. دوّم آن که این پادشاه فرستادگانی به کشورهای دیگر و به هر سو فرستاد تا تعلیم **خرد و رحمت** را به ورای قلمرو او برسانند. کار برجسته در این میان، بویژه، آن بود که فرستادگانی نیز به سرزمین‌هایی چون **سوریه**، **مصر**، **سیرنائیك** (**لیبی**)، **مقدونیه** و.. روانه شدند و **آیین بودا** را در اقصای جهان تا مغرب زمین نشر دادند. همچنین، **ماهندرا** (یا **ماهیندا** در زبان **پالی**)، فرستاده‌ای که راهیِ **تامرا پارنی** یا **سیلان** گردید به «مستقر ساختن این آیین زیبا در سرزمین دلپذیر **لانکادوییپا** (**لانکادیپا** در زبان **پالی**)» توفیق یافت، و بدینگونه بنیادگر تبلیغ کارآمد تعالیم **بودا** در این جزیره شد.

۲. پیدایی آیین ماهایانا بودا

بوداییانِ متأخر کراراً از «**جنبش خاور سوی بودایی**» سخن گفته‌اند. اما در سده‌های پیش از میلاد، **آیین بودا** بطور نمایان به باختر روی داشت، تا که از آغاز تاریخ مسیحیّت، آیین **بودا** «روی»خود را به سوی خاور گرداند. اما پیش از پرداختن به این روند، باید از دگرگونیِ بزرگی که در آیین **بودا** رخ می‌داد، سخن گوییم. این دگرگونی چیزی جز همان «**موج تازه**»، که «آیین **ماهایانا بودا** یا **گردونهٔ بزرگ آیین بودا**» شناخته می‌شود، نبود، که ریشه و بنیادِ قویم می‌گرفت و چون عامل برجسته‌ای در دیانت آموزیِ آن روزگار نمایان

می‌شد.

این که این «**موج تازه**» کِی، چگونه و با چه کسی آغاز شد، هنوز بر هیچکس درست معلوم نیامده است. امروز همین اندازه می‌دانیم که: نخست، این روند باید در حوزهٔ تاریخ انساب فکریِ مکتب **ماهاسنگهیکا** و بوسیلهٔ کاهنان پیشرو آنزمان فراآورده شده باشد؛ دوّم، آنچه مسلّم است بعضی از اَهَمّ کتاب‌های مقدس **ماهایانا** هم در دورهٔ سده‌های اول یا دوم پیش از میلاد بوده است؛ و هنگامی که اندیشهٔ متعالیِ **ناگار جوُنا**، به‌پشتوانهٔ کتاب‌های مقدس **ماهایانا**، قوام یافت، آیین **ماهایانا بودا** خود را بروشنی پیشدار عرصهٔ تاریخ این طریقت نشان داد.

در تاریخ درازِ **بودایی**، آیین **ماهایانا بودا** سهم بسیار بزرگی دارد. اینك دربارهٔ **چین** و **ژاپن** پیداست که **آیین بودا** در این سرزمین‌ها تقریباً در سراسر تاریخ خود به مایهٔ نفوذ تعالیم **ماهایانا** توسعه یافته است. این وضع شکفت نمی‌نماید، چرا که در این مکتب طریقت نوینی برای رستگار ساختن گروه‌ها و رده‌های مردم پرداخته آمد، که قدّیسین زنده را در هیئت **بودیساتواها** برای به‌انجام رساندنِ این غایت مطلوب فراهم داشت؛ همچنین در کار یاری رساندن به مردم، ثمرات فکرِ اندیشمندان **ماهایانا** در زمینه‌های ماوراءالطبیعه و روانشناسی، واقعاً شگرف بود. بدینسان **ماهایانا بودا**، هر چند که از یکسو با تعالیم **گائوتاما بودا** پیوند یافت، بسی منازل **خرد** و **رحمت** به آن افزون شد. **آیین بودا**، با این افزوده‌های نو، سرشار از شوق و توان گردید و رفت تا چونان سیلاب خروشان و دمانِ پهن رودی ـ سرزمین‌های خاور را سیراب سازد.

۳. آسیای مرکزی

آیین بودا نخست از سوی کشورهای آسیای مرکزی به چین راه یافت. از این رو، در بحث از گسترده شدن تعالیم **بودا** از **هند** به **چین**، باید که از **راه ابریشم** سخن به میان آورد. این راه از پهنهٔ سرزمین‌های بیکران **آسیای مرکزی** می‌گذشت و **غرب** را به‌شرق می‌پیوست، و به روزگار **امپراتور «وُ»** از پادشاهان سلسلهٔ **هان** (که از **۱۴۰** تا **۸۷** پیش ازمیلاد سلطنت داشت) بود که این راه بازرگانی گشوده شد. در آن روزها، قلمرو امپراتوریِ **هان** تا اقصای باختر کشیده می‌شد، و در کشورهای مجاور **چین** مانند **فرغانه**، **سغدیانه**، **تخارا** و حتی **پارت** روحِ سوداگری که با جهانگشایی **اسکندر** برانگیخته شده بود هنوز گرم و زنده بود. در مسیر این جادهٔ باستانی که از سرزمین‌های یاد شده می‌گذشت، ابریشم اهمیّت نخستین داشت، و از این رو جادهٔ ابریشم نام گرفت. از تاریخی نزدیك یا کمی پس از آغازِ عصر مسیحیت، **چین** و **هند** تماس‌های فرهنگی را آغاز نمودند که نخست توسط راه بازرگانی بود. پس می‌توان گفت که این جاده مسیر انتقال و گسترش **آیین بودا** هم بوده است.

۴. چین

تاریخ **آیین بودا** در **چین** از پذیرفته شدن کتب مقدّس **بودایی** و ترجمه‌های آن نزد چینیان آغاز می‌شود. قدیمی‌ترین کتاب بازمانده از روزگار باستان را «**سو ـ شی ـ اِر ـ چانگ ـ چینگ**» (**سوترا** در چهل و دو بخش از زبان **بودا**) می‌دانند و این ترجمه‌ای است که به دست **کاسیا پاماتانگا** و دیگران در دورهٔ **ییِنگ ـ پینگ** (۵۸ تا ۷۶م) در امپراتوری **مینگ** از سلسلهٔ **مؤخّر هانِ شرقی** انجام گرفته است، امّا امروزه داستانی افسانه‌وار و تردیدپذیر شناخته می‌شود. عقیدهٔ معتبر اینك امتیاز و فضل تقدّم را از «**آن ـ شی ـ کائو**» می‌داند که در سال‌های **۱۴۸** تا **۱۷۱** میلادی به ترجمهٔ متون در **لو ـ یانگ** پرداخت. از این تاریخ تا عهد سلسلهٔ **سونگ شمالی** (**۱۱۲۹ـ۹۶۰**م) کار ترجمهٔ این متون ـ نزدیك به یك هزار سال ـ ادامه یافت.

در سال‌های پیشترِ این دوره کسانی که در معرفی‌کتاب‌های مقدس و ترجمهٔ این متون سهم اصلی را داشتند بیشتر راهبان ممالك **آسیای مرکزی** بودند؛ چنانکه **آن ـ شی ـ کائو**، که پیشتر از او نام برده شد، از **پارت** آمد؛ **کانگ ـ سنگ ـ کای** از ناحیهٔ **سمرقند** و درحدود سدهٔ سوم به **لو ـ یانگ** آمد و **سوکاوتا و یوها (کتاب زندگی بیکران)** را ترجمه کرد. همچنین **چوُ ـ فا ـ هُو** یا **دهرمارکشا** که مترجم **سادارما پُونداریکا** شناخته می‌شود، از **تُخارا** آمد و از اواخر سدهٔ سوم تا اوایل سدهٔ چهارم در **لو ـ یانگ** یا **چانگ ـ آن** زیست. هنگامی که **کوُمارا جیوا** دراوایل سدهٔ پنجم از **کوش (به چین)** آمد، کار ترجمه در اینجا به اوج رسیده بود.

از همین سال‌ها کاهنان (چین) برای آموختن زبان **سانسکریت** راه **هند** در پیش گرفتند. پیشاهنگ این کاهنان **فا ـ هسین** (؟۴۲۰ـ۳۳۹میلادی) بود. او به سال **۳۹۹** از چانگ ـ آن روانهٔ هند شد و پس از پانزده سال به کشورش بازگشت. از میان کاهنانی که به هند رفتند، برجسته‌ترینِ همه **هسوآن ـ چوانگ** (۶۶۴ـ۶۰۰م) بود که به سال **۶۲۷** رهسپار **هند** شد و در سال **۶۴۵** پس از نوزده سال به **چین** بازگشت. همچنین **آی ـ چینگ** (با نام‌کتابِ**آی ـ چینگ** اشتباه نشود) به سال **۶۷۱** از راه دریا روانهٔ هند شد و پس از بیست و پنجسال از همان راه به **چین** باز آمد.

این کاهنان به همّت خود به سفر **هند** رفتند وبعضی کتاب‌های مقدس **(بودایی)** را به‌انتخاب خود به **چین** آوردند و در ترجمهٔ این کتب سهم عمده داشتند. کار ترجمه و زباندانی **هسوان ـ چوانگ** به ویژه برجسته بود و با تلاشِ پرتوانِ او ترجمهٔ کتاب‌در **چین** به اوجِ تازه‌ای رسید. بعدها دانشمندان **بودایی** ترجمه‌های کاهنانِ پیشین را که **کومارا جیوا** در میانشان ممتازست «**ترجمه‌های قدیم**» خواندند و کارهای **هسوان ـ چوانگ** و مترجمان متأخّر را «**ترجمه‌های تازه**» نامیدند.

بر پایهٔ این شمار هنگفت مجلّداتی که کاهنان از **سانسکریت** برگرداندند، اندیشه و فعالیت مکتبی این دانشمندان به تدریج، اما استوار، به‌سوی چینی‌ـ شدن گرایید. در اینجا طبیعت نژادی، نیازها و اعتمادها خود را نشان دادند. این که کاهنان در مراحل آغازین ذهن‌هایشان را به گونهٔ ماوراءالطبیعه به ویژه بسوی «**بی‌ذاتی**» که «**پراجنا**»ی سوترا به آن پرداخته است، گرداندند، نمودی از این گرایش بود. در مرحلهٔ بعدی، آنان مفهومی را که «**هینایانا**» یا «**گردونهٔ کوچك**» نامیده می‌شود، کنار نهادند، و توجه خود را همه به سوی «**ماهایانا**» یعنی «**گردونهٔ بزرگ**» گرداندند. و نیز، این گرایش رفته رفته در فرقهٔ **تِندای** (**بودایی**) نیز نمایان شد و شاید بتوان گفت که با ظهور فرقهٔ **ذِن** به اوج رسید.

در نیمهٔ اخیر سدهٔ ششم (میلادی) بود که فرقهٔ **تِندای** به کمال پیشرفت خود در چین رسید، که آن به دست **تِندای دایشی، چی ـ یی** (**۵۹۷ ـ ۵۳۸**م) سومین شیخ بزرگ این طایفه انجام گرفت. او یکی از برجسته‌ترین مردان در تفکّر **بودایی** بود و طبقه‌بندی سنجیدهٔ تعالیم **بودا** در **پنج دوره و هشت نظریه** که این عارف پرداخته، دیرزمانی بر جهان **بودایی چین** و نیز **ژاپن** تأثیر گسترده داشته است.

مروری (بر تاریخ انتقال **آیین بودا**) نشان می‌دهد که سوتراهای مختلف را بی‌توجّه به ترتیب تاریخی اصل این متون، به چین آوردند و پس از رسیدن به آنجا به چینی برگرداندند. در برابر انبوهِ این سوُتراها مسأله این بود که چگونه اصالت آن‌ها را بشناسند و ارزیابی نمایند. پس ناگزیر شدند که آیین بودا را در کلیّت آن ارج نهند و نشان دهند که موقع انسان برحسبِ درکِ خود از آن، چگونه باید باشد. در کار ارزشیابی سوتراها، پیش از هر چیز، روند تفکّر **چینی** جلوه دارد. در رأس این همه، اندیشهٔ **چی ـ یی** منضبط‌ترینِ آن‌ها بود و، ازاین رو، به وجهی شایان، نافذترین آن‌ها. امّا، در برابر تحقیقات **بودایی** عصر جدید، همان نفوذِ مسلّط نیز ناگزیر به پایان آمد.

در تاریخ **آیین بودا** در **چین** «دیررس‌ترین پدیده» فرقهٔ **ذِن** است. گفته می‌شود که بنیادگر این فرقه، **سرامانا**، از یك کشور بیگانه، یا **بودی دهرما** (متوفای **۵۲۸** میلادی) بوده است؛ اما بذری که او نشاند، دیرزمانی بعد و پس از دورهٔ **هوی ـ نِنگ** (**۷۱۳ـ ۶۳۸**م) ششمین عارف بزرگ این سلسله، گل‌افشان شد. پس از سدهٔ هشتم، این فرقه در چین بسیاری کاهنانِ هوشمند را یکی از پی دیگری بار آورد و رونق و سعادت را قرن‌ها ارمغانِ **ذن** داشت.

می‌بینیم که (این مکتب) راه تفکّر تازه‌ای در **آیین بودا** بود که در طبع مردم **چین** ریشه و مایه داشت. این پدیده چیزی نبود جز **آیین بودایی** رنگ‌یافته از طریقهٔ تفکر **چینی**. و اینك، رود روان تعالیم **بودا گائوتاما**، که این جویبار تازه به آن افزوده شده بود، رودی باز هم پر پهنه‌تر شد و به سیراب و سرشار ساختن سرزمینهای شرقی رفت.

۵. ژاپن

تاریخ **آیین بودا** در سدهٔ ششم آغاز شد. در سال **۵۳۸** میلادی پادشاه **پوْچی** (کوُدارا یا **کره**) فرستاده‌اش را به **دربار امپراتور کین‌مِی** فرستاد تا یك پیکرهٔ **بودایی** و تومار نوشته‌ای از سوتراها پیشکش کند. این سفارت، نخستین عرضه داشت **آیین بودا** به این کشور بود. بنابراین تاریخ **آیین بودا** در ژاپن اکنون از **۱۴۰۰** سال افزون است.

در این تاریخ دراز، **آیین بودایی ژاپنی** را در سه مرحله می‌توان نگریست: مرحلهٔ نخستین را می‌شود بطور کلی بر قرن‌های هفتم و هشتم بار کرد. برای معرفی نمادینِ این دوره می‌توانیم به معبد **هوریوُجی** (ساختهٔ **۶۰۷**م) و معبد **تودایجی** (ساختهٔ **۷۵۲**م) که در این سال‌ها بنا شد، اشاره کنیم. در بازنگری به این دو سده، آنچه را که نباید از چشم دور داشت آن است که در این دوره موج فرهنگ در سراسر **آسیا** به اوج بی‌سابقه‌ای رسید، حال آنکه تمدنِ **غرب** در

ژرفای ظلمت فرو ماند. **خاورزمین** در این روزگار در کار پیشبرد جنبشی برجسته با تلاش و توان شگفت‌انگیز بود. در **چین**، **آسیای مرکزی**، **هند** و در ممالك **دریای جنوب**، روندِ فعالیت‌های فکری، دینی و هنری پرشتاب و نیرومند بود. **آیین بودا** با پیوستن به این حرکت‌ها، جهان **خاور** را با موج پر پهنهٔ انسانگرایی خود در می‌نوردید؛ و این پیشرفت تازهٔ فرهنگ **ژاپن**، که بنای معبد خیره‌کنندهٔ **هوریوُجی** و معبد شکوهمند **تودایجی** گواه بر آن بود، و نیز در فعالیت‌های متنوع عقیدتی و هنری فرا آمده با این رویدادها نمودار گردید،این جاذبه را در منتهاالیه شرقیِ موج فرهنگی فراگیر سراسرِ پهنهٔ **آسیا**، نشان می‌دهد.

مردم این کشور، که دیرزمانی دور از تمدن بودند، اینك از چشمهٔ فرهنگی متعالی‌سیراب‌شدند؛ شکوفهٔ تمدن بناگاه بر آنان شکفت. این نیك‌بختی‌ای بودکه در این سده به ژاپن روی کرد، و قهرمان نخستین در عروج این فرهنگ، جز **آیین بودا** چیز دیگری نبود؛ معابد **بودایی** آن روزگار مراکز اجتماعی بسیار مهمّی شد، و کاهنان رهبران تعلیم آیینِ تازه بودند. در این محیط نه همان یك آیین، که یك فرهنگ بزرگ پردامنه بار آمد. وضع **آیین بودا** که از جایی دیگر آمد و نهالش در این سرزمین پیوند زده شد، چنین بود.

در سدهٔ نهم، دو کاهن بزرگ، **سایچو** (**دِنگیو دایشی**، **۸۲۲ ـ ۷۶۷**م) و **کوُکای** (**کوبو دایشی**، **۸۳۵ ـ ۷۷۴**م) ظهور کردند و دو فرقهٔ **بودایی** بنیاد کردند که معمولاً این دو مکتب را با هم **آیین بودائیِ هِیان** گویند. بنیاد این مکتب‌ها به منزلهٔ تأسیس **آیین بودایی** خالص **ژاپنی** بود. این دو کاهن **آیین بودا** را در جایگاه سنّت اصیل آن دریافتند و دِیرهای کانونی آنرا ـ اولی در کوهِ **هی‌یی** و دوّمی در کوه **کویا** ساختند.این دو فرقهٔ باطنی یعنی **تِندای** و **شین‌ـ گون** طیِ سیصد سال از بنیادشان تا دورهٔ کاماکوُرا، و بیشتر در میان اعیان و در دربار امپراتوران، ارج و اعتبار داشتند.

دوّمین دورهٔ تاریخی **آیین بودا** در **ژاپن** را می‌توان سده‌های دوازده و سیزده شمرد. در این دوره کاهنان بزرگی چون **هونِن** (۱۲۱۲ـ۱۱۳۳م)، **شین ران** (۱۲۶۲ـ۱۱۷۳م)، **دوگِن** (۱۲۵۳ـ۱۲۰۰م) و **نیچی رِن** (۱۲۸۲ـ۱۲۲۲م) پیدا آمدند. در مرورِ تاریخ آیین **بودا** نمی‌توان از این کاهنان بزرگ یاد نکرد. پس چگونه بود که همین دو سده، چنین مردانی برجسته بار آورد؟ این پدیده از آنجا بود که در آن دوره مسأله مشترکی رویاروی همهٔ آنان قرارداشت. این مسأله مشترك چه می‌توانست باشد؟ شاید مسأله آن بود که **آیین بودا** پذیرفته شود، اما به راهِ یگانهٔ **ژاپنی** آن.

این پاسخ شاید که پرسش دیگری پیش آوَرَد: «**چرا** چنین بود؟ مگر نه آن که آیین بودا، دیرزمانی پیش از آن به این کشور شناسانده شده بود؟» از نظر تاریخی چنین بود. اما این نیز واقعیت دارد که قرن‌ها لازم بود تا مردم این سرزمین بتوانند آیین آورده شده از جای دیگر را هضم کنند و دگرگون سازند تا آن را یکسره از آنِ خود نمایند. کوتاه آن که، کار و تلاش در این کشور برای پذیرفتن **آیین بودا** در سده‌های هفتم و هشتم آغاز گردید، و در نتیجهٔ این تلاش‌ها، نهال این آیین به پایمردی بزرگان بودایی سده‌های دوازدهم و سیزدهم شکوفا شد.

آیین بودا در ژاپن از آن پس و بر پایهٔ بنیادی که آن کاهنان برجسته نهاده بودند، تا به امروز کارساز مانده است. از هنگام پیدایی آن بزرگمردان، فروغ این دو قرن دیگر هرگز در تاریخ **بودایی ژاپن** باز نتابیده است. اما، بر نویسندهٔ این سطور چنین می‌نماید که چیزی دیگر در میان است که توجه ما را به خود می‌گیرد و آن ثمرهٔ تحقیقی است که در عصر نوین در آیین اصیل **بودا** شده است.

آیین بودا در ژاپن از همان نخستین شناخت از آن عملاً یکسره از مکتب

ماهایانا و در نفوذ **آیین بودایی چینی** بوده است. بویژه پس از ظهور مشایخ بزرگ در سده‌های دوازده و سیزده، تعالیم **ماهایانا** جریان اصلی، و بنیادگذاران فرقه‌های **ژاپنی بودایی** ـ محور آن بودند؛ این نگرش تا به امروز ادامه یافته است. در چنین زمینهٔ تاریخی **آیین بودا در ژاپن، مطالعهٔ آیین بنیادی بودا** از نیمهٔ دوم **عصر میجی** (۱۹۱۲ـ۱۸۶۸م) آغاز شد. پیکرهٔ **بودا گاوتاما** در پیش چشم آنانی که می‌خواستند از یاد ببرند که جز مؤسسان فرقه‌ها، بنیادگر اصل **آیین بودا** نیز بوده است، باز به روشنی نمایان آمد، و بر کسانی که به چیزی جز تعالیم **ماهایانا** اعتنا نداشتند روشن شد که اعتقاد بنیادی **بودایی** هم وجود دارد. این مراحل و نمودهای تازه همچنان زمینهٔ پژوهش و کنکاش علمی است و هنوز نیرو و انسجام بایسته را برای انگیختن شوق و شور اعتقادی مردم نیافته است. امّا چینن می‌نماید که دانش مردم **ژاپن** از **آیین بودا** در جریان تحوّلی است. نگارنده می‌خواهد که این جریان را نقطهٔ عطفی بداند، و سومین یا آخرین مرحله از دوره بندی یاد شده بشمار آورد.

نشر و انتقال تعالیم بودا

آیین بودا طریقتی است بنیاد شده بر پایهٔ تعالیمی که **شاکیامونی** طی چهل و پنجسال از زندگیش تقریر کرد. از این رو کلماتی که او در سخن خود آورد، در این طریقت اعتبار مطلق دارد، و هرچند که **۸۴,۰۰۰** دروازهٔ **دهرما** و بسیاری مکتب‌ها در این آیین وجود دارد، همهٔ آن‌ها به کتابهای مقدّس **شاکیامونی** بستگی دارند. کتاب‌هایی که تعالیم **بودا** در آن ثبت است بنام **ایسّایکیو** یا **دایزوکیو** یعنی مجموعهٔ کامل کتاب‌های مقدس نامیده می‌شود.

شاکیامونی به ارزش و ذات آدمیان تأکید کرد و تعلیم خود را به زبان روشن و سادهٔ گفت‌وگو بیان نمود تا همه کس آن را خوب دریابد. او تا به لحظهٔ مرگش در هشتاد سالگی همچنان به راه خیر و صلاح مردم از هر رده و گروه، در موعظه بود.

پس از مرگ **شاکیامونی**، شاگردانش این سخنان آسمانی را چنانکه شنیده و آموخته بودند موعظه کردند. اما در جریان نشر و انتقال و بازگویی، شاید که تغییراتی بر اثر سهو و اشتباه ناخودآگاه شاگردان در آنچه که شنیده و آموخته بودند، دراین تعالیم پیدا آمد. درست آن است که سخنان **شاکیامونی** را همواره دقیق و صحیح منتقل نمود، و باید که به همهٔ مردم و هر کسی، یکسان فرصت شنیدن این تعالیم را داد. از این رو، بسیاری از کاهنان ارشد گرد هم آمدند تا با خواندن و بازگویی هر آنچه که هر یك از آنان شنیده بود و مقابله و تطبیق این قول، متن منقّح و منسجمی از سخنان شاکیامونی فراهم آوردند، و ماهها در این کار به بحث و گفتگو گذراندند. ثمرهٔ این تلاش متنی است که **کتسوُجیوُ** یا متن منضبط خوانده می‌شود. این متن نشان می‌دهد که اینان با چه تعهد و باریك‌بینی کوشیده‌اند تا عین سخنانی را که آن معلّم بزرگ به زبان آورده بود، باز یابند و نشر دهند.

کلام **شاکیامونی** که بدینسان منقّح شده بود، به نگارش در آمد. حواشی و

تفاسیری هم که علمای **بودایی** بعد از **شاکیامونی** آورده بودند، به متن افزوده شد که این اضافات **رُن** یا تفاسیر نام گرفت. اصل سخنان **بودا**، تفاسیر افزوده شده بر آن در دوره‌های بعد و احکام و فرایض **بودایی** بر رویهم **سانزوکیو** (سه بخش کتاب‌های مقدس بودایی) یا به زَبان **سانسکریت تریپیتاکا** نام گرفت.

سانزوکیو یا **تریپیتاکا** شاملِ **کیوزو**، **ریتسوُزو** و **رُنزو** است. کلمه یا پساوند **زو** به معنی ظرف یا مخزن می‌باشد. مراد از **کیو** نوشته‌های مقدس **بودایی**، **ریتسوُ** احکام و فرایض **اُخُوَّت بودایی**، و **رُن** تفاسیر نوشتهٔ مشایخ بزرگ است.

بنا به سنت، گفته می‌شود که **آیین بودا** به‌سال **۶۷** میلادی و در دورهٔ پادشاهی **امپراتور مینگ** از **سلسلهٔ متأخرّ هان باختری** (**۲۲۰**ـ **۲۵**م) به **چین** آورده شد. اما در واقع چهل و هشت سال پس ازاین تاریخ بود که نوشته‌های مقدس **بودایی** به وسیلهٔ **امپراتور هوان** از همان سلسله به **چین** عرضه و در آنجا ترجمه شد (به سال **۱۵۱**م). ازاین تاریخ در دوره‌ای که بیش از **۱۷۰۰** سال کشید، تلاش برای برگرداندن این متون مقدس به زبان **چینی** همچنان ادامه داشت. شمارهٔ ترجمه‌هایی که ثمرهٔ این تلاش بود به **۱۴۴۰** کتاب در **۵۵۸۶** مجلّد رسید. از همان آغاز **امپراتوری سلسلهٔ وِی** کوشش‌هائی برای حفظ این ترجمه‌ها می‌شد، اما کار چاپ این متون از حدود دورهٔ **سلسلهٔ سونگ شرقی** آغاز گردید. از همین اوان نیز نوشته‌ها و تفاسیر کاهنان بزرگ **چین** رفته رفته به این متون **بودایی** افزوده شد ودیگر جا نداشت که این کتابها را **تریپیتاکا** بخوانند. با فرا آمدن دورهٔ **سوُئی** به این کتاب‌ها عنوان **ایسّایکیو** یا مجموعهٔ کامل نوشته‌های مقدس، داده شد، و در دورهٔ **امپراتوری تانگ** آن‌ها را با عنوان تازهٔ **دایزوکیو** یامجموعهٔ همهٔ نوشته‌ها، قوانین وعهدنامه‌های **بودایی**، خواندند.

آیین بودا در حدود سدهٔ هفتم میلادی در **تبت** شناخته شد، ونزدیك به یکصد و پنجاه سال طی سده‌های نهمِ تا یازدهم میلادی تلاش برای برگرداندن متون مقدس **بودایی** در کار بود، و عملاً همهٔ این متون تا سدهٔ یازدهم ترجمه شد.

با توجه به این واقعیت که این متون نه فقط به **کره‌ای، ژاپنی، سیلانی، کامبوجی، ترکی** و تقریباً همهٔ السنهٔ **شرقی**، بلکه به زبان‌های **لاتین، فرانسه، انگلیسی، آلمانی** و **ایتالیایی** هم برگردانده شده، با اطمینان می‌توان گفت که بسیط برکت تعالیم **بودا** اینك به هر گوشه و کنار عالم گسترده است.

امّا در بازاندیشی حال و با نگرش از دیدهٔ کیفیت به ترجمه‌ها، و از دریچهٔ تاریخ بنیاد این آیین و گسترش آن طی بیش از دو هزار سال، با شمارهٔ ده هزار یا بیشتر ترجمه‌ای که پرداخته شده است، در یافتن معنای حقیقی سخنان **شاکیامونی**، حتی با توسل به «**دایز و کیو**»، هنوز دشوار می‌نماید. از این رو ناگزیر باید که نکته‌های اصلی را از «**دایزوکیو**» بگیریم و آن را زمینه یا بنیاد ایمان **بودایی** خود سازیم.

در آیین **بودا** برترین مأخذ و سند، همانا کلماتی است که **شاکیامونی** گفته است. پس، هدایت آیین **بودا** باید تعالیمی باشد پیوسته و مأنوس با حقایق زندگی هر روزهٔ ما؛ وگرنه از نفوذ به ژرفای دل و اندیشهٔ آدمی و واداشتن او به ایمان نهادن به این رهنمود، در خواهد ماند. دراین بینش، برای آن که تعالیم **بودا** در جان و دل آدمی بنشیند، مطلوب آن است که روشن و ساده، یکسان نگر در کیفیت، کارآمد از جهت فراگیر بودن، و در این حال دقیق و نیز آشنا با سخنِ گفت و گوی هر روزه‌مان، باشد.

این کتاب در پرتو ملاحظات یاد شده فراهم آمده و از «تندرود» **دایزوکیو** با تاریخ دو هزار و چند صد سالهٔ آن سیراب شده است. البته که این کتاب را نمی‌توان در محتویٰ کامل دانست. سخنان بودا را معنایی بی‌نهایت ژرف است و فضیلت‌های او چنان بیکران که پهنهٔ آن را آسان نتوان دریافت.

پس صمیمانه آرزو دارد که این کتاب در چاپ‌های منقّح آتی که نیّت ناشر است، مجلّدی حقایق‌شناس‌تر و ارزنده‌تر از کار در آید.

تاریخچهٔ کتاب
«چنین گفت بودا»

نوشتهٔ این کتاب مبتنی است بر متن اصلی ویراسته و کامل شدهٔ «**ترجمهٔ جدید متن بودایی**» که در ماه ژوئیه **۱۹۲۵** به وسیلهٔ «**انجمن نشر ترجمهٔ جدید متن بودایی**» به ریاست روحانی والامقام **موان کیزوُ** منتشر شد. نخستین چاپ **ژاپنی** کتاب به وسیلهٔ **دکتر شوُگاکوُ یامابه و دکتر شیزِن آکانوُما** با همکاری بسیاری از دانشمندان **بودایی** در ژاپن فراهم آمد و کار نشر آن پنج سال انجامید.

در عهد **شووا** (دورهٔ امپراتور کنونی ژاپن که از سال **۱۹۲۶** آغاز شده است) **نسخهٔ رایج نوشته‌های بودایی** نیز بوسیلهٔ این **انجمن** طبع و در سراسر ژاپن وسیعاً منتشر شد.

در ماه ژوئیه **۱۹۳۴** که **اجتماع جوانان بودایی** حوزهٔ **اقیانوس آرام** در ژاپن برگزار گردید، **اتحادیهٔ سراسری جوانان بودایی ژاپن** ترجمهٔ انگلیسی **نسخهٔ رایج نوشته‌های بودایی** را انتشار داد و به سال **۱۹۶۲ یه هان نوُماتا** بنیادگذار **شرکتِ میتوُتویو**، برگردان انگلیسی «**تعالیم بودا**» را خود منتشر نمود.

در سال **۱۹۶۵** که **یه هان نُوماتا** «**بنیاد ترویج آیین بودا**» را در **توکیو** تأسیس کرد، ترویج این نسخهٔ انگلیسی در جهان یکی از فعالیت‌های این بنیاد به شمار آمد.

در انجام این مقصود و برای بازنویسی نسخهٔ انگلیسی «**تعالیم بودا**»، در سال **۱۹۶۶** کمیته‌ای مرکب از استادان: **کازوُ یوشی کینو، شوُیوُ کانائوکا، زِنّو ایشیگامی، شینکو سایه‌کی، کوءدوء ماتسوُنامی، شوءجوُن باندوء و تاکه‌می تاکاسه** بنیاد شد. این کمیته با همکاری چندتن دیگر نسخهٔ تازهٔ دو-زبانهٔ **ژاپنی ـ انگلیسی** کتاب را مرتب نمود که به وسیلهٔ بنیاد به چاپ رسید.

در سال **۱۹۷۲** بازنویسی تازه‌ای از این نسخه تهیه گردید و این رویه

برای چاپ‌های بعدی دنبال شد و هر بار نسخهٔ ویراسته‌تری ارائه گردید تا که در ماه اکتبر **۱۹۸۱** چهارمین چاپ **ژاپنی ـ انگلیسی** کتاب (علاوه بر چاپ‌های **ژاپنی** یا **انگلیسی** یا متون دوزبانه به **ژاپنی** و چند زبان دیگر) فراهم شد.

در سال **۱۹۸۲** برنامهٔ گسترده و دیراندیشیدهٔ **بنیاد ترویج آیین بودا** برای انتشار کتاب تعالیم بودا یا «**چنین گفت بودا**» به **۷۵** زبان زندهٔ دنیا به آستانهٔ انجام رسید ودر نخستین مرحله ترجمه و نشر این کتاب به چند زبان از جمله **اسپانیولی، پرتقالی، تایلندی و فارسی** آغاز گردید. ترجمهٔ کتاب به این زبان‌ها با بررسی وسیع و دقیق **بنیاد ترویج آیین بودا** و تماس با دانشگاه‌ها و مراکز تحقیق و ترجمه و بیاری پژوهندگان و مترجمان آشنا با ادب و معارف زبان مورد نظر و مرجحاً در گروه‌های تحقیق و ترجمه بخش زبان‌های خارجی دانشگاه‌های معتبر انجام می‌گیرد و مبنای ترجمه‌ها بیشتر متن ژاپنی و انگلیسی می‌باشد.

نسخهٔ فارسی کتاب «**چنین گفت بودا**» که اینك پیش چشم شما خوانندهٔ فارسی زبان است بوسیله دکتر هاشم رجب‌زاده استاد مدعوّ **دانشگاه مطالعات خارجی توکیو (توکیو گایکوکوُگو دایگاکوُ)** زیر نظر آقای پروفسور **ت. کورویاناگی** استاد و رئیس این بخش و از روی متون **انگلیسی و ژاپنی** کتاب فراهم آمده است. به موهبت غنای روح و پیکر زبان **فارسی** که از سرچشمهٔ **عرفان** و ارزش‌های والای معنوی **اسلامی و ایرانی** سیراب و سرشار شده و به الماس بی‌بهای ادب پارسی صیقل یافته است، گمان آن دارد که ترجمهٔ کتاب **تعالیم بودا** بیش از ترجمهٔ زبان‌های دیگر و خاصه برگردان آن به السنهٔ غربی، با جان و جوهر کلام **بودا** آشنا باشد.

بنیاد ترویج آیین بودا با تشکر از محققان **بخش فارسی دانشگاه مطالعات خارجی توکیو** امید دارد که نغمهٔ آسمانی **بودا** در بلند آسمان زبان و ادب **پارسی** گوش جانِ خوانندگان حقایق‌شناس را آرام‌بخش و نوازشگر آید.

فوریه **۱۹۸۳**

راهنمای مباحث کتاب «چنین گفت بودا»

زندگی بشر	صفحه	بند
معنی زندگی	۵	۳
واقعیت این جهان	۹۶	۵
راههای مطلوب زندگی	۲۴۹	۶
دیدهای نادرست از زندگی	۴۴	۶
درك درست از زندگی	۴۱	۳
زندگی زیانکار	۵۷	۳
به کسانی که فریب خورده وازراه به‌درشده‌اند (حکایت)	۱۲۷	۱
داستان زندگی بشر (حکایت)	۹۰	۴
اگر آدمی زندگی پُر شور و شهوت در پیش‌گیرد (حکایت)	۹۰	۲
دیدن سالمندان و بیماران و مردگان ما را چه آموزد (داستان)	۹۳	۴
مرگ را گزیر نباشد (داستان)	۹۴	۴
پنج کار که از کسی در جهان برنیاید	۴۸	۴
چهار حقیقت جهان	۴۸	۶
وهم و معرفت هر دو از دل و اندیشه برآید	۴۹	۳
بیست کار که انجامش برای مردم عادی دشوار، امّا ارزنده است	۱۳۳	۲
ایمـان		
ایمان آتشی است که امیال نفسانی را بسوزد	۱۷۹	۴
ایمان سه جنبهٔ برجسته دارد	۱۸۰	۵
ایمان تجلّی معرفت است	۱۸۲	۱
دل و اندیشهٔ مؤمن، دل و اندیشهٔ صدق و صفا است	۱۸۱	۲

	صفحه	بند
یافتن حقیقت همان اندازه دشوار است که جمعی نابینا بخواهند با لمس کردن فیل هیئت واقعی آنرا وصف کنند (حکایت)	۷۵	۲
جان بودایی مردم با نور ایمان به آنان نموده می‌شود (حکایت)	۷۷	۵
شور و هواها حجاب جانِ بودایی است (حکایت)	۷۳	۴
شك، سنگِ راهِ ایمان می‌شود	۱۸۲	۴
بودا بر همهٔ جهان پدر است و نوع بشر همه فرزندان او هستند	۳۵	۴
خرد بودا به پهنه و ژرفای اقیانوسی عظیم است	۳۴	۳
جانِ بودا آکنده از رحمت عظیم است	۱۵	۲
رحمتِ بودا ازلی است	۱۶	۲
بودا نه آن تن خاکی است	۱۳	۶
بودا در سراسر عمر خود تعلیم داد	۲۳	۶
بودا مجازِ زندگی و مرگ را در کار آورد تا مردم را به‌خودآوَرَد	۲۳	۵
آوردنِ امثال در اثباتِ سخن	۱۹	۲
آوردنِ امثال دراثباتِ سخن	۲۱	۱
جهانِ معرفت	۲۵۱	۳
ایمان آوردن و تسلیم شدنِ به بودا، به دهرما و به سنگها	۱۷۸	۱
آموختن راه‌های انجام فرایض طریقت، تمرین تمرکز ذهن و به‌خِرَدرفتارکردن	۱۶۳	۳
طریقت هشت منزلتِ والا	۱۶۶	۴
شش مرحلهٔ سلوك برای رسیدن به کرانهٔ دیگرِ معرفت	۱۶۸	۶
چهار روش درست	۱۶۸	۴

	صفحه	بند
چهار بینشی که باید در کار داشت	۱۶۷	۹
چهار نیروی ذهنی که برای رسیدن به معرفت باید در کار آورد	۱۶۸	۵
چهار حالِ نامتناهیِ دل	۱۷۱	۲
کسانی که حقایق والای چهارگانه را بشناسند	۳۹	۴
مرگ آدمی و گذرا بودنِ زندگی	۱۲	۶
کسانی که نام امیدا بودا را بر زبان دارند در سرزمین پاکِ او متولد خواهند شد	۱۱۳	۱
از وجودِ خود روشنائی بساز، به خود تکیه کن	۱۰	۴
پروردنِ اندیشه		
آدمی باید بنگرد و اولویت را در کار دریابد. (حکایت)	۱۵۰	۲
نخستین گام‌ها را در راه معرفت به‌دقّت بردار	۱۳۳	۱
هدف را از یاد مبر (حکایت)	۱۵۲	۳
برای موفق شدن در هر کار آدمی باید که بسی سختی‌ها را به جان بخرد (داستان)	۱۵۸	۴
اگر هم پی در پی شکست یابی، باز از راه مقصود روی برمتاب (داستان)	۱۷۳	۳
مگذار که وضع و حال نامطلوب ـ اندیشه‌ات را پریشان دارد (داستان)	۱۲۴	۵
کسانی که طریقت والا را بشناسند و دنبال کنند، چنان است که در تاریکی چراغ با خود بردارند	۴۰	۳
در همه جا، از هر دیدن و شنیدنی می‌توان حکمت زندگی آموخت	۱۶۲	۲

	صفحه	بند
مردمان طبع آن دارند که در سویی روند که دل و اندیشه‌شان آنجا بَرَد	۱۲۱	۵
نکتهٔ سخن در تعالیم بودا، مهار داشتن اندیشهٔ خویش است	۱۱	۳
پیش از هر کار، اندیشهٔ خود را مهار دار	۲۱۲	۱
چون که اندیشه را بپایی....	۱۲۲	۱
هواهای گوناگونِ دل (حکایت)	۱۱۸	۳
اندیشه وجودِ قائم به ذات نیست	۴۶	۵
مگذار که اندیشه بر تو چیره باشد	۱۰	۵
اندیشهٔ خود را در اختیار گیر	۱۵۴	۲
دل و فکر خود را در فرمان دار	۱۱	۴
همهٔ نابکاری‌ها از تن و زبان و اندیشه برآید	۸۷	۲
رابطهٔ اندیشه و زبان	۱۲۵	۳
تن آدمی همانا عاریتی است (داستان)	۱۴۳	۲
این تن آکنده از هرگونه آلایش است	۱۳۰	۵
به هیچ چیز اتکاء مکنید مگر به..	۱۰	۵
تن و زبان و اندیشه را پاك نگاهدار	۱۲۳	۳
یکسان نگر و سخت‌کوش باش (داستان)	۱۷۲	۴
رنج آدمی		
رنج و درد آدمی از هواها و تعلق‌ها خیزد	۴۲	۵
راهِ جلو گرفتن از درد و رنج‌ها	۱۳	۳
وجود وهم و جهل به واسطهٔ معرفت است	۵۹	۵
چگونه از بند درد و رنج رها توان شد	۱۱۶	۱

	صفحه	بند
چون آتش هواهای دنیوی فرو نشانده شد،		
شهد گوارای معرفت را توان چشید	۱۴۱	۵
شهوت زمینه و مایهٔ همهٔ هواهای دیگر است	۸۵	۴
شهوت را چون افعی‌دان که در گلستانی		
پنهان باشد	۸۵	۵
دلبستهٔ خانهٔ آتش گرفته مباش (حکایت)	۱۹	۴
هر شرّ و بدی از شور و شهوت برآید	۱۱۸	۲
این جهان سرایی در آتش افتاده است	۸۲	۵
آدمی چون در پی نام و جاه رود، چنان است که خود را		
در آتش بسوزد	۱۱۹	۴
اگر کسی به دنبال ثروت و شهرت باشد، خود را		
تباه کند	۱۱۹	۵
مرد دانا و آدم نابخرد در طبع و ذات متفاوتند	۱۳۴	۲
نابخردان اشتباهات خود را درنیابند (حکایت)	۱۴۱	۱
نادانان همان‌دستاوردهارا بینند و بر نیك بختی دیگران		
غبطه خورند (حکایت)	۱۴۱	۲
راه و شیوه‌ای که مردم نابخرد در کار دارند (حکایت)	۱۴۷	۱
زندگی روزانه		
چون که احسان کردی، به آن میندیش	۱۶۹	۵
هفت گونه احسان که بی‌بذل مال توان کرد	۱۷۰	۳
راه ثروت یافتن (داستان)	۱۴۵	۳
سعادت چگونه یافته شود	۱۳۲	۴
خوبی‌هایی را که دیده‌ای هیچگاه از یاد مبر	۱۳۹	۱

	صفحه	بند
گونه‌گونی‌های سیرت مردمان	۸۹	۲
نگون‌بختی همواره بدرقهٔ راه کسی است که تسلیم هوای انتقام شود	۱۳۲	۲
چگونه می‌توان بر خشم لگام زد (داستان)	۲۴۶	۳
از سخن ناهنجار دیگران میاشوب (داستان)	۱۲۲	۳
زندگی تو از بهر جامه و خوراك و خانه نیست	۲۰۵	۴
خوراك و تن‌پوش نه برای راحت و لذّت است	۱۱۷	۱
هنگام غذا خوردن به چه باید اندیشید..	۲۰۸	۳
هنگام جامه پوشیدن به چه باید اندیشید	۲۰۷	۴
هنگام غنودن به چه باید اندیشید	۲۰۸	۷
در گرما و سرما باید چه اندیشه داشت	۲۰۸	۴
در زندگی هر روزه به چه باید اندیشید	۲۰۶	۴

حکومت

راهِ به سعادت رساندن یك کشور	۲۳۰	۱
رسم و راهِ بایستهٔ یك فرمانروا	۲۳۳	۴
فرمانروا باید که پیش از هر چیز بر نفس خود حاکم باشد	۲۳۱	۳
غایت مطلوب حکومت، بار آوردن افکار مردم است	۲۳۲	۴
رفتار وزیران و افسران دولت چگونه باید باشد	۲۳۶	۴
قضات با مجرمان چگونه باید رفتار کنند	۲۳۵	۳

	صفحه	بند
تأثیر سخن و تعلیم بر مردم یك کشور	۲۳۲	۲
با شورش‌ها و نافرمانی‌ها چگونه باید روبرو شد	۲۳۸	۶
اقتصاد		
باید که از هر چیز بخوبی استفاده کرد (داستان)	۲۲۱	۳
هیچ ملك و خواسته‌ای همیشه برای آدمی نمی‌ماند	۲۲۰	۶
آدمی نباید که ثروت را همان برای خود اندوخته کند.	۲۲۸	۴
ثروت را چگونه توان یافت (داستان)	۱۴۵	۳
زندگی خانوادگی		
خانواده جایی است که در آن اندیشه‌ها با یکدیگر تماس یابد	۲۱۸	۴
چیزهایی که خانواده را آسیب رساند	۲۱۳	۴
چگونه می‌توان حق نعمت پدر و مادر را گزارد	۲۱۸	۲
منش درست فرزند دربارهٔ پدر و مادر	۲۱۴	۱
روش و رفتار درست میان زن و شوهر	۲۱۴	۵
زن و شوهر باید که هر دو به راه ایمان باشند	۲۲۴	۳
زندگی زنان		
زنان چهار گونه‌اند	۲۲۲	۳
همسران چند گونه باشند	۲۲۵	۲
تعلیم و پند به همسران جوان (داستان)	۲۲۵	۱
اندرز به زنانی که به خانهٔ شوی می‌روند	۲۲۳	۳
پند به زنان جوان و زیبا	۲۲۷	۱

	صفحه	بند
رفتار مرد با زنان چگونه باید باشد	۱۳۰	۳
منش و رفتار میان زن و شوی	۲۲۴	۲
عهد و آرزوهایِ زن شایسته	۲۲۸	۳
همسر بد چگونه زنی است	۲۲۵	۳
رسم و راه اخوان بی‌خانمان		
فقط به پوشیدن خرقهٔ ژندهٔ کاهنان و خواندن کتابِ مقدس، کسی در زمرهٔ اخوانِ بی‌خانمان درنیاید	۱۹۷	۳
اخوان بی‌خانمان میراث‌دار معابد و دارایی آن نباشند	۱۹۴	۱
آزمندان، کاهنان راستین نتوانند بود	۱۹۴	۲
راه زندگی واقعی که بایستهٔ اخوان بی‌خانمان است	۱۹۶	۲
زندگی اجتماعی		
معنیِ جامعه یا زندگی اجتماعی	۲۴۱	۵
حال و وضع واقعی جماعات در جهان	۹۶	۵
انواع سه گانهٔ بنیادهای اجتماعی	۲۴۱	۷
زندگی اجتماعی راستین	۲۴۲	۳
فروغ اعظم که تاریکی را بزداید	۲۴۰	۳
تعادل در روابط انسانی	۲۴۲	۶
چیزهایی که مؤید پیشبرد بنیاد اجتماعی به سوی تعادل است	۲۴۴	۲
خواسته و مراد اخوت	۲۴۳	۲
غایت مطلوب اجتماعی پیروان بودا	۲۵۱	۱
آنان که با نظام عالم درافتند، برافتند (حکایت)	۱۴۰	۴

	صفحه	بند
آنان که حسد ورزند و با دیگران هیاهو کنند، نابود شوند	۱۴۰	۲
سالمندان را محترم دارید (داستان)	۱۳۴	۴
رفتار شاگرد با معلم چگونه باید باشد	۲۱۴	۳
قواعدِ دوستی	۲۱۵	۲
چگونه می‌توان دوست خوب اختیار کرد	۲۱۶	۵
کارفرما و خدمتگزار چگونه باید با هم رفتار کنند	۲۱۵	۴
راه رفتار با تبه‌کاران	۲۲۸	۶
آنان که بخواهند دهرما را تعلیم دهند، چه چیزها را باید رعایت نمایند	۱۹۹	۱

شرح واژه‌های سانسکریت (به ترتیبِ الفبایی)

اناتمان (قائم به ذات نبودن):

این معنی یکی از نکته‌های اساسی **آیین بوداست**. نمودها و پدیده‌ها در این جهان، در نهایت، هیچ واقعیت و جوهر ذاتی ندارند. **آیین بودا**، که همه چیز را ناپایدار می‌داند، بسیار طبیعی است که تأکید ورزد که این گونه بود و نمودها دارای مایهٔ ماندگاری در ذات نتواند بود. **اناتمان** را «**هستی مجازی**» نیز می‌توان معنی کرد.

انیتیا (گذرا بودن یا ناپایدار بودن):

این معنی نیز نکتهٔ اساسی دیگری در **آیین بوداست**. همهٔ نمودها و پدیده‌های این جهان، پیوسته در جوشش و دگرگونی‌اند و یك لحظه نیز به یك حال نمانند. هر چیزی ناگزیر باید که در آینده روزی در گذرد یا پایان یابد، و نگرش این حال همانا مایهٔ درد و رنج است. امّا این مفهوم ناپایدار بودن را نباید همان از دیدِ نفی و انکار تعبیر کرد، زیرا که پیشرفت و نیز بازسازی هم از تجلّیات این تغییر پیوسته است.

بودا (وجود عارف):

در اصل همانا **گائو تاما سیدهارتا** (**شاکیامونی**) بنیادگذار **آیین بودا**، به این نام خوانده شد، زیرا که او انسانی بود که حدود **۲۵۰۰** سال پیش، در **هند**، در **۳۵** سالگی نور **معرفت** را دریافت. هدف نهایی همهٔ **بوداییان**، از هر مکتب و شاخه‌ای باشند، آن است که یك **بودا** شوند. بر اثر اختلاف در وسایل رسیدن به این حال و منزلت است که **آیین بودا** به فرقه‌ها و مکتب‌های گوناگون تقسیم شده است. در آیین **ماهایانا بودا**، جدا از **بودا شاکیامونی**، بسیاری **بوداهای** دیگر چون **امیتابا** (**آمیدا**) **مَهاوایروکانا** (**دای‌نیچی**)، **وَیساجیاگُورُو** (**یاکوُشی**) و دیگر **بوداها** را عموماً در جایگاه مظاهر تعالیم بودایی می‌پذیرند. در ژاپن به تأثیرِ گُدارِ **بودایی** سرزمین پاك (که در آن انسان پس از دوباره متولد شدن در سرزمین پاك، بودا می‌شود) درگذشتگان را معمولاً **بودایان** یا به ژاپنی «**هوتوکِه**» می‌خوانند.

بودیساتوا (سخت‌کوشِ راه معرفت):

این نام در اصل برای **گائوتاما سیدهارتا**، پیش از مرحلهٔ وصول او به **نور معرفت**، به‌کار می‌رفت. بعد از پیدایی آیین **ماهایانا بودا**، همهٔ کسانی که در تلاشِ رسیدن به **بوداگری**‌اند؛ به این نام خوانده شدند. در نهایت امر، همهٔ کسانی هم که همگاه تلاش خود در پیِ **بوداگری**، بکوشند تا با کاربرد **شفقت عظیم** خویش دیگران را نیز به این راه برآرند، بر وجه نمادین، **بودیساتوا** شناخته شده‌اند. **اوالوکیتِه سوارا (کانّون)**، **کسیتی گاربا (جیزو)**، **مانجوُ-سری (مون - جوُ)** از معروف‌ترین این چهره‌ها هستند.

پارامیتا (گذشتن به کرانهٔ دیگر)

«گذشتن به کرانهٔ دیگر» یعنی رسیدن به **سرزمین بودا** با کار بردن موازین مختلف **بودایی**. معمولاً شش اصل زیر موازینی شمرده می‌شود که آدمی بدان می‌تواند از این دنیای تولد و مرگ به جهان **معرفت** سیر کند: **احسان**، **اخلاق**، **بردباری**، **تلاش**، **تمرکز** و **قضاوت درست** (یا **خرد**). رسمِ **ژاپنی** هفته‌های **هیگان** در بهار و پاییز، ازاین عقیدهٔ **بودایی** پیدا شده است.

پالی (زبان)

پالی زبانی است که در آیین **تراوادا بودا** به کار برده می‌شود. عقیده بر این است که قدیم‌ترین احکام **بودایی** به این زبان نوشته شده است. از آنجا که **پالی** گونه‌ای از **پراکریت**، یا یك لهجهٔ **سانسکریت**، است، تفاوت زیاد میان **پالی** و **سانسکریت** وجود ندارد؛ چنانکه **دهرما** کلمهٔ **سانسکریت** است و در پالی این نام را داهما می‌گویند؛ یا در **سانسکریت نیروانا** و در زبان **پالی تیبانا** می‌گویند. نگاه کنید به شرح «**سانسکریت**».

پراجنا (خِرَد):

خِرَد یکی از **شش پارامیتا** است. این همان کارکرد اندیشه است که آدمی را یارا دهد تا، بی‌لغزشی، به راه زندگی برود و درست و نادرست را از هم بشناسد. آن کس که این نیرو را به کمال یافته باشد**بودا**یش نامند. پس «**پراجنا**» ناب‌ترین و روشن‌ترین خرد است، و چیزی جدا از هوش عادی انسان.

تراوادا (یا هینایانا: سنّت‌گرایان):

مکتب سنتی جنوبی **آیین بودا**، عموماً به این نام خوانده می‌شود. «**تِرا**» به معنی متقدّمان است. این مکتب، رسم و راهِ متقدّمانی است که از نظر تاریخی گروهی از کاهنان ارشدِ سنت‌گرا بودند، هوادارِ رفتار بی‌چون و چرا به نَصّ احکام، و در برابر اینان گروه دیگری از کاهنان بالنسبه مترقی و آزاداندیش‌تر بودند (که از عقاید آنان بعدها مکتب **ماهایانا** یعنی سنّت شمالی پیدا آمد). گفته می‌شود که اینگونه برخوردها میان **جریان‌های بودایی** از تاریخی پیشتر، چند سده پس از درگذشتِ **بودا**، آغاز شد، همان هنگام که **ماهادِوا**، که کاهنی مترقی بود، خواهان تعبیر آزادانه‌تری از پنج دسته احکام **بودایی** گردید. این جریان مایهٔ انشعاب بوداییان به دو گروهِ **تراوادا** و **ماهاسنگیها** گردید که مکتب **ماهایانا** بعدها از این یك پدید آمد.

تریپیتاکا (سه سبد):

تریپیتاکا به معنی سه گروه کتاب‌های مقدس **بودایی**، یا **دهرما**، است. این گروه‌ها یکی **سوتراها** است، شامل تعالیم **بودا**؛ یکی **وینایاها**، شامل دستورها و آدابی که **بودا** نهاده است؛ و، سوم، **ابیدهرماها** است، شامل تفاسیر و رسالات مختلف دربارهٔ عقاید و احکام **آیین بودا**. بعدها نوشته‌های **بودایی** کاهنان اعظم **چینی** و **ژاپنی** نیز جزو قوانین **بودایی** درآمد. نگاه کنید به شرح «دهرما».

دهرما (تعلیم و سخن حقّ):

این، **سخنی** است که آن **وجود عارف**، یعنی **بودا** می‌آموزد. این تعالیم سه گونه احکام را در بر دارد: **سوتراها** (**سخنانی که بودا** خود تعلیم داده است)، **وینایاها** (موازین و آدابی که **بودا** نهاده است)، و **ابیدهرماها** (تفاسیر و مباحث انجام شده دربارهٔ **سوتراها** و **وینایاها** به وسیلهٔ دانشمندان در دوره‌های بعدی). این سه گروه سخن، **تریپیتاکا** خوانده می‌شود. **دهرما** یکی از سه گنجینهٔ **آیین بوداست**.

سامسارا (تناسخ):

سامسارا تکرار ازلی تولد و مرگ در درازنای گذشته و حال و آینده از گذار این شش عرصهٔ تصوّری است: **دوزخ**، **ارواح گرسنه**، **حیوانات**، **آشورا** یا **ارواح ستیزه‌گر**، **آدمیان** و **بهشت**. انسان تا به **معرفت** نرسیده است از این حلقهٔ تناسخ رها نتواند شد. کسانی را که از برزخِ این چنبره رسته باشند می‌توان **بودا** نامید.

سانسکریت (زبان):

سانسکریت زبان کهن ادبی **هند** است و یکی از خانوادهٔ زبان‌های **هندو ـ اروپایی**. این زبان به دو شعبهٔ **ودایی** و متون قدیم تقسیم می‌شود. نوشته‌های مقدس مکتب **بودایی ماهایانا** به این زبان نوشته شده است که سَبکِ آن **سانسکریتِ عبریِ بودایی** خوانده می‌شود.

سنگها (اخوّت بودایی):

اخوان مرکب از کاهنان، راهبه‌ها و مردم عادی از زن و مرد است. در آغاز، این حلقه کاهنان و راهبه‌های بی‌خانمان را در بر داشت. بعدها که نهضت **ماهایانا** پیدا آمد، همهٔ کسانی که در پی یافتن حال **بودیساتوا** (قدّیس**بودایی**) بودند، خواه کاهن و خواه عامی، با هم در حلقهٔ **اخوّت** گرد آمدند. **اُخُوَّت** یکی از **گنجینه‌های سه گانهٔ آیین بوداست.**

سوترا (کتابهای مقدس):

سوترا همان متون مضبوط تعالیم **بوداست**. این واژه در اصل به معنی «ریسمان»، و کنایه از به رشتهٔ تحریر در آوردنِ گزیدهٔ مطالب از راه مطالعهٔ وسیع عقیدتی یا علمی است. سوترا یکی از سه گروه **تریپیتاکا** (متون مقدسِ **بودایی**) است.

سوُنیاتا (بی‌جوهری):

مفهوم **سوُنیاتا** آن است که همه چیز در جهان بی‌ذات و ناپایدار باشد و این یکی از نکته‌های بنیادین **آیین بودا** است. از آنجا که وجود هر چیز به مایهٔ سببی است، ذاتِ باقی به مفهوم یك جوهر و اصل، حقیقت ندارد. اما انسان باید نه به این مفهوم که همه چیز را جوهری است و نه به این که هیچ چیز را ذات نیست، مقیّد باشد. هر موجودی، انسان یا جز آن، در مقام نسبیّت است. پس، مقیّد بودن بر اطلاق به عقیده یا مفهوم یا مرام خاص، نابخردانه است. این معنی زمینهٔ اساسیِ نوشته‌های مقدسِ **پراجنا** در آیین **ماهایانا بودا** است.

کارما (کردارها):

هر چند که این واژه در اصل به معنی «کردارها» است، اما در ارتباط با نظریهٔ تَسبیب و جَزا به‌مفهوم نوعی نیروی مقدر که به مایهٔ هر یك از کردارهای گذشتهٔ آدمی حاصل می‌آید، گرفته شده است. به بیانِ روشن‌تر، هر یك از کرده‌های ما، به تناسب، نتیجهٔ خوب یا بد و خوشی یا درد بار می‌آورد و نیروی تأثیری بر آینده‌مان دارد، و این «**کارما**»ی انسان شناخته می‌شود. عقیده بر این است که چون کردار خوب مکرر شود، خوبی انباشته گردد و نیروی مقدّر این اندوخته با تأثیری سودمند بر آینده کار ساز آید. به این اعتبار، کردار بر سه گونه است: کردار به تن، به زبان (گفتار) و به اندیشه (پندار).

ماهایانا (گردونهٔ عظیم):

در طول تاریخ **بودایی**، دو جریان فکری عمده پیدا آمد؛ یکی ماهایانا و دیگر **تراوادا** (یا **هینایانا**). آیین **ماهایانا بودا در تبت، چین، کره، ژاپن** و دیگر سرزمین‌ها گسترده شد، اما آیین **تراوادا بودا** به **برمه، سریلانکا** (سیلان)، **تایلند** و جاهای دیگر راه یافت. واژهٔ **ماهایانا** به معنی «**گردونهٔ عظیم**» است که می‌تواند همهٔ موجوداتی را که در این جهان تولد و مرگ رنج می‌برند در خود نشانَد، و می‌تواند که همهٔ آنان را، یکسان، به سر منزلِ **معرفت** رسانَد.

نیروانا (آرامش ناب):

نیروانا در لغت به معنی **«برکندن»** است و در اصطلاح حالی است که در آن همهٔ آلایش و هواهای آدمی با سیر و سلوك و ذکر و تفکرّ خاص مبتنی بر **«عقل درست»** یکسره از میان رفته باشد. کسانی را که به این حال رسیده‌اند، **بودا** نامند. **گائوتـاما سیدهارتا** در سی و پنجسالگی این حال را دریافت و بودا شد. اما اکنون عقیده بر این است که او پس از درگذشتنش از این جهان بود که به آرامش مطلق رسید، زیرا تا هنگامی که تن خاکی انسان در میان است بعضی از آلایش‌ها همچنان بر جای بِمانَد.

ای کاهنان، وجود یگانه‌ای باشد که زاده شدنش به این جهان برای رفاهِ بسی مردم است و برای شادی بسیار کسان؛ آن که از روح رحمت برای همهٔ عالم و برای بهره و بهروزی و شادی فرشتگان و آدمیان زاده می‌شود. آن یگانه وجود کیست؟ او **تاثاگاتا** است که یك **آراهات** باشد، **آن عارف کامل**. ای کاهنان، این **عارف** همان است.

ای کاهنان، تجلّی یك کس را در جهان دشوار توان یافت. آن کدام کس است؟ آن **تاثاگاتا** است که یك **آراهات** باشد، **آن عارفِ کامل**. آن کس هم او است.

ای کاهنان، یافتن یك انسانِ برتر در جهان آسان نباشد. آن یك انسان کدام است؟ آن **تاثاگاتا** است که یك **آراهات** باشد، **آن عارفِ کامل**. آن انسان هم او است.

ای کاهنان، مرگ یك کس را بر همه دریغ آید. آن یك تن که باشد؟ آن **تاثاگاتا** است که یك **آراهات** باشد، **آن عارفِ کامل**. آن یك کس هم او است.

ای کاهنان، یك کس باشد که به این جهان زاده شده است و همتا و مانند ندارد. آن یك کس کیست؟ آن **تاثاگاتا** است که یك **آراهات** باشد، **آن عارف کامل**. آن یگانه هم او است.

ای کاهنان، تجلّی یگانه کسی تجلّی یك چشم نافذ، یك نور باهر و یك فروغِ لامع باشد. آن تجلّیِ کیست؟ آن تجلّی از **تاثاگاتا** است که یك **آراهات** باشد، **آن عارفِ کامل**. آن یك کس هم او است (**آنگوتارا نیکایا**، بخش ۱۳ـ۱).

بنیاد ترویج آیین بودا
و نشر کتابِ

«چنین گفت بودا»

در معرّفی **بنیاد ترویج آیین بودا** باید از یك بازرگان سخن گفت، و او آقای **یه‌هان نوُماتا** بنیادگذار **شرکت تولیدی میتوُتویو** است.

او بیش از چهل سال پیش شرکتی برای تولید وسایل اندازه‌گیری دقیق تأسیس کرد. اعتقاد استوار او این است که موفقیت یك بنیاد تجاری در گرو همبستگی متعادل **آسمان و زمین و انسان** است و اینکه فکر بشر با ائتلافِ بسیار متوازنِ **خرد، شفقت و شوق** به کمال تواند رسید. او در پرتو این اعتقاد هر آنچه را که از وی بر آید، برای پیشرفت فنی ساخت وسایل اندازه‌گیری، و رشد فکر بشر انجام می‌دهد.

او عقیده دارد که صلح جهانی همان با کمال یافتن فکر بشر به دست می‌آید، که هدف تعالیم **بودا** نیز همین کمالیّت است. از این رو او همراه ادارهٔ شرکت تولیدیِ خود، بیش از چهل سال است که در نشر و نو کردن موسیقی **بودایی** و در راه انتشار تصاویر و تعالیم **بودا** می‌کوشد.

او در سال **۱۹۶۵** به سرمایهٔ خود بنیادی برای تبلیغ **آیین بودا**، و نیز کمك به صلح جهانی، تأسیس نمود. بدینگونه، **بنیاد ترویج آیین بودایی** به صورت یك سازمان عمومی بنا نهاده شد.

برای نشر فراگیر و گستردهٔ تعالیم **بودا** چنان که هر انسانی بتواند از آن بهره گیرد و از **پرتو خرد و رحمت عظیم او** روشنی یابد، چه کاری انجام می‌شود یا باید کرد؟ یافتن راهی برای حل این مسأله چنان که نیّت بانی بوده است، کار این **بنیاد** است.

کوتاه آن که، هر تلاش ممکن در راه تبلیغ سخنِ **بودا**، جان و مایهٔ کار این **بنیاد** است.

این کتاب نتیجهٔ تفکر تاریخی ما در این کشورِ آیین‌شناس است، که آنجا، هرچند که همیشه به فرهنگ **بودائی** خود بالیده‌ایم، چیزی که بتوان آن را کتاب تعالیم بودایی به بیان **ژاپنیِ** این آیین گفت، نوشته نیامده بود.

این کتاب برای هر خواننده‌ای «غذای» روح خواهد بود. کتاب چنان تهیه شده است که هر کس بتواند آن را روی میز مطالعه‌اش نگهدارد یا همراه داشته باشد و، هرگاه خواست، **فروغ** روانِ زندهٔ **بودا** را ببیند.

گرچه این کتاب هنوز چنان که می‌خواهیم کامل نیست، امّا چاپ حاضرِ «**چنین گفت بودا**» حاصل کار و تلاشِ چندین سالهٔ دست اندرکارانِ بسیار است که کوشیده‌اند تا شاید نیاز مردم عصر ما را برای شرحی صحیح وروان و معتبر از **آیین بودا** که در ضمن یك راهنمای عملی و منبع الهام و حقیقت‌یابی در زندگی روزانه باشد، پاسخ گویند.

بنیاد ترویج آیین بودا در آرزوی روزی است که این کتاب در خانه‌های هر چه بیشتری وجود داشته باشد و شمارِ هر چه زیادتری از همنوعان ما، از چشمهٔ **فروغ** آن **معلّم بزرگ** سیراب شوند.

از نظریات و انتقادات خوانندگان همیشه استقبال می‌کنیم. لطفاً هرگاه که خواستید، با **بنیاد ترویج آیین بودا** مکاتبه کنید.