

། རྒྱལ་ཡོད་ཀྱི་མཁའ་ལོ་ལྷན་ཁག་གི་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་གྱི་འཕྲོ་ལུ་།

آهنگ پیروزی

تألیف عالیجناب جیگمه فونتسونگ رینپوچه
تفسیر خنیو سودارگئی





آهنگ پیروزی

صدای شگفت انگیز طبل آسمانی

تألیف عالیجناب جیگمه فونتسونگ رینپوچه
تفسیر خنیو سودارگئی

فهرست مطالب

۱	اهمیت متن
۲	پیشینه متن -
۴	عنوان متن
۵	احترام به منجوشری
۱۰	شایستگی تمرین و اجرا یانای بی نظیر
۱۲	شرایط تمرین دز و گچن
۱۴	دلائل ایجاد بودهیچیتا
۱۷	محاسن ایجاد بودهیچیتا
۱۹	محاسن رعایت احکام
۲۲	خطای عدم رعایت احکام
۲۳	دلائل ایجاد شخصیت های بافضیلت
۲۶	شایستگی حفظ شخصیت های بافضیلت
۲۹	اختصاص دادن
۲۹	پیشینه سرودن شعر

الف ۱: آغاز

ب ۱: عنوان

آهنگ پیروزی - صدای شگفت انگیز طبل آسمانی

ب: ۲ ادای احترام

تجسم خرد همه بوداها، که حافظ همه موجودات ذی شعور هستند.
منجوشری ارجمند، که مانند یک پسر جوان دیده می شود،
شاید برای همیشه در قلب من جای گیرد، پرچم های نیلوفر های هشت پر،
من را برکت ده، به گونه ای که کلمات من برای همه موجودات سودمند باشد.

الف ۲: متن اصلی

ب ۱: شجاعت تمرین و اجرا یانا

سی ۱: شایستگی تمرین و اجرا یانای بی نظیر

کمال عالی، عمیق و درخشان
فرد فقط با شنیدن ابیات می تواند ریشه های سانسار را در هم بشکند،
و همچنین با تمرین شش ماهه در ذات آن برای دست یافتن به رهایی،
امید است که همه شما این را در قلبتان حک کنید.

سی ۲. شرایط تمرین دزوگچن

آنهایی که با اقبال بلندشان چنین تعلیمات عالی را دریافت می کنند،
بایستی در طول میلیون ها سال، در زندگی های پیشین شان شایستگی بسیاری کسب کرده
باشند و برای کسب روشنگری با بودا سامانتا پادرا دارای چنان شایستگی باشند،
دوستان دارما، باشد که همه برای خود شاد باشید.

ب ۲. تشویق برای ایجاد ذهن بودهیچیتا

سی ۱. دلایل ایجاد بودهیچیتا

[او] بهخاطر همه موجودات ذی‌شعور در اقیانوس هراس‌انگیز سامسارا فرورفت، تا به آنها کمک کند که شادی جاودانی بوداگونه‌گی را کسب کنند، شما باید مسئولیت منفعت رساندن به دیگران را بر عهده بگیرید، و وابستگی به خودتان را که مانند خوراکی زهرآلود است، رها کنید.

سی ۲. محاسن ایجاد بودهیچیتا

این [بودهیچیتا] دروازه را به‌سوی اقلیم‌های پایین‌تر خواهد بست، به شما امکان می‌دهد تا شادی اقلیم‌های متعالی را کسب کنید، و سرانجام شما را به رهایی نهایی از سامسارا راهنمایی می‌کند، شما باید این آموزه‌های ضروری را بدون اینکه چیزی مانع از ادامه کارتان شود، انجام دهید.

ب ۳. تشویق برای برانگیختن قطع علاقه ذهن

سی ۱: شایستگی رعایت احکام

نسبت به هیچ یک از اتفاقات بزرگ سامسارا هیچ اندیشه اشتیاق‌آمیزی نداشته باش.
احکام ناب، زینت‌های باشکوه جهان،
که انسان‌ها و خدایان هدایای عالی به آنها پیشکش می‌کنند را رعایت کن.

سی ۲: خطای عدم رعایت احکام

از آنجا که همه شادی‌های موقت و دائم،
از رعایت دستورات ناب حاصل می‌شوند،
و رعایت نکردن احکام موجب می‌شود که فرد در قلمروهای پایین‌تر متولد شود،
شما باید تصمیم درستی اتخاذ کنید و دچار سردرگمی نشوید.

ب ۴: تشویق برای ایجاد شخصیت‌های با فضیلت

سی ۱: دلائل ایجاد شخصیت‌های با فضیلت

همیشه در کلام و عمل با دوستانتان همراه باشید
فردی صادق باشید با قلبی سرشار از مهربانی
برای آنکه بتوانید در طولانی مدت برای خودتان مفید باشید،
دستور العمل اصلی آن است که در لحظه کنونی برای دیگران مفید باشید.

سی ۲: شایستگی حفظ شخصیت با فضیلت

اینها استانداردهای ناب برای خوب بودن اند،
و ابزار ماهرانه بوداهای گذشته، حال و آینده
همچنین جوهر چهار دارمای جذب
هیچ یک از شما، شاگردان من، هرگز و هرگز نباید آن را فراموش کنید!

الف ۳: پایان دادن

ب ۱: اختصاص دادن

من این فضیلت را به همه موجودات ذی شعور اختصاص می‌دهم
باشد که آنها بر پرتگاه سانسار صعود کنند.
باشد که همه شاگردان قلبی من شاد باشند
و تولد دوباره آنها در سرزمین پاک غربی سعادت نهایی باشد.

ب ۲: پیشینه سرودن شعر

در هفدهمین چرخه تقویم تبتی و سال موش آتش، معلم و شاگرد بر همه موانع بیرونی،
درونی و مخفی غلبه یافته بودند. در این روز فرخنده، نگوانگ لودرو تسونگمد پیروزی را
جشن گرفت و در میان تقریباً پنج هزار نفر از راهبان، سادوها، به‌طور موقت آواز
خواند!

اهمیت متن

فعالیت‌های دارمایی در زندگی عالینجاب جیگمه فونتسوک رینیوچه را می‌توان به شش مرحله اصلی تقسیم کرد. هر مرحله با یک متن مهم دستورالعمل مشخص شده است. این شش متن عبارتند از: طلوع نصیحت، قطره‌های صمیمانه قلب من، شاهد قطره‌های نصیحت، آهنگ پیروزی، تعلیم چهار ابزار، آموزه‌ها در طول مغناطیسی کردن همه آنچه ظاهر می‌شود و وجود دارد. علاوه بر این متون، آموزه‌هایی وجود دارد که پیش از وارد شدن عالینجاب به نیروانا ارائه شده‌اند.

این متون مانند مقالات معمولی نیستند که از چند سال مطالعه علمی حاصل شده باشند، بلکه اینها ماهیت خرد عالینجاب هستند که در نتیجه مطالعه، تأمل و تمرین‌هایی که در طول زندگی داشته‌اند، کسب شده است. شناخت حاصل شده، زندگی‌نامه و شایستگی فراوان او ثابت می‌کند که در هر دوره زندگی، از گستره زندگی‌اش، از زمان شاکيامونی بودا تا زمان گورو پادماسامبهاوا او یک قدیس عالی‌مقام و استاد روشنگر بوده است. او نه تنها در زندگی‌های پیشینش کارمای خوبی گرد آورده بود، بلکه در طول این زندگی، بیش از ۶۰ سال، یعنی از ۵ سالگی تا پس از ۶۰ سالگی، بر مطالعه، تأمل و تمرین آموزه‌های بودا متمرکز بوده است. عالینجاب کل زندگی‌اش را در مسیر خدمت به همه موجودات و بودیسم اختصاص داده است، مطالب و آموزه‌هایش که تقطیر شده از چاه عمیق خرد می‌باشند بسیار ارزشمندند.

آهنگ پیروزی یک و اجرا دوها، معاصر است، که عالینجاب در برابر پنج هزار نفر سانگهای تعیین شده به مناسبت جشن فرخنده پیروزی خواند، این جشن در تقویم بتنی برابر با ۲۱ سپتامبر ۱۹۹۶ می‌باشد، یعنی زمانی که عالینجاب و شاگردانش همه موانع درونی و بیرونی را فروپاشیدند.

افراد خردمند پس از مطالعه آهنگ پیروزی متعالی بودن آن را درک خواهند کرد. در گذشته، زمانی که عالینجاب به ما آموزش می‌داد، ما ابتدا ارزش فراوان آنها را درک نمی‌کردیم. اما پس از مراقبه بسیار دارما و پس از گذر زمان و در معرض آموزه‌های دینی متفاوت قرار گرفتن تشخیص دادیم که در واقع عالینجاب یکی از خارق‌العاده‌ترین افراد بشر است.

¹ https://en.wikipedia.org/wiki/Songs_of_realization

در واقع، اگرچه بودا هشتاد و نه هزار آموزه ارائه کرد، اما ما نمی‌توانیم در یک دوره زندگی همه آنها را بیاموزیم و در آنها استاد شویم. به هر حال، اکنون که عالیشان بر اساس تمرین و درکش آنها را خلاصه کرده و در یک دستور العمل اصلی گرد آورده است، ما باید آن را یک گنج بدانیم و سعی کنیم که معانی ژرف آن را درک کنیم.

از لحاظ نظری، افرادی که دارما را تمرین می‌کنند باید به‌طور وسیع سوتراها و تنترها را مطالعه کنند، از آن جمله است پنج رساله عالی ماهایانا. اما زندگی کوتاه است و به سختی می‌توان حدس زد که یک فرد تا کی زنده خواهد بود. در چند لحظه تغییرات زیادی می‌تواند اتفاق بیافتد و هیچ چیزی قابل اعتماد نیست. بنابراین، مطالعه یک متن کوتاه که دارای یک دستور العمل اصلی است برای همه افرادی که آموزه‌های بودیسم را دنبال می‌کنند بسیار ارزشمند می‌باشد؛ در غیر این صورت، شاید در زمان ترک این دنیا به اندازه کافی آماده نباشند.

عالیشان از همه شاگردان نسب خود درخواست کردند که قبل از آموزش یا مطالعه متن دارما یک بار آهنگ پیروزی را آموزش دهند یا آن را بخوانند تا همه مواعی که ممکن است در سر راهشان ایجاد گردد از میان برداشته شوند. همچنین، اگر فردی قصد کند که دارما را دنبال کند، خواندن این متن قبل از شروع، موجب می‌شود که خواسته آنها محقق شود و آنها را از مواجه شدن با موانع حفظ خواهد کرد. به علاوه، اگر در زمان مطالعه یا تمرین دارما مانعی پدیدار شود، قرائت این متن یا همراه داشتن آن می‌تواند آن مانع را به شرایطی مطلوب تبدیل کند. بنابراین، عالیشان به دفعات درخواست کردند که هر کس می‌خواهد به او پناه برد یا به او اتکا داشته باشد باید این آهنگ را حفظ و معنی عمیق آن را درک کند.

پیشینه متن

در ماه سپتامبر، ۱۹۹۵، جیگمه فونتسوک رینپوچه برنامهریزی کرد تا از تایوان دیدن کند و سپس از آنجا به سمت ناپل برود و در غار پادما سامبهاوا به منظور مراقبه بر آمیتایوس بودا سکونت گزیند. اما پس از آنکه به چنگو رسید، در آنجا مشکلات بسیاری در ارتباط با تقاضای پاسپورتش وجود داشت. او از مشکلات جسمانی رنج می‌برد اما بیمارستان چنگو نتوانست علت بیماری او را تشخیص دهد. در نتیجه، او بیش از پنج ماه در چنگو در حالت سامادهی ماند و بجز در زمان غذا خوردن کلامی نمی‌گفت.

² <http://kopanmonastery.com/about-kopan/monastic-education/the-five-great-treatises>

تا اینکه یک شب در رؤیایی آتیشا³ ارجمند، و درومتونپا⁴ ارجمند، جو میفام رینپوچه⁵ و لاما لودرو⁶ همه بر عالیجناب ظاهر شدند. آتیشا ارجمند نگاه مملو از محبت و عشقش را به عالیجناب انداخت. درومتونپا ارجمند گفت، «ما اینجا آمده‌ایم زیرا آتیشا ارجمند نسب به شما توجه خاصی دارد. این امواج فزاینده اقیانوس در روز ۱۰ ماه مارس به پایان می‌رسد، آیا شما پیام‌های آنچه می‌گوییم را درک می‌کنید؟» (منظورش از این حرف این بود که تا آن زمان بیماری عالیجناب کاملاً بهبود می‌یابد.) آنگاه آتیشا ارجمند و درومتونپا ارجمند ناپدید شدند.

جو میفام رینپوچه با شکوه نشست، با قدرت تمام و حالتی خشمگانه برای پادماسامبهاوا دعا کرد تا همه موانع اسرارآمیز بیرونی و درونی بی‌اثر شوند و انواع شیطانی که از سر درگمی و تضاد ظاهر شده‌اند نابود شوند. پس از آن خودش را به برقی از نور تبدیل کرد و ناپدید شد.

لاما لودرو به او نصایح محبت‌آمیزی داد: «تو باید در حالت نورانی کمال عالی، اتحاد بزرگ ظاهر و تهی بودن ساکن شوی. در نتیجه این تمرکز عمیق، تو باید از طریق بودهیچیتا به موجودات ذی‌شعور منفعت برسانی، رنج دیگران را با شادی خودت مبادله کنی. آنگاه، در تهی بودن همه شرایط ناخوشایند ناپدید می‌شوند.» او به دیگران نیز آموزه‌هایی داده و آنگاه در نور حل شد.

پس از این رؤیا، بیماری عالیجناب به تدریج بهبود یافت و چنانکه درومتونپا ارجمند پیش‌بینی کرده بود تا ۱۰ مارس کاملاً سلامتتش را به دست آورد. او وقتیکه به لارونگ گار بازگشت همه شاگردانش با تشریفات‌ترین شکل ممکن به او خوش‌آمد گفتند. او به‌طور فی‌البداهه آهنگ پیروزی را برای مجمع چهار گروه دسته‌بندی شده شاگردانش خواند. شادی افراد در آن لحظه قابل توصیف نیست. عالیجناب نام مجمع شاگردان هان را سرزمین پیروزی ما را تسلیم شده، به نشانه پیروزی بزرگ، نام نهاد.

³ <http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Atisha>

⁴ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Dromt%C3%B6npa_Gyalw%C3%A9_Jungn%C3%A9

⁵ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Mipham_Rinpoche

⁶ One of His Holiness Jigme Phuntsok Rinpoche's gurus

عنوان متن

الف ۱: آغاز

ب ۱: عنوان

آهنگ پیروزی - صدای شگفت انگیز طبل آسمانی

الف. معنی عنوان

کلمه پیروزی، که در عنوان آمده به این معنی است که همه شاگردان می‌توانند همه موانع بیرونی، درونی و موانع پنهانی را فروپاشند و از طریق برکت گورو و سه گوهر به پیروزی دست یابند. آهنگ به دوها ارجاع دارد، یعنی آهنگی که یک موجود روشنگر با سطح خاصی از شناخت به‌طور فی‌البداهه می‌خواند. طبل آسمانی، طبل عظیمی است در بهشت سی و سوم^۷، که ظاهر شدن آن به شایستگی عظیم موجودات آسمانی وابسته است.

آهنگ پیروزی با استعاره صدای شگفت انگیز طبل آسمانی توضیح داده شده است، زیرا این طبل صدایی طبیعی دارد به معنی اینکه «همه شما موجودات آسمانی نترسید». (چون وقتی که موجودات آسمانی با آسوراس می‌جنگیدند، با کمک صدای شگفت‌انگیز طبل آسمانی آسوراس را شکست دادند و در جنگ پیروز شدند). در نتیجه، عنوان شباهت زیبایی بین آهنگ پیروزی و صدای شگفت انگیز طبل آسمانی را نشان می‌دهد. این متن کوتاه ماهیت همه آموزه‌های سوتراها و تন্ত্রاها را در بر دارد. علاوه بر آن شامل دستورالعمل‌های بسیار عمیقی است که حاصل تمرین مادام‌العمر عالیجناب می‌باشد.

ب. چهار جنبه اصلی مسیر

در سه جنبه اصلی مسیر لا‌ما تسونگخاپا^۸ در باره سه جنبه اصلی بحث می‌کند، قطع علاقه، بودهیچیتا و خرد غیر دوگانه. به هر حال، در این متن کوتاه، عالیجناب کل مسیر روشنگری را به چهار جنبه اصلی تقسیم می‌کند، که جنبه شخصیت با فضیلت را نیز شامل می‌شود. همچنین خرد غیردوگانه را می‌توان باراه‌های ماهایانا و واجرایانا توضیح داد. در آهنگ پیروزی، خرد غیردوگانه از دیدگاه کمال عالی یا دزوگچن^۹ توصیف شده است، یعنی

^۷ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Heaven_of_the_Thirty-Three

^۸ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Tsongkhapa_Lobzang_Drakpa

^۹ <http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Dzogchen>

عالی‌ترین سطح دریافت در تمرین و اجرا یانا، که در آموزه‌های ماهایانا بر مبنای تهی بودن می‌باشد.

تشخیص کمال عالی مطلوب‌ترین روشنگری است که ارزش دارد مورد جستجوی شاگردان معنوی قرار گیرد. پیش فرض چنین روشنگری چیست؟ این بودهیچیتاست، چنانکه شانتی‌دوا در راه بودهیساتوا می‌گوید، مهم نیست فرد تا چه اندازه شایسته باشد، راهی برای کسب روشنگری کامل وجود ندارد. پس، بودهیچیتا چگونه در ذهن فرد ایجاد می‌شود؟ برای اینکه این امر اتفاق بیفتد، لازم است که ذهن فرد قطع علاقه کرده باشد، این باید در یک شخصیت با فضیلت وجود داشته باشد. بنابر این، توالی تمرین‌ها باید بدینگونه باشد: یک شخصیت با فضیلت فرد خوبی است، ذهنی رویگردان که از تمام وابستگی‌ها رها باشد، الهام بودهیچیتا برای راهنمایی همه موجودات زنده تا به کسب بوداگونه‌گی نائل شوند، و سرانجام، تمرین دزوگچن برای کسب روشنگری کامل در یک دوره زندگی. اینها چهار جنبه اصلی مسیر هستند که در آهنگ پیروزی خلاصه شده‌اند.

احترام به منجوشری

ب: ۲ ادای احترام

تجسم خرد همه بوداها، که حافظ همه موجودات ذی‌شعور هستند.
منجوشری ارجمند، که مانند یک پسر جوان دیده می‌شود،
شاید برای همیشه در قلب من جای گیرد، پرچم‌های نیلوفرهای هشت پر،
من را برکت ده، به‌گونه‌ای که کلمات من برای همه موجودات سودمند باشد.

الف. اعتقاد صادقانه به منجوشری

عالیجناب جیگمه فونتسوک رینپوچه در این بیت می‌گوید، «بوداهای همه دنیاها در ده جهت حافظ همه موجودات ذی‌شعورند. تجمع خرد همه بوداهای ده جهت در منجوشری تجسم می‌یابد، او به‌شکل یک پسر جوان ظاهر می‌شود که به همه موجودات ذی‌شعور منفعت می‌رساند. من دعا می‌کنم که منجوشری با نور شفاف برکت‌آمیزش قلب چون نیلوفر هشت پر من را پر کند و برای همیشه در پرچم‌های نیلوفر قلب من بماند. من دعا می‌کنم که با نیرو گرفتن از شفقت منجوشری، حرف‌های من بتواند به همه موجودات هوشمند این دنیا منفعت برساند.»

در اینجا نیلوفر آبی هشت پر به قلب تشبیه شده که در واجر ايانا معانی درونی، بیرونی و پنهانی بسیاری دارد، اما در اینجا به جزئیات آن نمی‌پردازیم.

این ادای احترام به منجوشری است. جیگمه فونتسوک رینپوچه منجوشری را الهه اصلی خود می‌داند و شخصاً با او در کوه‌های ووتای ملاقات کرده است، پس از این ملاقات هر زمان که می‌خواهد رساله‌ای تألیف کند، ابتدا به او ادای احترام می‌کند. این نشانه اعتقاد خارق‌العاده او به منجوشری است.

عالیجناب از کودکی قربت نزدیکی با منجوشری داشت. بر اساس شرح حالش¹⁰ او منتزای منجوشری¹¹، ام آر اپاکانادیه، را پس از تولدش با صدای بلند، مانند یک نوزاد، قرائت می‌کرد. در سن ۶ سالگی، او نسخه‌ای از گفتار شیرگونه منجوشری که در میان توده سنگها پنهان بود را یافت و معنی سطر آخر آن را فهمید که عبارت بود از اینکه در هند مردی در ۹۹ سالگی پس از یک روز تمرین به روشنگری رسید و منجوشری در برابر او ظاهر شد.

عالیجناب با خود اندیشید، «اگر کسی در آن سن بتواند منجوشری را با یک روز تمرین ملاقات کند، پس من باید بتوانم بدون هیچ مشکلی به روشنگری برسم زیرا من در عنوان جوانی هستم.» او بسیار تحت تأثیر قرار گرفته بود و به مدت چند روز با تمرکز کامل تمرین کرد. در نتیجه، او بسیاری از نشانه‌های اکتساب را درک کرد و ذاتاً در همه متون مقدس و تفسیرهای موجود در سوتراها و تنتراها استاد شد.

عالیجناب همیشه تأکید می‌کند که تمرین‌کنندگان دارما باید دائماً منتزای منجوشری را قرائت کنند و برای او دعا کنند، زیرا قدرت برکت او در مقایسه با سایر بوداها بسیار خاص است. ما به عنوان موجودات معمولی نمی‌توانیم تشخیص دهیم که آیا برکت شاکيامونی بودا قدرتمندتر است یا بودهیساتوا منجوشری، اما این امکان وجود دارد که به‌طور منطقی آن را از طریق سوتراهایی که به آن پرداخته‌اند دریابیم، زیرا این امر در سوتراهای مربوط ذکر شده است.

در ظاهر، منجوشری فقط به شکل یک بودهیساتوا تجلی می‌یابد. اما بر اساس آنچه در سوتراها آمده است، او مدتها قبل بوداگونه شده بود، و او تجسم تجمع خرد بوداها و بودهیساتوهای ده جهت است، و پدر همه بوداها محسوب می‌شود. او موجودات ذی‌شعور نامحدود را راهنمایی می‌کند تا به بوداگونه‌گی دست یابند، و آنها را برمی‌انگیزد تا

¹⁰ <http://www.khenposodargye.org/2013/03/biography-of-h-h-jigmey-phuntsok-dharmaraja/>

¹¹ <https://en.wikipedia.org/wiki/Manjushri#Mantras>

بودهیچیتا را در وجودشان بیدار کنند. بنابراین قدرت برکت او به‌طور غیرقابل‌تصورى زیاد است.

همه می‌توانند از برکت منجوشرى بهره‌مند شوند. نکته اینجاست که آیا آن فرد به منجوشرى به‌طور واقعی ایمان دارد یا نه. چنانکه خنبو سودارگنى در آموزه‌هایش گفت، از زمانیکه کوه ووتای را دیدم این امید در من ایجاد شد که شخصاً منجوشرى را خواهم دید، اگرچه سرانجام منجوشرى را ندیدم، اما برکتى در من تجلى یافت که می‌توانستم متون دارمارا بعد از چند مرتبه خواندن به‌حافظه بسپارم و آنها را قرائت کنم. از این‌روى، به نظر من افراد متفاوت دارای سطوح مختلفی از ایمان‌اند، اما اگر منجوشرى آنها را مورد برکت خود قرار دهد، همه متون سوترا و متترا در ذهن آنها متجلى خواهد شد.

ب. یک داستان عالی درباره منجوشرى¹²

یکبار بودا در قله کرکس دارمارا تدریس می‌کرد، در شهرى در دامنه کوه یک روسپى زندگى می‌کرد به نام پرتو طلایى شگفت‌انگیز. او بسیار زیبا و به‌طرز فریبنده‌ای جذاب بود. اما شگفت‌آور اینکه تمام بدن او با هاله‌ای طلایى می‌درخشید. بنابراین، امپراطور، وزیران و انواع مردان بی‌نهایت جذب او شده بودند. اگرچه او فقط یک روسپى از طبقه پایین جامعه بود، اما همیشه جمعیت زیادی دور او گرد می‌آمدند.

یکبار او همراه با پسر یک تاجر برای خرید به بازار رفت. آنها تصمیم داشتند برای تفریح به پارک سرگرمی بروند. در طول مسیر منجوشرى به شکل مرد جوان خوش‌تیپى ظاهر شد، او می‌دانست که شرایط برای پرتو طلایى شگفت‌انگیز آماده است تا به روشنگرى دست یابد. همه بدن او با نور شگفت‌انگیز خیرمکنده‌ای می‌درخشید. پرتو طلایى شگفت‌انگیز متوجه شد که نور درخشانی که از آن جوان ساطع می‌شود، هاله طلایى او را محو خواهد کرد. او نسبت به لباس‌های جوان حسادت کرد و ناگهان پسر مرد تاجر را رها کرد و از وسیله‌ای آن جوان با آن مسافرت می‌کرد بالا رفت و سعی کرد که با زیبایی‌اش او را اغفال کند.

در این لحظه منجوشرى به وایسر و انا نیرو داد تا پرتو طلایى شگفت‌انگیز را نصیحت کند، او به آن زن گفت، «تو نباید نسبت به آن مرد جوان حریص باشی، زیرا او بودهیست و تا منجوشرى است، که تجمع خرد همه بوداهاست. او می‌تواند تو را به همه آرزوهایت برساند. تو به چه چیزى نیاز داری؟» پرتو طلایى شگفت‌انگیز گفت، «من از او چیزى بجز لباس‌های

¹² More details can be found in *Mañjuśrīvikrīḍitasūtra*, translated by Dharmarakṣa from Sanskrit into Chinese in West Jin Dynasty.

زیبایش نمی‌خواهم» آنگاه منجوشری پاسخ داد، «اگر تو از در بودهی وارد شوی، من لباس‌هایم را به تو می‌دهم» از آنجا که او نمی‌دانست این ماجرا تا کجا ادامه خواهد یافت، منجوشری شروع کرد به بیان جزئیات دستورالعمل.

شاکيامونی بودا در قله کرکس او [منجوشری] را در طول مدت تدریش ستایش کرد «احسنت!» و آن کیهان بلیون‌ها جهان را لرزاند. همسفر منجوشری از بودا سؤال کرد که چرا چنین گفتی. بودا پاسخ داد، «بوده‌یساتوا منجوشری با شفقت و خرد در حال دعا کردن برای بودادار ما می‌باشد تا یک زن روسپی را روشنگر کند. تو هم اگر دوست داری به او گوش کنی، می‌توانی آنجا بروی.» بنابراین، بسیاری از شاگردان بودا به مکانی که منجوشری بود رفتند. بعضی از شاگردان تهنیت چشم‌دار ما را کسب کردند تا بتوانند واقعیت را واضح و پاک ببینند. بعضی از آنها درک کامل از حقیقت، بدون تولد دوباره، را کسب کردند؛ و بعضی دیگر به باروری نابود ناشدنی دست یافتند ... صدها هزار موجود ذی‌شعور پس از گوش کردن به آموزه‌های منجوشری به‌طور همزمان از منافعی بهره‌مند شدند.

پرتو طلایی شگفت‌انگیز به درک متقنی از این نظریه رسید که هیچ چیز از ماهیت خاص خودش برخوردار نیست. به‌ندرت پیش می‌آید که او بخواهد از منجوشری تبعیت کند و به‌عنوان یک راهبه بودایی زندگی کند. اما منجوشری برای او توضیح داد که در راه رویگردانی و قطع علاقه قدم نهادن به این معنی نیست که فرد الزاماً سرش را بتراند، بلکه عبارت است از تمرین کردن مداوم بودادار ما و اینکه فرد خواسته خودش را به‌خاطر دیگران کنار بگذارد. همچنین منجوشری او را نصیحت کرد که به وسیله نقلیه پسر صاحب تجارتخانه بازگردد و با او زندگی کند.

وقتی که پرتو طلایی شگفت‌انگیز و پسر صاحب تجارتخانه به پارک سرگرمی رسیدند و او در آغوش آن پسر زندگی را بدو گفت آن دو احساسی از ناپایداری داشتند. ابتدا او بسیار اندوهگین شد. اما پس از آنکه بدن آن زن شروع به فاسد شدن کرد و خون و چرک از چشم‌ها، گوش‌ها، سوراخ‌های بینی و دهانش بیرون زد و بوی ناخوشایندی از بدنش به مشام رسید، پسر صاحب تجارتخانه به شدت ترسید و به سوی قله کرکس دوید تا از شاکيامونی بودا درخواست پناه کند. شاکيامونی بودا بودادار ما را به سوی او فرستاد تا اینکه او درک کاملی از واقعیت عدم تولد به دست آورد. آنگاه بودا پیش‌بینی کرد: «به‌خاطر توانمندسازی بوده‌یساتوا منجوشری در ایجاد انگیزه، پرتو طلایی شگفت‌انگیز در آینده در سرزمین بودا به کسب بوداگونه‌گی نائل خواهد شد. او نور گرانبهای بودا نام خواهد گرفت. و پسر صاحب

تجارخانه بودهیساتوا خواهد شد و از طرف او اقدام خواهد کرد. او بودهیساتوا درخشش فضیلت نام گرفت.»

پسر صاحب تجارخانه بودهیساتوا در تعجب مانده بود، «چرا شاگرد بودهیساتوا منجوشری یعنی پرتو طلایی شگفت‌انگیز بوداگونه شده؟ اما من، به عنوان شاگرد بودا، فقط توانستم بودهیساتوا شوم؟ او نمی‌توانست این را درک کند. بودا گفت، «شایستگی بودهیساتوا منجوشری غیر قابل تصور است، اولین سوگند من در برابر منجوشری کسب بودهیساتوا بود، زیرا او در گذشته بوداهای بی‌اندازه‌ای داشته؛ بنابراین این در حال حاضر نیز تعداد بی‌شماری بودا دارد و در آینده نیز تعداد بی‌شماری بودا خواهد داشت.»

سی. انگیزه صحیح دریافت آموزه

عالیجناب جیگمه فونتسوک رینپوچه این متن را به منظور بهبودی از بیماری شدیدش نوشت، آرزویش ثروتمند شدن یا کسب شادی برای خودش نبود. بلکه او دعا کرد که از طریق حرف‌ها و آموزه‌هایش همه موجودات زنده، به‌طور موقت یا همیشگی، از برکت منجوشری بهره‌مند شوند. به همین ترتیب، وقتی که آموزه‌های او را دریافت می‌کنیم باید انگیزه‌هایمان را بررسی کنیم. بعضی افراد بدون هیچ قصدی فقط از او تقلید می‌کنند. آنها می‌بینند که دیگران آموزه‌ها را دریافت می‌کنند، آنها نیز بدون هیچ قصد خاصی از دیگران پیروی می‌کنند. در واقع، هدف از کسب آموزه‌های دارما باید منفعت رساندن به تعداد بی‌شماری از موجودات هوشمند باشد، نه فقط کسب منفعت برای خودمان. هر کسی که در بودیسم شرکت می‌کند باید انگیزه‌اش را در این مسیر جهت دهد.

شایستگی تمرین و اجراییانای بی نظیر

الف ۲: متن اصلی

ب ۱: شجاعت تمرین و اجراییان

سی ۱: شایستگی تمرین و اجراییانای بی نظیر

کمال عالی، عمیق و درخشان
فرد فقط با شنیدن ابیات می تواند ریشه های سامسارا را در هم بشکند،
و همچنین با تمرین شش ماهه در ذات آن برای دست یافتن به رهایی،
امید است که همه شما این را در قلبتان حک کنید.

الف: شایستگی باور نکردنی دزوگچن

کمال عالی بی نظیر جوهر درخشان تاناگاتاگارا برای کسانی که به درک کامل
رسیده اند متفاوت از مردم معمولی است و اغلب کسانی که از خرد ضعیفی برخوردارند،
از آن انتقاد می کنند. به هر حال، هر فردی با گوش دادن به این ابیات می تواند علل
سامسارا را در هم بشکند، و آنهایی که از توانایی عالی برخوردارند، اگر با پشتکار، به
تمرین شش ماهه ذات آن بپردازند می توانند به کسب رهایی نائل شوند. بنابراین، ما باید
این کمال عالی را در قلبمان حک کنیم.

کمال عالی ذات همه سوتراها و تنتراهاست و شایستگی آن فراتر از توصیف است. مردم
می توانند با شنیدن کلماتش، لمس کردن متنش و وصل کردن متن به خودشان یا درک آن
به رهایی برسند. بر اساس چهارصد ترکیب بند درباره راه میانه، نوشته آریادوا، حتی
افرادی که درباره تهی بودن شک دارند، می توانند از چرخه وجود سه اقلیم رها شوند.
این در خصوص کسانی که اجراییانای بی نظیر را آموخته اند بیشتر صدق می کند.

اگر فردی با ایمان خارق العاده و اعتقاد قوی دزوگچن را تمرین کند و روند آماده شدن،
یعنی تمرین اصلی و نتیجه گیری را دنبال نماید، شاید بتواند در طی شش ماه به رهایی
برسد. این در اجرا پانجارا تنترا¹³ آمده است. «اگر فردی بتواند به مدت شش ماه با
ایمان و اعتقادی خلل ناپذیر به تمرین بپردازد، او می تواند میوه و اجرادار را به دست
آورد. در پیمان رسمی تنتریک آمده است، «با ایمان و اعتقاد راسخ، فرد در طی شش

¹³ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Vajrapa%C3%B1jara_Tantra

ماه میوه و اجرادار را به دست می آورد.» این مطلب در چستونگ نینگتیک¹⁴ و لانگچن نینگتیک¹⁵ نیز ذکر شده است.

در نتیجه، تکامل عالی بسیار متعالی است. جو میفان رینپوچه در آموزه هایش گفت، «در این دوران انحطاط، موجودات هوشمند با بدبختی عمیق و سنگینی روبه رو هستند، که با بهره بردن از سایر روش های دارما رام شدنی نیست. اما فرد می تواند با تکامل عالی بی نظیر کاملاً از همه بدبختی ها رها گردد.»

عالیجناب در این خصوص به ما گفت از آنجا که تکامل عالی خارق العاده است، ما نباید مانعی برای آن باشیم یا شهرتش را خدشه دار کنیم. اگر کسی نتواند واقعاً به آن ایمان آورد، رها کردن آن یا بیان تردیدش در برابر معلمان حقیقی اشکالی ندارد. به هر حال، فرد نباید از قبل، بدون هیچ دلیل کافی درباره و اجرایانا ایده های منفی داشته باشد.

ب. یک مثال فوق العاده از یک تمرین کننده دزوگچن

من [خنیو سودارگنی] شخصاً شاهد تعداد کمی از افرادی که تمرین های دزوگچن را انجام می داده اند را دیده ام که به شناخت دزوگچن دست یافتند و پیش از مرگ ظاهری فرخنده داشتند. من تحت تأثیر یک هان بهیگشونی به نام مینگ هوی قرار گرفتم، که در ادامه، داستان او آمده است.

مینگ هوی اعتقاد راسخی به و اجرایانا داشت. در اصل او به خاطر بیماری که داشت در منطقه هان مورد درمان قرار گرفته بود. پس از مدتی، او خبر شد که عالیجناب جیگمه فونتسوک رینپوچه تصمیم دارد که دزوگچن را در لارونگ گار تدریس کند. او احساس کرد که زندگی ناپایدار است و نمی دانست تا چه مدت زنده خواهد بود، او تصمیم گرفت به لارونگ گار باز گردد تا آموزه ها را دریافت کند. عالیجناب به مدت ۱۰۰ روز درباره یافتن راحتی و آرامش لانگچنپا در طبیعت ذهن سخنرانی کرد و او [مینگ هوی] در طول آن زمان با پشتکار به مطالعه پرداخت.

در روز اول سپتامبر ۱۹۹۳، پس از اتمام دوره، او به منطقه هان بازگشت تا به معالجه اش ادامه دهد. در اول مارس ۱۹۹۴، پرستارش و دوست دارمایی اش، ژن زو بهیگشونی از صومعه جیفنگ، جایی که آنها زندگی می کردند، با خنیو سودارگنی تماس گرفت و اطلاع داد که مینگ هوی فوت کرد و در زمان مرگش در حالت متعالی نشسته بود و برای سلسله گوریش و آمیتا بها دعا می کرد. وقتی که بدنش شروع کرد به جمع

¹⁴ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Chets%C3%BCn_Nyingtik

¹⁵ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Longchen_Nyingtik

شدن تعدادی علائم فرخنده در او ظاهر شد. از زمانیکه او آموزه‌ها را دریافت می‌کرد تا زمان مرگش درست شش ماه می‌گذشت. در این میان حتی یک روز تفاوت نبود. در واقع، چنین موردی بسیار نایاب است.

مینگ هوی بهیکشونی از لحاظ فکری چندان با استعداد به‌نظر نمی‌رسید، اما ایمان بسیار قوی داشت. پیش‌نیاز تمرین کمال عالی برای کسانی که از قابلیت بسیار بالایی برخوردارند، ایمان و اعتقادشان است. کسانی که بیشترین ایمان را به گورویشان، سه گوهر و بخصوص به واجرایانا دارند، هرگز، حتی در بستر مرگشان، از ایمانشان دست برنمی‌دارند، آنها در واقع، عالی‌ترین دستاوردها را کسب خواهند کرد. بنابراین، عاليجناب توصیه کرد که «وارد شدن به کمال عالی در این دوران منحنی امری دشوار است، زیرا این مسیری خارق‌العاده است.» ما باید این کلمات را در ذهنمان حک کنیم.

سی. تمرین اولیه دزوگچن

امروزه بسیاری از پیروان واجرایانا معتقدند که یک فرد باید با تهنیت یا درخشندگی اولیه مراقبه کند تا به‌طور مؤثری طبیعت ذهنش را پیدا کند. به‌علاوه، به عنوان یک فرد معمولی که به تمرین می‌پردازد، او باید با تمرین‌های اولیه شروع کند، در ادامه نیرو کسب نماید و آنگاه تمرین اصلی را شروع کند. لانگچنپا ارجمند، میفام رینپوچه، و عاليجناب جیگمه فونتسوک رینپوچه مقدمات شدیدی برای تمرین دزوگچن در نظر گرفته‌اند. از آن جمله است نقاشی کردن مفاهیم زیبا بر روی ساختمانی که هنوز زیرساختش کامل نشده. ریسک این کار این است که پس از مدتی کل ساختمان فرو بریزد. بنابراین، ما باید زمانی روی دیوارها نقاشی کنیم که زیرساختشان کامل شده و قابل اطمینان باشد.

شرایط تمرین دزوگچن

سی ۲. شرایط تمرین دزوگچن

آنهایی که با اقبال بلندشان چنین تعلیمات عالی را دریافت می‌کنند، بایستی در طول میلیون‌ها سال، در زندگی‌های پیشین‌شان شایستگی بسیاری کسب کرده باشند و برای کسب روشنگری با بودا سامانتا‌بادرا دارای چنان شایستگی باشند، دوستان دارما، باشد که همه برای خود شاد باشید.

در اینجا منظور از «آموزش عالی» آموزه‌های دزوگچن می‌باشد و منظور از «آنهایی که دارای اقبال بلندند» کسانی هستند که برای دریافت کمال عالی ابتداء کرده یا به آن آموزه‌ها گوش داده‌اند، یا کسانی که ارتباط فرخنده‌ای با دزوگچن دارند. عالیجناب می‌گوید، «آنهایی که این فرصت را داشته‌اند تا به کمال عالی ببیوندند، این نتیجه شایستگی است که در طی زندگی‌های متعدد کسب کرده‌اند. توانایی دیدن چنین آموزه‌های عالی، در واقع، عبارت است از اشتراک در شرایط کارمایی با بودا سامانتابادرا، و در نتیجه، همه دوستان دارمایی مسرور خواهند شد.»

همه ما در این زندگی از اقبال دیدار با گورویمان برخوردار بوده‌ایم، تا آموزه‌های آنان را درباره و اجرايانا کسب و از آنها نیرو و دستورالعمل‌های اصلی را دریافت کنیم. چنان قرابت‌های شگرفی با و اجرايانا در نتیجه کارمای خوبی است که در طول زندگی‌های گذشته جمع شده است. لانگچنپا ارجمند از گنجینه ابزار عالی دو استنباط دارد¹⁶:

۱. از آنجا که ما در این زندگی با و اجرايانای بی‌نظیر مواجه شده‌ایم، باید در زندگی‌های پیشین قربانی‌هایی کرده باشیم و به حضور تعداد بی‌شماری بودا رفته و همچنین پیروان و شاگردان‌شان بوده باشیم.

۲. از آنجا که و اجرايانای بی‌نظیر را ملاقات کرده‌ایم، بدون تردید یا در این زندگی، یا در بار دو، یا در زندگی آینده شناخت کسب خواهیم کرد.

بنابراین، بر اساس استنباط منطق بودایی، اگر فردی و اجرايانا را شنیده باشد یا آن را مطالعه کرده باشد، بایستی قرابت متعالی با و اجرايانا داشته باشد. در واقع ما در شرایط مشابهی با بودا سامانتابادرا اشتراک داریم، زیرا ما در این زندگی می‌توانیم با دزوگچن مواجه شویم. به دلیل دارمای تنتریک متعالی است که سامانتابادرا حالت رهایی از خود را در مدتی کمتر از یک ثانیه کسب کرده است. دریافت این آموزه‌های عالی در نتیجه کارمای خوبی است که در طول زندگی‌های بی‌شمار گذشته گردآمده‌اند.

چنانکه در پراجماپارامیتا سوترا آمده است، فردی که در جنگل گم شده باشد، و قتیکه یک مرد چوپان را ببیند احساس می‌کند که به یک روستا نزدیک شده است. همچنین، و قتیکه ما با و اجرا گورو ملاقات کنیم و او ما را در مسیر و اجرايانا راهنمایی کند، مانند ماهی که به قلاب گیر کرده باشد، به ساحل کشیده خواهیم شد، و به زودی رها می‌شویم.

¹⁶ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Treasury_of_the_Supreme_Vehicle

ب. با و اجرايانا پيمان شكنى نكنيد

اگر كسى به و اجرايانا تهمت بزند يا به گورو و آموزه هايش خيانت كند، عواقب اين كار بسيار جدى خواهد بود. پيمان هاى و اجرايانا بسيار دقيق اند و اگر كسى آن پيمان ها را بشكند، مى تواند كارماى منفى ايجاد كند كه او را به اقليم هاى پايين تر سوق خواهد داد. اين نه تنها در مورد پيمان هاى و اجرايانا صدق مى كند، بلكه در خصوص پيمان هاى بوديهيستاوا نيز صادق است، سختگيرى در خصوص بودايى هاى عامى نيز زياد است. اگر كسى امروز در سه گوهر پناه آورد و فردا از سه گوهر انتقاد كند، او قطعاً به سه اقليم پايين تر فرو خواهد رفت. بنا بر اين، عاليجناب در ديگر آموزه هايش گفت تا زمانى كه فردى در اين دوره زندگى پيمان هايش را نشكند، در زندگى بعد دستاوردهاى كسب خواهد كرد، حتى اگر تمرين هايش را با پشتكار انجام نداده باشد. تمرين كنندگان و اجرايانا براى نگاه داشتن پيمان شان در اين زندگى بايد چنان نيت استوارى داشته باشند.

دلائل ايجاد بوديهيچيتا

ب. ۲. تشويق براى ايجاد ذهن بوديهيچيتا

سى ۱. دلائل ايجاد بوديهيچيتا

[ا] به خاطر همه موجودات ذى شعور در اقيانوس هراس انگيز سامسارا فرو رفت، تا به آنها كمك كند كه شادى جاودانى بوداگونه گى را كسب كنند، شما بايد مسؤليت منفعت رساندن به ديگران را برعهده بگيريد، و وابستگى به خودتان را كه مانند خوراكي زهرآلود است، رها كنيد.

الف. چرا ما بايد مسؤليت نوع دوستى را برعهده بگيريم؟

براى اينكه بتوانيم به موجودات ذى شعورى كه در چرخه ترسناك سامسارا غوطه مى خورند كمك كنيم تا شادى نهايى بوداگونه را به دست آورند، بايد مسؤليت منفعت رساندن به ديگران را عهده دار شويم و چسبيدن به نفس مان را كه مانند خوراكي زهرآگين است دور بيايندازيم.

به طور كلى، موجودات زنده را مى توان به دو گروه دسته بندي كرد: موجوداتى كه به روشنگرى دست يافته اند و صلح و آرامش موقت يا نهايى را كسب کرده اند، بر اين اساس، مى توان از آرهات ها، پراتيكابوداها، بوديهيستاواها و همچنين بوداهايى نام برد كه به شايستگى و خرد كامل دست يافته اند؛ موجودات متوهم يا نادانى كه هرگز طعم چنان

صلح و شادی که به واسطه روشنگری کسب شده است را نچشیده‌اند، کارمایشان آنها را به سامسارایی کشانده که پر از شرایط خطرناک است.

سامسارا یعنی سرگردان بودن یا حرکت بدون انقطاع. سامسارا دارای شش اقلیم از موجودات است که عبارتند از خداها، آسوراها، انسان‌ها، حیوانات، ارواح گرسنه و موجودات جهنمی. همه این موجودات در شش اقلیم سرگردانند، گاه به سه اقلیم بالاتر که در آنجا رنج چندان شدید نیست، وارد می‌شوند، اما به‌خاطر کارمای منفی‌شان به سرعت به ژرفای سه اقلیم پایین‌تر کشیده می‌شوند. چنانکه در مقدمه‌ای بر راه میانه چاندراکرتی آمده است.

موجودات ابتدا به «خود» فکر می‌کنند و به خود می‌چسبند؛
آنها به «مال من» فکر می‌کنند و به همه چیز وابسته‌اند؛
آنگاه بی‌اختیار مانند سب در چرخه آب، می‌چرخند
من با دلسوزی در برابر چنین موجوداتی سر خم می‌کنم!

بر اساس آموزه‌های معتبر و برداشت‌های شخصی بوداها و بودهیساتواهای روشنگر شده، ما به‌وضوح فهمیده‌ام که همه موجودات دارای توهم قبلاً والدین ما بوده‌اند و اکنون در رنج‌اند. بنابراین، آنها به دقت به ما توجه داشته و از ما مراقبت کرده بودند، پس ما با آنها ارتباط نزدیک داشته‌ایم. اگرچه اکنون ما را تشخیص نمی‌دهند، هر فردی که کمی وجدان داشته باشد، هرگز آنها را تنها نمی‌گذارد تا فقط به آرامش و شادی خودش بپردازد، بلکه آرامش و شادی عمیق آنها را نیز ضمانت می‌کند. یعنی، رها کردن ابدی آنها از اقیانوس ترسناک سامسارا و کسب روشنگری متعالی.

بنابراین، باید مسئولیت نوع‌دوستی را برعهده بگیریم تا به آنها کمک کنیم تا با تهیه غذا و لباس‌های خوب، شادی موقت را کسب کنند، و در همان زمان آنها را راهنمایی کنیم تا از طریق شناخت آرات‌ها، بودهیساتواها و بوداها شادی نهایی را تشخیص دهند. ما باید تا حد امکان از خودخواهی مسموم رها شویم؛ در غیر اینصورت مجازات آن بسیار سنگین است. در راه بودهیساتوا نوشته شانتی‌دوا آمده است،

اگر برای خدمت کردن به خودم، به دیگری صدمه بزنم،
من در آینده در اقلیم جهنم رنج خواهم برد،
اگر به‌خاطر دیگران به خودم صدمه بزنم،
هر برتری میراث من خواهد بود.

ب. کنار گذاشتن وابستگی زهرآلود نسبت به خود

در زمان‌های گذشته وقتی که را لوتساوا¹⁷ در مکان خلوتی بر روی الهه خود مراقبه می‌کرد، احساس کرد که می‌خواهد تمام عمرش را در چنان عزلتی ادامه دهد. اما یک روز الهه‌اش به او گفت، «تو هم می‌توانی بیرون بروی تا به سایر موجودات کمک کنی. خبر انجام چنین کاری حتی اگر برای چند لحظه باشد، بیشتر از آن است که برای بلیونها سال به‌طور مداوم در مکانی به‌دور از همه بر روی الههات مراقبه کنی.» بنابراین، حسن کمک کردن به دیگران با ذهنی نوع‌دوستانه بیش از سالیان سال توبه خودخواهانه است.

یک بار دیگر در راه بودهیساتوا نوشته شانتی‌دوا ذکر شده است،

کل لذتی که دنیا در خود دارد،
با آرزوی شادی برای دیگران تحقق پیدا می‌کند.
همه بدبختی که در دنیا وجود دارد
ناشی از آرزوی لذت برای خودمان است.

بنابراین، نباید اجازه دهیم که در زمان تمرین بودهیچیتایمان از ما دور شود. پاترول رینپوچه نیز گفت، «اگر شما کمال عالی بی‌نظیر را بدون در نظر داشتن بودهیچیتا تمرین کنید، آن به تمرین هینایانا یا تیرثیکا تبدیل می‌شود.»

بنابراین، عالیجناب جیگمه فونتسوک رینپوچه گفت که خودخواهی مانند زهر است، این استعاره‌ای عالی است که باید هر از گاهی بر آن مراقبه کنیم. افراد بسیار خودخواه صرفنظر از اینکه در چه شرایطی قرار دارند، دیر یا زود شکست می‌خورند. بیشتر بحث‌ها، بدبختی‌ها و جنگ‌های مانا ناشی از خودخواهی است، اگر خودخواهی را کنار بگذاریم آنها ایجاد نمی‌شوند. بنابراین، ما باید برای کسب چنین چیزی بکوشیم و بودهیچیتای واقعی شویم.

در واقع، ما نباید خیلی به حرف‌های مردم توجه کنیم، اما به‌جای آن، باید تازنده هستیم، هر کاری که می‌توانیم انجام دهیم تا به دیگران منفعت برسانیم. چه مردم از کاری که ما انجام می‌دهیم آگاه باشند یا نباشند، هر دو حالت کاملاً خوب است. به عقیده من، مردم از بسیاری از کارهایی که انجام داده‌ایم بی‌اطلاع‌اند، اما بوداها، بودهیساتواها و نیز گروه‌ها از آنها خبر دارند. حتی قانون علت و معلول غالب خواهد شد. بنابراین، اینکه کمک به دیگران برای کسب شهرت باشد، از هیچ ارزشی برخوردار نخواهد بود. به‌جای آنکه با انواع خواسته‌های دنیایی آلوده باشیم، باید همه تلاش‌مان را به‌کار ببریم تا به دیگران کمک کنیم.

17 http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Ra_Lotsawa

محاسن ایجاد بودهیچیتا

سی ۲: محاسن ایجاد بودهیچیتا

این [بودهیچیتا] دروازه را به سوی اقلیم‌های پایین‌تر خواهد بست، به شما امکان می‌دهد تا شادی اقلیم‌های متعالی را کسب کنید، و سرانجام شما را به رهایی نهایی از سامسارا راهنمایی می‌کند، شما باید این آموزه‌های ضروری را بدون اینکه چیزی مانع از ادامه کارتان شود، انجام دهید.

الف. محاسن بودهیچیتا

محاسن ایجاد بودهیچیتا شامل این موارد است: بستن دروازه به سوی اقلیم‌های پایین، اجازه کسب آرامش و شادی موقت نسبی در اقلیم انسان‌ها و خدایان، و در نهایت به ما توانایی می‌دهد تا از سامسارا رها شویم. با درک این حقیقت، هر فردی که به تمرین دارما می‌پردازد باید این آموزه‌های ضروری را بلا انقطاع انجام دهد.

محاسن بودهیچیتا، اعم از الهام‌بخشی بودهیچیتا یا عمل بودهیچیتا، قابل اندازه‌گیری نیستند، آنها بی‌کران‌اند. جزئیات آنها در چکیده آموزه‌ها^{۱۸}، راه بودهیساتوا، و بسیاری دیگر از سوتراهای ماهایانا آمده است. می‌توان به آسانی گفت که محاسن بودهیچیتا به دو شکل می‌توانند متجلی شوند:

۱. اگر کسی بودهیچیتا را ایجاد کند، همه کارمای منفی زنجیره‌های ذهنی فرد نابود و درهای اقلیم‌های پایین‌تر بسته خواهند شد. شانتی‌دوا می‌گوید:

درست مثل آتش‌های آخر الزمان،
گناهان بزرگ به وسیله بودهیچیتا می‌سوزند،
بنابر این، همانطور که خداوند دانا و دوست داشتنی برای سودانا توضیح داده است،
منافع آن بی‌نهایت است.

¹⁸ <http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Shikshasamucchaya>

منظور از گناه بزرگ کارمای بسیار منفی است که تہذیب آن بسیار دشوار است و به واسطه پنج کار خلافی که با مجازات فوری همراهند جمع شده است¹⁹ یا ناشی از انتقاد از دارماست. اما وقتی که بودھیچیتا طلوع می‌کند، ممکن است تمام اینها بسوزند، مثل آتشی که در آخر الزمان کل دنیا را بسوزاند. اگر کارمای منفی انسان تہذیب شده باشد، احتمال فرو افتادن به قلمروهای پایین‌تر بسیار کم است.

در نتیجه، عالیجناب گفت، فردی که بودھیچیتا را در خود پرورش داده باشد، احتمالاً نمی‌تواند به قلمروهای پایین‌تر فرو افتد. ما باید همه تلاش‌مان را به‌کار ببریم تا قبل از مرگمان بودھیچیتا را ایجاد کنیم و مطمئن باشیم که بودھیچیتایمان از ما جدا نمی‌شود، با این تدبیر ما در قلمروهای پایین‌تر متولد نمی‌شویم.

۲. با ایجاد بودھیچیتا، ریشه‌های اخلاقی یک فرد نیرومندتر و نیرومندتر می‌شوند. در نتیجه، او می‌تواند به‌شکل یک انسان یا خدا متولد شود و از آرامش و شادی موقتی که در قلمروهای بالاتر وجود دارد بهره‌مند شود، به‌علاوه، او به‌طور کامل به شایستگی هفت مسیر و ده بهومی دست می‌یابد، و میوه نهایی و غیر انفصال بوداگونه‌گی را کسب می‌کند.

بنابر این، منافع بودھیچیتا برای موجودات زنده بسیار زیاد است. شانتی‌دوا نیز می‌گوید،

پیش‌نویس درد،
این عامل شادی برای آنهایی است که در جهان سرگردانند -
این نگرش ارزشمند، این گوهر ذهن را،
چگونه می‌توان سنجید یا واجد شرایط کرد؟

ب. نتیجه‌گیری انجام شده توسط بوداها

این نتیجه‌ای است که بوداها در طی میلیون‌ها سال با مراقبه طولانی مدت از طریق خرد غیر انفصال‌شان کسب کرده‌اند. مثل دانشمندی که خودشان را وقف مطالعات طولانی مدت کرده‌اند، تا بتوانند چیزی را اختراع کنند که، به عقیده آنها، منفعت عظیمی به بشریت خواهد رساند. بوداها نیز کشف کرده‌اند که بودھیچیتا بیشترین منفعت را به همه موجودات زنده می‌رساند. آنها پس از مشاهدات متعددی که در طول زمان انجام داده‌اند، دریافته‌اند که تعداد بی‌شماری از موجودات زنده با ایجاد بودھیچیتا در ذهن‌شان، به آسانی، می‌توانند به میوه متعالی بوداگونه‌گی دست یابند. بر این اساس، شانتی‌دوا گفت،

¹⁹ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Five_crimes_with_immediate_retribution

بوداهای متعالی، قرن‌های متوالی عمیقاً به تعمق پرداخته‌اند،
آنها دیده‌اند که این، فقط این
می‌تواند تعداد بی‌حد و حصری از موجودات را نجات دهد
و به آسانی آنها را به شادی متعالی برساند.

در نتیجه عالیشان شاکر دانش را تشویق می‌کند که بودهیچیتا را ایجاد کنند و این آموزه
ضروری را بدون انقطاع انجام دهند. ما نباید بگذاریم که ذهنمان با توجه به مسائل دنیایی
وسوسه شود و مسیرمان تغییر کند.
ما باید صادقانه دستور العمل‌های بودهیچیتا را انجام دهیم، زیرا از بین همه تمرین‌ها، این
مهمترین و بارزترین رویکرد است.

محاسن رعایت احکام

ب ۳: تشویق برای برانگیختن قطع علاقه ذهن

سی ۱: شایستگی رعایت احکام

نسبت به هیچ یک از اتفاقات بزرگ سامسارا
هیچ اندیشه اشتیاق‌آمیزی نداشته باش.
احکام ناب، زینت‌های باشکوه جهان،
که انسان‌ها و خدایان هدایای عالی به آنها پیشکش می‌کنند را رعایت کن.

الف. ذهنی با قطع علاقه واقعی

برای اینکه در نهایت از سامسارا رها شویم، نباید ذره‌ای علاقه نسبت به این دنیای خیر مکننده
و ثروت آن داشته باشیم. در عوض، ما باید با وجدان، احکام نابی که انسان‌ها و خدایان
نعمت‌های متعالی‌شان را به آنها اهداء می‌کنند را رعایت کنیم.

برای کسانی که می‌خواهند از تناسخ منفک شوند و به راهی دست یابند، دستاوردهای
شهرت، قدرت، موقعیت اجتماعی عالی و لذت جسمانی کاملاً بی‌معنی است، و هیچ میل و
آرزویی را در آنها ایجاد نمی‌کند. نگاه آنها به ماشین‌های لوکس و عمارت‌ها مثل این است که
آنها را در رؤیا، خیال یا حباب می‌بینند. آنها فقط به خدمات ظاهری نمی‌پردازند، بلکه واقعاً

احساس می‌کنند که این سه اقلیم مانند خانه‌ای هستند که آتش گرفته و لحظه‌ای سعادت در آنها نیست. اینها افرادی هستند که واقعاً ذهن‌شان از علائق منقطع شده است.

به هر حال، بسیاری از افراد مانند ناند²⁰، برای قطع علاقه و وابستگی از دنیای مادی مشکلاتی داشته‌اند. اما اگر آموزه‌های بودایی را در دراز مدت مورد مطالعه قرار دهیم، از ناامنی سامسارا آگاه می‌شویم و قطع علاقه را در وجودمان ایجاد می‌کنیم.

بنابر این، چگونه می‌توان یک ذهن واقعی توأم با رویگردانی و قطع علاقه ایجاد کرد؟ راهی بهتر از این نیست که بر چهار اندیشه مراقبه کنیم تا ذهنمان را از سامسارا دور نماییم: (۱) ارزشمندی تولد به شکل یک انسان؛ (۲) ناپایداری زندگی؛ (۳) نقص سامسارا؛ (۴) قانون علت و معلول مصون از خطاست. پس از آنکه این چهار تمرین اولیه کلی را کامل کنیم، قطع علاقه در زنجیره ذهنی ما به‌طور کامل ایجاد می‌شود. آنگاه، ما شبانه‌روز با صداقت کامل در آرزوی رهایی از سامسارا به‌سر می‌بریم، مثل زندانی که به شدت خواهان رها شدن از زندان است.

لا ما تسونگخاپا در سه جنبه اصلی راه می‌گوید،

یافتن آزادی و موقوفات دشوار است
در زندگی وقت اضافی برای از دست دادن وجود ندارد.
از طریق آشنایی با این اصل،
جذب شدن به ظواهر زندگی بر عکس عمل می‌کند.

وقتی به دفعات بیاندیشید
آن رفتارها و تأثیراتشان فریبنده نخواهد بود،
با تأمل مکرر، بر تیره‌روزی چرخه وجود
جذابیت نسبت به ظواهر زندگی‌های آینده معکوس می‌شود.

با تعلیم دیدن به این روش،
حتی برای لحظه‌ای اشتیاق ایجاد نمی‌شود،
با جذابیت نسبت به کمالات چرخه وجود،
در هر روز و شب تمایل جستجوی رهایی ایجاد می‌شود -
آنگاه اندیشه رویگردانی و قطع علاقه شکل می‌گیرد.

²⁰ [https://en.wikipedia.org/wiki/Nanda_\(Buddhist\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Nanda_(Buddhist))

برای ایجاد قطع علاقه، باید احکام ناب را دریابیم و آنها را انجام دهیم، اینها باشکوه‌ترین زینت در جهان‌اند که انسان‌ها و خدایان هدایایی به آنها اهداء می‌کنند. احکام اصل همه صفات بافضیلت‌اند. در سوترای رهایی فردی آمده است که «این پلی است برای حرکت به سوی سر نوشت نیک» شایسته بودایی‌هایی که در صومعه زندگی می‌کنند نیست که با گوشواره‌ها و دستبندهای جواهر نشان خود را بیارایند. اما تمرین‌کننده‌ای که احکام غیر آلوده، یعنی باوقارترین زینت، به او عطا شده، شایسته سجده، پرستش و پیشکش دادن انسان‌ها و خدایان است.

هر موجود ذی‌شعوری دارای توانایی متفاوتی است، بر این اساس سطوح متفاوتی از دستور العمل را دریافت می‌کند. اگر فردی ذهنی گسسته از علائق داشته باشد، آنگاه او می‌تواند تشریفات را دریافت و سرامانرا²¹ یا دستورات سرامانریکا یا بهیکهونی²² را مشاهده کنند. اما اگر شرایط اجازه ندهد که فردی خانه را ترک کند و به یک جامعه رهبانی بپیوندد، او حداقل باید یکی از پنج دستور العمل مربوط به عوام را انجام دهد، یا با ذهنی که قطع علاقه راهنمای اوست، پیمان‌های پناه را ببندد. این برای فردی که [بودیسم] را انجام می‌دهد بسیار دشوار است که محاسن لازم را کسب کند اگر این دستورات را به دقت انجام ندهد. در نامه‌ای به یک دوست اثر ناگار جونا آمده است،

پیمان‌هایت را بدون آنکه بشکنی یا تخریب کنی
بدون فساد و آلودگی حفظ کن.

چنانکه زمین اساس هر آنچه ثابت یا متحرک است می‌باشد،
چنانکه گفته شده نظم و انضباط بر اصلی قرار گرفته که همه نیک است.

زمین اساس همه چیزهایی است که در این جهان قرار گرفته. به همین ترتیب، همه شایستگی‌ها بر اساس احکام پدید آمده‌اند. اگر ما یک حکم را کسب و حفظ نکنیم، بر ایمان بسیار دشوار خواهد بود که تولدی دوباره به شکل یک انسان یا یک موجود آسمانی داشته باشیم، چه برسد به آنکه به رهایی دست یابیم. به این سبب است که در سی و هفت تمرین بودهیساتوا، نوشته توگمه زانگپو آمده است،

بدون انضباط، شخص نمی‌تواند به خیر و صلاح خود دست یابد،

²¹ <https://en.wikipedia.org/wiki/Samanera>

²² <https://en.wikipedia.org/wiki/Bhikkhu>

فکر کردن به کسب خیر و صلاح برای دیگران خنده‌دار است.
بنابر این، رعایت انضباط،
بدون انگیزه سامسارا با تمرین بودهیساتوا میسر است.

خطای عدم رعایت احکام

سی ۲: خطای عدم رعایت احکام

از آنجا که همه شادی‌های موقت و دائم،
از رعایت دستورات ناب حاصل می‌شوند،
و رعایت نکردن احکام موجب می‌شود که فرد در قلمروهای پایین‌تر متولد شود،
شما باید تصمیم درستی اتخاذ کنید و دچار سردرگمی نشوید.

در نتیجه رعایت احکام ناب می‌توان به منافع موقت تولد دوباره در قلمرو انسان‌ها و خدایان
و شادی دائم ناشی از روشنگری و رهایی دست یافت. اگر کسی پیمانش را بشکند و به‌طور
کامل توبه نکند، مطمئناً به یکی از سه قلمرو پایین‌تر نزول خواهد کرد. بنابر این، بسیار
ضروری است که شاگرد در سلوکش تصمیم درستی اتخاذ کند و دچار سردرگمی نشود.

در سوترای رهایی فردی آمده است که تنها مقصد برای کسانی که احکام را رعایت نمی‌کنند،
سه قلمرو قهقراپی، یعنی موجودات جهنمی، ارواح گرسنه و حیوانات است. بر این اساس در
سوترای خلاصه‌شده پراجناپارامیتا آمده است، «کسانی که پیمان‌شان را می‌شکنند نمی‌توانند
به خودشان کمک کنند چه برسد به اینکه به دیگران کمک کنند.»

انجام احکام ناب در این روزگار انحطاط‌آمیز دشوار و دشوارتر شده است. به‌خصوص، در
این عصر اطلاعات تجاری برای راهبان دشوار است که احکام را به‌دور از آلودگی رعایت
کنند. تلویزیون‌ها، لپ‌تاپ‌ها و تلفن‌های همراه به‌طور مداوم افراد را تحریک و آنها را
وسوسه می‌کنند. در نتیجه در ذهن بسیاری از افراد قطع علاقه و واقعی وجود ندارد و تعداد
کمی هستند که بتوانند در مکان‌های دور افتاده زندگی کنند و مانند افرادی که در قدیم دارما را
تمرین می‌کردند، فقط بر تمرین دارما متمرکز بمانند.

به هر حال، تا به سطح مشخصی از قطع علاقه و رویگردانی برسیم و برای کسب
روشنگری اشتیاقی صادقانه داشته باشیم، ضروری است که با سه پناه پیمان ببندیم و پنج

حکم را انجام دهیم. اگر کسی یکی از این پیمان‌ها را بشکند، او باید آن پیمان را در برابر یک استاد واجد شرایط دریافت کند.

علت آن این است، همانطور که گل‌ها، گیاهان و درخت‌ها فقط بر روی زمین رشد می‌کنند، همه شایستگی‌ها و موفقیت‌ها بر اساس احکام رشد می‌کنند. لاما تسونگخاپا در یکی از متونش به نام راه اصلی برای رسیدن به روشنگری به آموزه‌های موجود در این سوترا می‌پردازد، که می‌گوید، در روزگار انحطاط شایستگی انجام احکام در یک روز برابر است با شایستگی ارائه هدایا به بوداها و بودهیساتواها در طی هزاران میلیون سال. بنابراین، در این دوران انحطاط نباید سردرگم شویم یا مسیرمان را گم کنیم. ما باید در انتخاب‌هایمان در خصوص علل و شرایطی که می‌تواند احکام را حفظ کنند بی‌نهایت مراقب باشیم و از شرایطی که مورد علاقه‌مان نیستند و ما را به پیمان‌شکنی وادار می‌کنند دوری کنیم. ما برای کسب این هدف می‌کوشیم!

دلایل ایجاد شخصیت‌های با فضیلت

ب ۴: تشویق برای ایجاد شخصیت‌های با فضیلت
سی ۱: دلایل ایجاد شخصیت‌های با فضیلت

همیشه در کلام و عمل با دوستانان همراه باشید
فردی صادق باشید با قلبی سرشار از مهربانی
برای آنکه بتوانید در طولانی مدت برای خودتان مفید باشید،
دستورالعمل اصلی آن است که در لحظه کنونی برای دیگران مفید باشید.

الف. اهمیت شخصیت‌های با فضیلت

شخصیت با فضیلت ایجاب می‌کند که همیشه با آنچه اعضاء خانواده و دوستانمان می‌گویند و انجام می‌دهند سازگار باشیم؛ زیرا باید فردی صادق با قلبی سرشار از محبت باشیم؛ و اگر می‌خواهیم در دراز مدت به خودمان منفعت برسانیم، دستورالعمل این است که اکنون به دیگران منفعت برسانیم.

تمرین دار ما به شخصیتی با فضیلت نیاز دارد، این مطلبی ضروری است که به‌طور خلاصه در آموزه‌های عالیجناب در طی سالیان سال تدریس ذکر شده است. عالیجناب این را الزامی

کرده‌اند که هر کس در لارنگ گار تحصیل می‌کند باید این سه اصل را دنبال کند، که عبارتند از (۱) ایجاد یک شخصیت با فضیلت؛ (۲) حفظ احکام ناب؛ (۳) گوش کردن، تأمل و مراقبه بر آموزه‌های دارما.

صرفنظر از اینکه فرد آموزه‌های ماهایانا یا واجرایانا را بیاموزد؛ وجود یک شخصیت با فضیلت ضروری است؛ در غیر اینصورت، حتی ذره‌ای پیشرفت در تمرین‌های دارما غیرممکن خواهد بود. جو میفام رینپوچه در کلامی بر کدهای دنیایی و فردانیایی می‌گوید،

قوانین دنیایی بنیان بودادار ما هستند،
اگر فردی در دنیارفتار شرافتمندانه‌ای نداشته باشد،
او هرگز اصول متعالی بودادار ما را درک نخواهد کرد،
نیاز به تذکر نیست که به روشنگری نخواهد رسید.

ب. شخصیت‌های با فضیلت چیستند؟

در این بیت عالیجناب استانداردهای لازم برای یک شخصیت با فضیلت را ذکر می‌کنند و از ما انتظار دارند که آنها را کاملاً به‌خاطر بسپاریم.

«همیشه در گفتار و عمل با دوستانان سازگار باشید.» ما همیشه باید با افراد خانواده و دوستانمان صرفنظر از سن و موقعیت اجتماعی آنها ارتباط نزدیکی داشته باشیم. از دیدگاه دنیایی، فردی که دارای شخصیت خوبی است مورد احترام کسانی است که از موقعیت بالاتری برخوردارند، او نسبت به افراد محروم شفقت داشته و با کسانی که با او در یک طبقه اجتماعی قرار دارند رفتار مناسبی دارد.

در منطقه ثبت استعاره‌ای وجود دارد که می‌گوید: «وقتی یکصد گاو میش با هم از تپه بالا می‌روند، گاباها (گونه کوچک گاو میش) از تپه پایین می‌آیند.» این تصویری بسیار واضح است. فردی که شخصیتی منفی دارد همیشه با سایر افراد در جدال است. وقتی که چنین فردی مردم را ترک می‌کند، آنها احساس آرامش می‌کنند. مثل این است که یک ناخنک را از چشم کسی درآورده باشند؛ رفتنشان علتی برای شادی و سرور است.

چنانکه بودا می‌گوید، «من باید با مردم دنیا کنار بیایم.» وقتی که بودا چنین رفتار می‌کند، ما مردم عادی قطعاً باید چنان رفتاری داشته باشیم. البته، سازگاری به معنی این نیست که از هیچ اصلی پیروی نکنیم. سازگاری به معنی آن نیست که فرد باید با حرص و نفرت دیگران

سازگار باشد. ما با کارهایی که بر اساس دارما منطقی هستند سازگاری نشان می‌دهیم و با این روش، با سایر افراد هماهنگ می‌شویم.

«فردی صادق باش.» نسبت به هر چه می‌گوییم و هر کاری که انجام می‌دهیم باید ذهنی عادل، صادق و بی‌طرف داشته باشیم. ما باید از وابستگی و بیزاری نسبت به دیگران رها باشیم. به علاوه، هرگز نباید خودمان را در موقعیت غالب قرار دهیم و قضاوتی عاری از عدالت نداشته باشیم. ما باید به حقیقت پایبند بوده و بی‌طرف باشیم. بنابراین، ضروری است که فردی صادق باشیم. پس مهم نیست که دیگران ما را درست درک نکنند یا شهرتمان را از دست بدهیم، ما هرگز صدمه نمی‌بینیم. طبیعت مهربان و صادق ما مانند طلای خالص می‌درخشد و هرگز با موانع یا تاریکی لکه‌دار نمی‌شویم.

اگر فردی «با قلبی مهربان» به نظر برسد که صداقت دارد و می‌خواهد با دیگر افراد همراه باشد، اما در ذهنش شریر باشد، آنگاه کیفیت اخلاقی این فرد مورد سؤال است. ذهن ریشه همه چیز است. یکبار لا‌ما تسونگخا‌پا گفت،

اگر نیت نیک است، سطوح و راه‌ها خوب‌اند.

اگر نیت بد است، سطوح و راه‌ها بد‌اند.

از آنجا که همه چیز به نیت بستگی دارد، اطمینان حاصل کنید که آنها مثبت‌اند.

وقتی کسی مهربان است، همه چیز درخشان خواهد بود؛ اما اگر کسی قلبش را بر این مبنا قرار ندهد، او به سوی تاریکی حرکت خواهد کرد.

این سه اصل صداقت داشتن از اهمیت بسیاری برخوردارند. عالیشاناب همچنین اشاره کرده است که اگر می‌خواهیم در درازمدت به خودمان منفعتی برسانیم، یک دستورالعمل بسیار مؤثر این است که در حال حاضر به دیگران منفعت برسانیم. به عنوان یک انسان، این عملی نیست که به رفاه و منفعت خودمان فکر نکنیم، اما اگر در روند دنبال کردن اهدافمان به کسانی که در اطرافمان هستند صدمه بزنیم، پیروز نخواهیم شد. شاید این به نوعی حیل‌گرانه به نظر برسد که برای رسیدن به منفعت خودمان به دیگران کمک کنیم و حقیقتاً، بهتر است که چنین اندیشه‌ای در سر نداشته باشیم. به هر حال، اگر نتوانید ذهنی نوع دوستانه ایجاد کنید، حداقل باید سعی کنید که برای منفعت و ادامه حیات خودتان هم که شده، نسبت به سایر افراد مهربانتر باشید.

عالیجناب، یکبار برای مزاح گفتند، «بعد از سالیان طولانی تجربه زندگی، من متوجه شدم که اکثر مردم، از خرد دنیوی بسیار کمی برخوردارند. آنها به طرز خودخواهانه‌ای فقط سعی می‌کنند که به خودشان منفعت برسانند، البته این استراتژی خوبی نیست. مثلاً، یک جوان کسی را دوست دارد، او سعی می‌کند تا به هر شکل ممکن با محدود کردن آزادی‌های فرد مورد علاقه‌اش، او را در اختیار بگیرد. معمولاً نتیجه عکس خواهد بود. اما فرد دیگری رویکرد دیگری را به کار می‌برد، او با قلبی سرشار از محبت به فردی که دوستش دارد کمک می‌نماید و از او حمایت می‌کند. با این روش، فرد مورد علاقه‌اش آماده است که او را بپذیرد. و قتیکه بودادار ما را مطالعه می‌کنیم، اگر به اهمیت اینکه یک شخصیت با فضیلت داشته باشیم پی نبریم و سعی نکنیم ویژگی‌های خوب را در خودمان ایجاد کنیم، نخواهیم توانست در تمرین‌هایمان به هیچ یک از حالت‌های روشنگری دست یابیم.»

شایستگی حفظ شخصیت با فضیلت

سی ۲: شایستگی حفظ شخصیت با فضیلت

اینها استانداردهای ناب برای خوب بودن اند،
و ابزار ماهرانه بوداهای گذشته، حال و آینده
همچنین جوهر چهار دارمای جذب
هیچ یک از شما، شاگردان من، هرگز و هرگز نباید آن را فراموش کنید!

الف. شایستگی حفظ شخصیت با فضیلت

از دیدگاهی غیردینی و کاملاً اخلاقی، داشتن یک شخصیت با فضیلت معادل با خوب بودن است. از دیدگاه جستجو برای کسب روشنگری، برای بوداهای گذشته، حال و آینده این ماهرانه‌ترین ابزار برای کسب بوداگونه‌گی بوده است. این جوهر چهار دارمای جذب است که بودهیساتوا آنها را انجام می‌دهد. همه بودایی‌ها باید این را به ذهن بسپارند و هرگز فراموش نکنند.

فضائل شخصیتی «استانداردهای نابی برای خوب بودن هستند»، اصول بنیانی که بر زندگی انسان ذی‌شعور حاکم است. در دوران اولیه بودایی در تاریخ تبت، امپراتور سونگنسان

گامپو شانزده دستور العمل²³ برای خوب بودن تنظیم کرد، که شامل ایجاد اعتقاد برای سه گوهر؛ جستجو و تمرین دارمای مقدس؛ جوا بگویی محبت پدر و مادر بودن؛ صداقت داشتن، حسادت نداشتن و مواردی از این قبیل می‌باشد.

فضائل شخصیتی نه تنها در زندگی دنیوی مورد نیازند، بلکه فراتر از آن، دستور العملی برای زندگی توأم با روشنگری می‌باشند. در واقع، این مسیر «ماهرانه‌ترین ابزار» برای کسب بوداگونه‌گی برای همه بوداهای گذشته، حال و آینده است. صرف‌نظر از اینکه کدام بودا مورد نظرمان است، او باید در مرحله علّیت فرد خوبی بوده باشد.

حتی اگر دستاوردهای آنها را در زمینه تشخیص و روشنگری کنار بگذاریم، می‌توانیم به آسانی بگوییم که استادان روشنگر شده از کاریزمای فوق‌العاده‌ای برخوردارند و بسیار جذاب می‌باشند. من در زندگی از تعداد زیادی از معلمان معنوی عالی‌پرویی کرده‌ام و حرف‌ها و رفتارشان از تصورات مردم عادی فراتر می‌رود. این استادان عالی، به‌خاطر فضائل شخصی‌شان، به مرتبه‌ای فراتر از دنیای سکولار رسیده‌اند.

فضائل شخصیتی «جوهر جذب چهار دارما» می‌باشند²⁴، که شامل: (۱) بخشیدن آنچه دیگران دوست دارند، تا آنها را به سوی عشق رهنمون شویم و به حقیقت دست یابند؛ (۲) با همان هدف کلمات محبت‌آمیز بگوییم؛ (۳) با همان هدف، به دیگران منفعت برسانیم؛ (۴) همکاری و سازگاری با دیگران، تا آنها را به سوی حقیقت سوق دهیم. اینها چهار اصل مهم بودهیساتوا برای منفعت رساندن به موجودات ذی‌شعور است. همه اینها باید بر اساس یک شخصیت با فضیلت ساخته شوند. کسی که از یک شخصیت با فضیلت برخوردار باشد، تمایل دارد که ببخشد، کلمات دلنشین بگوید، به دیگران منفعت برساند، با دیگران همکاری کند و با آنها هماهنگ شود تا آنها را به سوی روشنگری سوق دهد.

ب. نصایح قلبی عالینجاب

به علت دلائل ذکر شده، عالینجاب نصایحش را از ته قلب ارائه کرد: «به آنهایی که دانشجویان من هستند و به من اعتقاد دارند می‌گویم، شما باید همیشه به‌خاطر داشته باشید که هم اکنون و هم در آینده فردی با فضیلت باشید. اگر نمی‌توانید فرد خوبی باشید، همه آنچه که می‌کارید مانند درختانی بی‌ریشه‌اند که هرگز رشد نخواهند کرد و شکوفا نخواهند شد.»

²³ http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Sixteen_pure_human_laws

²⁴ http://rywiki.tsadra.org/index.php/four_means_of_attraction

در قدیم، استادان کادامپا، قبل از اینکه شاگردی را بپذیرند، ابتدا رفتارهای او را مشاهده می‌کردند. اگر آن دانش‌آموز فرد صادقی نبود، استادان او را نمی‌پذیرفتند و سلسله دارما را به او واگذار نمی‌کردند. از سوی دیگر، اگر دانش‌آموزی فرد خوبی بود اما باهوش نبود، استادان انتظار داشتند که او دانش‌آموز خوبی باشد، بنابراین در اینجا، فضائل شخصیتی بیش از هوش عنصر حیاتی است. یک فرد خوب الزماً ظاهری برازنده و صدایی زیبا ندارد و مبادی آداب نیست؛ بلکه او باید قلبی مهربان داشته باشد.»

این غیر معمول نیست که افراد در خصوص بعضی مسائل حیاتی با هم موافق نباشند. حتی بسیاری از بیخوس‌ها و بیخوسنی‌ها [راهبانی که با تكدی زندگی‌شان را می‌گذرانند] در سانگهایی که با بودا زندگی می‌کردند، چنین مشکلاتی داشتند. اما در مجموع، مهم نیست که پیرو کدام مکتب باشید، چه ماهایانا باشد یا واجراییان، سانگها باید مجموعه‌ای از یک گروه خوش‌مشرّب باشد و از فضایی هماهنگ و منسجم برخوردار باشد. این تجلی یک شخصیت با فضیلت است.

خلاصه اینکه، عالیجناب جیگمه فونتسوک رینپوچه در این متن به چهار حکم اصلی پرداخته است، که عبارتند از خرد غیر دوگانه در موضوع آموزه‌های ماهایانا و واجراییان، بوده‌یچیتا، قطع علاقه و شخصیت با فضیلت. این چهار حکم اساس ۸۴,۰۰۰ آموزه دارما هستند که در این مطالعه نظری و تشخیص فردی خلاصه شده‌اند. هر یک از ما باید این احکام را به‌طور ثابت در ذهن‌مان نگاه داریم.

اختصاص دادن

الف ۳: پایان دادن

ب ۱: اختصاص دادن

من این فضیلت را به همه موجودات ذی‌شعور اختصاص می‌دهم
باشد که آنها بر پرتگاه سامسارا صعود کنند.
باشد که همه شاگردان قلبی من شاد باشند
و تولد دوباره آنها در سرزمین پاک غربی سعادت نهایی باشد.

ریشه‌های شایستگی و فضیلتی که از نوشتن این تفسیر حاصل می‌شود به همه موجودات ذی‌شعوری که مادران ما بوده‌اند منتقل شود. باشد که آنها بر پرتگاه وحشتناک

شش قلمرو سامسارا صعود کنند. در این مدت زمان، جوهر ۸۴،۰۰۰ روش دار مادر چهار دستور العمل اصلی که در بالا ذکر شده‌اند گرد آمده باشد؛ باشد که سعادت متعالی در قلب و ذهن کسانی که به عالیجناب جیگمه فونتسوک رینپوچه و بودیسم ایمان دارند ایجاد شود. باشد که همه موجودات ذی‌شعور، دارای قرابت فرخنده، در سرزمین پاک غربی دوباره متولد شوند، آرامش و شادی نهایی به دست آورند و در آینده به تعداد بی‌شماری از موجودات ذی‌شعور منفعت برسانند.

پیشینه سرودن شعر

ب ۲: پیشینه سرودن شعر

در هفدهمین چرخه تقویم تبتی و سال موش آتش، معلم و شاگرد بر همه موانع بیرونی، درونی و مخفی غلبه یافته بودند. در این روز فرخنده، نگوانگ لودرو تسونگمد پیروزی را جشن گرفت و در میان تقریباً پنج هزار نفر از راهبان، سادوها، به‌طور موقت آواز خواند!

در یک چرخه کامل از تقویم تبتی شصت سال وجود دارد. رکورد ثبت شده از تاریخ تبتی سال ۱۰۲۷ قبل از میلاد مسیح می‌باشد. سالی که عالیجناب آهنگ پیروزی را سرود در هفدهمین چرخه از تقویم تبتی، سال موش آتش (۲۱ سپتامبر ۱۹۹۶) بود. چنانکه قبلاً ذکر شد، این سالی بود که عالیجناب پس از غلبه بر همه موانع بیرونی، درونی و تنزیک به صومعه بازگشت و با خوشحالی به شاگردانش پیوست. صومعه برنامه سرگرمی و اجرا انجمن دارما را به مناسبت این روز خاص ترتیب داد، در طی این برنامه حکایت بیماری و شفا یافتن عالیجناب اجرا شد، همچنین دعاهایی که ابتدا توسط درونتونپا و جو میقام رینپوچه ارجمند خوانده شده بودند، به منظور خیر و برکت برای عالیجناب خوانده شد.

نگوانگ لودرو تسونگمد نام دارمایی عالیجناب است. او در حالیکه پنج هزار راهب، سادو! سادو! دور او گرد آمده بودند، به‌طور موقت آهنگ پیروزی را خواند.



For Non-Commercial Use Only