



Analysing the Concept of Yoga Based on the Text of the Religion of Jainism Yogadr̥ṣṭisamuccaya

Bahareh Zamiri¹  | Fayyaz Gharaei² 

1. PhD Student, Department of at the Ferdowsi University of Mashhad Mashhad, Iran. Email: baharehzamiri@yahoo.com

2. Corresponding Author, Associate Professor, Department of Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran. Email: f.gharaei@um.ac.ir

Abstract

Yoga is one of the six philosophical schools of India and is a set of physical, mental, and spiritual practices that originated in ancient India. Yogic practices have been used by Buddhists, Jains, and almost all systems that emphasise meditation. These different philosophical systems have led to the formation of different yogic thoughts. Jainism, like other religions of Indian origin, places great importance on yoga and meditation as a means of spiritual progress and liberation. The text of *Yogadr̥ṣṭisamuccaya* is one of the essential texts of the prominent scholar of the Jain tradition, Haribadra Seri, in the field of yoga. Haribhadra's writings on yoga provide an eighth-century analysis of yoga from a Jainism perspective. Haribhadra calls every spiritual and religious act that frees a person yoga. He practices three unique types of yoga that the seeker can achieve eight people by this path.

Keywords: Yogadr̥ṣṭisamuccaya, Yoga, scripture, understanding, liberation, Jain.

Introduction

The word yoga is used in the Rig Veda but does not imply the spiritual aspect. In the Upanishads, especially in the early parts, this word does not have a spiritual meaning. The word yoga has a spiritual meaning and significance only in the later Upanishads. Yoga is believed to have been in obscurity since ancient times. The origin of yoga is a matter of controversy. There is no consensus on a specific date or origin, except that yoga developed in ancient India.

Jainism, like other religions of Indian origin, places great importance on yoga and meditation as a means of spiritual progress and liberation. In the early Jain tradition, the term yoga describes how karmas unite with the soul. Since the later Upanishads, the word yoga has been associated with the spiritual practices of moral self-restraint, prayer, and meditation in all Indian religions. In the middle period, Jain authors such as Haribadra, Shubachandra and Hamachandra used the term yoga to refer to Jain spiritual practice. This meaning remains in common usage today.

Research Findings

Haribhadra introduces a threefold classification of yoga, a fourfold classification of yogic seekers, and an eightfold classification of yogic viewpoints in *Yogadr̥ṣṭisamuccaya*. There are three classifications of yoga: yoga by intention (Icchā yoga), yoga by scripture (Śāstra



yoga) and yoga by self-exertion (Sāmarthya yoga). In this definition, he equates yoga with religious observance. So, observing a person's religion determines his type of yoga. In the first type, a person is aware of the absolutes of the holy text, yet he commits a mistake. In the second type, a person has full faith and knowledge in the divine text and avoids the absolutes of the sacred text as much as he can. In the third type, yoga emerges through the tremendous effort and energy of the seeker, although only a brief mention of these matters is made in the sacred text. This type of yoga is indescribable and leads to endless knowledge.

In Yoga of the Third Kind, Haribhadra discusses the critical issue of the sacred text. According to his opinion, reaching the sublime stages requires little reliance on the holy text, and reaching the lower and middle stages requires more reliance on the sacred text. The holy text only shows the path to Moksha and does not specify all the path details.

The eightfold classification of yoga depicts the spiritual journey of the seeker. Each stage represents a new dimension of this behaviour. At each stage, a person increases his faith and develops more personality. Therefore, these eight views represent the stages of personality development, in which the seeker gains a new insight into the spiritual revolution at each stage. The names of these yogic views are Mitra, Tara, Balā, Dīprā, Sthirā, Kāntā, Prabhā and Parā.

Conclusion

A wide range of yogic ideas are expressed in various texts. Jainism also has its concepts and terms in yoga. Haribhadra Sri is one of the essential figures of Jain history. His writings on yoga provide an analysis of yoga in the 8th century from a Jain perspective. Initially, in Jainism, yoga was considered the cause of bondage. However, according to Haribhadra, all spiritual and religious activities that lead to liberation are yoga. In this text, Haribhadra introduces a three-fold classification of yoga, a four-fold classification of yoga seekers, and an eight-fold classification of yoga perspectives that constitute the main topic of the text. In each stage, the seeker has an exceptional understanding that makes him steadfast in the path of yoga.

Cite this article: Zamiri, B., & Gharaei, F. (2025). Analysing the Concept of Yoga Based on the Text of the Religion of Jainism Yogadr̥ṣṭisamuccaya. *Religions and Mysticism*, 57 (2), 325-345. (in Persian)

Publisher: University of Tehran Press.

© The Author(s).

DOI:<https://doi.org/10.22059/jrm.2025.381763.630547>



Article Type: Research Paper

Received: 1-Sep-2024

Received in revised form: 1-Dec-2024

Accepted: 6-Jan-2025

Published online: 18-Mar-2025

واکاوی مفهوم یوگه در متن جینه یوگه درشتی سنوچیه

بهاره ضمیری^۱ | فیاض قرائی^۲ ✉

۱. دانشجوی دکترا، گروه ادیان و عرفان، دانشکده الهیات، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران. رایانامه: baharehzamiri@yahoo.com
۲. نویسنده مسئول، دانشیار، گروه ادیان و عرفان، دانشکده الهیات، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران. رایانامه: f.gharaci@um.ac.ir

چکیده

یوگه یکی از شش مکتب فلسفی هند و مجموعه‌ای از تمرین‌های جسمی، ذهنی و معنوی، سرچشمه گرفته از هند باستان است. یوگه به علت سیالیت خود، آزادانه در سنن دینی دیگر مانند بودایی، جین، سیک و ... وارد گشته‌است. این نظام‌های فلسفی متفاوت موجب شکل‌گیری تفکرات یوگه‌ای مختلف شده‌اند. جینیزم مانند سایر ادیان با منشأ و خاستگاه هندی، اهمیت زیادی به یوگه و مراقبه به عنوان ابزار پیشرفت معنوی و رهایی قائل است. تعریف یوگه در این آیین دارای تعاریف، مفاهیم و اصطلاحات متفاوتی نسبت به هندوئیسم است. متن یوگه‌درشتی سنوچیه یکی از چهار متن مهم محقق برجسته سنت جین، هریبدره‌سری در زمینه یوگه می‌باشد. نوشته‌های هریبدره درباره یوگه، تحلیلی از یوگه در قرن هشتم از دیدگاه جین ارائه می‌دهد. هریبدره در این متن هر عمل معنوی و دینی که فرد را به رهایی برساند، یوگه می‌نامد. او از اقسام سه‌گانه و هشتگانه یوگه بحث می‌کند که سالک با طی این مسیر می‌تواند به رهایی دست یابد. در اقسام سه‌گانه نحوه رعایت دینی فرد و در اقسام هشتگانه میزان درک سالک تعیین‌کننده مرحله سلوک یوگه‌ای او می‌باشد. او همچنین در مورد نقش متن مقدس صحبت می‌کند و آن را تنها در مراحل اولیه و متوسط سلوک کاربردی می‌داند. هریبدره طبقه‌بندی چهارگانه‌ای از سالکان مسیر یوگه عرضه می‌کند و بیان می‌دارد که تنها دو نوع از این یوگین‌ها شایستگی مطالعه متن حاضر را دارند. این پژوهش تلاشی در جهت درک صحیح مفهوم یوگه در آیین جینی به روش توصیفی-تحلیلی است.

کلیدواژه‌ها: یوگه درشتی سنوچیه، یوگه، متن مقدس، درک، رهایی، جین.

استناد: ضمیری، بهاره، و قرائی، فیاض (۱۴۰۳). واکاوی مفهوم یوگه در متن جینه یوگه دزشتی سنوچیه. ادیان و عرفان، ۵۷ (۲)، ۳۲۵-۳۴۵.

نوع مقاله: علمی-پژوهشی

ناشر: مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران

دریافت: ۱۴۰۳/۰۶/۱۱

© نویسندگان

بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۱۱ DOI: <https://doi.org/10.22059/jrm.2025.381763.630547>

پذیرش: ۱۴۰۳/۱۰/۱۷

انتشار: ۱۴۰۳/۱۲/۲۸



مقدمه

از زمان‌های بسیار قدیم دو اصطلاح به خوبی شناخته‌شده در فرهنگ هند که همه مراحل رشد معنوی را در بر می‌گرفت وجود داشت: تپس و یوگه^۱ (هریبدره‌شری، ۱۹۶۵: ۸). در قرن سوم یا چهارم ق. م، فرهنگ دینی-فلسفی هند با منقسم شدن به دو جریان عمده پدیدار شد: براهمنه و شَرْمَنَه^۲. سنت شرمنه‌ای جهان‌بینی را پذیرفت که کاملاً متفاوت از جهان‌بینی سنت ودایی و براهمنی بود (سریوستوه، ۲۰۰۲: ۴-۱). شرمنه واژه‌ای سنسکریت و به معنای خسته و فرسوده شدن و نیز تلاش کردن و کوشش کردن است (کوش، رابینسون و یرک، ۲۰۰۸: ۸۲۵). اساس سنت شرمنه در تپس بود. تپس در شکل بیرونی و آغازین خود در روش‌های مختلف ریاضت و رنج بدن متجلی گردید. اما به تدریج با زیر سوال رفتن کارایی چنین ریاضت‌های جسمانی در بازسازی روحی، نوعی شورش علیه آن آغاز و تأکید بر روی ریاضت درونی گذاشته شد.

واژه یوگه در ریگ‌وده بکار رفته است اما دلالت بر جنبه معنوی ندارد. در اوپنیشدها خصوصاً در بخش‌های اولیه نیز به نظر نمی‌رسد این واژه معنای معنوی داشته باشد. تنها در اوپنیشدهای متأخر است که واژه یوگه دارای معنا و اهمیت معنوی می‌شود. کاربرد واژه تپس در معنای معنوی متنوع‌تر و آزادتر از واژه یوگه در وداهای اوپنیشدها است. در مهاپهاراته که به‌گودگیتا بخشی از این متن است، واژه یوگه که مکرر ذکر شده است، ارتباط نزدیکی با مکتب سانکیه^۳ دارد. واضح است که کاربرد آزاد واژه یوگه در معنای معنوی آن و بطور مکرر و مؤثر و به شیوه‌ای شاعرانه در به‌گود گیتا سهم بسیار زیادی در ایجاد اهمیت والای یوگه در تمام مکاتب انضباط معنوی داشته است. زمانیکه تپس بر حوزه انضباط معنوی حکمفرما بود، دیانه و سمادی^۴ تنها ابزارهای تپس بودند اما با افزایش اهمیت و رواج گسترده یوگه، این دو واژه به عنوان ابزار یوگه به آن خدمت کردند. به عبارت دیگر تلاش‌های معنوی سانکیه و به‌گودگیتا به گسترش اهمیت و شأن یوگه کمک کرد.

چنین پنداشته می‌شود که یوگه از زمان‌های بسیار قدیم و باستانی در ابهام بوده است. منشأ یوگه موضوع مناقشه و مباحثه است. هیچ اتفاق نظری در مورد تاریخ یا منشأ خاص برای آن وجود ندارد، جز اینکه یوگه در هند باستان بسط یافته است. منشأهای پیشنهادی مربوط به تمدن دره سند (۳۳۰۰-۱۹۰۰ ق. م) و ایالت‌های شرقی هند پیش از ودایی، دوره ودایی (۱۵۰۰-۵۰۰ ق. م) و جنبش‌های شرمنه‌ای است. ترسیم یک اصطلاح یا عمل مانند یوگه در طول تاریخ طولانی فلسفی و مذهبی هند، کار دشواری است. واژه یوگه سابقه کاربرد طولانی در تمام سنن دینی هند دارد. این واژه مربوط به دوران باستانی هندی اروپایی است (هریبدره‌شری، ۱۹۶۵: ۸-۱۲). yoga از ریشه سنسکریت yuj

1. tapas/ yoga

2. śaramana

3. sāmkhya: یکی از مکاتب ثنویت‌گرای ارتدکس هندی

4. Dhyāna/samādhi: دیانه معادل مراقبه و سمادی معادل واژه مرحله مجذوب شدن در یوگه است.

گرفته شده و به معنای یکی کردن است (الیاده، ۱۴۰۱: ۱۸ / رودریگز، ۱۳۹۷: ۲۰۷). کلمه یوگه اولین بار در قدیمی‌ترین متون مقدس یعنی ریگ‌وده ذکر شده است (چپل، ۲۰۱۶: ۱۵). مفهوم یوگه و مراقبه به اندازه فرهنگ هندی قدیمی است. مجسمه یافت شده در موهنجودارو و هزیپا^۵ که یوگی را بصورت نشسته و ایستاده در وضعیت مراقبه نشان می‌دهد. این مدرک گواه آن است که در آن دوره اعمال یوگه‌ای و مراقبه‌ای رایج بوده است. درواقع فرهنگ موهنجودارو و هراپا قدیمی‌ترین و ابتدایی‌ترین دوره فرهنگ شرمه‌ای هند است (هریبدیره‌شری، ۱۹۶۵: ۱).

جینیزم قدیمی‌ترین سنت شرمه‌ای بازمانده را شکل می‌دهد؛ سنتی که متمایز از ایده‌ها و اعمال براهمنه‌ای است که با اصطلاح هندوئیسم همراه گشته است (همان: ۱-۲). جینیزم مانند سایرادیان با منشأ و خاستگاه هندی، اهمیت زیادی به یوگه و مراقبه به عنوان ابزار پیشرفت معنوی و رهایی قائل است. در سنت اولیه جینی، اصطلاح یوگه توصیف‌کننده فرایندی است که بواسطه آن کرمه‌ها خودشان را به روح متصل می‌کنند. از زمان اوپنیشدهای متأخر، واژه یوگه در تمام ادیان هندی با اعمال معنوی خویشنداری اخلاقی، دعا و مراقبه همراه شد. در دوره میانه مؤلفان جین مانند هریبدیره (Haribhadra)، همچندر (Hemachandra) و شوپچندر (Śubhachandra) از اصطلاح یوگه در اشاره به تمرین معنوی جین استفاده کردند. این معنا امروزه در کاربرد عمومی باقی مانده است (همان: ۱).

از زمان اوماسوامی (Umāsāwami) (قرن دوم میلادی) و نظام دهندگان اولیه تا دوره قرون وسطی، دامنه معنایی اصطلاح یوگه گسترده شد. اولین نقطه عطف بارز در این روند، در آثار هریبدیره یافت می‌شود (ویچار و کارپنتر، ۱۳۲). هریبدیره تغییری را در زمینه یوگه جین آغاز کرد. او عناصر یوگه پتنجلی را در تنظیم جدید و مبدعانه خود از مراقبه جینی اخذ کرد و واژگان جدیدی را برای توصیف پیشرفت معنوی وارد کرد. او همچنین سهم ارزشمندی در مطالعه تطبیقی یوگه دارد. نوشته‌های او در حقیقت نقطه عزیمت جدی از متون مقدس محسوب می‌شود. در آیین جین در سرتاسر ادوار و اعصار، اصطلاح یوگه بطور فنی برای اشاره به فعالیت بدن، کلام و ذهن که علت اسارت بود، بکار برده می‌شد. با این حال هریبدیره تعریف جدیدی از یوگه ارائه کرد. او هرچیزی که به رهایی رهنمون می‌داشت را زیر عنوان یوگه قرار داد (پرگیه، ۲۰۱۶: ۷۹).

پیشینه

اثر Reconciling Yoga; Haribhadra's Collection of Views on Yoga نوشته کریستوفر چپل: بخش‌های عمده کتاب به مقایسه یوگه‌ی پتنجلی و هریبدیره می‌پردازد. در این متن موضوعات

5. Mohenjo-daro & Harappa: دو شهر بزرگ در دره رودخانه سند در پنجاب از پاکستان کنونی

و مفاهیم یوگه در آثار یوگه‌ای هریدره با جزئیات ذکر نشده و تنها برخی از موضوعات یوگه‌ای در آن آمده‌است.

در آثار دیگر مانند *Yoga in Jainism* از کریستوفر چپل و *Haribhadra's Yoga Works and Psychosynthesis* از نگین شاه بطور جسته و گریخته به یوگه پرداخته شده اما جامعیت و کلیت پژوهش حاضر را ندارند.

زندگی نامه

آچاربه هریدره سری^۶ (۵۲۹-۴۵۹ یا ۷۰۰-۷۷۰ م) با نام‌های دیگری چون هریدره یکینی پوتره^۷ و هریدره ویرهنکه^۸ هم خطاب می‌شود. او محقق و قدیس برجسته جین که کتب زیادی در موضوعات متنوع نوشته‌است. در طول قرن‌ها تعدادی از نمونه‌های یوگه جینی بطور شفاف بیان شده‌است، اما آثار آچاربه هریدره سری پایه‌ای برای انجام یوگه جینی معاصر باقی ماند (جین،: ۱). او نه تنها به ساخت یا دوباره ساخت یوگه جینی کمک کرد، بلکه مطالعات مقایسه‌ای بزرگی میان یوگه جینی و تعدادی از سیستم‌های یوگه‌ای دیگر انجام داد. او معنای واژه یوگه را در متن جینی دوباره تنظیم و فرمول‌بندی کرد. در آغاز یوگه علت اسارت تلقی می‌شد. اما به نظر هریدره آنچه که فرد را به رهایی متصل می‌کرد، یوگه بود و به نظر او تمام فعالیت‌های معنوی و دینی که منجر به رهایی می‌شوند، یوگه هستند (چپل، ۲۰۱۶: ۲۱). او یکی از شخصیت‌های اصلی تاریخ روشنفکری جین بود که علاقه عمیقی به تحولات فلسفی و دینی زمان خود داشت و به ویژه به انواع سنت‌های یوگه زمان خود علاقه‌مند بود (گرت، ۱۹۹۸: ۱۵). نوشته‌های هریدره درباره یوگه، تحلیلی از یوگه در قرن هشتم از دیدگاه جین ارائه می‌دهد. این مکتوبات اطلاعات قابل توجهی در مورد تمرین یوگه در هند در دوره پس از پادشاهی گوپتا (قرون ۴-۵ م) عرضه می‌کنند. در زمان هریدره، یوگه هم به عنوان یکی از شش مکتب مجزای برهمنیزم فلسفی و هم به عنوان تمرینی که طرفداران راه‌های مذهبی گوناگون دنبال می‌کردند، شهرت یافته بود (چپل، ۲۰۰۳: ۱۱-۱۲). هریدره در دوره تنوع فلسفی بزرگ زندگی می‌کرد؛ دوره‌ای که در آن پورانها، ظهور شیواپرستان، فلسفه ویشنو و شروع تتره با تأکید بر پرستش الهه‌ها بسط یافته بودند (شاه، ۲۰۱۷: ۱۴-۱۶).

متن یوگه‌درشتی سنوچیه به معنای مجموعه دیدگاه‌ها درباره یوگه دارای ۲۲۸ بیت یا قسمت و به سنسکریت نوشته شده‌است (جیندرکومار، ۲۰۱۴: آی). بطور خلاصه می‌توان گفت که هریدره در یوگه‌درشتی سنوچیه طبقه‌بندی سه‌گانه‌ای از یوگه و طبقه‌بندی چهارگانه‌ای از سالکان یوگه‌ای و طبقه‌بندی هشتگانه‌ای را از دیدگاه‌های یوگه‌ای معرفی می‌کند. هریدره در مورد رابطه دو طرفه میان

6. Āchārya Haribhadra Sūri

7. Haribhadra Yakiniputra

8. Haribhadra Virahanka

طبقه‌بندی سه‌گانه یوگه و طبقه‌بندی هشتگانه دیدگاه‌های یوگه‌ای بیان می‌کند که دومی از اولی مشتق می‌شود اما درباره این اشتقاق جزئیاتی شرح نمی‌دهد (هرییدره‌شری،: ۱۳).

اقسام سه‌گانه یوگه

هرییدره سه نوع یوگه را نام می‌برد: یوگه از طریق قصد و نیت^۹، یوگه از طریق متن مقدس^{۱۰} و یوگه از طریق ریاضت و تهذیب نفسانی^{۱۱}. در این تعریف او یوگه را با رعایت دینی یکسان می‌کند. بطوریکه نحوه رعایت دینی فرد تعیین‌کننده نوع یوگه او می‌باشد. در نوع اول، فرد به منهیات متن مقدس آگاهی دارد با این حال دست به خطا می‌زند. در نوع دوم، فرد به متن مقدس ایمان و آگاهی کامل دارد و در حد توان خود از منهیات متن مقدس دوری می‌کند. در نوع سوم، یوگه با تلاش و انرژی زیاد سالک پدیدار می‌شود، هرچند مختصری از این مسائل در متن مقدس بیان شده‌است. این نوع یوگه وصف ناشدنی و موجب دستیابی به دانش بی‌پایان می‌شود.

به عبارت دیگر هرییدره سالکان یوگه‌ای را بر طبق نوع مراعات دینی که بر عهده می‌گیرند، به سه دسته تقسیم می‌کند. شایسته نیست که در اینجا تنها درباره ظاهر مراعات دینی اندیشه شود بلکه باید عمده‌تاً درباره تعالی روحانی که همراه این مراعات است، تأمل گردد. هرییدره حتی زمانیکه تعالی معنوی و روحانی همراه این مراعات، نسبتاً ابتدایی است، اهمیت فردی که مراعات دینی را برعهده می‌گیرد، انکار نمی‌کند.

یوگه به وسیله نیت

«رعایت دینی از سوی فردی که به متون مقدس گوش فرا داده‌است، کسی که به منهیات و منعیات متون مقدس آگاهی دارد و تمایل به انجام این منعیات دارد؛ مراعات دینی که هرچند ناقص است، تقریباً شبیه بی‌احتیاطی است 'یوگه به وسیله نیت' می‌باشد» (هرییدره‌شری،: ۱۸).

یوگه به وسیله قصد، اولین قدم در میان یوگه سه‌گانه و به سوی معنویت است. مشتاقی که با میل شدید و خالص به انجام اعمال دینی می‌پردازد، تمرین‌کننده یوگه از طریق قصد نام می‌گیرد. این فرد با میل به رهایی از تناسخ به فعالیت مذهبی می‌پردازد. چنین تمایلی نتیجه علاقه شدید او به اعمال دینی است. انجام اعمال دینی از سوی او به منظور کسب رفاه مادی در زمان حال و تولد بعدی انجام نمی‌شود. تمایل صرف نسبت به انجام فعالیت دینی بدون اجرای واقعی و حقیقی آن، یوگه به وسیله نیت نام نمی‌گیرد. به نظر هرییدره، تمرین‌کننده یوگه از طریق قصد کسی است که به متون مقدس از زبان پیشوایان گوش فرا می‌دهد و قادر است که معنای واقعی فعالیت‌های معنوی را درک کند. او به این حقیقت آگاهی دارد که یک فعل دینی خاص، تسهیل‌کننده و کمک‌کننده پاکسازی روح اوست. با

⁹. Icchā yoga, Yoga by intention

¹⁰. Śāstra yoga, Yoga by scripture

¹¹. Sāmarthya yoga, yoga by self-exertion

همه این اوصاف اعمال دینی او ناقص و ناکافی است. زیرا او هوشیار نمی‌باشد و به علت همین عدم هوشیاری او قادر به انجام اعمال دینی در موعد و وقت و وضعیت و ... مقرر نیست (هرییدره‌شری، ۱۹۶۹: ۲۱/ جیندرکومار، ۲۰۱۴: ۱۳۱). به عبارت دیگر یوگه به وسیله نیت، نشاندهنده قصد یا اشتیاق سالک است. اما او در دستیابی به مقصود و هدف خود، هیچ بینشی از خود و هیچ اتکایی به خود ندارد (شاه، ۱۹۸۳: ۵۱).

یوگه به وسیله متن مقدس

«مراعات دینی از سوی فردی که مملو از ایمان نسبت به متون مقدس است و تا جایی که می‌تواند محتاط است-مراعات دینی که به علت آگاهی شدید و عمیق فرد به متن مقدس، آزاد از تمام تقایص و کاستی هاست، 'یوگه به وسیله متن مقدس' نامیده می‌شود» (هرییدره‌شری، ۱۹۷۰: ۱۸). فرد در این نوع یوگه اعمال و فعالیت‌های دینی را آگاهانه و با هوشیاری کامل و اعتقاد راسخ همراه با دانش عمیق کتاب مقدسی که داراست، رعایت می‌کند. او درک بسیار روشنی از نحوه انجام هر فعالیت مذهبی خاص، وضعیت و شرایط مقرر برای آن، زمان انجام آن و ... دارد و از این رو آنها را در زمان دقیق و ... انجام می‌دهد. او کاملاً مراقب است که در زمان انجام فعالیت دینی هوشیار باشد و در حالت خواب یا بی‌خبری به سر نبرد. با این حال به دلیل برخی اختلالات بیرونی یا ناتوانی‌های جسمی ممکن است ناخواسته هوشیار نباشد. برای مثال تمرین‌کننده‌ای که برای مراقبه در یک حالت خاص و برای مدت طولانی می‌نشیند. او به لحاظ جسمانی خسته می‌شود و بدن خسته او، او را به خواب می‌کشاند. از این رو مراقبه‌گر در این نوع یوگه تا آنجا که نیرو و ظرفیت مقاومت داشته باشد، هوشیار است (جیندرکومار، ۲۰۱۴: ۱۳۲).

یوگه به وسیله ریاضت نفسانی

در مقابل این دو یوگه، نوع سوم و عالی‌تری یوگه نیز وجود دارد، یعنی 'یوگه به وسیله ریاضت نفسانی' که بجای آنکه به میزان زیاد مبتنی بر سلطه موضوعات متون مقدس باشد، مبتنی بر فهم مستقیم و ذاتی از چیزهای معنوی است.

«مراعات دینی که برای آن راهی توسط متون مقدس نشان داده شده اما جزئیات آن فراتر از گستره این متن است. این جزئیات با کمک انرژی (معنوی) زیاد فرد پدیدار می‌شود و از سکون و آرمیدن برتر است. یقیناً سالکان یوگه‌ای، جزئیات مرتبط به مسیری منتهی به موکشه را تنها از طریق متون مقدس فهم نمی‌کنند. بلکه این نوع سوم یوگه با فهم مستقیم همراه است و ابزاری درست و کامل برای دانش بی‌پایان را تشکیل می‌دهد و قابل وصف به صورت لفظی و کلامی نیست» (هرییدره‌شری، ۱۹۷۰: ۱۹).

این نوع یوگه با درک شهودی^{۱۲} ممزوج و فراتر از توصیف کلامی و علت مستقیم و بی‌واسطه دستیابی به دانایی مطلق است. رهایی توسط مراقبه‌گر این نوع یوگه خیلی زود به دست می‌آید. بنابراین به نظر هریدره این نوع یوگه در میان سه نوع یوگه بهترین است. انرژی فراوان روح، نقش حیاتی را در دستیابی به نوع سوم یوگه ایفا می‌کند (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۳۴-۱۳۵). در حقیقت هریدره سودمندی و تأثیر رفتار انسان در جهان را تأیید می‌کند و بیان می‌دارد که این یوگه متعالی‌ترین یوگه است و از فراوانی قدرت و نیرو بر می‌خیزد (دستی و بریانت، ۲۰۱۴: ۷۸). در مجموع به نظر هریدره برخی سالکان دارای نیت خوب برای انجام یوگه هستند اما آنها در عمل اجرا نمی‌شوند. برخی از سالکان متون مقدس را دنبال می‌کنند اما هیچ بینشی نسبت به جزئیات ندارند. تنها سالکان دارای فعالیت خود به خودی و شدید به تنهایی قادر هستند که پیشرفت سریعی به سمت هدف داشته باشند (شاه، ۵۱-۵۲).

نقش متن مقدس در اقسام سه‌گانه یوگه

هریدره در یوگه از نوع سوم، مسأله مهم متن مقدس در مقابل ریاضت نفس را آغاز کرده و مورد بحث قرار می‌دهد. از این رو بر طبق نظر او، اتکا بر متن مقدس مراحل پایین‌تر و متوسط بسط روحانی را در بر می‌گیرد، اما بالاترین مراحل را شامل نمی‌شود. درواقع او اینگونه بحث می‌کند که رسیدن به مراحل متعالی نیازمند اتکای کم به متن مقدس و رسیدن به مراحل پایین‌تر و متوسط نیازمند اتکای بیشتر به متن مقدس است. به نظر هریدره پیشرفته‌ترین سالکان یوگه‌ای تنها بر روی متن مقدس اتکا نمی‌کنند. او بیان می‌دارد که متن مقدس تنها راه کلی مسیر به موکشه را نشان می‌دهد و تمام جزئیات سیر و سلوک در این مسیر را مطرح و مشخص نمی‌کند. با این حال در مراحل پایین‌تر و متوسط بسط روحانی، متن مقدس حقیقتاً می‌تواند همه جزئیات رفتار اخلاقی فرد را مشخص کند. «هریدره تفاوت میان حوزه گسترده متن مقدس و یوگه از طریق ریاضت نفسانی را بیان می‌کند. گستره متن مقدس محدود به کلمات است. ابزار رهایی که جواهر سه‌گانه^{۱۳} هستند هرگز توسط متن مقدس درک نمی‌شوند. با شنیدن یا دانستن ابزارهای رسیدن به رهایی، هیچکس رهایی را بدست نمی‌آورد. برای دستیابی به دانش مطلق و بعد رهایی، فرد باید برای نابودی هشت کرمه با انرژی فراوان تلاش کند و ریاضت بکشد» (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۳۴-۱۳۵).

¹². pratibhajana, intuitive understanding

¹³. Ratna traya:

رتنه تریه یا جواهر سه‌گانه شامل باور، دانش و رفتار درست، که پاک‌ی روح در گرو دستیابی به این سه گوهر است.

اقسام یوگه به وسیله ریاضت نفسانی

هرییدره در این قسمت بعد شرحی که از 'یوگه به وسیله ریاضت نفسانی' ارائه داده، اقسام این نوع یوگه را معرفی می‌کند که هر دو نوع با کناره‌گیری همراه هستند.

«یوگه به وسیله ریاضت نفس دارای دو نوع است: یک نوع آن به صورت 'کناره‌گیری از درمه (کرمه)' و نوع دیگر آن به شکل 'کناره‌گیری از یوگه' است. در این متن کرمه از نوع کشایویَشَمیکَه^{۱۴} است. درحالیکه یوگه به معنای فعالیت‌های جسم، ذهن و قوه ناطقه می‌باشد. از این دو نوع، اولین مورد حقیقتاً در زمان نیمه دوم آپوروگَرَنَه^{۱۵} انجام می‌گیرد، درحالیکه مورد دوم بعد از انجام آیوجیکَرَنَه^{۱۶} است یعنی دیدگاه کسانی که درباره موضوع دارای مرجعیت هستند. به همین دلیل است که آزادی از تمام یوگه (یعنی فعالیت‌های جسمانی، ذهنی و کلامی) -آزادی که به شکل کناره‌گیری از هر چیزی است- در میان انواع یوگه بالاترین مرحله تلقی می‌شود زیرا با موکشه (یعنی دستیابی به موکشه) در ارتباط است» (هرییدره‌شری، ۱۹۷۰: ۲۱).

هرییدره از دو سطح کناره‌گیری نام می‌برد. یکی کناره‌گیری از درمه البته نه به معنای وظیفه در بهگودگیتا بلکه به معنایی که در ابیدر مه^{۱۷} بودایی و یوگاسوتره پتنجلی بکار می‌رود، می‌باشد؛ یعنی به معنای اجزای تشکیل دهنده واقعیت شامل اشیای فیزیکی که به شکل عناصر، فرایندهای حسی و ساختار عاطفی و احساسی نمایان می‌شوند. در مرحله ابتدایی و اولیه یوگه جینی، شخص کرمه مقیدسازنده این درمه‌ها را، پاکسازی و رهامی‌کند. این عمل در نهایت منجر به وضعیت سَبوگه کَوَلی^{۱۸} یعنی وضعیت ابتدایی رهایی در مرحله سیزدهم می‌شود. شخص شروع به تکمیل کناره‌گیری از درمه‌ها در مرحله هشتم می‌کند. کناره‌گیری نهایی که در مرحله چهاردهم تکامل معنوی رخ می‌دهد، مستلزم چشم‌پوشی و ترک ارتباط فرد با بدن خود است (چپل، ۲۰۰۳: ۲۰). کناره‌گذاشتن فعالیت، منتج به دستیابی شیلشیکَرَنَه^{۱۹} و در نهایت رهایی می‌شود. به همین دلیل هرییدره آزادی از هرگونه فعالیت بدنی، ذهنی و کلامی را به عنوان بالاترین نوع یوگه و در نتیجه همراه با رهایی تلقی می‌کند (جیندراکومار، ۱۳۵). در طرح سنتی جین از مراحل تکامل معنوی، فرایند آپوروگَرَنَه اول و آپوروگَرَنَه دوم به عنوان دو نقطه آغاز هستند. اولی زمانی اتفاق می‌افتد که فرد در طلب خلاصی از نتایج کرمه

۱۴. کرمه‌های ایجادکننده وهم و جهل نسبت به حقایق دینی و گناهان شخصیتی: kṣāyopāśamika.

۱۵. apūrvakarana: مرحله هشتم از مراحل چهارده‌گانه تکامل معنوی جین است. در این مرحله اغراض نفسانی همچنان به شکل ناظرین در حال وقوع هستند.

۱۶. ayojyakarana:

مرحله چهاردهم از مراحل چهارده‌گانه تکامل معنوی جین است. در این مرحله تمام فعالیت‌های ذهنی، جسمی و کلامی فرد متوقف می‌شود و او به دانش بی‌پایان دست می‌یابد.

۱۷. Abhidharma: مجموعه‌ای متون بودایی متعلق به قرون ۳ ق. م

۱۸. Sayoga kevali

۱۹. Śaileśikarana: جلسه مراقبه ای که در آن تمام فعالیت‌های بدنی، ذهنی و کلامی فرد متوقف می‌شود.

از نوع کرمه‌های فریب‌دهنده ایمان و ایجادکننده اغراض نفسانی^{۲۰} (یعنی زمانیکه فرد در طلب عبور از مراحل اول تا چهارم مراحل تکامل معنوی جینی است) می‌باشد و دومی زمانی اتفاق می‌افتد که فرد در طلب خلاصی از نتایج چهار نوع کرمه موهنیه^{۲۱} است (مبهم‌کننده دانش، ایمان و درک و مانع شونده) (یعنی زمانیکه فرد در طلب رسیدن به مرحله دوازدهم با عبور از مراحل نهم و دهم است و مرحله هشتم خودش مرحله آپوروگزته دوم است). بنابراین بر طبق این طرح، تمرین‌کننده مشغول مرحله اول تکامل معنوی جین، تحت سلطه بدترین نقایص و کاستی‌های شخصیتی و فرد مشغول مراحل چهارم تا هفتم تحت سلطه نقایص معتدل و متوسط شخصیتی است. این سیر و سلوک با شروع از مرحله هشتم، در مرحله دوازدهم به اوج کی رسد که شامل خلاصی از کوچکترین نقایص شخصیت است. اما چهار نوع کرمه باقیمانده یعنی کرمه مشخص‌کننده مدت زندگی^{۲۲}، کرمه مشخص‌کننده جسم^{۲۳}، کرمه مشخص‌کننده وضعیت^{۲۴} و کرمه ایجادکننده احساس^{۲۵} به زمان بیشتری برای تحلیل رفتن نیاز دارند، یعنی به همان میزانی که از مدت زندگی (یعنی مدت کرمه ayu) هنوز باقی مانده است، به زمان نیاز دارند. بعد از نابودی این کرمه‌ها، فرد دستخوش خلسه مراقبه‌ای قرار می‌گیرد که در آن تمام فعالیت‌های جسمانی، ذهنی و کلامی متوقف می‌شوند، این خلسه کوتاه مدت است و فوراً به دستیابی موکشه منتج می‌شود (هرییدره‌شری، ۱۹۷۰: ۲۲-۲۳).

معرفت شهودی

هرییدره نتیجه یوگه از طریق ریاضت نفس را دستیابی به دانش بی‌پایان همراه با معرفت شهودی می‌داند. به نظر او نوع سوم یوگه با معرفت شهودی همراه است که از ویژگی‌های آن این است که ابزاری برای دانش بی‌پایان و دیگر اینکه فهم مستقیم از چیزهاست و مورد بعدی اینکه فرد با این معرفت درباره ذات چیزها خواهد دانست.

جینیزم دانش را به پنج نوع تقسیم می‌کند و دانش شهودی جزء هیچکدام از این پنج مورد نیست بلکه بخشی از هر یک از این پنج مورد محسوب می‌شود. هرییدره به وضوح بیان کرد که معرفت شهودی همراه یوگه نوع سوم است. او همچنین بیان می‌کند که دستیابی به دانش مطلق نتیجه این نوع یوگهست. از این اظهارات می‌توان نتیجه گرفت که دانش شهودی نه دانش مطلق و نه بخشی از آن است. دانش گفتاری دانشی است که از اقوال مشتق می‌شود. دامنه یوگه باز طریق ریاضت نفس فراتر از کلمات و اقوال است و بنابراین معرفت شهودی پدیدار از این قسم یوگه را نمی‌توان جزء دانش

20. darśanāmohanīya

21. mohanīya

22. āyū karma, life span determining karma

23. naām karma, body determining karma

24. gotra karma, status determining karma

25. vedanīya karma, feeling producing karma

گفتاری نامید. از این رو هر بیدره معرفت شهودی را دانش بعد از دانش احوال و ماقبل دانش مطلق می‌داند (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۳۵).

دیدگاه‌های یوگه‌ای هشتگانه

این طبقه‌بندی هشتگانه، سفر معنوی سالک را به تصویر می‌کشد؛ سالکی که در آخرین دور دریافت ماده^{۲۶}، وضعیت آیوناربنده را بدست آورده و واجد شرایط دستیابی به اولین یوگه‌درشتی است. دارنده یوگه‌درشتی چهارم، بالاترین وضعیت مرحله اول تکامل معنوی را بدست می‌آورد. ایمان و باور درست (سمیگدرشتی) توسط سالک در یوگه‌درشتی پنجم کسب می‌شود. از یوگه‌درشتی ششم تا هشتم، سلوک به سمت وضعیت آیوگه کولی^{۲۷} است (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۳۹). این هشت دیدگاه دل‌خواهی و اختیاری نیست بلکه به هشت جنبه از حرکت فزاینده، تغییردهنده و تسریع‌کننده به سوی هدف اشاره دارد. هر مرحله نماینده بعد تازه‌ای از این سلوک است. فرد در هر مرحله ایمان خودش را افزایش می‌دهد و به رشد شخصیتی بالاتری دست می‌یابد. بنابراین این هشت دیدگاه نماینده هشت مرحله از رشد شخصیتی هستند که سالک در هر مرحله بینش جدیدی نسبت به انقلاب معنوی بدست می‌آورد. به همین دلیل هر بیدره این هشت مرحله انقلاب معنوی را درشتی (به معنای دیدگاه و بینش) نامیده است (شاه، ۱۹۸۳: ۵۳).

«من در اینجا دیدگاه‌های یوگه‌ای را بیان می‌کنم که در حقیقت از خود سه نوع یوگه‌ی فوق‌الذکر ناشی می‌شوند. به طور کلی این دیدگاه‌ها هشت مورد هستند. اسامی این دیدگاه‌های یوگه‌ای میترا، تارا، بلا، دیپرا، استیرا، کانتا، پربا و پرا^{۲۸} هستند. شخص باید تعریفات و مشخصات هر کدام را بداند». در این قسمت هر بیدره اسامی دیدگاه‌های یوگه‌ای که قصد توصیف آنها را دارد، بیان می‌کند. این اسامی و مفاهیم به نظر می‌رسد که از سنت غیرجینی اقتباس یافته‌اند. زیرا معمولاً چیزی در سنت جینی در مورد این تقسیم هشتگانه مراحل بسط روحانی وجود ندارد (هر بیدره‌شری، ۱۹۷۰: ۲۴-۲۶).

درک مرتبط با دیدگاه‌های یوگه‌ای هشتگانه

«آن نوع فهم و درک مرتبط با دیدگاه‌های هشتگانه به ترتیب می‌تواند با نور آتش حاصل از سوختن گیاه خشک، مدفوع گاو، چوب و یا نور ساطع‌گشته از لامپ، زیورآلات، ستاره، خورشید و ماه مقایسه شود». مهمترین عنصری که یک یوگه‌درشتی را از دیگری متمایز می‌کند، کیفیت درک^{۲۹} است که دارنده آن خاص داراست. هرگاه سالک از شدت کرمه موهانیه بکاهد، کیفیت درک بهتری بدست می‌آورد. سالک با کیفیت درک بهتر، یوگه‌درشتی بالاتر را بدست می‌آورد. به عبارت دیگر می‌توان گفت که کل

26. caramavarta, the last round of matter reception

27. Ayoga kevali: آزادی کامل

28. Mitrā, Tārā, Balā, Dīprā, Sthirā, Kāntā, Prabhā, Parā

29. Budha, understanding

طرح طبقه‌بندی هشتگانه یوگه‌درشتی بر تفاوت‌ها در وضوح درک استوار است. هر یوگه‌دره برای نشان دادن این تفاوت، درک دارنده هر کدام از یوگه‌درشتی را با هشت نوع نور / آتش ساطع شده از هشت شی‌دنیوی مقایسه کرده‌است. این تشبیه عمدتاً شدت و دوام درکی را که دارنده هر یوگه‌درشتی در اختیار دارد با شی‌دنیوی خاص مقایسه می‌کند. بارزترین تفاوت در میان این تشبیهات این است که چهار مورد اول نوری را نشان می‌دهند که از بیرون شعله‌ور می‌شود و چهار تشبیه بعدی اشیائی هستند که خود به خود می‌درخشند (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۴۷-۱۵۲).

درواقع ایمان به حقایق دینی و فهم به خوبی پرورش یافته دو عنصر ضروری دیدگاه هستند. به نظر او دیدگاه ما را به خودداری از مسیر نادرست رفتار وا داشته و ترغیب به رفتار درست می‌کند (هریبدره‌شری، ۱۹۷۰: ۲۹). به عبارت دیگر درشتی نگرش نسبت به حقیقت است. نگرش روحی که گره جهل را نبریده باشد به آگه‌درشتی^{۳۰} معروف است. متضاد این کلمه یوگه‌درشتی است که نگرش صحیح است. آگه‌درشتی مسئول ایجاد سیستم‌های فکری متضاد است. هشت مرحله یوگه‌ی هر یوگه‌دره یوگه‌درشتی هستند و نه آگه‌درشتی. البته از این هشت مورد چهار مرحله اول متعلق به کسانی است که هنوز گره را نگشوده‌اند. اما یا این حال نظر به اینکه مقرر شده به یوگه‌درشتی رهنمون شوند، آنها آگه‌درشتی نیستند. تنها ارواحی که مقرر شده گره را بگشایند و رهایی نهایی را بدست آورند، قادر به کسب این درشتی‌ها هستند (تاتیا، ۱۹۵۱: ۳۰-۳۱ / تریپتی و کنسره، ۲۰۱۴: ۳۰، هریبدره‌شری، ۱۹۷۰: ۲۲).

هر یوگه‌دره از قبل در سایر آثار خود یعنی یوگه‌ویمشیکه^{۳۱} و یوگه‌شستکه^{۳۲}، اصطلاح یوگه را تعریف کرده بود. بنابراین در یوگه‌درشتی سنوچاپه تنها اصطلاح درشتی به معنای دیدگاه را تعریف می‌کند. او تأکید می‌کند که درشتی درک صرف نیست بلکه درک و فهمی است که همراه با ایمان درست است. ایمان درست داشتن به حقایق کتاب مقدس و پذیرش هر آنچه که در متن مقدس ذکر شده‌است، می‌باشد (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۳۹-۱۴۰).

میترا اولین دیدگاه یوگه‌ای

هریبدره اولین یوگه‌درشتی را میترا نامید که به معنای دوست است. در این نوع یوگه هر درکی که دارنده آن بدست می‌آورد، نقش یک دوست واقعی را بازی می‌کند. همچنین کسی که دارای این نوع یوگه است، احساس دوستی نسبت به هم‌نوعان خود دارد. این درک موجب تمایل به رهایی و درک بیهودگی لذات دنیوی شده و موجب پیشبرد سالک در مسیر معنویت می‌شود. همین درک، دارنده را وادار می‌کند تا لذات دنیوی را مایه درد و بدبختی بداند. دارنده میترا درشتی یمه^{۳۳} را رعایت می‌کند. او عاری از

³⁰. oghadrsti

³¹. Yogavimsika

³². Yoaga gataka

³³. yama: پرهیز

کسالت و دارای احساس عدم تنفر است (همان: ۱۵۹). کسالت مانع اصلی در مسیر رشد معنوی است. فرد با بدست آوردن احساس عدم کسالت در اعمال دینی، شروع به شکست فهم نادرست می‌کند (هرییدره‌شری، ۱۹۷۰: ۳۱/ همان: ۱۶۲-۱۶۳).

«در این مرحله سوگندها از سوی سالک رعایت می‌شود و او بدون خستگی وظایف دینی خود را انجام می‌دهد». با رعایت کامل این سوگندها، سالک پایه محکمی برای سیر و سلوک یوگه‌ای خود قرار می‌دهد. می‌توان گفت که این سوگندهای یمه پیش نیاز برای مسیر معنوی هستند (پاتر، ۲۰۰۷: ۴۴۹).

بذرهای یوگه

تمرین معنوی که یک فرد مشتاق را به رهایی پیوند می‌دهد، یوگه نامیده می‌شود. علت چنین اعمالی یوگه بیجه^{۳۴} نام دارد. به نظر هرییدره بذرهای یوگه عوامل شکست ناپذیر رهایی هستند (تاتیا، ۱۹۵۱: ۳۰۲). بذرهای یوگه توسط دارنده میترا درشتی روی هم انباشته می‌شود. به نظر او دارنده میترا درشتی که در زمان آخرین دور دریافت ماده‌است و ظرفیت دریافت کرمه در او کاهش یافته، این مرحله زمان مناسبی برای انباشت بذرهای یوگه‌ست. هرییدره شش بذر یوگه را بر می‌شمارد: ۱. داشتن روانی^{۳۵} کاملاً پاک و سالم که نسبت به جین احترام زیادی قائل است، نماز و دعا و نیایش به جین پیشکش می‌کند و اعمالی مانند تعظیم و ... را برای جین انجام می‌دهد. ۲. ارائه خدمت محترمانه و فداکارانه به پیشوایان که اصیل هستند. ۳. داشتن احساس طبیعی انزجار نسبت به تولد دوباره و تناسخ. ۴. داشتن نیت نهانی اعمال فیزیکی نیک ۵. بر عهده گرفتن نگارش و ... متون مقدس به درستی ۶. گوش دادن به روایت‌های مرتبط با بذرهای یوگه با اراده و نیت استوار و توجه و احترام زیاد به آنها (هرییدره‌شری، ۱۹۷۰: ۳۴-۳۱/ جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۶۴-۱۶۶).

تارا دیدگاه یوگه‌ای دوم

هرییدره نام تارا را به یوگه‌درشتی دوم داده که به معنای روشن است. دارنده تارا درشتی نیامه^{۳۶} را انجام می‌دهد. سالک در این مرحله بدون انزجار شروع به انجام اعمال سودمند می‌کند. او در دانستن مسائل اعتقادی کنجکاو است. سالک از روی احترام و اشتیاق و عاری از کسالت، فعالیت‌های معنوی را برای بهبود تولدهای بعدی انجام می‌دهد. همینطور دارنده تارا درشتی قبلاً در اولین یوگه‌درشتی به عدم ضدیت دست یافته بود. سالک در هنگام مشاهده اعمال معنوی متعالی‌تر مانند مراقبه و ... بزرگان، در مورد چگونگی انجام آن و ... کنجکاو می‌شود. کنجکاوی او با میل به دانستن بیشتر و بیشتر همراه

34. yoga bija, the seeds of yoga

35. citta

36. Niyama: تکلیف و دومین عضو یوگه‌ی پتنجلی

است. به دلیل پذیرش جزئی حقیقت، دارنده تارادرشتی به ماهیت فلاکت بار تناسخ و چرخه تولد دوباره پی می‌برد. از این رو او در مورد ابزار رهایی از آن کنجکاو است. هریدره بیان می‌کند که دارنده تارا درشتی علاقه شدیدی به گوش دادن و خواندن بی‌وقفه داستان‌های مربوط به مسیر یوگه و توجه زیادی به سالکان یوگه‌ای اصیل دارد. بنابراین در حضور آنها متواضعانه رفتار می‌کند و آنها را ستایش و بدان‌ها خدمت می‌کند (جیندراکمار، ۲۰۱۴: ۱۸۲-۱۸۴ / هریدره‌شری، ۱۹۷۰: ۳۸-۴۰ / شاه، ۱۹۸۳: ۵۶).

بلا دیدگاه یوگه‌ای سوم

بلا به معنای قدرت و نیرو است زیرا فهمی که دارنده بلا درشتی دارد، بسیار قوی تر از دو درشتی قبلی است. دارنده این نوع درشتی قادر به تمرین آسنه^{۳۷} می‌باشد. سالک در این مرحله علاقه واقعی به گوش دادن به مسائل اعتقادی دارد. علاوه بر این، او از نقص بی‌ثباتی در هنگام اجرای تمرینات یوگه مبری است. دارنده بلادرشتی برای برآوردن نیازهای اولیه دنیوی خود و خانواده‌اش کسب درآمد می‌کند، اما مشتاق بدست آوردن لذات بی‌پایان مادی نیست. به دلیل درک قوی، دارنده بلادرشتی نگرانی‌های ذهنی ناقص خود را رها کرده و به مشارکت کامل ذهن در اعمال معنوی دست‌یافته است. بنابراین اعمال معنوی مانند رفتن به معبد، تعظیم و ... بدون دستپاچگی و فوراً توسط او انجام می‌گیرد. میل دارنده بلادرشتی به گوش دادن به مسائل اعتقادی به همان شدت است که میل یک مرد جوان برای گوش دادن به آهنگ در جمع معشوق خود. سالک یوگه‌درشتی اول و دوم ممکن است فرصتی برای شنیدن مسائل اعتقادی داشته باشند، اما این شنیده منجر به نابودی کرمه نشده است زیرا چنین تمایل شدیدی برای شنیدن در آنها وجود نداشت. بنابراین به نظر هریدره اگر عمل گوش دادن بدون تمایل شدید باشد، نابودی کرمه را به همراه نخواهد داشت. دارنده بلا درشتی هرگز به هیچ فعالیتی غیر از فعالیتی که انجام می‌دهد، منحرف نمی‌شود (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۸۷-۱۸۸، هریدره‌شری، ۱۹۷۰: ۴۲-۴۱). آسنه در اینجا نباید پذیرش حالات مختلف نشستن تعبیر شود بلکه باید کیفیت و صلاحیت معنوی در نظر گرفته شود که «نشستن در طبیعت خود» نام دارد (یعنی سالک تنها به چیزهایی اهمیت می‌دهد که به نفع واقعی اوست). در اینجا منظور از حالت نشستن تنها فیزیکی نیست بلکه وضعیت ثابت و پایدار و تعادل ذهنی را نیز شامل می‌شود (شاه، ۱۹۸۳: ۵۷ / پاتر، ۲۰۰۷: ۴۴۹). با وجود تمام خصائص این مرحله، پیشرفت معنوی حقیقی هنوز برای سالک آغاز نگشته است. به عبارت دیگر حقیقت هنوز طلوع نکرده است. سالک در این مرحله تنها در تلاش برای گرفتن تصویر حقیقت بجای خود حقیقت است (تاتیا، ۱۹۵۱: ۳۰۲).

37. āsana: حالت نشستن و سومین عضو یوگه‌ی پتنجلی

دیپرا دیدگاه یوگه‌ای چهارم

کلمه دیپرا به معنای درخشش است. درک دارنده این نوع درشتی مانند نور چراغ می‌درخشد. این مرحله با عضو چهارم یوگه‌ی پتنجلی یعنی پراناایامه^{۳۸} مطابقت دارد. برخلاف پتنجلی به نظر نمی‌رسد جینیزم پراناایامه را عنصری ضروری در سفر معنوی روح بداند. بدین ترتیب هریتدره بجای جنبه فیزیکی به جنبه معنوی آن اشاره می‌کند. اعمال یوگه‌ای بدون هیچگونه وقفه درونی یا ذهنی در یوگه درشتی چهارم انجام می‌گیرد. در این مرحله سالک با دقت به مسائل اعتقادی گوش می‌دهد. با این حال این درشتی از درک ظریف بی‌بهره است. درک ظریف، درک و فهم گوناگونی یک شی است که می‌توان آن را در حضور ایمان صحیح بدست آورد. سه بخش جنبه فیزیکی پراناایامه شامل بازدم، دم و حفظ دم و سه بخش جنبه معنوی دورانداختن افکار یا افکار ناپسند مربوط به هستی دنیوی، جذب افکار فرخنده و معنوی، تثبیت افکار فرخنده در ذهن می‌باشد (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۹۱-۱۹۳ / هریتدره‌شری، ۱۹۷۰: ۴۵-۴۳).

گذر از چهار دیدگاه یوگه‌ای اول به چهار دیدگاه یوگه‌ای دوم

این بخش خط مرزی میان چهار یوگه اول و آخر می‌باشد. هریتدره در این قسمت از مسائلی مانند درک ظریف، مسروران زندگی دنیوی و الغای منطق سفسطه آمیز صحبت می‌کند. درواقع یکی از تفاوت‌های بارز چهار یوگه اول و آخر داشتن درک ظریف است. افراد دارای چهار دیدگاه یوگه‌ای اول و مسروران زندگی دنیوی فاقد این نوع درک هستند. همچنین داشتن این درک ظریف سالک را از منطق و استدلال بدرها می‌کند.

درک ظریف

هریتدره این مفهوم را در مرحله گذار از چهار مرحله یوگه‌ای اول به چهار مرحله یوگه‌ای دوم معرفی کرد. درواقع درک ظریف^{۳۹}، وضعیت درونی آگاهی است که در آن سالک می‌تواند تمام آن چیزهایی که قابل شناخت هستند را بشناسد. می‌توان گفت که چهار دیدگاه یوگه‌ای اول جنبه بیرونی یوگه هستند زیرا در این چهار درشتی هیچ امکانی برای دانش حقیقی وجود ندارد (شاه، ۱۹۸۳: ۵۸-۵۹). هریتدره در توصیف یوگه درشتی چهارم اینگونه می‌گوید که دارنده آن از درک ظریف بی‌بهره است. او با این جمله نشان می‌دهد که نقص ذاتی درباره چهار یوگه درشتی اول وجود دارد. درک ظریف به معنای درک چیزها به روشی ظریف است و به معنای درک چیزهای ظریف نیست. نگاه به چیزها از جنبه‌هایی مانند علت، صورت، نتیجه به روشی کامل درک ظریف نامیده می‌شود. درک ظریف روح را از اقیانوس وجود دنیوی بیرون می‌کشد. ناخالصی‌های روح مانع کسب درک ظریف می‌شوند. روح

³⁸. prānāyāma: مهار تنفس

³⁹. vedyasamvedyapada, the subtle undersanding

بجای درک ماهیت واقعی علل، سایه آن را درک می‌کند (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۲۳۶-۲۳۷). روح دارای درک ظریف دانستنی را همان‌طور که هست درک می‌کند. هیچ تفاوتی میان ادراک او از یک قابل شناخت و ماهیت واقعی آن قابل شناخت وجود ندارد (همان: ۲۴۰-۲۴۳). هرپیدره در ادامه بیان می‌کند که افراد دارای ودیه سمودیه پده یعنی کسانی که چهار دیدگاه یوگه‌ای آخر را حمایت و تأیید می‌کنند، به معنای واقعی کلمه به تنهایی یوگین هستند (هرپیدره‌شری، ۱۹۷۰: ۵۰).

خوشامدگویان (سروران) زندگی دنیوی^{۴۰}

«اودیه سمودیه پده متضاد (ودیه سمودیه پده) است و با افکار و نظریات نادرست احاطه شده‌است و موضوع اصلی برای اشخاصی است که نسبت به زندگی و هستی دنیوی سرور هستند. چنین شخصی به چیزهای بی‌اهمیت اهمیت می‌دهد، گرسنه منفعت، درمانده و بیچاره، حسود، دچار ترس، نادان و سرگرم کارهای پوچ و عبث است. او عمدتاً درباره ذات چیزها اشتباه می‌کند و قادر به مشاهده آنچه که برایش منفعت دارد و یا بدون نفع است، نخواهد بود و تحت کنترل تشویش و نگرانی هاست. با وجود اینکه او وجود دنیوی را مملوء از (پیشامدهای غیر مترقبه) تولد، مرگ، پیری، درها و بیماری‌های مزمن دائمی و موقتی، غم و اندوه و ... می‌بیند اما همچنان به علت وهم و فریب حداکثری هیچ گونه نفرتی نسبت به آن ابراز نمی‌کنند» (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۲۴۹-۲۵۱) همان: ۵۴-۵۱).

ایمان صحیح^{۴۱}

همان‌طور که گفته شده ملازم و همراه همیشگی درک ظریف، ایمان صحیح است. یعنی سالک بعد از دیدن ماهیت حقیقی چیزها، با ایمان صحیح سعی در بکار بستن آنها می‌کند. اما این ایمان صحیح دارای موانعی نیز می‌باشد که باید این موانع برداشته شود.

دو مانع سدکننده راه رسیدن سالک به ایمان صحیح، اشتیاق نسبت به وجود دنیوی^{۴۲}، چنگال کشنده استدلال مغالطه‌آمیز^{۴۳}. تا زمانی که روح به لذات مادی علاقه دارد، راه او برای رسیدن به ایمان درست سد می‌گردد. به محض دستیابی به یکی از یوگه‌درستی، وابستگی بیش از حد او به لذات دنیوی کاهش می‌یابد. حتی در این مرحله هم پایبندی او به استدلال مغالطه‌آمیز از بین نمی‌رود. زیرا او هنوز کاملاً از تصرف اودیه سمودیه پده آزاد نشده‌است. زیرا سالکی که صاحب یکی از چهار یوگه‌درستی اول است، تنها یک قدم با دستیابی به ایمان صحیح فاصله دارد و آن یک قدم تبعیت او از استدلال

40. Bhavābhinandī Jīva, a rejoice of worldly existence

41. samyagdarśana, right faith/ belief

42. crave for worldly existence

43. fallacious argument

مغالطه‌آمیز یا منطق خشک و خرد کننده^{۴۴} است. به محض پیروزی سالک بر اودیبه سمودیه پده، بطور خودکار و کامل از چنگال کشنده استدلال مغالطه‌آمیز رها می‌شود. استدلال مغالطه‌آمیز به عنوان یک بیماری برای درک ظاهر شده و موجب سلب آرامش می‌گردد. ایمان به حقایق دینی را از بین می‌برد و دشمن روح است. یک استدلال غلط با یافته‌های مشاهده مستقیم در تناقض است. باعث سردرگمی در نتیجه‌گیری هر گزاره‌ای می‌شود. اظهارات طرف منازعه هرگز توسط مخالف به معنای درست درک نمی‌شود. اوصرفاً علاقه‌مند به رد است و جوینده حقیقت نیست. هدف او یافتن ایرادات غیر ضروری در بیانیه دعواست. روحی که در آرزوی رسیدن به رهایی است، باید از هر جهت از تمایل به استدلال غلط خودداری کند (هریبدره‌شری، ۱۹۷۰: ۵۵-۵۶ / جینبدراکومار، ۲۰۱۴: ۲۵۹-۲۶۲).

استیرا دیدگاه یوگه‌ای پنجم

دارنده استیرادرشتی با ایمان درست و گشودن گره بیزاری و دل‌بستگی شدید، دارای درک ظریف است. استیرا به معنای ثبات و استواری است زیرا درک استیرادرشتی همیشه و در هر حال با دارنده‌اش باقی می‌ماند و هرگز از بین نمی‌رود. دارنده استیرادرشتی فعالیت‌های معنوی را بدون سردرگمی، خطا و اشتباه انجام می‌دهد. او این توانایی را پیدا کرده که بین خود و غیر خود تمییز دهد. برای او تمام هستی دنیوی مانند قلعه شنی ساخته شده توسط یک کودک غیر واقعی است (جیندراکومار، ۲۰۱۴: ۱۹۶-۲۰۱).

این درشتی با عضو پنجم یوگه‌ی پتنجلی یعنی پرتیاهاره^{۴۵} برابر است که می‌توان آن را نه تنها کناره‌گیری از حواس بلکه از تمام گرایش‌ها و تمایلات ذهنی دانست (شاه، ۱۹۸۳: ۶۰). هریبدره در این قسمت مفهوم گشودن گره را بکار می‌گیرد که در سنت جینی به خوبی شناخته شده است. زیرا در طرح جین از مراحل تکامل معنوی گشودن گره در مرحله چهارم محقق می‌شود.

کانتا دیدگاه یوگه‌ای ششم

درک دارنده این نوع درشتی دائماً پایدار و عاری از تخطی است. بنابراین فعالیت‌های معنوی را بی‌عیب و نقص انجام می‌دهد. زمانیکه مردم عادی اعمال بی‌نقص او را مشاهده می‌کنند، نسبت به او احساس علاقه پیدا می‌کنند. بنابراین می‌توان گفت درک پایدار دارنده کانتادرشتی او را برای مردم عادی عزیز می‌کند. کلمه کانتا به معنی عزیز و دوست داشتنی است. او دارای تمرکز ابتدایی است. این یوگه با ششمین عضو یوگه‌ی پتنجلی یعنی دارنه^{۴۶} قابل قیاس است. به نظر هریبدره دارنده کانتادرشتی ذهن

44. logic chopping

45. Pratyāhāra: انقطاع از عالم حواس

46. dhāraṇa: تمرکز

خود را معطوف به مسائل دینی کرده‌است. یعنی در زمان انجام آن فعل ذهن او به فعلی دیگر فکر نمی‌کند (هریبدره‌شری، ۱۹۷۰: ۷۶-۷۸ / جیندراکومر، ۲۰۱۴: ۲۰۵-۲۰۸ / پاتر، ۲۰۰۷: ۴۵۲).

پربا دیدگاه یوگه‌ای هفتم

ویژگی این نوع درشتی مراقبه است. از نتایج مراقبه (تمرکز از نوع متوسط) استقامت، بیزاری از حواس‌پرتهی در نتیجه دوست داشتن مراقبه، دست‌یافتن به استواری روان، عاری از اندوهگین شدن، تصدیق ماهیت واقعی روح است. دارنده پربادرشتی می‌تواند برای مدت طولانی در حالت مراقبه بماند و از آن شادی واقعی بدست می‌آورد. ویژگی چنین شادی، آرامش است. به نظر هریبدره درک خالص دارنده پربا درشتی موجب تداوم وجود مراقبه می‌شود. هریبدره درک آن را با طلایی که تقریباً خالص شده‌است، مقایسه می‌کند. این درشتی موجب انجام بدون دل بستگی اعمال در عرصه معنویت نیز می‌باشد (پاتر، ۲۰۰۷: ۴۵۲ / هریبدره‌شری، ۱۹۷۰: ۷۹-۷۸، جیندراکومر، ۲۰۱۴: ۲۱۱-۲۱۴).

پرا دیدگاه یوگه‌ای هشتم

هریبدره بیان می‌کند که درک پربادرشتی شبیه به درخشندگی نور ماه است. دارنده پربادرشتی همیشه مشغول به مراقبه عالی است. این مراقبه^{۴۷} هشتمین عضو یوگه‌ی پتنجلی است. او به هیچ یک از اعمال معنوی دل بستگی ندارد. او به قدری بی تفاوت است که در او هیچ احساس وابستگی حتی نسبت به مراقبه عالی وجود ندارد. بدین دلیل که روح او با دستیابی به دانش کل به پاکی بسیار رسیده‌است. او در این مرحله به دیگران خیر معنوی می‌دهد. هریبدره در حین پایان دادن یوگه‌درشتی هشتم بیان می‌کند که در این مرحله روح بزرگ با پایان دادن به بیماری بنام وجود دنیوی، رهایی را به معنای واقعی کلمه بدست می‌آورد (پاتر، ۲۰۰۷: ۴۵۲ / جیندراکومر، ۲۰۱۴: ۲۱۷-۲۱۹).

سالکان یوگه‌ای چهارگانه

هریبدره سالکان یوگه‌ای را بر طبق صلاحیت آنها در مطالعه این رساله به چهار دسته تقسیم می‌کند: گوتره یوگین کوله یوگین، پُرورتککُره یوگین نیشپنه یوگین^{۴۸} اولین نوع یعنی گوتره یوگین یک یوگین^{۴۹} فقط بخاطر نام است. او در خانواده‌ای به دنیا می‌آید که نسل اخیر دیگر میراث معنوی نیاکان را به ارث نمی‌برد. به عنوان مثال اگر در یک خانواده جین به دنیا آمده باشد، او و اعضای خانواده‌اش هیچ ربطی به جینیزم ندارند. یک گوتره یوگین به اندازه کافی بالغ نیست که از گوش دادن یا مطالعه

47. dhyān: دیانه و هشتمین عضو یوگه‌ی پتنجلی

48. gotrayogins, kulayogins, pravṛttacakrayogins, niṣpannayogins

49. Yogin

در سنسکریت کلاسیک، کلمه یوگی از یوگین گرفته شده‌است که به تمرین کننده یوگه اشاره دارد. یوگی از نظر فنی به مرد و یوگینی به تمرین کنندگان زن اشاره دارد.

یوگه‌درشتی سَنُوْجِیَه بهره‌مند شود. بنابراین مطالعه این رساله برای او رفاه معنوی ایجاد نمی‌کند. کوله یوگین کسی است که در نژاد یوگین‌ها متولد شده و از قوانین رفتاری آنها پیروی می‌کند. او می‌تواند با گوش دادن و مطالعه این رساله به رشد معنوی دست یابد. نوع سوم پَرورِتککَره یوگین کسی است که فعالانه در اجرای تمرینات یوگه به کار می‌پردازد. بنابراین او واجد شرایط گوش دادن و مطالعه این رساله می‌باشد. نوع چهارم نیشپِنه یوگین کسی است که قبلاً به سعادت نهایی رسیده‌است. هر آنچه که او قرار است با مطالعه این رساله بدست آورد، قبلاً بدست آورده‌است. بنابراین او دیگر نیازی به مطالعه این رساله ندارد (جینبدراکومار، ۲۰۱۴، صص ۱۲۶-۱۲۷). به عبارت دیگر تنها یوگین‌های نوع دوم و سوم نیازمند دریافت دستورات عمل و راهنمایی هستند (تاتیا، ۱۹۵۱: ۳۰۴ / هریدره‌شری، ۱۹۷۰: ۹۳-۹۳ / هریدره‌شری، ۱۹۶۹: ۲۲ / پاتر، ۲۰۰۷: ۴۵۳).

نتایج

یوگه پدیده رایج معنوی است که در سایر سنت‌های دینی وارد گشته‌است. گستره متنوعی از اندیشه‌های یوگه‌ای وجود دارد که این ایده‌ها و اندیشه‌ها در درون متون مختلف نشان داده شده‌است. آیین جین نیز مفاهیم و اصطلاحات خاص خود را از یوگه دارد. هریدره سری یکی از شخصیت‌های مهم تاریخ جین است. نوشته‌های او درباره یوگه، تحلیلی از یوگه در قرن هشتم از دیدگاه جین ارائه می‌دهد. در آغاز در دین جینی، یوگه علت اسارت تلقی می‌شد. اما به نظر هریدره آنچه که فرد را به رهایی متصل می‌کرد، یوگه بود. به عبارت دیگر تمام فعالیت‌های معنوی و دینی که منجر به رهایی می‌شوند، یوگه هستند. هریدره در این متن طبقه‌بندی سه‌گانه‌ای از یوگه و طبقه‌بندی چهارگانه‌ای از سالکان یوگه‌ای و طبقه‌بندی هشتگانه‌ای را از دیدگاه‌های یوگه‌ای که تشکیل دهنده موضوع اصلی متن است، معرفی می‌کند. یوگه از طریق قصد، یوگه از طریق متن مقدس و یوگه از طریق ریاضت نفسانی سه قسم یوگه هستند که از این سه قسم، دیدگاه‌های هشتگانه یوگه‌ای اشتقاق یافته‌اند. در هرکدام از این مراحل سالک دارای درک خاصی است که او را در سیر یوگه‌ای ثابت قدم می‌کند. این درک باید همراه با ایمان درست باشد؛ ایمانی که مبتنی بر متن مقدس است و نه بر خرد شخصی. هریدره میان چهار دیدگاه اول و دوم تفاوت قائل می‌شود. به نظر او اشخاص دارای چهار دیدگاه اول دارای درک ظریف نیستند. یعنی قادر به شناسایی شناختنی‌ها آنگونه که هستند، نمی‌باشند. درواقع اشخاص دارنده چهار دیدگاه یوگه‌ای آخر سالک یوگه‌ای محسوب می‌شوند. او همچنین در طبقه‌بندی چهارگانه از سالکان یوگه‌ای معتقد است که تنها دو نوع از این افراد صلاحیت مطالعه متن او را دارند.

منابع

الیاده، میرچا. (۱۴۰۱). یوگه: جاودانگی و رهایی. ترجمه مانی صالحی علامه. تهران: نشر نیلوفر.
 رودریگز، هیلاری. (۱۳۹۷). درآمدی بر دین هندو. ترجمه فیاض قرائی. قم: نشر دانشگاه ادیان و مذاهب و سمت.

References

- Chapple, Christopher. (2003). *Key, Reconciling Yoga; Haribhadra's Collection of Views on Yoga*. America, State University of New York Press.
- Chapple, Christopher. (2016). *Key, Yoga in Jainism*. New York, Routledge.
- Cort, John. E. (1998). *Open Boundaries; Jain Communities and Cultures in Indian History*. US, State University of New York Press.
- Denise Cush; Catherin Robinson, and Michael York. (2008). *Encyclopedia of Hinduism*. London and New York, Routledge Taylor and Francis Group.
- Dasti, Matthew. R and Bryant, Edwin. F. (2014). *Free will, Agency, and selfhood in Indian Philosophy*. London, Oxford University Press.
- Eliade, Mircea. (1958). *Yoga: immortality and freedom*. New York, Princeton University Press. (in Persian)
- Haribhadrasuri, (1965). *Yogas'ataka*. Ahmedabad, L. D. Institute of Indology.
- Haribhadrasuri, (1970). *Yogadrshitisamuccaya*. translated by K. K. Dixit. New Delhi, Ahmedabad, L. D. Institute of Indology.
- Ian Whicher and David Carpenter. (2003). *Yoga; The Indian tradition*. New York, Routledge Curzon Taylor and Francis Group.
- Jain, S. M. (2009). *Essence and substance of yoga*. Delhi, Prakrit Bharati Academy.
- Jain, Parveen. (2019). *Jain Yoga and Dhyana-from contemplative Introspection to blissful meditation*. New Delhi, DK print world.
- Jayendrakumar, Shah Riddhi. (2014). *An analytical study of Yogadrshitisamuccaya of Acarya Haribhadrasuri*. New Delhi, Jain Vishwa Bharati University.
- Kansara, N. M and Tripathi G. C. (2014). *Studies in Haribhadrasuri*. Delhi, B. L. Institute of Indology.
- Pragya, Samani Pratibha. (2016). *Prekṣā meditation; History and methods*. London, Department of the study of Religions.
- Potter, Karl H, *Encyclopedia of Indian Philosophies*, volume x, Delhi, Motilal Bandarsidass Publishers, 2007.

Rodrigues, Hillary. (2008). *Introduction Hinduism*. New York, Routledge. (in Persian)

Shah, Nagin J. (1983). *Haribhadra's Yoga Works and Psychosynthesis*. Ahmedabad, L. D. Institute of Indology.

Shah, Vina. (2017). *An examination of Haribhadra's Aphoristic Text on Jain yoga, the Yogavims'ika and its Illumination in the Commentary of Yas'ovijaya*. Sydney, University of Sydney. Faculty of Arts and Social Sciences.

Srivastava, S. N. (2002). *A Study in the Origins and Development of Jainism*. US, Gorakhpur University. Rekha Publication.

Tatia, Nathmal. (1951). *Studies in Jaina Philisophy*. India, Banaras. Jain Cultural Research Society.