

## بررسی تحول آموزه‌ی رنج از بودا تا ذن<sup>۱</sup>

ندا خوشقانی<sup>۲</sup>، مجتبی زروانی<sup>۳</sup>

(تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۸۹/۷/۱۷ - تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۰/۴/۲۸)

### چکیده

دوکه یا رنج، به عنوان مهمترین آموزه‌ی آیین بودا، در طی تاریخ و در مکاتب مختلف آن، از حیث واقعیت رنج، و راه نجات از آن روندی متفاوت را پیموده است. بدین‌گونه که رنج در آموزه‌های نخستین بودا در قالب چهار حقیقت شریف، بسیار پررنگ و مؤکد است و با محوریت آن، نظام فلسفی و عقیدتی خاصی را بعدها، به خصوص در سنت تراوده، شکل می‌دهد. اما در سنت مهاییانه، این آموزه مانند بسیاری از باورها چون کرمه، سمساره، نیروانه و... تحت‌الشعاع آموزه‌ی دیگری به نام شونیاتا یا تهیگی قرار می‌گیرد، و سرانجام این آموزه با اصطلاح ووسین یا نه - ذهن در ذن - به‌عنوان یکی از شاخه‌های مهاییانه به‌خصوص در خاور دور - جایگاه وسیع‌تری یافته و واقعیت رنج در آن رنگ می‌بازد. به دنبال آن تحولاتی در شیوه‌های عملی و راه نجات از رنج نیز در شاخه‌های این مکتب ایجاد می‌گردد.

**کلید واژه‌ها:** رنج، دوکه، شونیاتا، نه - ذهن، بودا، مهاییانه، ذن.

### مقدمه

نه تنها ادیان بلکه هر فردی - خواه دینی، خواه غیردینی - منکر مقوله‌ای به نام رنج نتوان بود چرا که هرکس رنج را تا حدی در زندگی‌اش درک نموده و تجربه کرده است.

۱. برگرفته از پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد.

۲. نویسنده‌ی مسؤول: دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه تهران،

Email: khoshaghani@yahoo.com

۳. دانشیار دانشگاه تهران.

بیشتر مکاتب دینی همواره در پی آن بوده‌اند تا راه‌حلهایی از علت وجودی رنج و به ویژه رهایی و نجات از آن به پیروان خود ارائه دهند. از این میان، مکتبی مانند بودیسم و فلسفه‌ی آن تفاوتی با سایر مکاتب دینی در طرح مبحث رنج (یا دوکه<sup>۱</sup>) دارد و آن اینکه در بودیسم، این مفهوم اصلی‌ترین آموزه‌ی هستی‌شناسی، انسان‌شناسی و نجات‌شناسی آن را تشکیل می‌دهد و سایر مفاهیم و مصادیق، پیرامون آن، نقش می‌گیرند. از این رو، مبنای همه‌ی شاخه‌های بودیسم، رویارویی با «واقعیت رنج» و تبیین آن، و هدف همه‌ی آنها «نجات و رهایی از رنج» یا نجات‌بخشی است. با وجود این، تفاوت‌های شایان توجهی نیز میان شاخه‌های مختلف بودیسم از جهت آموزه‌ی رنج، نجات از رنج و راه نجات از آن وجود دارد که آنها را تا حدی از هم متمایز می‌سازد. در واقع، شخص بودا کوشیده است انسان‌ها را با مهمترین پرسش‌ها آگاه سازد، پرسش‌هایی درباره‌ی رنج، اندوه، چیستی آن و راه‌های پایان‌بخشیدن بدان مطرح کند (چاتر‌جی، معرفی مکتب‌هاب فلسفی هند، ۲۶۸).

تأکید و استوار شدن بودیسم بر واقعیت رنج باعث گردیده تا برخی آن را مکتبی بدبینانه بخوانند. شایسته است پاسخ به این نقد را از زبان لاما گویندا<sup>۲</sup> بیان کنیم، او درباره‌ی واقع‌نگری اندیشه‌ی بودا و نه بدبینی اندیشه‌ی او چنین می‌گوید: «دکارت فیلسوف معروف فرانسوی فلسفه‌اش را با این قاعده مطرح نمود که: می‌اندیشم، پس هستم. اما بودا یک قدم فراتر نهاد و بر اصل فراگیر و مبتنی بر تجربه‌ای دست گذاشت که در میان همه‌ی موجودات دارای شعور مشترک است: و آن حقیقت رنج است» و همین حقیقت است که باعث گردیده تا بودا در اندیشه‌ی نجات آدمی از همه‌ی هم و غم‌های زندگی باشد. در واقع، بودیسم با واقعیتی آغاز کرده است که مبتنی بر تجربه‌ای مشترک و جهانی است. بدین معنا که ممکن است همه‌ی موجودات دارای شعور، موجودات متفکر نباشند، اما همه‌ی آنها رنج را درک کرده‌اند یا می‌کنند چراکه همگی با پیری، فساد و مرگ رویارو هستند (Bowker, *problem of suffering*, 237).

دوکه و راه نجات از آن، روند ثابتی در آموزه‌های مکتب‌های بودایی نپیموده است. آنچه از دوکه در آغاز بودیسم و سنت‌هایی از آن چون تراواده مطرح است، با آنچه در مهاییانه و مکاتب آن چون مکتب ذن شکل گرفته، تا اندازه‌ی زیادی متفاوت است. از این رو، پژوهش پیش رو در پی آن است تا آموزه‌ی رنج را در آموزه‌های اصلی بودا و بعد تحولات آن را در سنت مهاییانه (مبتنی بر کتاب‌های اصلی آن) و سرانجام در ذن -

1. dukkha

2. Lama Govinda

به‌عنوان شاخه‌ای از مه‌ایانه و متأثر از آموزه‌های مکتب‌هایی چون تائویسم در خاور دور - بررسی کرده و به ارزیابی آن پردازد.

### ۱- دوکه در آموزه‌های بودا

چنان‌که خواهید دید، دوکه یا رنج در دو سطح از آموزه‌های بودا مشهود است؛ یکی هستی‌شناسی وی - در قالب آموزه‌ی سه نشانه‌ی هستی، و دیگر در انسان‌شناسی وی - در قالب آموزه‌ی چهار حقیقت شریف.

#### ۱-۱- رنج در هستی‌شناسی بودا

بودا سراسر اجزای هستی را دارای سه ویژگی می‌داند: آنیکه<sup>۱</sup> (بی‌ثباتی)، دوکه (رنج)، و آناتا<sup>۲</sup> (نه خود). این سه نشانه‌ی هستی حاصل تأمل بودا بر جهان هستی و موجودات آن است و تنها مختص آدمیان نیست، بلکه همه‌ی موجودات دارای این سه ویژگی هستند. متون پالی رابطه‌ی این سه را در همه‌ی اشیای مرکب چنین بیان می‌کند: «شکل ماده ناپایدار است (آنیکه) و هر چیز که ناپایدار باشد دوکه نیز هست. هر چیز که دوکه باشد نمی‌تواند خود (آتمن) باشد. آنچه خود من نیست، من نیز نخواهد بود (آناتا)». همفریز (ذن، ۴۴) این‌گونه شرح می‌دهد که اگر هر چیز مرکبی در جهان آنیکه و در حال تغییر است و ثباتی ندارد، پس در واقع خود و آتمنی وجود ندارد که بتوان در سایه‌ی ثبات آن، هویت و چارچوبی جدای از چیزهای دیگر برایش تصور نمود؛ بدین‌سان، هر چیزی هم آنیکه است و هم آناتا. از سوی دیگر، هر چیزی که ثبات ندارد و دستخوش دیگرشدگی است، دوکه نیز هست؛ چرا که تا هنگامی که ثباتی وجود ندارد و همه چیز در حال دیگر شدن است، و همواره در کوشش و افت‌وخیز است تا چیرگی وجودی خود را حفظ کند، این حالت پیامدی جز رنج نخواهد داشت. همین کشمکش در هستی ناپایدار، که هیچ جوهر حقیقی ندارد، باعث دوکه می‌گردد.

#### ۱-۲- رنج در انسان‌شناسی بودا

اندیشه‌ی بودا در نظامی شکل گرفت که سرنوشت و شرایط فعلی آدمی نتیجه‌ای جز

1. anicca

2. anatta

کردار وی نبود؛ نظامی که مبتنی بر اندیشه‌ی کرمه و چرخه‌ی زادمرگ یا سمساره<sup>۱</sup> بود. این آموزه از مهمترین آموزه‌های همه‌ی مکاتب فلسفی هند (به‌جز مکتب کارواکا<sup>۲</sup>) است که همواره در گستره‌ی اندیشه‌ی مذهبی، اخلاقی، فرهنگی و فلسفی هندوها از جمله بوداییان نقش اساسی داشته است. از این‌رو، نگرش بودا به رنج نیز متأثر از همین نظام کرمه‌ای بود.

طبق آموزه‌ی کرمه، اعمال ما در حال حاضر ثمره‌اش را در زندگی کنونی یا آینده به بار خواهد آورد و وضعیت کنونی فرد، اعم از شکل وجودی، مدت زندگی، موقعیت اجتماعی و ویژگی‌های ظاهری وی، همه برخاسته از کردارهایی است که در گذشته شکل گرفته است. گستره و مدت زندگی فرد از طریق زنجیره‌های زادمرگ تا بی‌نهایت در گذشته امتداد یافته و تا بی‌نهایت و بدون هیچ وقفه‌ای در آینده استمرار خواهد داشت، مگر آنکه نجات حاصل آید. بنا به دیدگاه بودا «نه در آسمان‌ها، نه در فضا، نه در شکاف کوه‌ها، جایی نیست که خطاکار بر آن ایستد، و رهایی باید از ثمر کردار خویش. نه در آسمان‌ها، نه در فضا، نه در شکاف کوه‌ها، جایی نیست که بر آن ایستد و مرگ بر او چیره نشود» (*dhammapada, evil sutra, 65*). در این نظام است که بودا با دیدن بیماری و پیری و مرگ و از همه بدتر تکرار مکرر آنها، به دنبال نجات و رهایی می‌رود و فلسفه‌ی خود را برپایه‌ی دوکه بنا می‌کند (درباره‌ی آموزه‌ی کرمه نک: Chakraborty, *Karma freedom and responsibility*; Hirota, "Karman: Buddhist concepts", 8/266-268).

اما اینکه علت اصلی دلبستگی‌های انسان چیست که باعث باززایش شده و کرمه‌ای دیگر را ایجاد می‌کند و آدمی را به رنج مبتلا می‌سازد در نظریه‌ی دوازده زنجیر علی بیان گردیده است: ۱- در آغاز نادانی<sup>۳</sup> است؛ ۲- از نادانی صورت‌ها برمی‌خیزد؛ ۳- از صورت دانستگی برمی‌خیزد؛ ۴- از دانستگی نام و شکل؛ ۵- از نام و شکل شش بنیاد حس؛ ۶- از شش بنیاد حس تماس؛ ۷- از تماس، احساس؛ ۸- از احساس تشنگی؛ ۹- از تشنگی، دلبستگی؛ ۱۰- از دلبستگی، وجود یا شدن؛ ۱۱- از وجود، تولد؛ ۱۲- و از تولد، پیری و مرگ و رنج برمی‌خیزد؛ و این زنجیره مکرراً تکرار می‌گردد؛ با نادانی آغاز شده و با رنج همراه می‌گردد و دوباره کرمه‌ای جدید و تولدی دوباره می‌سازد. مجموع این فرآیند و تکرار سمساره خوانده می‌شود. بدین ترتیب، اگر انسانی در زندگی‌های قبلیش تحت تأثیر

1. samsara  
2. carvaka  
3. avidya

نادانی عمل کرده باشد ذخیره‌ای از احساسات یا کرمه‌سازها جمع‌آوری کرده است که باعث بازتولدش در نظام سمساره می‌گردد (رادا کریشنان، *تاریخ فلسفه‌ی شرق*، ۱۶۱). با توجه به نظام کرمه‌ای و رنج دائمی آن است که بودا نظام‌مندانه فرآیند رنجوری انسان و راه نجات او را در چهار حقیقت شریف مطرح و تبیین می‌نماید. اولین حقیقت اصلی همانا رنج و الم است. تولد رنج است و تحول حیات رنج و سرانجام مرگ نیز رنج. دومین حقیقت اصلی، علت رنج‌ها و آلام است. دل‌بستگی / تشنگی<sup>۱</sup> منتهی به تجدید حیات و تولد ثانوی است. سومین حقیقت اصلی، خلاصی از رنج و الم است و آن جز در ترک آمال و امیال میسر نیست؛ چهارمین حقیقت اصلی، یافتن راه است. یعنی راهی که آدمی را به سرمنزله خلاصی از الم و رنج رهبری می‌کند و آن طریق به هشت روش مقدس تقسیم می‌شود که عبارتند از: ۱- شناخت کامل / بی‌نقص<sup>۲</sup>؛ ۲- نیت کامل؛ ۳- گفتار کامل؛ ۴- کردار کامل؛ ۵- زیست کامل؛ ۶- کوشش کامل؛ ۷- مراقبت کامل ۸- تمرکز کامل (Bowker, *problem of suffering*, 250-255).

### ۳-۱- نیروانا و نجات

آثار موجود در میان بوداییان اولیه، بسیار مجمل به بحث فلسفی در باب ماهیت نیروانا پرداخته است؛ چراکه اساساً سوترهای نخستین فرد را از تفکر مابعدالطبیعی برحذر می‌دارند، زیرا این کار سدی است برای دست‌یافتن به هدف غایی که همانا نجات از رنج است. از این‌رو، متون اولیه بودایی عمدتاً به نیروانا تنها به عنوان راه‌حلی عملی (و نه مابعدالطبیعی) برای مشکل وجودی انسان در برابر رنج‌ها و تشویش‌ها نگریسته و بیان داشته است که سالک چگونه می‌تواند با انجام تمرین‌های منسجم به آگاهی منسجمی از بی‌اصالتی خود (آنانا) دست یابد و بدین ترتیب از دل‌بستگی‌های بی‌ثبات و رنج‌های مکرر آن نجات یابد.

در بیشتر موارد نیروانا با اصطلاحات سلبی توصیف شده است نظیر «توقف»، «خاموشی اشتیاق»، «تجرد»، «خاموشی توهم» و «مطلق‌الامشروط». گرچه در متونی مانند نیکاپا<sup>۳</sup> صفات ایجابی نیز مانند «شادی»، «صلح»، «بهجت» نیز در توصیف آن به کار رفته

1. tanha

۲. هر یک از راه‌ها با وصف samyaka (skt.) یا samma (pali) که اغلب به «درست» ترجمه می‌شود، همراه‌اند؛ اما این کلمه به معنای «درست» در مقابل «نادرست» نیست، بلکه به معنای کامل و تمام است و منظور راه‌های کامل و بی‌نقص رفتار سالک است که بر هر چیز مقدم است (Bowker, *the*)

*oxford dictionary of world religions*, p 101

۳. مجموعه‌ای از آثار در سه سبد قانون پالی بودا.

است. نیروانا خود به معنای «خاموشی» است و مفاهیمی مانند موکشه و موکتی به معنای رهایی، هم‌معنای آن به کار رفته‌اند. اما یک مشکل در متون اولیه درباره‌ی نیروانا وجود دارد و آن اینکه در آنها چندان پیدا نیست که چه چیز خاموش می‌شود و شخص از چه چیز رهایی می‌یابد. در این میان، همان‌طور که رادا کریشنان (تاریخ فلسفه‌ی شرق، ۱۶۹) نیز بدان اشاره می‌کند، نیروانا به رنج‌های زندگی پایان می‌دهد و به معنی گریز از جهانی است که در شعله‌ی کام و آرزو پنهان است، یعنی نابودی همگی شهوت‌ها، دلبستگی، نفرت و فریب.

بر پایه‌ی آموزه‌های این متون، راه هشت‌گانه، که به نیروانا می‌انجامد، به‌عنوان چهارمین حقیقت، تنها راهی است که فرد را به نجات از این چرخه می‌رساند و اشتیاق بی‌اساس او را کنار می‌نهد. اما این نجات و روشنی‌یافتگی به چه صورت است و چه موقع اتفاق می‌افتد؛ متون اولیه اذعان داشته‌اند که نیروانا در دو سطح اتفاق می‌افتد: «نیروانا با باقیمانده» و «نیروانا بدون باقیمانده»، که اولی روشنگری ناتمام و دومی روشنگری کامل است. توضیح آنکه سالکی که در زمان زندگی در راه هشت‌گانه گام برمی‌دارد، روشنی یافته‌ای است که هنوز تأثیرات منفی کرمه‌های پیشین بر وی عارض است و از آن رنج می‌برد و به طور کامل نجات نیافته است (نیروانا با باقیمانده)؛ اما هنگامی که همه‌ی این باقیمانده‌های کرمه‌ای منفی خاموش گردید، شخص روشنی‌یافته خواهد مرد و به نیروانای کامل (نیروانا بدون باقی‌مانده) خواهد رسید (یعنی رسیدن به نیروانای کامل برای بودی سالک بعد از مرگ اتفاق می‌افتد که در آن تمام اثرات کرمه‌های پیشین و کنونی وی از میان می‌رود).

در مورد ماهیت نیروانا، کاسولیس نکته‌ی جالبی بیان می‌کند و آن اینکه آیا این نیروانا و سمساره اشاره به وضعیت روانشناختی<sup>۱</sup> دارند یا اشاره به وضعیت هستی‌شناختی<sup>۲</sup>. یعنی آیا سمساره و نیروانا ساحت‌هایی ذهنی‌اند (ساحت روان‌شناسانه) یا نه به مثابه‌ی ساحتی از هستی‌اند (ساحت هستی‌شناسانه)؟ اگر سمساره وضعیت روان‌شناسانه‌ای باشد که از رنج فراهم آمده است، از این رو در این ساحت، عبور از سمساره به‌سوی نیروانا به معنای تحولی عمیق در نگرش، دیدگاه و انگیزه‌ی فرد است که هیچ رنجی را دیگر در نیروانا احساس نمی‌کند. از سوی دیگر، اگر سمساره به خود این جهان توأم با رنج اشاره دارد (ساحت هستی‌شناسانه)، از این رو، نیروانا جای دیگری از این جهان و در مقابل سمساره است.

1. psychological

2. ontological

هرچند توصیف نیروانا با نام «سرزمین اقصی» می‌تواند به موقعیتی مابعدالطبیعی آن اشاره کند که در این سطح به‌عنوان جایگاه ابدی بهجت و سرور است و ورای هر زادم‌رگ و بازتولد است (kasulis, "Nirvana", 10/448). به هر حال، تفسیر روشنی در متون اولیه درباره‌ی این مسأله مشهود نیست. آموزه‌ی دوکه، نیروانا و ویژگی‌های آن بعدها در مه‌ایانه و شاخه‌های آن تحولاتی می‌یابد که در ادامه بیان خواهد شد.

## ۲- رنج در آموزه‌ی مه‌ایانه

گفته شد که ذن یکی از شاخه‌های مهم مه‌ایانه در خاور دور است. از این‌رو، شایسته است به مختصری از کلیات دیدگاه مه‌ایانه در متون مقدس آن در باب آموزه‌ی رنج پرداخته شود تا گذار از آموزه‌های نخستین بودا به سمت ذن به دقت صورت پذیرد. اما در مه‌ایانه‌ی دینی، آموزه‌ی بودی‌ستوه به‌گونه‌ای با سایر آموزه‌ها مرتبط است. از این‌رو، در آغاز بایستی این آموزه را به‌منظور تبیین جایگاه آموزه‌ی دوکه در مه‌ایانه بیان نماییم.

### ۲-۱- بودی‌ستوه و سه کالبد بودا

در مه‌ایانه، گرچه بودای حقیقی یکی بیش نیست، بوداهای دیگری نیز در کنار او وجود دارند که بی‌مرگ و بی‌شمارند. رفته رفته گرایش دینی در این مکتب نسبت به این بودایان و بودی‌ستوها پیدا می‌شود که نوعی ایمان‌مندی و پرستش را نسبت به مجموعه‌ای از این بودایان به عنوان موجودات الوهی دست‌کم برای سالک مبتدی و غیر متخصص مطرح می‌نماید (Smith, *the essence of Buddhism*, 123). این بودایان گرچه دارای واقعیتی فراجهانی باشند، می‌توانند کالبدی جسمانی (نیرمانه کایه) نیز داشته باشند. در عین حال، این کالبد جسمانی گوهر واقعی ذات ایشان را نشان نمی‌دهد؛ از این‌رو کالبد دیگری نیز به نام درمه کایه دارند که گویای کالبد روحانی و وحدتی کیهانی در سراسر هستی است که نه فقط گوهر واقعی آن بودا را دربردارد که گوهر واقعی همه چیز در هستی است. اما از آنجا که این گوهر واقعی تعیین ندارد، کالبد دیگری نیز میان آن دو کالبد جسمانی و روحانی به نام سم‌بوگه کایه قرار می‌گیرد تا آرمان اصلی بودی‌ستوه - آرمان نجات همه‌ی موجودات - را تحقق بخشد.

از این میان، درمه کایه اولاً سرشت حقیقی چیزها است و هر موجودی دارای آن است، ثانیاً نقطه‌ی اوج وجود یک نجات‌یافته و بودی‌ستوه است. از آنجا که موجودات نمی‌توانند جز به تجربه‌ی روحانی، درمه کایه را درک کنند برای موجوداتی چون بودی‌ستوه‌ها، شکل

سم‌بوگه‌کایه را به خود می‌گیرد و برای موجودات معمولی شکل نیرمانه‌کایه. اما سرشت هر دو را درمه‌کایه تشکیل داده است. این کالبد نادیدنی و کلی است از بین نمی‌رود، تمام موجودات در آن زندگی می‌کنند، حرکت می‌کنند و هستی‌شان از اوست. همان یک است که برای تمام جهان نادیدنی است بی‌تغییر و بی‌تعیین است. همه‌ی بودایان در این یگانه بودای حقیقی و کیهانی - درمه‌کایه - یگانه‌اند؛ در واقع درمه‌کایه مقام وحدت، بی‌تعیینی، و در اصطلاح مهاییانه تهیگی است. شکل بی‌ظهور بودا است و با چینی<sup>۱</sup> و زهدان یا نطفه‌ی بودای چینی‌رفته<sup>۲</sup> هم‌معناست. تعاریف متعددی از درمه‌کایه در متون و مکاتب مهاییانه گردیده است؛ معانی‌ای چون نخستین حقیقت، فراشناخت، کالبد ازلی هستی، چینی‌رفته (تتهاگاتا)، تهیگی (شونیاتا)، مطلق و... (نک: سوزوکی، راه بودا، ۸۴-۷۴؛ پاشایی، فراسوی فرزنگی، ۳۲۵-۳۳۴).

## ۲-۲- آرمان بودی‌ستوه: نجات‌بخشی از رنج

آرمان بودی‌ستوه در مسیر نجات از رنج آنجا است که بتواند همه‌ی موجودات را یاری کرده و به روشن‌یافتگی کامل برساند. از این‌رو، وی حتی آن هنگام که به کالبد اصیل خویش یعنی درمه‌کایه، چینی و تهیگی دست یازیده است از روی اختیار آن را رها کرده و در جهان کرمه‌ای و مبتنی بر زادمرگ، رنج، نادانی و تکرار باقی می‌ماند تا همه‌ی موجودات را خواه انسان باشد خواه جانور تا آنجا که می‌تواند یاری دهد.

او بعد از طی مراحل سلوک و مقاماتی که در ادامه خواهد آمد، در قلب درمه‌کایه است. به مقصد رسیده است، اما این مقصد آرمان و مقصد اصلی وی نیست. او هنوز یک بودی‌ستوه است که رسالتش نه در سکون و قرار که در یاری به موجودات برای رهایی از رنج و آماده‌سازی ایشان برای بودی‌ستوه و بوداشدن است. از این‌رو، ناگارجونه در کتاب خود با نام بودی‌سیتا درباره‌ی چنین انسان‌های کمال‌یافته‌ای می‌گوید: «سرشت ذاتی همه‌ی بودی‌ستوه‌ها یک قلب عاشق است و همه‌ی موجوداتی که در رنج و محنت به سر می‌برند معشوق‌های این عاشقند» کمال یک بودی‌ستوه در بازگشتش به آماج رنج و یاری به دیگران است و مانند بودای ارهت در هینه‌یانه کمال فردی برای او معنایی ندارد (چاترجی، معرفی مکتب‌های فلسفی هند، ۳۳۲).

اما نکته‌ای در اینجا نیاز به توضیح دارد که هانس کونگ به زیبایی بدان اشاره

1. Tathata
2. Tathagatagarbha



می‌کند و آن این است که زمانی که بودی‌ستوه برای نجات دیگران دوباره به جهان رنج‌آور زادم‌رگ باز می‌گردد، رنج‌ها همچنان وجود دارد او نیز با نظام زادم‌رگ، با بیماری، با پیری و مرگ روبه‌رو است و بنا به ماهیت این نظام، رنج‌ها برای او نیز وجود دارد، اما آنچه مهم است این است که این رنج و مرگ دیگر برای او تلخی ندارد (کونگ، *ساحت‌های معنوی ادیان جهان*، ۲۶۲).

در سوره‌ی شته ساهسکریکا (کمال فرزاندگی) درباره‌ی بودی‌ستوه چنین می‌خوانیم که «تنش آرام، صدایش آرام، و جاننش آرام است. رفتارش گویای خرسندی است چه در جمع و چه در خلوت میانه‌رو است، آسان می‌خورد آسان می‌گذارد، زندگی و عادات نیکو دارد؛ اگرچه در میان جمع است جدا زندگی می‌کند. در سود و در زیان آرام و یکسان است؛ نه مغرور و نه دلسرد است. بدین‌سان در شادی و در رنج، در ستایش و در سرزنش، در نام و گمنامی، در زندگی و در مرگ یکسان دل است، نه مغرور است و نه دلسرد» (پاشایی، *فراسوی فرزاندگی*، ۲۰۷). در واقع کسی که به بی‌جوهری و وهمی بودن این جهان واقف گردیده است، دیگر با پیری و بیماری و مرگ و تکرار آن در نظام زادم‌رگ وحشت‌زده نمی‌شود. این ابتهاج و سرور اصیل در مقامات ده‌گانه‌ای که برای بودی‌ستوه بیان شده، به‌عنوان نخستین مقام نیز وجود دارد که به آن پرمودیته به معنای شاد می‌گویند<sup>۱</sup> (نک: سوزوکی، *راه بودا*، ۹۰-۹۳). اما اینکه بودی‌ستوه چگونه و از چه مسیری به این مقام دست یازیده است، در ادامه بررسی می‌گردد.

### ۲-۲- راه بودی‌ستوه در تحقق نجات‌بخشی

«چهار حقیقت شریف» نقش مهمی در شکل دادن زندگی دینی تعداد زیادی از بوداییان برای رسیدن به نیروانا بازی کرده است. سنت بودایی هینه‌یانه چهار حقیقت شریف را بنیان آموزه‌ی نجات‌شناسی خود لحاظ نموده است و همواره راه هشت‌گانه را که سه عنصر اصلی زندگی دینی‌شان را تشکیل می‌دهد تفسیر نموده و به کار بسته‌اند: فضیلت اخلاقی (گفتار، کردار، و زیست کامل)؛ تمرکز فکورانه (کوشش، مراقبت، و تمرکز کامل) و عقلانیت نجات (شناخت، و نیت کامل). با ظهور مه‌ایانا این آموزه، گرچه همچنان به عنوان بخش اصلی آموزه‌های بودا محترم بود، از محوریت کمتری برخوردار شده و تفسیری جدید به خود اختصاص داد (Ross Carter, "four noble truths", 5/403).

۱. این ده مقام در سوره‌ی دشه بومیکه آمده است.

نقد معمول مهپایانه از سنت تراواده بر آن بود که این سنت با تأکید بر کنش و رفتار آدمی به نحو خودمحوارانه‌ای بر ماهیت فرد و خود بسیار دامن می‌زند. از سوی دیگر مهپایانه در بیان خاستگاه رنج بیش از همه بر نادانی فرد که در زنجیره‌ی علی دوازده‌گانه علت نخست بود بسیار تأکید می‌کرد، چراکه نادانی نسبت به نه‌خود (آناتا) بود که وجود آدمی را دارای فردیت و خودبود می‌دانست و دل‌بستگی را در او دو چندان نموده، او را به رنج در چرخه‌ی زادمرگ مبتلا می‌ساخت.

از این‌رو مهپایانه تفسیری دیگری برای طریق هشت‌گانه به منظور از میان بردن نادانی که ریشه‌ی اصلی رنج بود به کار برد. تفسیر مهپایانه از طریق هشت‌گانه به ترتیب این‌گونه بود: ۱. بصیرت نسبت به درمه‌کایه؛ ۲. رهایی از آشفتگی‌های روحی؛ ۳. سکوت در جهت جذب درمه؛ ۴. ترک هر عملی با پیامد کره‌ساز؛ ۵. زندگی به شیوه‌ای که از آن نه درمه‌ای پدید آید و نه درمه‌ای متوقف گردد؛ ۶. کنار گذاشتن هر غرض و قصدی؛ ۷. بی‌پاسخی و بی‌کنشی نسبت به مسائل بی‌حاصل؛ ۸. بی‌اعتمادی به طور کلی نسبت به ایده‌ها یا مفاهیم. در این هشت راه بیشترین تأکید بر وانهادن و ترک اموری است که همه حاصل نادانی نسبت به واقعیت نه‌خود و پندار نسبت به خودبود و جوهری مستقل است. با سکوت، با بی‌غرضی، بی‌کنشی، بی‌اعتمادی نسبت به اموری که همه حاصل توهم ناشی از خود است می‌توان در مسیر واقعی نجات گام برداشت. تفسیر مهپایانه از طریق هشت‌گانه‌ی برخلاف هیپنه‌یانه ذهنی‌تر و درون‌گراتر است تا اخلاقی و عملگرا (Bowker, *the oxford dictionary of world religions*, 101).

اما این طریق هشت‌گانه، یگانه مسیر مهپایانه برای رسیدن به آرمان و مقصد نجات نبود. بودی‌ستوه برای آنکه به آرمانش دست یازد و از مقام بی‌چونی درمه‌کایه گذر کرده و سرشار از مهر و همدردی به همه‌ی آفریدگان باشد بایستی از مسیری عبور کند و به شش کمال (یا پارمیتا) در کنار راه هشت‌گانه و کرونا عمل نماید. کرونا آن ویژگی بودی‌ستوه است که دلسوزانه و از روی همدردی به دیگران کمک کرده تا همگی به نجات و نیروانا دست یابند. اما این شش پارمیتا یا کمال بودی‌ستوه در سوره‌ی پنجه ویشته عبارت است از: بخشندگی، سلوک، بردباری، همت، دیانه یا درون‌نگری، پرگیا یا فراشناخت. آخرین کمال برترین کمال بودی‌ستوه است که از پی همه‌ی کمالات فراهم می‌آید و بودی‌ستوه پرتو و نمودی از حقیقت آن است؛ اما در عین حال همه‌ی کمالات نیز در پرگیا جمع‌اند. اما پرگیا (فراشناخت) همان گونه که از نامش پیداست خارج از

فهم بشر است چنانکه در سوره‌ی اشته آمده است «گوهر پرگیاپارمیتا ژرف است، چراکه گوهرش تنها و مجرد است» «گوهر آن نیندیشیدنی است چراکه چیزی نیست که اندیشه آن را بشناسد یا به چنگ آورد». تنها در این کمال است که بودی‌ستوه به تهیگی واقعی امور و نا - خودی آنها پی می‌برد (سوزوکی، راه بودا، ۹۴-۹۵).

از این‌رو، در مهاییانا دو مفهوم تهیگی (یا در بودای اولیه نه - خود) بسیار برجسته می‌گردد و بخش اصلی سوره‌ی پرگیاپارمیتا به همین مفهوم تهیگی برمی‌گردد. در اینجا نیز مانند آنچه سولیکوس درباره‌ی نیروانا مطرح ساخته بود، تشخیص و تمییز اینکه این تهیگی به چه ساحتی مربوط می‌گردد بسیار دشوار است؛ ساحت هستی‌شناختی یا ساحت روان‌شناختی. گویی در این مرحله این دو ساحت برای بودای نجات‌یافته یکی می‌گردد؛ دیگر تمییزی و دوگانگی بین روح او و هستی وجود ندارد. او هستی است و هستی او، او تهی است و تهیگی او. او درمه‌کایه است و درمه‌کایه او. او پرگیا است و پرگیا او. در این ساحت، دیگر بودی‌ستوه، هستی، تهیگی، درمه‌کایه و پرگیا همه یکی است.

#### ۴-۲- رنج و تهیگی

مفهوم تهیگی یا شونیاتا<sup>۱</sup> در مهاییانه بسیاری از مفاهیم و آموزه‌ها را تحت تأثیر خود قرار داده و تعبیر نوینی برای آنها بیان داشته است، از جمله واقعیت رنج. مفهوم تهیگی در متون مهاییانه چنین آمده: «...ای شاری‌پوتره، اینجا همه چیز نشان تهیگی دارند: زاده نشده‌اند، نابود نیستند، آلوده نیستند، نیالوده نیستند؛ افزون نمی‌شوند، کاسته نمی‌گردند. پس ای شاری‌پوتره در تهیگی، نه کالبد هست، نه احساس، نه ادراک، نه حالات دل، و نه دانستگی. نه چشم، نه گوش، نه بینی، نه زبان، نه تن، نه دل، نه شکل، نه صدا، نه بو، نه مزه، نه لمس، نه شناسه‌ها یا موضوعات؛ نه اندامی برای دیدن، تا می‌رسیم به عنصر آگاهی بدون دانستگی؛ نه دانش هست، نه نادانی، نه خاموشی دانش، نه خاموشی نادانی، تا اینکه می‌رسیم به اینکه نه پیری هست، نه مرگ، نه فقدان پیری و مرگ، نه رنج هست، نه اندوختن، نه نیستی، نه راه؛ نه دانش هست نه دستاوردی و نه فقدان آنها».

در این سوره می‌بینیم که همه چیز و همه‌ی درمه‌ها تهی و ناخود هستند؛ از عناصر تشکیل‌دهنده‌ی وجود انسان، حواس و متعلقات آنها گرفته تا مفاهیمی چون آگاهی، نادانی، پیری، مرگ، رنج و... در این سوره، نادانی، که علت اصلی رنج آدمی در دوازده

1. sunyata

حلقه‌ی علیاست، و رنج، که ویژگی لاینفک چرخه‌ی زادمرگ است، تهی خوانده شده‌اند. تهیگی بدین معنا که هیچ خودبود و جوهر مستقلی ندارند و همگی آنا تا هستند. از این میان، رنج مانند هر مقوله‌ای، زمانی وجود دارد که هویت و جوهر بنیادینی برایش فرض شود. اما هنگامی که بودی ستوه به کمال فراشناخت و رهایی کامل از جهان اطراف می‌رسد به حقیقت ناخود همه چیز (درمه‌ها) از جمله رنج دست می‌یابد (The prajnaparamita heart sutra, 63).

مفهوم تهیگی بعدها از سوی ناگار جونه، در فلسفه‌ی مادیمیکه، بسیاری از مفاهیم و آموزه‌های دیگر را مانند کرمه، سمساره، نیروانا که با واقعیت رنج و امکان نجات از آن را بطه‌ی تنگاتنگی داشتند تحت‌الشعاع قرار داده و واقعیت همه‌ی آنها را نیز تهی دانست. در مکتب مادیمیکه جهان واقعیت ندارد و غیر واقعی است و تمام چیزها - چه ذهنی و چه غیرذهنی - موهوم است (چاترجی، معرفی مکتب‌های فلسفی هند، ۱۳۱). ناگار جونه تحلیل پرنفوذ و قاطعانه‌ای از چهار حقیقت شریف بیان می‌دارد. مبنی بر اینکه دوکه و رنج که خود وابسته به عناصر بی‌بنیاد است نمی‌تواند حتی در سمساره، چرخه‌ی بی‌ثبات و مکرر زادمرگ دارای وضعیت هستی‌شناسانه بنیادین باشد. متعاقبا سمساره و نیروانا نیز همگی تهی بوده و هیچ خودبودی ندارند (Ross Carter, "four noble truth", 5/404).

### ۳- ذن و آموزه‌ی رنج

ذن به‌عنوان یکی از شاخه‌های مهم بودیسم مهاییانه گرچه در دیدگاهش در باب رنج و نجات از رنج با سایر نحله‌ها تا حدی متفاوت است، آموزه‌های خود را جدا از آموزه‌های بودا و اهداف او نمی‌داند و به‌خصوص آنها را با تجربه‌ی عرفانی بودا مرتبط می‌داند. ادعای پیروان ذن آن است که آنها جوهره‌ی بودیسم را منتقل کرده‌اند، روح حیاتبخش بودا را نگه داشته و از سایر جامه‌های تاریخی و تعلیمی بودیسم خالیند (Suzuki, Zen Buddhism, 40-41). هدف ذن برطرف ساختن رنج‌ها، پریشانی‌ها و نابه‌سامانی‌های درونی انسان است که خاستگاه آن از دوگانه‌انگاری ذهن حاصل می‌شود (همفریز، ذن، ۲۷۷).

#### ۳-۱- خاستگاه رنج: ذهن تضادین

ذن نیز مانند سایر شاخه‌های بودیسم، خاستگاه رنج را بیرون از انسان نمی‌بیند؛ رنج و آشفتگی‌های آدمی در ذهن دوگانه‌انگار وی ریشه دارد. انسان همواره در دام تضادها

گرفتار آمده است؛ و از پس این دوگانگی‌هاست که واقعیتی موهومی از خود و جدای از جهان فراهم می‌آورد و از حقیقت تهی‌بودن آن ناآگاه است؛ این دقیقاً همان اویدیا یا نادانی است که بودا از آن سخن گفت. اینجاست که ناآگاهی از آنا (نه خود) او را دچار دوکه می‌نماید. در فرازی از سخن هوئی‌ننگ (۶۳۸-۷۱۳م) در این باره آمده است: «کسانی با اندیشه‌های آشفته هستند که از دیدن سرشت خود سخن می‌گویند اما دلشان از شرایط عینی آزاد نیست... آنها نه تنها از شرایط عینی آگاه‌اند بلکه قصد می‌کنند نظرهای ناروا داشته باشند و از آنهاست که همه‌گونه نگرانی و خیالات این جهانی برمی‌خیزد» (سوزوکی، بی‌دلی در ذن، ۶۷).

زمانی که در جهان اضداد با ذهن دوگانه‌انگار به سر می‌بریم و به قول هوئی‌ننگ دلمان از شرایط عینی آزاد نیست، هرگز احساس کامل بودن نمی‌کنیم، همیشه دستخوش احساس ناآرامی هستیم. این تضادبینی حاصل آگاهی ذهنی است که جهان را، به عنوان شناسه<sup>۱</sup>، از خود، به عنوان شناسه‌گر<sup>۲</sup>، جدا می‌نماید؛ آگاهی که خود به وی مستقل و متمایز برای خویش فرض کرده و خود را نیز مانند هزاران شناسه‌ی دیگر تنها یک شناسه می‌داند. از دیدگاه ذن، این شناسه‌گر شناسه‌گر حقیقی نیست. ذن در صدد است این دوگانگی را از میان بردارد و شناسه‌گری مطلق و خودی خالص، بی‌آنکه خود را شناسه‌ای مستقل از جهان فرض کند، ارائه دهد (Izutsu, *toward a philosophy of Zen Buddhism*, 71). سوزوکی این دوگانه‌بینی را به‌خصوص در ذهن غربی می‌بیند و اساس ماهیت ذهن غربی را، برخلاف ذهن چینی، ذهنی تضادبین معرفی می‌کند که دائماً بین خود و طبیعت تمییز قائل است (Suzuki, *Zen Buddhism*, 232-234).

در واقع، هدف اصلی ذن رهایی از این تضادها برای رسیدن به آرامش است. چنانچه در بخشی از نامه‌ی ینگو (۱۶۴۲-۱۵۶۶) چنین می‌خوانیم «زنهار از دوگانه‌انگاری ذهن و عین. هر دو اینها را به بوت‌های فراموشی بسپارید. از مرز عقل درگذرید و خود را از دایره‌ی فهم خارج سازید و مستقیماً به اعماق ذهن بودایی فرو روید. خارج از آن هیچ حقیقتی وجود ندارد» (سوزوکی، مقدمه‌ی بر ذن بودیسم، ۵۷). حال باید دید این سطح دوگانه‌بین ذهن، که مایه‌ی ناآرامی و تشویش و رنج انسان است، چگونه عمل می‌کند.

- 
1. object
  2. subject

### ۲-۳- ویکالپه: سطح دوگانه‌انگار ذهن

اصطلاح چینی برای «تمییز» فن‌پیه<sup>۱</sup> است، که برگردان ویکالپه‌ی سانسکریت به معنای تنوع و گوناگونی است و به شناخت تمییزدهنده‌ی ذهن اشاره دارد. این اصطلاح یکی از اصطلاحات مهم بودایی است که در سوتراها و شاستره‌های گوناگون به کار رفته است. مقصود از تمییز، دانش تحلیلی است، یعنی فهم و بحثی نسبی که ما در ارتباطات روزمره‌مان و نیز در تفکر نظری‌مان به کار می‌بریم؛ این شناخت در برابر پرگیا که شناخت بی‌تمییز است قرار می‌گیرد (سوزوکی، بی‌دلی در دن، ۵۹). در این سطح یک سیب، با متمایز کردن و جداساختن آن از چیزهای دیگر شناخته و تشخیص داده می‌شود؛ در اینجا ذهن واقعیتی برای هر یک از شناسه‌ها در نظر گرفته و آن را هویتی مستقل و مجزا از غیر فرض می‌کند ( *Izutsu, toward a philosophy of Zen Buddhism*, 12). این سطح از ذهن در علوم، منطق، فلسفه، دین و حتی عرفان (در معنای غربی آن) نیز نمود می‌یابد. در حالی که دن برای آزاد بودن از تشویش‌ها و نگرانی‌ها به نوعی تجربه‌ی درونی و طبیعی فرا می‌خواند که از هر دویینی آزاد است. چنان‌که خواهیم دید این نگاه بی‌تمییز در سطح زندگی عادی اتفاق می‌افتد، نه در سطح ماسوای آن.

### ۳-۳- طریقت طبیعی و خودانگیخته

به عقیده‌ی دن، رهایی و نجات آدمی از این ذهن تضادبین که منجر به آشفستگی و پریشان‌خاطری وی می‌گردد در سازشی بی‌کنش با جهان و رنج‌های برخاسته از آن است. راه دن راه طبیعی بودن و بی‌غرضی آدمی در کنش و عمل است همان‌گونه که در شش دستور تیلوپا (۹۸۹-۱۰۶۹)، یکی از اساتید بزرگ بودیسم تنتریک، نیز یافت می‌شود: «نه فکر، نه واکنش، نه تحلیل، نه پرورش، نه قصد و نه آهنگ؛ بگذار خود جایگزین و برقرار شود» (واتس، طریقت دن، ۱۰۸). همه‌ی اینها برای آن است که هیچ جایی برای دوگانه‌انگاری نماند؛ چراکه این موارد همه بذر تمییز را در وجود انسان می‌کارند.

این سلیبات در اندیشه و عمل آدمی به آموزه‌ی وو-وی، به‌عنوان یکی از مهمترین آموزه‌های تائویسم، شبیه است. Wu یعنی نه یا هیچ و Wei یعنی کار، ساختن، انجام دادن، کوشش و کشمکش، تقلا یا اشتغال (واتس، طریقت دن، ۳۱). وو - وی به همان

1. fen-pieh

معنایی که تیلوپا بیان کرده بود اشاره دارد و بازتاب ذهن بی‌کنش و بی‌غرض آدمی است که آدمی را به فراسوی هر تضادی رهنمون می‌گردد. در واقع، مادامی که زندگی وجهی از تقلا، نزاع و ستیز است نمی‌تواند چیزی جز رنج باشد. چراکه نزاع چیزی نیست جز در هم پیچیدگی دو نیروی درگیر که هریک می‌خواهد بر دیگری فائق آید. اما ذن تنها این را احساس می‌کند که آتش گرم و یخ سرد است. هیچ تکلف و تصنعی در بیان ما وجود ندارد. آدمی باید با همه‌ی امور به گونه‌ای رویارو شود که همچون احساسی که از گرمای آتش و سرمای یخ دارد؛ بی‌غرض، بی‌اندیشه، بی‌تحلیل و خودبه‌خودی.

در یکی از دست‌نوشته‌های ذن دونهوانگ درباره‌ی طریقت خود انگیخته ذن چنین آمده است «مانند انسانی که شهد گل را می‌مکد، مثل گنجشکی که دانه می‌چیند، مثل گاوی که از حبوبات تغذیه می‌کند، به کردار اسبی که در دشت می‌چرد، چون دلتان از فکر تملک شخصی آزاد باشد، همه چیز برایتان به خوبی می‌گذرد. اما تا فکر «از من» و «از تو» در دلتان پیدا شود، شما برده‌ی کرم‌تان می‌شوید». طبیعت این‌گونه عمل می‌کند خودانگیزخته و بی‌غرض. انسان نیز بایستی به طبیعت باز گردد و همچون آن عمل کند نه بر اساس قوانین مقید اخلاقی، اجتماعی که دیگران برای او تعیین کرده‌اند.

سوزوکی (بی‌دلی در ذن، ۱۲۹-۱۳۰) در توضیح این سخن می‌گوید هنگامی که دلتان سازگار با طبیعت باشد و درگیر اندیشه‌های دوبینانه‌ی نیک و بد، شایست و ناشایست، بهشت و دوح نباشد «بلکه همچون آتش باشد که می‌سوزاند و همچون آب که خیس می‌کند» شما مسؤول کارهایی که می‌کنید نیستید و در نتیجه هیچ راهی برای کرمه‌سازی نخواهد ماند. چرا که این طبیعت شماسست که خودانگیزخته و بدون هیچ غرض و تحلیلی عمل می‌کند.

آنچه باعث کرمه‌سازی می‌شود و شما را در گردونه‌ی زادم‌رگ قرار می‌دهد، همین زندگی غیرطبیعی و ذهن تمییزانگار شماسست. در طریقت ذن، شما مانند باد رفتار می‌کنید و چه کسی باد را هنگامی که در مسیرش ویرانی ایجاد می‌کند، سرزنش می‌کند. البته این نحوه از رفتار، زمانی مخرب می‌شود که در اجتماعی زندگی شود که دیگران به این نحو زندگی نمی‌کنند و گرفتار شروط و قوانین اخلاقی‌اند. با وجود این، ذن می‌خواهد که انسان‌ها تنها مطابق سرشت طبیعی خود عمل کنند و هنگامی که ذهنشان را تنها بگذارند تا کارشان را از راه طبیعی و آزادانه انجام دهند، شروع کرده‌اند به نوع خاصی از خوبی و پرهیزکاری، که در تائوئیسم نامیده می‌شود. اما این آن خوبی و پرهیزکاری به مفهوم

جاری و متداول راستی و درستی اخلاقی نیست. ت خوبی و پرهیزکاری بی‌پیرایه و بی‌تکلف یا خودانگیخته است که نمی‌تواند پرورش یافته یا تقلیدی از روش‌های سنجیده و عمدی باشد. یعنی فرد با عمل کردن بر اساس ذهن بی‌پیرایه و بی‌تکلف خود رفتار و اخلاقش نیز به‌گونه‌ای بی‌پیرایه و پرهیزکارانه و مطابق سرشت حقیقی‌اش گشته و طریق خوبی و پرهیزکاری را (نه اکتسابی بلکه به طور طبیعی) پیش خواهد برد (در این باره نک: واتس، *طریقت ذن*، ۳۹؛ لو، *دعوت به تمرین ذن*، ۹۱-۹۲).

نکته‌ی دیگر اینکه، از دیدگاه ذن رسیدن به نجات و اشراق نیز در زندگی عادی اتفاق خواهد افتاد، نه در سطحی ماورایی یا جهانی دیگر. یاسوتانی از اساتید بزرگ ذن، هدف ذن را در سه چیز معرفی می‌کند: ۱. گسترش قدرت تمرکز؛ ۲. برانگیختن ساتوری؛ ۳. ملموس ساختن ذن و واقعیت بخشیدن به راه متعالی در زندگی روزمره. بدین ترتیب، هدف آخر همانا ملموس ساختن این مسیر در تمام زندگی و فعالیت‌های روزانه است نه در سطحی خارج از آن (kapleau, *the tree pillars of Zen*, 48). آلن واتس (*طریقت ذن*، ۱۰۵-۱۰۶) درباره‌ی روشن‌یافتگی ذن، تفاوت طریقت ذن را با سایر مکاتب بودایی که به اشراق دست می‌یابند چنین معرفی می‌کند: «در سایر مکاتب بودایی بیداری یا *Buddhi* به نظر کمیاب و اغلب فوق بشری می‌آید چیزی که فقط پس از گذراندن زندگی‌ای بردبارانه و پر کوشش به دست می‌آید. ولی در ذن همیشه این احساس وجود دارد که بیداری چیزی کاملاً طبیعی است. چیزی است به نحوی شگفت‌انگیز واضح و آشکار که ممکن است در هر لحظه اتفاق بیفتد. اگر چنانچه مشکلی در میان باشد، به خاطر سادگی بسیار زیاد آن است. ذن راه آموزشش نیز مستقیم است زیرا مستقیماً اشاره می‌کند و آشکارا آن را نشان می‌دهد و بیهوده با نمادگرایی وقت را تلف نمی‌کند».

در این طبیعی عمل کردن و خودبه‌خودی کنش و اندیشه‌ی ذن داستانی نقل می‌کنند که راهبی از ذن، پس از شنیدن خبر مرگ یکی بستگانش، گریه سر داد. هنگامی که یکی از شاگردان پیروش اعتراض کرد که نشان دادن این چنین تعلق خاطر زینده‌ی یک راهب نیست پاسخ داد: «احمق مباش من گریه می‌کنم چون که می‌خواهم گریه کنم» (واتس، *طریقت ذن*، ۱۷۶). در واقع اگر از روی غرض و هدفی جلوی عواطف خود را می‌گرفت، گرفتار تصنع شده بود و از راه ذن - که از سنجش و ارزیابی گریزان است - باز می‌ماند.



### ۴-۳- شیوه‌های عملی تعلیم ذن

گفتیم که هدف همه‌ی مکاتب بودایی، نجات و رهایی از همه رنج‌ها و آشفتگی‌هاست. اما برای اینکه این نجات حاصل شود، طریقتی می‌طلبید که از مجرای آن رهایی فراهم گردد. این راه در آموزه‌ی بودا بر طریق هشت‌گانه تأکید داشت؛ در مهاییانه طریقت بودی‌ستوه بر طریقتی تجربی در شش کمال پارمیتا بیان شد. اما طریقت و تربیت ذن برای نجات با دیدگاه آن از سرشت<sup>۱</sup> انسان رابطه‌ی تنگاتنگی دارد. دو دیدگاه اصلی در عمل ذن وجود داشته است که بین سرشت آدمی با تربیت یا عمل وی در راه ذن ارتباط قائل است.

#### ۴-۳-۱- سرشت پاک؛ تربیت تدریجی یا مراقبه

این دیدگاه متعلق به پیروان شن‌سیو (۶۰۶-۷۰۶) در مکتب شمالی است. شن‌سیو استاد بزرگ و رهبر این مکتب در سرودی از کتاب تن‌جینگ (سوره‌ی صفه) دیدگاه خود را چنین بیان می‌دارد: «این تن، درخت بودی است. دل به آینه‌ای درخشان می‌ماند؛ زنه‌ار که همواره آن را صیقل دهی و مگذار که بر آن غبار بنشیند!».

شن‌سیو معتقد است که در هر فردی دل وجود دارد و به تمام صفات بودا آراسته است. اما اندیشه‌های وهمی، دل‌بستگی‌ها و مقاصد بیرونی ما نور دل را تیره می‌کند و گوهر و ذات پاک آن را آلوده و غباردار می‌کند؛ در واقع دل و جان آدمی به نحو بالقوه پاک و بودی‌صفت است و تنها آلودگی‌هاست که بر وی عارض گشته است و آن را تاریک نموده است. شن‌سیو معتقد است که برای از بین بردن این غبار بایستی به تلاش و تمرین جهت غبارروبی و آرامش‌طلبی جان‌پرداخت. راه شن‌سیو برای روشنی‌یافتگی دوباره‌ی جان یوزو یا کاری‌کردن نام دارد؛ برخلاف ووزو یا کاری‌نکردن که بیشتر طریق پیروان مکتب جنوبی است. یوزو و تمرین ایشان برای رسیدن به آن نقطه‌ی پاک‌ی دل، همان دیانه یا مراقبه‌ی آرامش‌طلب است که در آن بر تمرکز و تطهیر دل با ساکن کردن آن در یک اندیشه تأکید می‌شود. از این‌رو، دیدگاه مکتب شمالی بر این امر مبتنی است که گرچه دل به طور بالقوه‌ای روشنی‌یافته و پاک از هر تضاد و آلودگی بیرونی است، برای به فعلیت رساندن این پاک‌ی و خلوص دل، غبار تضاد و دوگانه‌انگاری را بایستی با تمرکز و مراقبه، که به مثابه‌ی تربیتی تدریجی است، از جان آن زدود (در این باره نک: سوزوکی،

1. self-nature

بی‌دلی در دن، ۲۰-۲۱؛ Suzuki, *Zen Buddhism*, 157-159). این مراقبه بعدها به خصوص توسط دوگن (۱۲۵۳-۱۲۰۰) در تمرین ذاذن بسط یافت و جایگاه خاصی در دن برای خود یافت. مکتب سوتو به عنوان یکی از دو مکتب بزرگ دن، برخلاف مکتب رینزایی، بر این نوع مراقبه تدریجی توجه دارد (kasulis, "nirvana", 10/195).

### ۲-۴-۳- تهیگی؛ تربیت آزادانه و ناگهانی

این دیدگاه متعلق به هوئی‌نگ، هم‌درس شن‌سیو، است. هوئی‌نگ (۶۳۸-۷۱۳) نظری مخالف با دیدگاه شن‌سیو درباره‌ی سرشت و تربیت آدمی داشت و نظر خود را در جواب شعر شن‌سیو چنین عرضه داشت:

«بودی اساساً هیچ درختی ندارد، آینه هم جایگاهی ندارد، ذات بودا همواره پاک و خالص است، پس کجا اتاقی وجود دارد که در آن غبار باشد». اندیشه‌ی مسلط و رایج تا زمان هوئی‌نگ این بود که سرشت بودایی که همه‌ی موجودات آن را دارند، ذاتاً پاک و خالص است و کار رهرو بودایی آن است که این سرشت پاک خود را بیرون آورد؛ چنانچه شن‌سیو نیز بر همین عقیده بود. لازمه‌ی عملی این کار آن بود که تمییزی بین آن پاک‌ی ذاتی و غبار آلوده‌کننده‌ای که بر روی آن نشسته است قائل شویم؛ و هوئی‌نگ و پیروانش سخت با این نوع کنش مخالف بودند. چرا که مدافعان نظریه شن‌سیو در واقع خود با اثبات عقلانی پاک‌ی نهادین آدمی ارزش آن را که خود از هر تعریف و تمییزی گریزان است پایین می‌آورند و در نهایت در یک حالت محدودی از دانستگی قرار می‌گیرند و به آن دل می‌بندند (سوزوکی، بی‌دلی در دن، ۲۸-۲۹).

دیدگاه هوئی‌نگ آن است که اصلاً از آغاز تنی نبوده است که بخواهیم غبار آلودگی را از آن بزدااییم؛ از این‌رو، آموزه‌ی تهیگی و چینی در این دیدگاه برجسته می‌گردد. اگر اصل با پاک‌ی، نیالودگی، و تهیگی است چرا باید درصدد مراقبت آن برآییم و این خلوص و چینی را با مراقبه و عمل تصنعی سازیم. اتفاقاً برای آن که انسان این نقطه‌ی تهیگی و بی‌تمییزی را درک کند، بایستی هیچ کاری نکند. از دیدگاه هوئی‌نگ بهترین و طبیعی‌ترین کار این است که دل را به حال خود رها کنیم تا بیافریند و روشنی ببخشد. از این‌رو مقصد و هدف مکتب جنوبی این بود که روشنی‌یافتگی یا اشراق ناگهانی و در طول زندگی روزمره اتفاق افتد. دن چیزی خارج از زندگی روزانه نیست که نیاز به مراقبه و عملی خاص داشته باشد.

روزی از هوئی‌نگ پرسیده شد: «شخص چون به حالت نه‌ای مطلق برسد استاد

کامل خود است؛ اما اگر گرسنگی و سرما به شما هجوم آورد شما چگونه دلتان را به کار می‌بندید؟» هویی ننگ پاسخ داد: «موقعی که گرسنه‌ام باشد می‌خورم و موقعی که سردم باشد لباس بیشتری می‌پوشم» (سوزوکی، بی‌دلی در ذن، ۸۴ - ۸۵).

این دیدگاه سرانجام در میان استادان مکتب جنوبی به خصوص از نسل مازو (۷۰۹-۷۸۸م)، به دیدگاهی انجامید که مراقبه‌ی صرف را بی‌اهمیت خوانده و فنون تکان‌دهنده‌ای مانند فریاد، ضربه و کاربرد کوآن برای حصول ساتوری به کار گرفتند. از این رو، بعدها مکتب رینزایی برخلاف مکتب سوتو از فن کوآن در آموزش خود به رهروان برای روشنی‌یافتگی استفاده می‌کند. کوآن به عنوان یک فن است که در آموزش ذن برای واداشتن رهرو جهت متوقف کردن ناگهانی ذهن منطقی و معقول که مایه‌ی تمییزبینی است به کار می‌رود تا واقعیت و حقیقت چینی امور روشن و شناخته شود. اغلب پاسخ واقعی برای این نوع پرسش‌ها وجود ندارد (kasulis, "nirvana", 10/451). اینجاست که و یا ساتوری حاصل می‌شود و سالک یکباره به روشنی‌یافتگی می‌رسد. غایت اصلی نجات در آموزه‌های اولیه‌ی بودا رسیدن به نیروانا است. نیروانا و مقصد ذن نیز آنجاست که نه ذهن یا ووسین و نیز بی‌اندیشگی یا وونئین با ساتوری برای سالک به طور ناگهانی و در طول زندگی روزمره حاصل می‌شود. آن دم که فرد از هر دوگانگی آزاد شده و فراسوی اضداد حرکت کرده و به روشنی‌یافتگی دست یافته است. این مرحله از اشراق را وو یا ساتوری (به معنای دانستن) می‌خوانند. ویژگی‌های این نوع از اشراق را در ساتوری سوزوکی چنین می‌شمارد: ۱. غیرعقلانی بودن؛ ۲. بصیرت شهودی؛ ۳. ثقت؛ ۴. ایجاب؛ ۵. احساس «عالم بالا»؛ ۶. صبغه‌ی غیرشخصی؛ ۷. احساس اعتلا؛ ۸. لحظه‌ای بودن (Suzuki, *Zen Buddhism*, 103-108).

البته نگرش دیگری نیز مربوط به هیویان و استاد زونگ‌می و چینول وجود دارد. دیدگاه آنها ترکیبی از روشنی‌یافتگی یکباره (مکتب جنوبی) و تربیت تدریجی (مکتب شمالی) بود. اما در میان مکاتب ذن دیدگاه هویی‌ننگ به خصوص درباره‌ی سرشت انسان، نحوه‌ی عمل و اشراق او بسیار گسترش یافت و آموزه‌ی نه ذهن در اندیشه‌ی وی جایگاهی مهمی را در ذن از آن خود ساخت (kasulis, "nirvana", 10/451).

### ۱-۲-۴-۳-رنج و نه‌ذهن

آموزه‌ی ووسین یا نه - ذهن<sup>۱</sup> در ذن از سوی هویی‌ننگ بسیار برجسته شد. این نقطه همان‌جا است که در مه‌ایانه تهیگی خوانده شد که فرد هیچ تضاد و دوگانگی در هستی و میان خود و هستی است، نمی‌بیند و در عین حال اشیا را آن‌چنان که هستند می‌بیند، بی‌آنکه ویکالپه، که سطح تمییزدهنده‌ی ذهن او است، به کار افتد. در واقع، نه‌ذهن به معنای نوعی ناآگاهی یا ندانستگی<sup>۲</sup> است که ذهن از هر پرداختنی می‌پرهیزد و تنها یک دریافت‌کننده‌ی صرف است بی‌آنکه آن را شکل دهد. به قول آلن واتس نگاه دریافت‌کننده دارد نه نگاه پرداخت‌کننده (واتس، *طریقت ذن*، ۳۶).

تمام هدف، کوشش و مسیر ذن آن بوده است که انسان از این دوگانه‌انگاری عین و ذهن، خود و جهان، شناسه و شناسه‌گر رها شود و به فراسوی اضداد برسد. این سطح، سطحی از «خود خالص» است که در بودیسم اولیه همان سطح پرگیا یا فرزانیگی نامیده می‌شد، و ذن برای آن اصطلاحاتی چون «ذات بودا»، یا صرفاً «ذهن»، «نه‌ذهن»، «استاد»، «انسان خالص بدون هیچ مرتبه‌ای»، «صورت اصیلی که قبل از تولد از پدر و مادرت داشته‌ای» یا تنها «آن»<sup>۳</sup> و از این دست به کار می‌برد (*Izutsu, toward a philosophy of Zen Buddhism*, 72).

تهیگی به این معنا است که جهان نسبی بر تهیگی و در تهیگی قرار دارد. در باور ذن آن‌گاه که ما خارج از تهیگی هستیم و ادراک جایی تجربه را گرفته است تناقض و تضاد را احساس می‌کنیم و به سطح دوگانه بین ذهن قدم می‌گذاریم. اما مادامی که ما در آن زندگی می‌کنیم و در تجربه‌ی مستقیم آن به سر می‌بریم هیچ تمییز، تضاد و تناقضی در هستی و نیز بین خود و هستی ادراک نمی‌کنیم؛ هنگامی که تهیگی تجربه می‌شود عینیت و ذهنیت یکی می‌گردد. و این همان‌جایی است که ذن از ما می‌خواهد که تجربه کنیم؛ از این‌رو، با ذن تهیگی تجربه می‌شود اما با آن مفهوم‌سازی نمی‌شود.

از دیدگاه هویی‌ننگ، سرشت بودایی انسان همان تهیگی، چینی و نه‌ذهن است که مهمترین ویژگی‌اش فراسوی هر دوگانگی است. و تنها با پرگیا یا فراشناخت است که می‌توان به این مرحله رسید. در واقع برخلاف شن‌سیو در مکتب جنوبی که بر دیانه یا مراقبه برای رسیدن به این مرحله تاکید می‌کرد هویی‌ننگ در مکتب جنوبی بر پرگیا

1. no-mind  
2. wu-nien  
3. that/ it

توجه داشت. تعریف شن‌هویی از نه‌ذهن موضوع را روشن‌تر می‌سازد: «دل به شکل نبندید. دلبسته‌ی شکل نبودن یعنی چینی. مقصود از چینی چیست؟ چینی نه‌ذهن است. نه ذهن چیست؟ اندیشیدن به بودن و نبودن نیست؛ اندیشیدن به خوب و بد نیست؛ اندیشیدن به داشتن یا نداشتن حدود نیست؛ اندیشیدن به سنجش‌ها نیست؛ اندیشیدن به روشن‌شوندگی نیست؛ و اندیشیدن به روشن‌بودن نیست؛ اندیشیدن به نیروانا نیست و اندیشیدن به رسیدن به نیروانا نیست: این نه‌ذهن است... این نه‌ذهن مطلقاً از همه‌ی شرطها آزاد است چون اگر شرطی در میان باشد آن را نه‌ذهن نمی‌توان نامید» (سوزوکی، بی‌دلی در ذن، ۶۹-۷۰). نه‌ذهن همان سرشت ما، چینی و تهیگی است؛ یعنی فراتر رفتن از دوگانه‌بینی بودن و نبودن. در اینجا است که در ذن باز همه چیز مانند آنچه از تهیگی در سوره‌ی الماس آمده است سلب می‌گردد. نه کرمه‌ای هست و نه رنجی که از آن برخیزد. لینگ جیائو یکی از شاگردان هویی‌ننگ از او می‌پرسد: «جیائو: (در تهیگی و نه‌ذهن) هم شناسه‌گر و هم شناسه هر دو نفی می‌شوند (وو). فرض کنید که مردی ناگهان ظاهر شود و گردنت را با شمشیر بزند. آیا باید این را واقعی دانست یا غیرواقعی؟ هویی‌ننگ گفت: واقعی نیست. بعد جیائو پرسید: درد است یا نه درد؟ ننگ پاسخ داد: درد نیز واقعی نیست. بعد جیائو پرسید: چون درد واقعی نیست پس از مرگ در کدام راه دوباره متولد می‌شوی (در نظام کرمه‌ای)؟ ننگ پاسخ داد: نه مرگ، نه تولد و نه راه واقعی نیست» (Suzuki, *Zen Buddhism*, 204).

بنابراین، در بیان هویی‌ننگ در مقام نه‌ذهن و تهیگی هیچ واقعیتی جز تهیگی وجود ندارد که بتوان برای آن خود بود و آتمنی فرض کرد. همه چیز در این سطح تهیگی است. رنج و کرمه در سطح ویکالپه‌ی ذهن اتفاق می‌افتد نه در تهیگی. هویی‌ننگ می‌گوید «در نه‌ذهن کرمه‌ای نیست» در تهیگی هر چونی بی‌چون می‌شود و واقعیت وهمی‌اش رنگ می‌بازد پس راهی برای کرمه‌سازی نیست. چرا که علت اصلی ایجاد کرمه، که دویینی و نادانی از تهیگی بود، کنار رفته است پس جایی برای کرمه‌ها و رنج برخاسته از آن وجود ندارد. تنها چیزی که در نه‌ذهن انسان هست و واقعیت حقیقی دارد تهیگی است. شن‌هویی می‌گوید: «نزد کسانی که نه‌ذهن را می‌بینند کرمه از عمل باز می‌ماند و برای آنان چه حاصل که به اندیشه‌ی خطا بچسبند و سعی کنند کرمه را با پریشانی از میان بردارند؟» (سوزوکی، بی‌دلی در ذن، ۷۲).

### نتیجه‌گیری

از مجموع آنچه درباره‌ی تحول آموزه‌ی رنج و نجات از آن در آموزه‌های بودا، مه‌ایانه، و ذن گفته شد به طور خلاصه نکته‌های زیر به دست می‌آید:

- آموزه‌های اولیه بودا به واقعیت وجودی رنج در هستی‌شناسی و انسان‌شناسی خود بسیار توجه دارد، اما این آموزه در متون مه‌ایانه با مفهومی چون تهیگی و در سنت ذن با مفهوم نه‌ذهن تحت‌الشعاع قرار می‌گیرد و واقعیت خود را مانند همه‌ی عناصری که خودبود و جوهری برایشان فرض است از دست می‌دهد. در واقع، آموزه‌ی رنج در آموزه‌های بودا بیشتر در موضعی پیشینی و تحلیلی مطرح است ولی در مه‌ایانه و ذن در موضعی پسینی و تجربی و در مواجهه با واقعیت تهیگی رنگ می‌بازد.

- در مکاتب مختلف بودیسم، خاستگاهی جز خود انسان برای رنج‌هایش متصور نیست. در آموزه‌های بودا و مه‌ایانه رنج از وابستگی‌ها و تمایلاتی که ریشه در نادانی فرد دارد ناشی می‌شود. اما در ذن خاستگاه رنج و آشفتگی‌های انسان به‌خصوص از ذهن تضادانگار انسان، که اولاً بین خود و اشیا در هستی و ثانیاً تمییز میان خود و هستی قائل است، برمی‌خیزد، که البته این خود نیز نوعی از نادانی است.

- در آموزه‌های بودا نجات از رنج و در واقع بی‌رنجی، در نیروانا اتفاق می‌افتد ولی در مه‌ایانه و ذن نیروانا نیز خود در تهیگی فرو می‌رود و در واقع این تهیگی یا نه‌ذهن است که همه چیز را دربردارد.

- راه عملی برای رسیدن به نجات و رهایی از رنج در آموزه‌های بودا، در سلوکی اخلاقی در قالب طریق هشت‌گانه مطرح می‌گردد. در مه‌ایانه بر طریقی همدلانه یا کرونا از سوی بودی ستوه تأکید می‌شود و در ذن به دو طریق اشاره می‌شود یا با مراقبه و تربیتی تدریجی (طریق شن‌سیو و مکتب سوتو) یا با طریقی طبیعی و سازش‌پذیر در مواجهه با رنج (طریق هوئی‌ننگ و مکتب رینزایی).

- تفاوتی در شیوه‌ی دستیابی به نجات در مه‌ایانه و ذن وجود دارد که در متون ژاپنی دو اصطلاح متضاد برای آنها در نظر گرفته می‌شود؛ یکی با نام جیریکی<sup>۱</sup> یا نجات از طریق تلاش خود فرد که این شیوه‌ی ذن است و دیگری تریکی<sup>۲</sup> یا نجات توسط قدرتی دیگر که طریق مه‌ایانه است. ایشان بر این باور بودند که آن کرمه که سال‌های زیادی بودا آن را اندوخته است، می‌تواند به دیگران منتقل گردد تا در صورت نیاز هنگام

1. jiriki

2. tariki

نجات به آنها یاری شود. این باور درباره‌ی انتقال شایستگی‌ها به نحو برجسته‌ای در آموزه‌های مکتب پاک‌بوم در مه‌ایانه شکل می‌گیرد (Bowker, *the oxford dictionary of world religions*, 502).

### کتابشناسی

۱. پاشایی، ع. *فراسوی فرزاتگی*، نگاه معاصر، تهران، ۱۳۸۰ ش.
۲. چاترچی، ساتیش چاندرا؛ داتا، دریندرا موهان، *معرفی مکتب‌های فلسفی هند*، ترجمه‌ی فرناز ناظرزاده کرمانی، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب، قم، ۱۳۸۴ ش.
۳. سوزوکی، د.ت. *بی‌دلی در ذن*، ترجمه‌ی ع. پاشایی، و نسترن پاشایی، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب، قم، ۱۳۸۳ ش.
۴. سوزوکی، د.ت. *مقدمه‌ای بر ذن بودیسم*، ترجمه‌ی منوچهر شادان، با پیشگفتار کارل گوستاو یونگ، بهجت، تهران، ۱۳۸۳ ش.
۵. سوزوکی، د.ت. *راه بودا*، ترجمه‌ی ع. پاشایی؛ نگاه معاصر، تهران، ۱۳۸۰ ش.
۶. کریشنان، سروپالی رادا، *تاریخ فلسفه‌ی شرق*، ترجمه‌ی خسرو جهان‌داری، علمی و فرهنگی، تهران، ۱۳۸۷ ش.
۷. کونگ، هانس، *ساحت‌های معنوی ادیان جهان*، ترجمه‌ی حسن قنبری، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب، قم، ۱۳۸۷ ش.
۸. لو، آلبرت، *دعوت به تمرین ذن*، ترجمه‌ی ع. پاشایی، میترا، تهران، ۱۳۷۸ ش.
۹. واتس، آلن، *طریقت ذن*، ترجمه‌ی هوشمند پویا، چاپ پایا، ۱۳۵۶ ش.
۱۰. همفریز، کریسمس، *ذن*، ترجمه‌ی منوچهر شادان، ققنوس، تهران، ۱۳۸۶ ش.
11. Bowker, Jhon, *Problems of suffering in religions of the world*, Cambridge University, London, 1970.
12. Bowker, Jhon, *the oxford dictionary of World religions*, Oxford University press, 1997.
13. Charaborty, Aparna, *Karma freedom and responsibility*, Kavery books, Delhi, 1998.
14. *dhammapad*, translated by AcharyaBuddharakkhita, Introduction by Bhikkhu Bodhi, Sri Lanka, Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1985.
15. Hirota, Denis, "Karman: Buddhist concepts", *Encuclopedia of Religion*, v: 8, MirceaEliade ED, Macmilan, New York, 1987, pp266-68.
16. Izutsu, Toshihiko, *toward a philosophy of Zen Buddhism*, Iranian of philosophy, Tehran, 1382.
17. Kapleau, Philip. *The three pillars of Zen, teaching, practice, enlightenment*, forword by Huston Smith, Beacon, New York & Tokyo,

- 1967.
18. Kasulis, Thomas p. "Nirvana", *Encyclopedia of Religion*, v: 10, Mircea Eliade ED, Macmillan, New York, 1987, pp 448-455.
  19. *the prajnaparamita heart sutra*, Translated Tripitaka Master Hsuan Tsang, Commentary Grand Master T'an Hsu, English translation Ven. Master Lok, Bronx, New York, 2000.
  20. Ross Carter, Jhon, "four noble truths", *Encyclopedia of Religion*, v: 5, Mircea Eliade ED, Macmillan, New York, 1987, pp 402-4.
  21. Smith, Jo durden, *the essence of Buddhism*, chartwells book, 2004.