



# استاد داستان می گویند

استاد اعظم چینگ های



استاد داستان می گویند

استاد اعظم چینگ های

استاد داستان می گویند

شرکت انتشاراتی انجمن بین المللی  
استاد اعظم چینگ های

## محتوای کتاب:

۱. داستان دو سیب زمینی ..... ۶  
برزیل، ۱۶ ژوئن ۱۹۸۹ (در اصل به زبان انگلیسی)
۲. استاد ذن و پانصد فلامینگو ..... ۹  
بیلان، فورموسا، ۳۱ مارس، ۱۹۸۹ (در اصل به زبان چینی)
۳. راهب میمون مانند ..... ۱۱  
شیهو، فورموسا، ۲۰ فوریه، ۱۹۹۶ (در اصل به زبان انگلیسی)
۴. مشاور طوطی ..... ۱۳  
پینگ تونگ، فورموسا، ۲۴ ژانویه، ۱۹۹۳ (در اصل به زبان چینی)
۵. داستان زین ..... ۲۲  
تایپه، فورموسا، ۲۲ مه، ۱۹۹۴ (در اصل به زبان چینی)
۶. خطرات قدرت جادویی بدون خرد ..... ۲۷  
شیهو، فورموسا، ۲۲ فوریه، ۱۹۹۶ (در اصل به زبان انگلیسی)
۷. خیلی حریص ..... ۳۰  
شیهو، فورموسا، ۲۲ سپتامبر، ۱۹۹۱ (در اصل به زبان چینی)
۸. اینجا جهانی وارونه است ..... ۳۷  
تایپه، فورموسا، ۲ مارس، ۱۹۹۰ (در اصل به زبان چینی)
۹. شاگردی موسی، سکوت و پذیرش ..... ۴۰  
شیهو، فورموسا، ۱۸ فوریه، ۱۹۹۶ (در اصل به زبان انگلیسی)
۱۰. پرنده ای که جنگل را نجات داد ..... ۴۵  
شیهو، فورموسا، ۱۷ دسامبر، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان چینی)
۱۱. احساس درونی یک استاد
- الف) داستان یک پرنده ..... ۵۱
- ب) داستان یک پشه ..... ۵۲  
پاناما، ۲۸ ژانویه، ۱۹۹۱ (در اصل به زبان انگلیسی)
۱۲. دختری که پادشاه را انتخاب کرد ..... ۵۶  
سیدنی، استرالیا، ۱۶ مارس، ۱۹۹۳ (در اصل به زبان انگلیسی)

۱۳. عشق و نفرت ..... ۵۷  
 شیهو، فورموسا، ۱۷ ژانویه، ۱۹۹۳ (در اصل به زبان چینی)
۱۴. فاجعه از دهان آغاز میشود ..... ۶۸  
 پینگ تونگ، فورموسا، ۲۶ دسامبر، ۱۹۹۲ (در اصل به زبان انگلیسی)
۱۵. به قدرت استاد اعتماد کنید ..... ۷۳  
 شیهو، فورموسا، ۲۸ سپتامبر، ۱۹۹۰ (در اصل به زبان چینی)
۱۶. پری های روشن ضمیر ..... ۷۵  
 شیهو، فورموسا، ۴ مارس، ۱۹۹۰ (در اصل به زبان چینی)
۱۷. پند مادر ..... ۷۷  
 شیهو، فورموسا، ۲۷ اکتبر، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان انگلیسی)
۱۸. شاهزاده "فاتح" و پانصد گدا ..... ۸۱  
 شیهو، فورموسا، ۱۹ فوریه، ۱۹۹۶ (در اصل به زبان انگلیسی)
۱۹. پرنسس "بردبار" ..... ۸۸  
 پینگ تونگ، فورموسا، ۱۰ ژانویه، ۱۹۹۳ (در اصل به زبان چینی)
۲۰. پیرزن خسیس ..... ۹۶  
 شیهو، فورموسا، ۵ ژانویه، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان انگلیسی)
۲۱. سه خدمتکار لجباز ..... ۱۰۰  
 اعتکاف کامبوج، ۲۸ مارس، ۱۹۹۶ (در اصل به زبان چینی)
۲۲. بازیابی تواضع مان ..... ۱۰۳  
 شیهو، فورموسا، ۱۹ فوریه، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان چینی)
۲۳. دیو سرخ و دیو سبز ..... ۱۰۵  
 سنگاپور، ۱۰ ژانویه، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان انگلیسی)
۲۴. صندلی جادویی ..... ۱۱۰  
 شیهو، فورموسا، ۳۱ دسامبر، ۱۹۹۴ (در اصل به زبان چینی)
۲۵. ایمان ما به خدا ..... ۱۱۴  
 شیهو، فورموسا، ۲۲ فوریه، ۱۹۹۶ (در اصل به زبان انگلیسی)
۲۶. ما نباید از ظاهر بیرونی استاد تقلید کنیم ..... ۱۱۶  
 شیهو، فورموسا، ۲۲ فوریه، ۱۹۹۶ (در اصل به زبان انگلیسی)

۲۷. همه چیز توسط ذهن خلق میشود ..... ۱۱۸  
 شیهو، فورموسا، ۲۹ دسامبر، ۱۹۹۴ (در اصل به زبان چینی)
۲۸. رهروان معنوی باید خود را تأمین کنند ..... ۱۲۲  
 شیهو، فورموسا، ۲۳ دسامبر، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان انگلیسی)
۲۹. متد چکمه های بزرگ ..... ۱۲۵  
 سنول، کره، ۱۵ آوریل، ۱۹۹۴ (در اصل به زبان انگلیسی)
۳۰. پیشکشی واقعی به خدا ..... ۱۲۷  
 شیهو، فورموسا، ۵ ژانویه، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان انگلیسی)
۳۱. خرد پیرزن فقیر ..... ۱۳۱  
 آستین، تگزاس، ۲۷ اوت، ۱۹۹۴ (در اصل به زبان انگلیسی)
۳۲. عشق بدون تبعیض ..... ۱۳۵  
 شیهو، فورموسا، ۲۵ دسامبر، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان انگلیسی)
۳۳. دزدی که به رهرو معنوی تبدیل شد ..... ۱۳۸  
 شیهو، فورموسا، ۱۹ فوریه، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان چینی)
۳۴. خداوند قادر مطلق از همه چیز مراقبت میکند ..... ۱۴۱  
 شیهو، فورموسا، ۳۱ دسامبر، ۱۹۹۴ (در اصل به زبان چینی)
۳۵. راه سری برای رسیدن به جاودانگی ..... ۱۴۴  
 شیهو، فورموسا، ۲۷ اکتبر، ۱۹۹۵ (در اصل به زبان چینی)
۳۶. دام خیریه دادن ..... ۱۴۹  
 شیهو، فورموسا، ۵ ژوئیه، ۱۹۹۲ (در اصل به زبان چینی)
۳۷. عشق بی قید و شرط استاد ..... ۱۶۰  
 کوشونگ، فورموسا، ۱۷ اکتبر، ۱۹۹۰ (در اصل به زبان چینی)

### ضمایم

- تشریف در متد کوان بین ..... ۱۶۷
- نشریات ما ..... ۱۷۰
- راه های ارتباط با ما ..... ۱۸۲

## یک پیام کوچک

استاد فرمودند که در اشاره به نام خداوند از صفت های بدون جنسیت استفاده کنیم تا در مورد جنسیت خدا، بحثی ایجاد نشود.

She + He = Hes (as in Bless)

Her + Him = Hirm (as in Firm)

Hers + His = Hiers (as in Dear)

مثال: When God wants, Hes makes things happen according to Hiers will to suit Hirmself.

استاد اعظم چینگ های، به عنوان خالق آثار هنری و نیز استاد معنوی، هر گونه ابراز زیبایی درون را دوست دارند. به همین خاطر، ویتنام را "اولاک" و تایوان را "فورموسا" نام نهادند. اولاک، نام باستانی ویتنام و به معنای شادی است و فورموسا به طور کاملتری، زیبایی جزیره تایوان و مردم آن را آشکار میکند. استاد احساس می کنند که به کار بردن این نامها، برای این سرزمین ها و ساکنین شان، تعالی معنوی و خوش اقبالی به همراه دارد.

## داستان دو سیب زمینی

امروز میخواهم داستان زیبایی برایتان تعریف کنم راجع به اینکه تسلیم بودن به گورو یا استاد، چقدر سخت است. استاد بودن سخت است. یافتن استاد از آن هم سخت تر است و ایمان داشتن، اعتماد داشتن و تسلیم بودن به این استاد، از همه اینها سخت تر.

داستان از این قرار است.

استادی بود که بسیار عالی بود، او بهترین استاد بود اما نه مطابق با آن تصویری که ما از استاد داریم. او گاهی شاگردانش را سرزنش میکرد. (خنده) بله، حتی شاید یکی دو نفر را کتک میزد، مثل میلارپا، یوگی بزرگ تبت و استادش. این استاد هر کاری که تصور کنید یک استاد هرگز انجام نمیدهد را انجام میداد. مثلاً اگر می رفتیم و می گفتیم که استاد هرگز عصبانی نمیشود، او بسیار عصبانی میشد.

ما باید احمق باشیم که استاد شویم. (خنده) اگر معمولی باشید، نمیتوانید استاد باشید، چون در این جهان همه چیز وارونه است، همه چیز برعکس است. ما چیزهای خوب را بد می دانیم و چیزهای بد را می ستاییم و خوب می دانیم. تنها وقتی کاملاً روشن ضمیر شوید، میتوانید جنبه مصحک همه چیزهای این جهان را ببینید. بعد میتوانید احمق شوید، یک احمق بسیار شاد، یک احمق بسیار متعادل.

یک روز این استاد "احمق" به یکی از شاگردانش گفت که دو سیب زمینی بردارد و برود و آنها را بخورد. او بارها تأکید کرد که شاگرد باید هر دو سیب-زمینی را بخورد، هر دو آنها را. بعد او را دوباره صدا زد و گفت: "باید هر دو سیب زمینی را بخوری."

این شاگرد دو سیب زمینی را از دست استاد گرفت و بیرون رفت و نشست و شروع به خوردن کرد. خوردن دو سیب زمینی کار بسیار راحتی است، نه؟ حتماً فکر میکنید این که امتحان سختی نیست. هر کسی میتواند دو تا سیب زمینی بخورد. او در حین خوردن از خود می پرسید: "منظور استاد چی بود؟"

او در این فکر بود، اما از آنجا که مدت بسیار زیادی پیرو این استاد بود، میدانست که هر چه استاد میگوید، دلیلی دارد و باید اطاعت کند. در نتیجه

نشست و خورد. وقتی یکی از سیب زمینی ها را تمام کرد، در حال پوست-گرفتن سیب زمینی دوم بود که یک گدای بسیار گرسنه و تقریباً در حال مرگ به نزد او رفت و گفت: "خواهش میکنم، خواهش میکنم یکی از سیب زمینی ها را به من بده، چون تو یکی خوردی و من روزهاست که هیچ چیزی نخورده ام. اگر آن را به من ندهی، می میرم!"

اگر شما بودید، چه کار می کردید؟ به استادان تسلیم میشدید یا به شفقت؟ استاد تأکید کرده بود که او باید هر دو سیب زمینی را بخورد و قانون این است که هرگز نباید نافرمانی کرد. غذا ندادن به چنین شخص فقیری هم خیلی ظالمانه است. او همچنان در این فکر بود که بین استاد و فقیر کدامیک را انتخاب کند. اما آن فقیر گریان بود و روی زمین افتاده بود و تقریباً در حال مرگ بود، برای همین آن شاگرد فوراً سیب زمینی دیگر را به او داد. بعد به خانه رفت و فقیر هم ناپدید شد.

او به خانه رفت و ماجرا را برای استادش تعریف کرد. استاد او را سرزنش کرد و فریاد کشید. او از روی ناراحتی فریاد میکشید، چون برای شاگرد احساس تأسف میکرد، نه به این خاطر که شاگرد از او تبعیت نکرده بود. سیب زمینی دوم بالاترین روشن ضمیری معنوی، با روشن ضمیری کامل متبرک شده بود و سیب زمینی اول با ثروت و موفقیت و شهرت دنیوی. او گفت: "چقدر احمق!" بعد آهی کشید و ادامه داد: "شاید تقدیرت چنین بوده. آنقدر فقیر که نتوانستی از این برکت بهره مند شوی!"

پس از آن، این شاگرد همیشه در جهان موفق بود و ثروت و شهرت زیادی به دست آورد، اما استاد نشد، یعنی هرگز به هدف نهایی، به بالاترین مقام کیهان دست نیافت.

مشکل اکثریت ما همین است. ما فکر میکنیم که می توانیم از عهده همه چیز برآئیم و همه چیز میدانیم. ما فکر میکنیم که اصلاً منیت نداریم. ما فکر میکنیم که پیروی از یک استاد و تسلیم بودن به او، خیلی راحت است. نه، راحت نیست. شما





حتی برای خوردن دو سیب زمینی مشکل دارید. (خنده)  
پس خیلی سخت است که رؤیای انجام هر کار سخت دیگری را داشته باشیم، چون ما تعداد زیادی ایده های پیش پنداشته، پيشداوری، آئين های اجتماعی و پیش زمینه های آموزشی و غیره داریم که هزاران سال وجود داشته و سخت شده اند. ما بوسیله این چیزها شستشوی مغزی شده ایم و از بین بردن اینها در یک زمان کوتاه کار دشواری است.

ما همیشه فکر میکنیم که درست و غلط را تشخیص میدهیم. ارتباط این پیشداوری ها با روشن ضمیری چیست؟ آنها مانع راه ما میشوند. هر وقت که استاد میگوید کاری را انجام دهیم، ما یک کار دیگر می کنیم، چون فکر میکنیم: "نه، نه، من میدانم. مادرم فلان چیز را گفته، معلم در مدرسه فلان چیز را گفته و کشیش در کلیسا فلان چیز را گفته."

ما دقیقاً بر خلاف گفته استاد عمل میکنیم و استاد همیشه باید با پیشداوری های ما مبارزه کند. اکثر ما کر و کور و لال هستیم. تنها استاد میتواند واضح ببیند. بقیه مردم راه را مبهم می بینند یا فقط نیمی از راه را می بینند و یا اصلاً نمی بینند. ما فکر می کنیم که می بینیم، اما نمی بینیم. ما فکر میکنیم که متوجه میشویم، اما نمیشویم. توهم این جهان واقعاً عظیم است. کار عظیم "ما یا" واقعاً شگفت انگیز است.

این توهم ما را گول میزند تا هر آنچه که نباید را باور کنیم. ما خیلی وفاداران، خوب و مطیع از این توهم پیروی می کنیم تا اینکه کسی که بیدار و روشن-ضمیر است، بیاید و ما را از این توهم در آورد. اما حتی آن موقع هم، خیلی سریع بیدار نمی شویم. درست مثل صبح که ساعت زنگ میزند، اما می گوئیم: "آه... آه..." و ساعت همچنان زنگ میزند. بعد آن را خاموش میکنید و دوباره می خوابید.

به همین خاطر است که این همه دین و به اصطلاح راه رستگاری داریم. اما چی می بینیم؟ جهان ما هر روز پر جمعیت تر میشود. این یعنی، هیچکس از جهان ما رستگار نشده یا مقدار خیلی کمی رستگار شده اند. وگرنه چرا جمعیت کم نمیشود؟ اگر تعداد زیادی رستگار شده بودند و به خانه رفته و فرشته، دستیار خدا، پسر و دختر خدا شده و برای همیشه در بهشت زندگی می کردند، جمعیت جهان کم میشد.

## استاد ذن و پانصد فلامینگو



در زمانهای قدیم راهبی بود که خیلی خوب ممارست میکرد. او زندگی های بسیار، راهب بود و با این وجود نتوانسته بود از چرخه تولد و مرگ رهایی یابد! شاید راهب باشید، فرامین را خیلی سفت و سخت رعایت کنید و خیلی با فضیلت باشید، اما اگر نتوانید روشن ضمیر شوید، در بهترین حالت ممکن میتوانید امید داشته باشید که دوباره تناسخ یابید و دوباره راهب شوید. در واقع این خیلی خوب است، چون ممکن است که حتی نتوانید راهب هم بشوید!

این راهب بارها و به مدت پانصد سال به صورت راهب تناسخ می یافت و هر بار راهب ارشد بود و با فضیلت تر هم میشد. با اینکه روشن ضمیر نبود اما فرامین را سفت و سخت رعایت میکرد و بسیار پرهیزگار و صادق بود. آخرین باری که راهب بود، به هر جایی که برای گدایی یا سخنرانی میرفت، همیشه پانصد فلامینگو همراه او بودند. مردم در مورد این پدیده خیلی کنجکاو شدند. کسی که از توانایی دید بهشتی با چشم بهشتی برخوردار بود، گفت که این پانصد فلامینگو در واقع شاگردان زندگی قبلی او هستند. او پانصد شاگرد داشت اما نتوانسته بود آنها را رستگار کند، چون قدرت معنوی او به اندازه کافی زیاد نبود. شاگردان او همیشه و همه جا همراهش بودند، در زمان دریافت پیشکش، در زمان مهمانی های شرافتمندانه و در زمان سخنرانی. آنها به او شکایت میکردند

که: "استاد، شما همیشه گفتید که راهب ها همه با هم برابرند! اما هر بار که بیرون می روید و از چیزی لذت می برید، به ندرت ما را با خودتان می برید." حقیقت این بود که استاد آنها میدانست که آنها اجر کافی برای برخورداری از ستایش و پیشکشی را ندارند. شاگردان او که افرادی معمولی بودند، این را متوجه نمیشدند و عاشق چیزهای مادی بودند. او هم راه چاری ای نداشت، برای همین وقتی بیرون میرفت، آنها را با خود می برد. بعد وقتی این پانصد شاگرد از دنیا رفتند، نتوانستند دوباره به عنوان راهب تناسخ یابند و فلامینگو شدند! فقط استاد آنها توانست به عنوان راهب تناسخ یابد. برای همین هر بار که بیرون میرفت، این پانصد شاگرد که حالا پانصد فلامینگو بودند، با او بودند، فقط به خاطر رابطه استاد و شاگردی ای که قبلاً داشتند.

از آنجا که این راهب نتوانسته بود خود را رستگار کند، به طور طبیعی نمی توانست شاگردانش که باید عواقب کارمایی شان را به دوش می کشیدند را نیز رستگار کند. اگر استاد شما قدرت عظیمی داشته باشد، میتواند موانع کارمایی کوچکی که ایجاد کردید را از بین ببرد. به همین خاطر است که به یک استاد روشن ضمیر نیاز دارید!



## راهب

### میمون مانند

مدتها پیش، راهبی بود که میمون شد. وقتی بودا به این جهان آمد تا "دارما" (تعالیم حقیقی)، حقیقت را اشاعه دهد، راهبان زیادی تحت آموزش او قرار گرفتند. بعضی از راهب ها به قداست رسیدند، اما خیلی از مردم از این موضوع بی خبر بودند. گاهی راهب های دیگر آنها را مسخره میکردند، چون بعضی از آنها ظاهر خیلی خوبی نداشتند و کمی "مضحک" به نظر می رسیدند. یکی از راهب ها خیلی، خیلی شیطون بود. هر بار یکی از آن راهب ها را میدید، به سمت تپه می دوید و می گفت: "تو مثل میمون از تپه پایین می آیی." چون او این راهب را مسخره کرد و او را میمون نامید، باید پانصد زندگی به صورت میمون به این دنیا می آمد.

پس مراقب باشید، به راهب ها نخندید، چون کلمات "راهب" و "میمون" (در انگلیسی) فقط در دو حرف تفاوت دارند. در هر حال اگر یک راهب معمولی را مسخره کنید، شاید مشکلی نداشته باشد، اما اگر آن راهب، قدیس شده باشد، به دردسر می افتید. شما هرگز نمیدانید که کدام راهب قدیس است و کدامیک به سطح بسیار بالایی از ممارست معنوی رسیده، پس بهتر است مراقب باشید.

بویژه مسنجرهای کوان بین که بنا به درخواست شما برای آموزش حقیقت به کشورتان می فرستم. بهتر است مراقب باشید که آنها را مسخره نکنید و حتی سعی نکنید از نظر فیزیکی آنها را جذب کنید. بنا به آئین بودایی، اگر کسی سعی کنید راهب یا راهبه‌ای که تحت آموزش یک استاد در قید حیات است را منحرف کند، گناه بسیار بزرگی مرتکب شده است.

## مشاور طوطی

این یک داستان یهودی است به نام "مشاور طوطی". یک زمانی یک طوطی فوق العاده از به اصطلاح "تبار سلطنتی" در یک کاخی زندگی میکرد. این طوطی، بسیار زیبا و با شکوه و احتمالاً یک جورایی شبیه "من" بود! (خنده) پرنسس دربار که خیلی این طوطی را دوست داشت، از او مراقبت میکرد. آنها خیلی خوب با هم جور بودند، چون این طوطی نه تنها زیبا، خوش قیافه و برازنده بود، بلکه تشریفات و آداب درست را نیز میدانست. او به این شکل چای می نوشید، طوری که خوش رفتار تلقی شود. او مثل اشراف راه میرفت و باسن خود را به این طرف و آن طرف تکان میداد و طوری راه میرفت که انگار با هر گام به جلو، ۶ گام به عقب میرفت و از این کارها... این طوطی بسیار زیبا و با وقار بود. بهتر است او را "طوطی بانو" بنامیم.

چون این طوطی به خانواده دربار تعلق داشت، بوی خیلی خوبی میداد. با اینکه فقط یک طوطی بود، چون در خانواده سلطنتی زندگی کرده بود، عضوی از خانواده دربار به حساب می آمد. این طوطی میتواند حرف بزند و شاید حتی نام های مقدس را نیز تکرار کند. قفس او به زیبایی تزئین شده بود و از طلا و الماس، مروارید، عقیق، مرجان و بسیاری از سنگهای قیمتی ساخته شده بود! پرنسس هر روز، به اصطلاح دستیاران زیادی را برای خدمت به این طوطی میفرستاد. او هر روز از همه نظر تأمین میشد. بر سرش کلاه های متفاوت، بر دمش مروارید های متفاوت و بر روی بالهایش یاقوت های متفاوت می گذاشتند. هر روز سنگهای قیمتی متفاوت روی بالهایش گذاشته میشد. کل بدن او به روشنی می درخشید. بعد در وقت غذا، وای، غذاهای متبرک به قفس او برده- میشد. نیاز نبود خودش برود و دنبال غذا بگردد.

آبی که او می نوشید، آب نهری از کوه "یانگ مینگ" بود، چراکه گفته میشد آن آب خوش طعم تر است! بعلاوه، این آب برای حمام کردن، بسیار لطیف و معتدل بود. به همین خاطر هر روز خواجه ای به کوه "یانگ مینگ" میرفت و یک بطری آب می آورد. گاهی در اولین یا پانزدهمین روز ماه یا در یکشنبه ها، برای تغییر مزه، یک خواجه دیگر به "میائولی" می رفت و آب "رود شهد" را می آورد.

خود این طوطی بسیار رنگارنگ بود! بعضی از پرهای او سبز و بعضی آبی بودند و او بسیار درخشان و روشن بود. گفته شده که این طوطی بسیار تیز بوده است. اگر استاد، آب "رود شهد" را متبرک نکرده بود، او نمی نوشید و از خواجه میخواست اسامی مقدس را تکرار کند. تنها وقتی خواجه اسامی مقدس را بارها تکرار میکرد و آب "رود شهد" یا آب کوه "یانگ مینگ" را متبرک میکرد، بعد طوطی موافقت میکرد و از آن می نوشید. (خنده)

بر خلاف بعضی از شما در اینجا که قبل از اینکه غذا را ابتدا به خدا پیشکش کنید، قورت میدهید. اشکالی ندارد. اگر غذا را قورت داده اید، کاری به آن نداشته باشید. لازم نیست آن را بالا بیاورید و به خدا پیشکش کنید. فقط به استاد درون دعا کنید که در شکم تان، غذا را متبرک کند. قدرت تبرک اینطوری هم کار میکند، فرقی ندارد. شکم شما محدودیتی در این قدرت ایجاد نمیکند. مشکلی نیست. قدرت تبرک می تواند از گلو بگذرد و به شکم برسد و غذایی که قورت داده اید را نیز متبرک کند.

آه، حالا به بخش دوم رسیدیم. برای توصیف زیبایی و خرد این طوطی، از هیچ کلامی نمیتوانم استفاده کنم! این طوطی میدانست که چطور هر روز به ظاهرش برسد تا همیشه زیبا بماند. او یک روزه زیبا نشده بود. از وقتی به دنیا آمده بود، فقط آب "رود شهد" نوشیده و غذاهای متبرک خوشمزه ای خورده بود که با اسامی مقدس متبرک شده و به خدا پیشکش شده بودند. به همین خاطر هر روز زیباتر و زیباتر شده بود.

بعلاوه این طوطی هر روز دو ساعت و نیم مدیتیشن میکرد. او کاملاً وگان بود و حتی یک حشره هم نمیخورد. اگر هم اشتباهی یکی میخورد، تا حتی تک تک موهای آن حشره را بالا می آورد. او از بچگی تصمیم گرفته بود که وگان شود، از همان زمان که شنیده بود همه نیاکانش متد کوان یین را ممارست میکردند. این طوطی تا چنان سطح بالایی ممارست میکرد که پرنسس خیلی او را دوست داشت. شاید فضایی که در اطراف او ایجاد میشد، خوب بود. زیبایی او از درون می درخشید.

یک روز پرنسس شنید که در فلان کشور در یک جای دور، یک عطر نایاب هست که در کاخ او نیست. برای همین از یکی از خواجه ها خواست برود و این عطر را برایش بیاورد. این خواجه در واقع بهترین دوست طوطی بود، چون هر

روز با او صحبت میکرد. خواجه‌ها در کاخ، معمولاً خیلی کسل میشوند. چون نمی‌توانند دوست دختر داشته باشند، فکر میکنید با این وضع برای چی باید زندگی کنند؟! به همین خاطر این خواجه اغلب احساس کسالت میکرد و از آنجا که این طوطی آنجا بود، هر روز در مورد مسائل شخصی اش با او صحبت میکرد. وای! این دو تا دوستان صمیمی شده بودند!

این خواجه مسلماً روز قبل از رفتن، به نزد طوطی رفت تا به او بگوید! با اینکه این مأموریت مخفیانه بود، اما او نتوانست این موضوع را از دوستش طوطی مخفی کند و برای خداحافظی به نزد او رفت! سایانورا! وقتی طوطی شنید که این خواجه قصد رفتن به سفری دور و دراز را دارد، مسلماً خیلی دلتنگ شد. برای همین لحظه خداحافظی آنها خیلی پر احساس بود.

با اینکه این طوطی برای دوستی با این خواجه، احترام زیادی قائل بود، اما برای یک چیز دیگر بیشتر احترام قائل بود و آن چی بود؟ (پرنسس). "آزادی!" پرنسس؟! پرنسس که او را اسیر کرده بود! چرا باید برای او ارزش قائل باشد؟ تنها شمائید که برای شیطان ارزش قائل هستید. جهان شما را اسیر کرده، اما هنوز برای آن ارزش قائلید، برای این زندگی ارزش قائلید، برای این جسم ارزش قائلید و فکر میکنید که این جسم بسیار عالی، بسیار زیبا، بسیار قوی و از این چیزهاست. این جسم همان چیزی است که روح ما را اسیر کرده و ما در اینجا گیر انداخته است.

ما تمام مدت روی این جسم متمرکزیم، تا آن را با رنگهای سبز و قرمز زیبا کنیم، مثل من. بعد خود حقیقی مان را فراموش میکنیم، یادمان میرود که ما واقعاً این جسم نیستیم. حالا من هم روحم را فراموش کردم، چون فرار کرده. تنها این جسم باقی مانده و هر کاری که این جسم انجام میدهد، اهمیتی ندارد. به همین خاطر این پرندۀ بیش از هر چیز برای آزادی اش ارزش قائل بود و شبانه روز در فکر پرواز بود. با اینکه پودرهای قرمز و سبز به خودش میزد، رژ لب میزد و هر آرایشی میکرد، اما قلبش فقط به فکر پرواز بود، نه هیچ چیز دیگر. مسلماً باید غذا میخورد و آن لباسهای زیبا را نیز می پوشید، چون در کاخ باید مؤدب و مبادی آداب بود. اما در ذهنش تمام شبانه روز بر "چشم خرد" متمرکز بود و به فرار فکر میکرد.





به همین خاطر به خواجه گفت: "آه! ما دوستان خوبی هستیم. می خواهیم لطفی در حقم بکنی! لطفاً فراموش نکن." خواجه گفت: "مسلماً! من هر کاری برای تو میکنم." آنها دوستان خیلی خوبی بودند! بعد پرنده گفت: "وقتی در حال سفر هستی، اگر به پرنده هایی شبیه من برخورد کردی، بدان که آن طوطی ها دوستان و خویشاوندان من

هستند. به آنها بگو که من در اینجا به دام افتاده ام! من به شدت رنج می کشم و واقعاً آزاد نیستم. همه غذاهای خوب اینجا برای من هیچ ارزشی ندارند. این مرواریدها، سنگهای قیمتی برای من هیچ ارزشی ندارند. میتوانی از آنها بخواهی که راهی برای نجات من پیدا کنند؟" خواجه گفت: "باشه! من حداکثر تلاشم را میکنم. حتماً طوطی ها را پیدا میکنم و این خبر را به آنها میدهم."

این خواجه، با اینکه در کاخ کار میکرد و هیچ چیزی کم نداشت، اما برده یک نفر دیگر بود. او ارزش آزادی را میدانست و به همین خاطر خیلی خوب طوطی را درک میکرد! برای همین تصمیم گرفت به او کمک کند.

مدت زمان زیادی از رفتن خواجه می گذشت. یک روز در حالی که این خواجه از مناظر مسیر لذت می برد، با گروه بزرگی از طوطی ها که بسیار شبیه به طوطی پرنسس در کاخ بودند، روبرو شد. او درخواست طوطی کاخ را به یاد آورد و برای عرض سلام به سراغ طوطی ها رفت و در مورد موقعیت دردناک طوطی کاخ برایشان توضیح داد.

در میان این دسته از طوطی ها، استادی بود که استاد واقعی طوطی ها بود. او به آنها یاد داده بود که متد کوان یین را ممارست کنند. به همین خاطر آنها هر روز به جاهای مختلف میرفتند تا با هم مدیتیشن کنند. در آن روز، آنها در راه "میائولی" بودند تا با هم یک مدیتیشن گروهی بزرگ داشته باشند. آه! آن موقع زمستان بود، شاید به "پینگ تونگ" می رفتند! "پینگ تونگ" گرمتر است. این استاد واقعی بسیار باهوش نیز بود و خرد زیادی داشت! او که صدها

هزار میلیون هزاره ممارست کرده بود، بسیار باشکوه، آرام، درخشان از خرد و منور به نوری طلایی بود و چشم خرد او کاملاً باز بود.

بعد از اینکه این استاد واقعاً روشن ضمیر در مورد موقعیت دردناک این طوطی در کاخ شنید، فوراً افتاد و مرد، ظاهراً مرد. او در دست خواجه افتاد و مرد، بدون هیچ نشانه ای از حیات. او واقعاً مرده بود، صد در صد مرده بود. هر چقدر هم که خواجه شوکه شد، این طوطی بیدار نشد و واقعاً مرد. خواجه مقداری آب آورد و دهان طوطی را باز کرد و سعی کرد مقداری آب درون دهانش بریزد، اما او نخورد، کاملاً مرده بود. حتی یک پر او هم حرکت نمیکرد، حتی یک ابرو، یک مژه اش هم حرکت نمیکرد، او کاملاً بی جان آنجا افتاده بود.

خواجه بسیار نا امید شد، چون هیچ پندی از او نشنیده بود. او نتوانسته بود قبل از مرگ طوطی، شانس صحبت با او را داشته باشد. به همین خاطر طوطی را به کنار جاده انداخت و رفت. اما وقتی او طوطی را به کنار جاده انداخت، طوطی فوراً پرواز کرد و شادمانه رفت! او به سوی "پینگ تونگ" پرواز کرد و به دوستانش که برای مدیتیشن بزرگ گروهی رفته بودند، پیوست. آه! خواجه شوکه شد! او نمیتوانست بفهمد! چطور ممکن بود! او برای مدت طولانی شوک زده و گیج شده بود.

بالاخره او به کاخ بازگشت. نمیتوانست که کل روز آنجا خشکش بزند. طوطی کاخ از دیدن خواجه بسیار خوشحال شد. آنها به هم دست و پا دادند و همدیگر را در آغوش گرفتند و بوسیدند و یکعالمه چیزهای خوب به هم گفتند! مثلاً یکی گفت: "وزن کم کردی" دیگری گفت: "تو وزن اضافه کردی." از این حرفهای بی معنی و تصنعی دنیوی و آسترالی. خواجه میخواست خیلی چیزهای جالب در مورد سفرش بگوید و همچنین خیلی چیزهای غیر عادی تا اینکه بالاخره صبر طوطی تمام شد. "اینها حرفهای بی معنی اند، لطفاً دیگر بس کن! اینکه چی خوردی؟ چه سازی نواختی؟ به چه مجلس رقص و آوازی رفتی؟ چطور رقصیدی؟ چه دختر زیبایی دیدی؟ همه اینها بی معنی اند. چرا در مورد آن دخترهای زیبا حرف میزنی؟! آنها هم بی معنی اند. اینکه با کی رقصیدی هم نه به من ربط دارد و نه علاقه ای به شنیدن آن دارم! آه! نه، در مورد این چیزها حرف نزن! آیا از خویشاوندان من کسی را دیدی؟"

خواجه گفت: "بله! بله! یک گروه بزرگ دیدم. به نظر میرسید که در راه رفتن به مدیتیشن گروهی باشند. هر کدام از آنها یک چشم خرد بزرگ و درخشان داشتند! من شوکه شدم! برای آنها خیلی احترام قائل بودم. آنها با آن همه اجر متبرک، خیلی باشکوه به نظر می رسیدند! فک پایینی آنها پایینتر بود، شکم- هایشان بسیار بزرگ و شانه هایشان بسیار پر ابهت بود. وقتی در هوا پرواز میکردند، مثل فرشته ها به نظر میرسیدند..."

بعد دیگر صبر طوطی تمام شد و گفت: "نگفتم که چطور به نظر میرسیدند! آیا چیزی به تو گفتند؟ گفتند که چطور آزاد شوم؟"

بعد خواجه گفت: "نه، نه! به نظر میرسید که به زبان تو صحبت نمی کنند. با اینکه چشم خردشان باز بود، دهانشان بسته بود و نمی توانستند به زبان انسانی صحبت کنند. به همین خاطر هیچ چیز به من نگفتند. البته از آنجا که پرسیدی، یک چیزی یادم آمد که فهم آن بسیار سخت بود، اینکه بعد از گفتن جریان تو برای آنها، یکی از آنها در دست من افتاد و قبل از اینکه خوشحال بشوم، مُرد.

او وانمود کرد که مرده و همانجا افتاد. هر چقدر که او را تکان دادم، آب و غذا به او دادم، هیچ چیز نخورد و ننوشید. من غذای بسیار معطر و نایابی به او دادم، اما نخورد. آب خیلی خوب "رود شهد" در "میائولی" را به او دادم اما اهمیت نداد. نه چیزی خورد و نه چیزی نوشید. فقط وانمود کرد که مرده.

وقتی فکر کردم که مرده و آن را کنار جاده انداختم، فوراً تکان خورد و خیلی آرام و آزاد پرواز کرد. حتی با من هم خداحافظی کرد. خداحافظی... او به چند زبان مختلف صحبت میکرد. من فکر میکردم که او نمیتواند حرف بزند و مرده. اما معلوم شد که اینطور نبوده. عجیب بود! هنوز هم نمیتوانم بفهمم که منظور او چی بوده."

بعد از شنیدن این حرفها، طوطی طوری وانمود کرد که انگار تحت تأثیر قرار نگرفته و گفت: "خوبه! خوبه! خیلی ممنونم! حس خیلی عجیبی دارم. این داستان واقعاً عجیب است. چطور ممکن است که اینقدر عجیب باشد!" بعد هر دو به خانه هایشان بازگشتند. خواجه مشغول کارهایش شد و طوطی هم مشغول خوردن و نوشیدن.

پرنسس هر روز صبح به دیدن طوطی می آمد! صبح روز بعد وقتی پرنسس به دیدن طوطی آمد، طوطی ای در قفس ندید، فقط یک جسد بی جان آنجا افتاده بود. پرنسس خیلی عصبانی شد و آن خدمتکارها را سرزنش کرد و گفت: "شما او را کشتید!"

دیگر حرف فایده نداشت. او به خدمتکارها گفت که طوطی را بیرون بیندازند. وقتی خدمتکار طوطی را از پنجره بیرون انداخت، در همان لحظه، خواجه نقشه طوطی ای که دیده بود را متوجه شد.

شما چی متوجه شدید؟ (که طوطی وانموده کرد که مرده). وانمود کرد! درسته! پس ما هم باید نسبت به این جهان، وانمود کنیم که مُردیم. ما قدر این جهان را میدانیم. ما میدانیم که به دست آوردن جسم انسانی بسیار سخت است. اما به پادشاه ما یا نمی گوئیم. پادشاه ما یا کیست؟ ذهن ما. به آن گوش ندهید. با آن بازی نکنید. فکر نکنید که جهان، خیلی برای ما خوب است. اگر نسبت به جهان بمیریم، روح ما جان میگیرد.

به همین خاطر از دوران باستان، همه استادان واقعی ممارست به ما گفته اند که نسبت به جهان بمیریم، یعنی به هیچ چیز نجسسیم و به این جهان نجسسیم و مثل مرده ها باشیم. بعد میتوانیم آزاد باشیم. در واقع اگر ما از صبح تا شب، نسبت به مردم احساس مسئولیت کنیم، احساس شرمندگی کنیم، مبادی آداب باشیم، بعد همدیگر را همراهی میکنیم، چون می ترسیم که احساسات همدیگر را جریحه دار کنیم یا دیگران بگویند که خوب نیستیم و از این چیزها. در واقع، ما وقت زیادی را تلف می کنیم!

امروز برای تولد، این شخص را همراهی می کنیم، فردا برای مراسم تدفین فلان شخص را همراهی میکنیم، پس فردا به خانه فلانی می رویم تا در عروسی او شرکت کنیم، روز بعد به دادگاه میرویم تا شاهد طلاق باشیم، چون مهربان، مبادی آداب و غیره هستیم. با این اوصاف، چطور می توانیم وقت داشته باشیم؟ امروز تلفن پرحرف فلانی را جواب می دهیم، بعد حرفهای بی معنی فلانی را می شنویم. همچنین روزنامه می خوانیم، تلویزیون می بینیم و حداقل اخبار را نگاه میکنیم تا ببینیم چه کسی، چه کسی را کشته. بعد روز بعد چی؟ اگر خویشاوندان مان زیاد باشند، واقعاً تا حد مرگ مشغول می شویم. به همین خاطر مسلم است که در این جهان، یافتن وقت برای ممارست سخت میشود!

اگر به این شکل اسیر باشیم، نمیتوانیم خلاص بشویم. اگر وانمود نکنیم که مُرده هستیم، آیا راه دیگری هست؟ نه!

وانمود کردن به مردن چیست؟ ما وانمود می کنیم که کر و لال هستیم. بگذار سوء برداشت کنند، بگذار سرزنش مان کنند، مهم نیست. هنوز باید مرز داشته باشیم، بدانیم که اولویت مان چیست. ما هر کاری که بتوانیم، انجام می دهیم. کارهای دیگری که نمیتوانیم انجام دهیم را میگذاریم بمانند. باید وانمود کنیم که مرده ایم، وانمود کنیم که ادب را نمیدانیم، وانمود کنیم که نمیدانیم امروز تولد اوست، وانمود کنیم که نمیدانیم فردا مراسم تدفین است.

اگر وقت مان اجازه بدهد، اگر در زندگی امکانش را داشته باشیم، مسلماً میتوانیم در این مراسم و تعارف ها شرکت کنیم. اگر زندگی ما خیلی پر مشغله است و خیلی گرفتاریم، باید راه هایی بیابیم تا بعضی از گره ها را باز کنیم تا حداقل دو دست مان آزاد شود، وگرنه اگر همه جایمان بسته باشد، چطور می خواهیم حرکت کنیم؟ ما نمیتوانیم صد در صد وانمود کنیم که مُردیم، اما میتوانیم هشتاد درصد وانمود کنیم. هشتاد درصد خودش یعنی نسبتاً آزاد هستیم.

مثل طوطی که اگر وانمود نکرد کاملاً مرده، هشتاد درصد وانمود کرد. وانمود کردن به مریضی هم خوب بود. مسلماً آنها او را بیرون می بردند تا دکتر را ببیند. بعد میتوانست به راه فرار فکر کند. اما اینطوری ریسکش بیشتر میشد. وانمود کردن به مرگ کامل، بهتر است. او را بیرون می انداختند و بعد پرواز میکرد.

این در مورد ما رهروان هم صدق میکند. ما در این جهان هیچ چیز کم نداریم، اما در واقع احساس آزادی هم نمی کنیم. آنچه بیش از هر چیز آرزو می کنیم، رستگاری مان است. رستگاری چیست؟ آه! دیگر هیچ آرزویی، هیچ حرصی نداریم. در زندگی آرام و راضی هستیم. از درون بسیار شادیم. در بیرون، میتوانیم به موقعیت ها رسیدگی کنیم. اگر چنین باشیم، یعنی در این زندگی رستگار شده ایم.

وقتی واقعاً می میریم، چون در این زندگی رستگار شده ایم، در زندگی بعد نیز رستگار می شویم. از آنجا که وقتی زنده بودیم، به این جهان نجسبیده بودیم، وقتی می میریم چطور میخواهیم به چیزی بچسبیم؟ مثل طوطی که در قفس

همه غذاهای خوب را داشت اما نمیخواست بخورد. چطور میتوانست به آن غذاها بچسبد، وقتی که میتوانست پرواز کند و آزادی خودش را داشته باشد؟ به همین خاطر رهروان مثل این طوطی هستند!

## داستان زین



این داستان در مورد زین است. در ابتدا اسب ها زین نداشتند. شاید بعدها در نتیجه ممارست معنوی، زین اختراع شد.

مردی بود به نام "لیائو هو". او بر خلاف ما که مهربانیم، یک مقام دولتی بسیار، بسیار، شورو و بسیار، بسیار بدجنس بود. او در سن ۶۲ سالگی از دنیا رفت و به دیدن پادشاه جهنم رفت. این پادشاه جهنم از فورموسا بود و به نوعی عجیب و غریب بود، چون سمت راست او سفید و سمت چپ او سیاه بود. نمیدانم چرا؟  
(خنده)

پادشاه جهنم کتاب گناه و اجر را ورق زد تا ببیند که این مرد قبل از مرگش، چه کارهای خوب و چه کارهای بدی انجام داده. او فهمید که این مرد کارهای بد خیلی زیادی ایجاد کرده و هرگز به هیچ خیریه ای کمک نکرده. او هرگز در "هنگ کنگ" نبوده تا برای طرفداری از پناهجویان، اعتراض کند. (خنده) او هرگز به معابد پیشکشی نداده و هرگز در کلیسا نبوده. او هرگز به فقیران پول نداده و حتی یک پنی هم به خیریه "تسه چی" یا هر مرکز خیریه دیگر اهداء نکرده است.

"لیائو هو" گیاهخوار نبود، او به خاطر خساست گوشت نمیخورد. نه به این خاطر که میخواست قدیس باشد. به همین خاطر به شما گفتم که گیاهخواری از شما قدیس نمیسازد، به هدف تان بستگی دارد. این مرد گوشت نمیخورد، چون نمیخواست برای خریدن گوشت برای دیگر اعضای خانواده، پول خرج کند.

گاهی وقتی دلش گوشت میخواست، در حمام قائم میشد و به تنهایی یک تکه گوشت میخورد. بعد از اینکه آن را تمام میکرد، بیرون می آمد تا خانواده اش متوجه نشوند. او اینقدر بد بود.

او هرگز در سخنرانی های استاد اعظم چینگ های شرکت نکرده بود. (خنده) به همین خاطر وقتی پادشاه جهنم در آن کتاب نگاه کرد، نتوانست چیزی برای نجات دادن او پیدا کند و در آن فقط کارمای بد ثبت شده بود و اصلاً هیچ اجری نبود. یکبار یکی از شاگردان استاد اعظم چینگ های سعی کرد کتابچه نمونه که رایگان بود را به او بدهد. اما او نگرفت چون گفت که این کتاب در کیسه، جای مواد خوراکی را می گیرد. (خنده) چطور کسی میتوانست او را نجات دهد؟!

برای همین پادشاه جهنم گفت: "این خوب نیست! فراموشش کن! فراموشش کن! من حداکثر تلاشم را کردم تا در هر گوشه از این کتاب بگردم، اما تمام آن پر از کارمای بد است. حالا باید به عنوان اسب تناسخ یابی تا تقاص کارهای بد گذشته ات را بدهی."

او این را گفت و یک سری حرکت دست و پا انجام داد و به او لگد زد. او پایین افتاد و به عنوان اسب به دنیا آمد. روی کارت شناسایی این اسب، نام او نوشته شده بود. برای همین وقتی به دنیا آمد، معلوم شد که "لیائو هو" است. این اسب بزرگ و بزرگتر میشد. او مقدار زیادی علف میخورد و بسیار راضی بود. او در زندگی گذشته اش نمیخواست گوشت بخرد، حتی توفو هم نمیخورد، برای همین حالا فقط علف میخورد و راضی هم بود. او هرگز در مورد خوردن علف گله نداشت، بعلاوه این علف ها رایگان بود! با اینکه اسب بود، هنوز بسیار خسیس بود. او علف های ارزان و گندیده را میخورد و علف های تازه را نگه میداشت تا به اسبهای دیگر

بفروشد. (خنده)

وقتی این اسب بزرگتر شد، اربابش او را به کار گرفت. او باید هیزم، نفت، برنج و مایحتاج دیگر را حمل میکرد و به خانه می بُرد.





گاهی باید یک گاری با چهل یا پنجاه نفر آدم چاق را می کشید. آه! او نمیتوانست تحمل کند اما اگر حرکت نمیکرد، اربابش او را با شلاق میزد. او از این وضعیت متنفر بود و دیگر نمی توانست تحمل کند. اربابش هم با او بد بود. او را لگد میزد، شلاق میزد و با او ظالمانه رفتار میکرد. وقتی او اسب را می راند، زین نداشت و برای همین اسب احساس ناراحتی و بلکه درد میکرد.

این اسب، تازه از جهان انسان ها آمده بود. او هنوز بیشتر به جای اینکه خلق و خوی اسب ها را داشته باشد، مثل انسانها بود. برای همین بسیار رنجید، بسیار ناراحت شد و در نهایت دست به اعتصاب غذا زد. او برای سه چهار روز از غذا خوردن دست کشید و بعد مُرد. تعدادی از شاگردان استاد اعظم چینگ های دلشان به حال او سوخت و برایش سوترا خواندند و هله لویا گفتند و برایش دعا کردند. اما با این وجود کارمای او هنوز سنگین بود و برای همین به پایین و به دیدن پادشاه جهنم رفت.

پادشاه جهنم بسیار عصبانی شد و مدام بر سر او فریاد کشید و گفت: "میخواهی از کارمای بد خودت فرار کنی؟ میتوانی؟ نه، نمی توانی! من به تو می گویم که اگر من میخواهم اسب باشی، باید اسب باشی و اگر من میخواهم که سگ باشی، باید سگ باشی. نمیتوانی به این شکل از آن فرار کنی. نمیدانی که تا زمانی که به طور کامل کارمایت را پاک نکنی، نمی توانی فرار کنی؟"

پادشاه جهنم آنقدر او را سرزنش کرد که صورت خودش هم قرمز شد. او گفت: "تو من را گول زدی! هنوز زمان مرگت نرسیده بود، کارمایت هنوز به طور کامل پاک نشده بود ولی هیچ چیزی نخوردی تا بمیری. این تقلب است!"

حالا پادشاه جهنم او را به سگ تبدیل کرد. او با دست به سر تا پای او اشاره کرد و بعد به او لگد زد. به همین خاطر او در رحم یک سگ مادر افتاد و متولد شد. با اینکه حالا "لیائو هو" سگ شده بود، اما هنوز مقداری صفات انسانی و هوش داشت. او خیلی ناراحت، خیلی رنجیده، خیلی مفلوک، خیلی نگران، خیلی افسرده، خیلی ناتوان، خیلی عاجز و خیلی کسل (که در چینی این کلمه مشابه نام خود او تلفظ میشود) بود. (استاد و همه می خندند) اما جرأت نکرد که دوباره خودکشی کند، چون میدانست که پادشاه جهنم حتی بیشتر او را مجازات میکند.



او آنجا نشست و فکر کرد: "من نمیتوانم خود را با غذا نخوردن بکشم! با اینکه این غذای سگ واقعاً اشتهای آدم را کور میکند، باید آن را بخورم. وگرنه نمیدانم پادشاه جهنم چطور من را مجازات میکند!"

او با مغز سگی خودش، همینطور فکر کرد. بعد آه، ناگهان روشن ضمیر شد! او گفت: "اگر اربابم را

یک گاز محکم بگیرم، او من را میکشد. ها! (استاد و همه می خندند) بعد من هم می میرم، بی آنکه خودکشی کرده باشم!"

او فوراً شروع کرد و در زمانی که منتظر بازگشت اربابش بود، مقداری سوترا خواند تا خود را رستگار کند. اربابش بعد از اینکه سیگاری کشید و غذایی خورد، بازگشت. سگ دمش را تکان داد و بعد جلو و عقب ارباب را گاز گرفت. این کار خیلی دردناک بود و چون استاد هم مشروب خورده و عصبانی بود، چوب بزرگی برداشت و به جان سگ افتاد. سگ مرد!

او دوباره به نزد پادشاه جهنم رفت. مسلماً پادشاه جهنم عصبانی شد و دوباره به شدت او را سرزنش کرد و گفت: "ای سگ بد! چطور جرأت کردی که دوباره من را گول بزنی! حالا ابتدا پنجاه تا شلاق میخوری."

بعد از اینکه شلاق خورد، باید به صورت مار تناسخ می یافت. عجب! سگ بودن زیاد بد نبود، اما مار واقعاً مشکل زاست. هر چقدر بیشتر سعی میکرد فرار کند، شرایط بدتر میشد.

پادشاه جهنم او را در یک زیرزمین انداخت و درب را قفل کرد تا دیگر جایی برای رفتن نداشته باشد. با این وجود او توانست سوراخی حفر کند و فرار کند. او حالا دیگر جرأت نمیکرد خودکشی کند یا دیگران را گاز بگیرد، چون



میدانست که اینطوری گناه او بیشتر میشود. برای همین با مغز ماری اش فکر کرد و بالاخره تصمیم گرفت که به وسط جاده بخزد و آنجا دراز بکشد و بخوابد. (استاد و همه حضار می خندند) این مار پر از ایده بود، خوابیدن در وسط جاده در شب! در قدیم، جاده ها چراغ

نداشتند. برای همین وقتی ماشینی رد میشد، او چند تکه میشد و رستگار میشد!

پادشاه جهنم با دیدن این منظره دردناک، تصمیم گرفت که به مجازات های او خاتمه دهد. بالاخره او پیروز شد! دل پادشاه جهنم برای رنج و فلاکت او سوخت و دیگر نتوانست او را مجازات کند. آه! پادشاه جهنم چقدر شفیق بوده! این مار حتماً متد کوان یین را ممارست میکرده. البته نصفه نیمه، برای همین نصف بدنش سفید (خنده) و نصف آن سیاه بوده! خلاصه این مرد بخشیده شد و اجازه یافت تا دوباره به صورت انسان متولد شود.

او این بار هم مقام دولتی شد. اما یادش بود که پرهیزگار باشد و با مهربانی و خرد بر مردم حکومت کند و یادش بود که نباید حریص یا فاسد باشد و نسبت به مردم شرورانه یا زشت رفتار کند. وگرنه پادشاه جهنم او را مجازات میکند. "وگرنه تو را نمی بخشیم! باید پنج فرمان را نیز رعایت کنی." حتی به او گفت که برود و استاد اعظم چینگ های را پیدا کند و تشریف بگیرد! (تشویق) شوخی کردم! این قبیل افراد را خیلی سخت میتوان نجات داد. بهتر است که نزد ما نیایند!

البته استاد چینگ های واقعاً او را بهتر کرد! او به او یاد داد که پنج فرمان را نگه دارد، گیاهخوار باشد، هر روز دو ساعت و نیم مدیتیشن کند و در مدیتیشن های گروهی شرکت کند، به طرفداری از افراد دردمند حرف بزند و اعتراض کند و غیره. از آن روز به بعد، او شخص بسیار خوبی شد و بعد به مقام دولتی بسیار پرهیزگاری تبدیل شد. او به زیردستانش دستور میداد تا وقتی بر اسب سوار میشوند، زین روی اسب بگذارند و با پاشنه کفش هایشان به آنها لگد زنند و محکم به آنها شلاق زنند، زیرا یادش بود که وقتی اسب بوده، چه دورانی را سپری کرده. او همچنین با مردم بسیار سخاوتمند و مهربان بود. به همین خاطر بعدها همه کارمای بد او پاک شد.

## خطرات قدرت جادویی بدون خرد

در اینجا داستان شاگردان مشتاقی را برایتان تعریف میکنم که میخواستند در نزد یک استاد تعلیم بگیرند. چون این استاد قدرت های جادویی زیادی داشت، شاگردان نیز میخواستند مقداری از این قدرتها را داشته باشند. با اینکه استاد همیشه امتناع میکرد و میگفت که آنها برای چنین چیزی آماده نیستند و داشتن قدرت معنوی بدون فضیلت و خرد بسیار خطرناک است، اما این شاگردان نمیخواستند به این حرفها گوش بدهند. آنها استاد را میدیدند که همه جور کارهای جادویی انجام میدهد و آنها هم میخواستند مقداری از این قدرتها را داشته باشند. بویژه آن قدرتی که مردگان را زنده میکرد. آنها عاشق این قدرت بودند. برای همین مدام استاد را تحت فشار می گذاشتند تا اینکه یک روز استاد تسلیم شد و به آنها فرمول اسرارآمیز زنده کردن مردگان را یاد داد.

با این کشف جدید، آنها بسیار خوشحال شدند. برای همین استاد را ترک کردند، چون فکر میکردند آن چیزی که میخواستند را یاد گرفتند. آنها با هم به یک جای دیگر رفتند. در طول سفر، از جاهای بسیار دور افتاده ای گذشتند. جاهایی که چند صد سال بود کسی در آنجا زندگی نکرده بود. در جاده تعدادی استخوان نیز وجود داشت و آنها خواستند قدرت مهرتی که تازه یاد گرفته بودند را آزمایش کنند. آنها مانترا را گفتند، حرکات دست و پا را انجام دادند و ناگهان همه آن استخوان ها به هوا پرواز کردند و به هم چسبیدند و به شکل یک حیوان زنده درآمدند. همه گوشت ها، شاخ ها و دندان های نیش هم بازگشتند. این حیوان یک دایناسور بود، از میلیون ها سال پیش و بسیار عظیم. او آنها را دنبال کرد، خورد و رستگار کرد.

*یکی از خطرات تقلید همین است. تقلید از استاد، بدون داشتن خرد یک شخص واقعاً روشن ضمیر، بدون داشتن قدرت کنترل کنجکاوای مان، بدون شفقت برای انجام دادن کار در زمان مناسب، درست در زمانی که موجودات با ادراک به کمک شما نیاز دارند و نه به خاطر کنجکاوای تان یا به خاطر نمایش دادن قدرت، بسیار خطرناک است. به همین خاطر است که ما در ممارست معنوی*

مان، افراد را به استفاده از قدرت جادویی تشویق نمی کنیم. اگر قدرتی دارید، بهتر است از آن استفاده نکنید.



همانطور که قبلاً به شما گفتم، اینها با استفاده از قرض گرفتن یک چیزیها از نیروگاه کیهان صورت می گیرد که این نیروگاه، بالاترین نیروگاه هم نیست. هر چیزی که از موجودات پست تر قرض بگیرید، باید با سود پس بدهید. اگر از بالاترین قدرت، از گردش طبیعی خرد و قدرت اعظم چیزی بدست آورید، این به شما، به قدرت خدا تعلق دارد و نیاز نیست آن را پس بدهید.

یک استادی بود که نامش را نمیدانم. همچنان که او پیرتر شد، چشمانش تار شد، آنقدر که دیگر نتوانست شاگردانش را ببیند و حتی محیط اطرافش را تشخیص دهد. یک درمانگر فراروان... (گاهی آنها داستان شان را روی شما میگذارند و میتوانند شما را درمان کنند، کارهایی از این قبیل) به این استاد گفت: "تو به نزد من بیا، خودت را به من بسپار، من میتوانم چشمانت را درمان کنم تا دوباره ببینی."

اما استاد گفت: "نه، نه. من همین حالا هم آنچه باید را در درون می بینم. چیزهای دیگر چندان اهمیت ندارند."

این رفتار درست یک رهرو معنوی است. ما هرگز نباید برای درمان های جادویی، قدرت جادویی و این چیزهای راحت، حریص باشیم. اینها موقتی هستند، تنها یک تسکین موقت هستند و در عوض خیلی چیزها را از دست می‌دهیم. در سه جهان، هیچ چیز رایگان نیست. در این جهان و در درون سه جهان، همه چیز از چیزهای مادی ساخته شده. اگر خیلی زیاد برای خودمان برداریم، در یک جای دیگر کمبود ایجاد میشود. به همین خاطر قدرت جادویی چیزی نیست جز برداشتن چیزی از یک جا و بردن آن به یک جای دیگر.

## خیلی حریص



این داستان، آولاکی است. مدتها پیش، یک خانواده خیلی فقیری بودند که وقتی والدین خانواده از دنیا رفتند، دارایی شان را برای دو پسرشان گذاشتند. پسر بزرگتر، باهوش تر، اهل تبانی و توطئه و آشناتر به ترفندهای دنیوی بود. برادر کوچکتر، خیلی عاقل نبود اما مهربان تر، پاک تر و با ایمان بود. بعد از اینکه والدین آنها از دنیا رفتند، آنها دارایی را تقسیم کردند.

برادر بزرگتر متأهل بود و برادر کوچکتر مجرد. برادر بزرگتر به برادر کوچکتر گفت: "بهتر است بگذاری من از این دارایی ها مراقبت کنم. چون تو زن و بچه نداری و نمیدانی چطور از این دارایی ها مراقبت کنی، دادن آنها به تو بیفایده است. البته از آنجا که من میدانم تو برادر بسیار خوبی هستی، میگذارم که درخت میوه ستاره ای را تو برداری. درخت میوه ستاره ای در آن گوشه مال تو و بقیه دارایی ها همه مال من. خب؟"

برادر کوچکتر موافقت کرد. (خنده) بعد هر روز برادر بزرگتر در مزرعه کار میکرد. او ثروتمند شده بود و زندگی خوبی داشت. برادر کوچکتر هم به خوبی مشغول کار روی درخت میوه ستاره ای بود. وقتی میوه ها رسیدند، او آنها را چید و فروخت. این درخت بزرگ بود و خیلی میوه داد. اگر نمیتوانست همه را بفروشد، با بقیه آنها آب میوه میگرفت یا کمپوت درست میکرد. او خیلی مبتکر بود. او مقداری از آنها را در شکر میگذاشت، مقداری را در نمک و مقداری را در سرکه. او از این میوه ها، محصولات زیادی تولید میکرد و خیلی، خیلی مشهور

شده بود. خیلی ها محصولات او را دوست داشتند و از دوردست برای خریدن آنها می آمدند. برای همین او برای خود پول کافی داشت و راحت و راضی زندگی میکرد. او خیلی ثروتمند نبود، اما راحت راضی میشد.



یک روز که برای خرید مواد لازم برای کمپوت بیرون رفته بود، وقتی بازگشت، دید که تقریباً نیمی از میوه ها خورده شدند. او خیلی ناراحت شد. بعد کلاغی را دید که همچنان روی درخت نشسته بود و میوه میخورد. او گفت: "آه! چطور ممکن است؟ چرا میوه های من را میخوری؟" کلاغ گفت: "من گرسنه ام!" (خنده)

خیلی ساده بود. کلاغ گرسنه بود و میوه ها را میخورد. کلاغ گفت: "مگر وقتی تو گرسنه هستی، غذا نمیخوری؟" پسر گفت: "مسلّمه که میخورم." کلاغ: "پس چرا از من می پرسی؟" پسر که لال بود و نمیدانست چطور بحث کند، کمی گیج شده بود. او فکر کرد: "مسلّمه، وقتی کلاغ گرسنه است، میوه ها را میخورد. چرا پرسیدم؟ (استاد و همه می خندند) اما این درخت، تنها دارایی من است. اگر میوه های آن را بخوری، تمام میشوند و من فردا از گرسنگی می میرم و دیگر غذایی برای خوردن ندارم."

او احساسش را به کلاغ گفت. کلاغ، بسیار عجیب بود و مثل یک کلاغ معمولی به نظر نمی رسید. او منقاری بسیار بلند داشت. (خنده) کلاغ گوش ندارد، اما این کلاغ گوش هایی بسیار بزرگ داشت و حتی گوشواره هم به آنها آویزان بود. (استاد و همه می خندند) پره های او فر و مد روز بودند. لباسهایش بسیار زیبا بودند و با اینکه کلاغ بود، اما لباسهای رنگی به تن داشت.

برادر کوچکتر به کلاغ گفت: "اینطور نیست که من نخواهم میوه ها را به تو بدهم. مسلّمأ میتوانی وقتی گرسنه ای، از آنها بخوری. نوش جان. اما رک بگویم، از وقتی والدین من از دنیا رفتند، برادرم تنها همین یک درخت را به من داده. من برای زندگی به این درخت تکیه دارم. من لال هستم و نمیتوانم کارهای دیگری انجام بدهم. بدون این درخت می میرم. وضعیت اسفبار من از این قرار است. اینطور نیست که نخواهم از این میوه ها به تو بدهم."



با شنیدن این حرفها، کلاغ تحت تأثیر قرار گرفت و گفت: "خب! تو آدم خیلی خوبی هستی. بسیار خب، بسیار خب. مشکلی نیست. چون من میوه های تو را خوردم، با طلا بهای آن را میدهم. اشکالی ندارد؟"

برادر کوچکتر گفت: "بسیار خب!" (استاد و همه می خندند) او فقط گفت: "خب" یا "بسیار خب"، هیچ چیز دیگر نگفت. نمیتوانست پاسخ منفی بدهد. کلاغ گفت: "فردا صبح زود ساعت سه، به اینجا می آیم و تو را با خود می برم. حالا به خانه برو و یک تکه پارچه پیدا کن تا کیسه ای به این اندازه با این عرض و طول بدوزی. فردا تو را می برم تا مروارید، جواهر و طلا بیاوری." برادر کوچکتر موافقت کرد و به خانه رفت و کیسه ای با همان مشخصات درست کرد، دقیقاً به همان اندازه.

صبح روز بعد، همانطور که انتظار میرفت، کلاغ در آنجا منتظر او بود. کلاغ گفت: "بسیار خب. حالا پشت من سوار شو.

من تو را از دریا رد میکنم. در حین پرواز نباید صحبت کنی یا چشمهایت را باز کنی. هر چیزی هم که اتفاق بیافتد، نباید از دستور من نافرمانی کنی، وگرنه زنده نمی مانی." برادر کوچکتر گفت: "بله." بعد از اینکه او پشت کلاغ سوار شد و گردن او را گرفت، کلاغ پرواز کرد. ناگهان کلاغ بسیار بزرگ شد.

برادر کوچکتر از نشستن روی او احساس راحتی کرد و خوابش برد. او میتواند در آنجا هم کوان بین (مدیتیشن نور و صوت) انجام دهد، مشکلی نداشت. (خنده) نه، کوان بین را نمی توانست انجام دهد، فقط میتواند کوان گوانگ (مدیتیشن بر نور) را انجام دهد.

اگر از ما رهروان معنوی خواسته نشود، صحبت نمی کنیم. ما به جز "خب" و "بسیار خب" نباید چیز دیگری بگوئیم. انجیل نیز همین را می گوید: وقتی از شما چیزی می پرسند، فقط باید "خب" و "بسیار خب" بگوئید. نباید حرف بیهوده بزنید. این یعنی ما باید مواظب حرف هایمان باشیم و حرف نزنیم.

این برادر کوچکتر، مدت کوان بین را ممارست میکرد و بسیار خوب بود. وقتی به او گفتند که حرف نزنند، حرف نزد. کمی بعد از شروع مدیتیشن، او به خلسه رفت. بعد آنها به آن محل رسیدند.

آه! آنجا کوه های زیبا، سواحل زیبا و همه انواع چیزها را داشت. مروارید و جواهر در یک کوه بزرگ، انباشته شده بودند. درختان و همه چیز از مروارید و جواهر بود. برگها همه از طلا و شاخه ها از مروارید و جواهر بودند. همه چیز از مروارید و جواهر بود. سنگی در کار نبود، فقط مروارید و جواهر در همه جا بود. بعد کلاغ به او گفت: "حالا همه مرواریدها و جواهراتی که دوست داری را در کیسه ات بگذار. بعد فوراً به خانه می رویم. برادر کوچکتر گفت: "بله!"

او ارزشمندترین چیزها را در کیسه اش گذاشت و کیسه را به کمر بندش آویزان کرد و روی کلاغ پرید. در حین بازگشت هم چشمانش را بست و دوباره مدیتیشن کرد. او به خلسه رفت و بعد به خانه رسیدند.

از آن روز به بعد برادر کوچکتر ثروتمند شد. او مرواریدها و جواهرات را فروخت، یک خانه دیگر ساخت، با دختری زیبا ازدواج کرد و یک بچه گربه زیبا را هم بزرگ کرد. (خنده) او زندگی بسیار راحتی داشت.

مدتی بعد، با شنیدن این خبر که برادر کوچکتر به ناگهان ثروتمند شده، برادر بزرگتر از جایی بسیار دور برای دیدن او رفت. او پرسید که چطور برادرش به ناگهان ثروتمند شده.

برادر کوچکتر گفت: "خب! به خاطر تو و اجر تو بود. همه به خاطر برکات تو بود. من ثروتمند شدم، چون تو درخت میوه ستاره ای را به من دادی. خیلی ممنون، برادر!" بعد در مقابل او سجده کرد. برادر بزرگتر گفت: "چطور درخت میوه ستاره ای تو را اینقدر ثروتمند کرد؟" مسلماً برادر کوچکتر همه چیز را برای او تعریف کرد. اشتیاق برادر بزرگتر برانگیخته شد و او گفت: "آه! حتماً اجر من بوده. بسیار خب، حالا تو میتوانی برای زندگی به خانه من بروی. همه دارایی های من مال تو. این درخت میوه ستاره ای مال من. (استاد و همه حضار می خندند) حالا با هم عوض میکنیم. تو مدت زیادی است که درخت میوه ستاره ای را داری. میخواهم که حالا سهم مان را با هم عوض کنیم، چون باید به نوبت از دارایی والدین مان مواظبت کنیم. من سالهاست از آنها مراقبت کردم

و دیگر خسته شده ام. حالا نوبت توست. تو به آنجا برو. حالا من از درخت میوه ستاره ای مراقبت میکنم. خب؟"

برادر کوچکتر گفت: "بله!" بعد به خانه برادر بزرگتر نقل مکان کرد. برادر بزرگتر نویی آویزان کرد و هر روز زیر درخت منتظر ماند. همانطور که انتظار میرفت، یک روز کلاغ آمد و میوه ها را خورد. برادر بزرگتر وانمود کرد که ناراحت شده و گفت: "اگر میوه های من را بخوری، من از گرسنگی می میرم. و با لحن برادر کوچکتر، همان حرفها را تکرار کرد." بعد کلاغ گفت: "مشکلی نیست. چون من میوه های تو را خوردم، با طلا بهای آنها را میدهم. خب؟" برادر بزرگتر موافقت کرد.

بعد کلاغ گفت: "فردا صبح ساعت سه در اینجا منتظر من باش. باید یک کیسه به این اندازه، با این عرض و طول بدوزی. بعد من تو را می برم تا مروارید، جواهرات و طلا برداری." برادر بزرگتر فوراً به خانه رفت و مقداری پارچه برداشت و کیسه ای به بزرگی شال کوان بین درست کرد (استاد و همه حضار می خندند). با این طول و عرض. او دو تکه را کنار هم گذاشت و از همه پارچه استفاده کرد. (خنده) او کیسه ای به این بزرگی درست کرد.

آه! او ساعت دو صبح به آنجا رفت و منتظر ماند. اما کلاغ زود نیامد. درست به موقع آمد. ساعت سه آمد و برادر بزرگتر را برداشت. برادر بزرگتر بر پشت کلاغ سوار شد. کلاغ به او گفت که گردنش را بگیرد و حرف نزند و چشمانش را باز نکند.

خب! برادر بزرگتر خیلی بد بود. او متد کوان یین را ممارست نمیکرد و گیاهخوار نبود، برای همین کارمایش سنگین بود. کلاغ به سختی می توانست از روی دریا پرواز کند، اما از قدرت های جادویی خاص استفاده کرد و بالاخره موفق شد. برادر بزرگتر صدای زوزه باد را شنید و متوجه شد که باد به شدت می وزد. بعد از اینکه مدت طولانی پرواز کردند، پرسید: "هنوز نرسیدیم؟" (استاد می خندند) خوشبختانه کلاغ با بالش به او سیلی زد و بعد او به یاد آورد و دیگر چیزی نپرسید.

آنها بالاخره به آنجا رسیدند. خب! به نظر میرسید که سفر خیلی طولانی ای بود، هم برای کلاغ و هم برای برادر بزرگتر. هر دو آنها بسیار خسته بودند. بعد از اینکه کلاغ او را پایین گذاشت، فوراً رفت تا چرتی بزند و گفت: "تو برو و

مروارید و جواهر جمع کن. من باید قبل از بازگشت، یک چرتی بزنام. چی خوردی که اینقدر سنگین شدی؟ آیا در سال فیل متولد شدی؟" (خنده)

همه ما در سال اسب یا موش متولد شدیم، اما او در سال فیل متولد شده بود. شاید کارمایش سنگین تر بوده. (خنده) بعد از اینکه کلاغ چرت زد، برادر بزرگتر هنوز تمام نشده بود. هر چیزی که آنجا بود، چشم او را می گرفت. او همه را میخواست. نمی توانست از چیزی دل بکند. او همینطور انتخاب میکرد. بعد از مدت طولانی، هنوز تمام نشده بود.

بالاخره کلاغ بیدار شد و گفت: "دیگر نمیتوانی به این شکل ادامه بدهی و همه را برداری. وقت تمام است. ما نمی توانیم بیشتر اینجا بمانیم. اگر اینجا بمانیم، دیگر نمی توانیم بازگردیم. فوراً پشت من سوار شو."

در آن زمان، او فوراً همه چیز را در کیسه گذاشت. خب! برای او خیلی سخت بود که بر پشت کلاغ سوار شود. کلاغ گفت: "نه، این خیلی سنگین است. باید مقداری را برداری، وگرنه نمیتوانم پرواز کنم."

برادر بزرگتر که حریص بود، تنها یک مروارید را بیرون انداخت. کلاغ گفت: "نه، نه. این کافی نیست. بیشتر بیرون بپرداز." او یک مروارید دیگر هم از کیسه در آورد و بیرون انداخت و گفت: "خب!" کلاغ گفت: "نه! اگر بیشتر بیرون نیندازی، نمی توانیم پرواز کنیم. من نمی توانم پرواز کنم."

برادر بزرگتر واقعاً نمی توانست از آنها دل بکند، اما یک مشت دیگر هم بیرون انداخت. بعد کلاغ گفت: "دیگر بیش از این نمی توانیم بمانیم. باید اینجا را ترک کنیم. وقت تمام شده." او با تلاش فراوان از زمین بلند شد. در راه بازگشت، دریا در زیر آنها بود و هیچ چیز دیگری پیدا نبود. تیغون شدیدی هم می آمد و بالهای کلاغ تعادل نداشتند. او همه سعی اش را میکرد تا متعادل بماند، اما باد بسیار شدید بود و کلاغ به چپ و راست میرفت و تعادل نداشت.

برادر بزرگتر گفت: "اگر اینطوری پرواز کنی، من می میرم. داری چه کار میکنی؟" بعد چشم هایش را باز کرد و "وای! دریا!"

چون دهان و چشم هایش را باز کرد، مرواریدها از دستش سر خوردند. برادر بزرگتر و مرواریدها و جواهراتش با هم به درون دریا افتادند.

*به او گفته بودند که کیسه اش فلان اندازه باشد، اما نتیجه زیادی بزرگ دوختن کیسه این شد که کلاغ نتوانست وزن را تحمل کند. ما انسانها نیز شبیه برادر*



بزرگتر هستیم. ما خیلی حریص هستیم، برای  
همین گاهی در پایان، هیچ چیز نصیب مان نمیشود.

## اینجا جهانی وارونه است

یک استاد بزرگ روشن ضمیر بود که یک شاگرد داشت. این شاگرد فقط مدت کوتاهی بود که از او پیروی میکرد. این استاد روشن ضمیر به حقیقت رسیده بود و اغلب به سراسر جهان سفر میکرد تا هر کسی که با او قرابت داشت را رستگار کند. این شاگرد همه جا با او بود. این استاد آنقدر پاک و شریف بود که حتی گدایی نمیکرد. به همین خاطر همیشه خود را مخفی میکرد و از مسیرهای مخفی کوهستانی عبور میکرد. او در مسیر به طور تصادفی مقداری میوه یا گیاه خودرو بر میداشت تا بخورد و هر چیزی که در دسترسش بود را میخورد. به این شکل، بعد از مدت طولانی، مسلماً شاگرد، دیگر نتوانست طاقت بیاورد!

یک روز شاگرد تنها به شهر رفت، به این امید که خانواده ثروتمندی پیدا کند و از آنها گدایی کند. بالاخره به خانه ای رسید که جشنی بر پا بود و افراد زیادی در حال شادی بودند. همه میتوانستند وارد شوند و غذا بخورند.

او که بسیار خوشحال شده بود، وارد شد و به قدر کافی غذا خورد تا سیر شد. همچنین مقداری غذا برای استادش آورد. از آنجا که شاگرد غذا را آورده بود، استاد آن را خورد و در همان حین، لبخندزنان گفت: "این دشمن و طلبکار آمده تا بدهی اش را طلب کند و بازپس بگیرد. این که شادی کردن ندارد!"

شاگرد از این حرفهای استاد گیج شد و متوجه منظور او نشد. به تازگی در آن خانواده فرزندی به دنیا آمده بود. آنها خیلی خوشحال بودند و همه را به جشن - شان دعوت کرده بودند. آنها خیلی شاد بودند، اما استاد گفت که این بچه



دشمن و طلبکار آنهاست که به خاطر طلبش آمده. او فکر کرد: "شاید استاد میوه ترش زیاد خورده و برای همین ذهنش زیاد نرمال نیست." او چیزی نگفت و چون هنوز مقداری به استاد ایمان داشت، او را ترک نکرد.

این خانواده سالها برای داشتن فرزند دعا کرده بودند. حالا پسر دار شده

بودند و می خواستند روزهای بسیار جشن بگیرند. روز بعد، شاگرد دوباره برای گدایی به آن خانه رفت. از آنجایی که این خانه مهمان ها را رایگان می پذیرفت، خیلی حیف بود که کسی نمیرفت و لذت نمی برد! او شادمانه و امیدوار به آنجا رفت تا دوباره از غذا لذت ببرد.

اما بر خلاف انتظار، قبل از رسیدن به درب خانه، دید همه دوان دوان و سردرگم در حالیکه با صدای بلند گریه می کنند، بیرون می آیند. اصلاً غذایی در کار نبود. دیروز، والدین این بچه بسیار خوشحال بودند، اما امروز روی زمین افتاده بودند و خدا را سرزنش می کردند. موضوع این بود که کودکی که دیروز متولد شده بود، امروز مرده بود.

او که چیزی برای خوردن نداشت، در اطراف گشت تا ببیند که آیا چیزی باقی مانده یا نه. آنها داشتند برای مراسم تدفین آماده میشدند، برای همین چیزی برای خوردن نبود. به همین خاطر او سریع یک چیزی برداشت و فرار کرد! کسی به او توجه نداشت. او به نزد استادش برگشت و گفت: "استاد، یک مشکلی پیش آمده! کودکی که دیروز به دنیا آمد، امروز مُرد. امروز غذای خوبی آنجا نبود، برای همین یک مقداری از چیزهایی که از دیروز باقی مانده بود را برایتان آوردم."

استاد با صدای بلند خندید. شاگرد پرسید: "به چی می خندید؟ بچه آنها مرده و آنها خیلی ناراحت هستند. شما به چی می خندید؟" استاد گفت: "این جهان وارونه است! دشمن دیروز آمد و آنها شاد بودند. دشمن امروز رفت و آنها ناراحت هستند!"

شاگرد دلیل این حرف را پرسید و استاد چنین توضیح داد: "این بچه قبلاً همسایه این خانواده بود. او مقداری پول به آنها قرض داده بود که آنها هرگز پس ندادند. بعدها وقتی ثروتمند شدند، بدهی شان را فراموش کردند. بعد از اینکه این همسایه از دنیا رفت، به عنوان فرزندشان تناسخ یافت، به این امید که بتواند کل ثروت شان را مصرف کند. به خاطر تولد این بچه، آنها مهمانان بسیار دعوت کردند و همه پول را خرج کردند. این مقدار بدهی، در یک روز خرج شد و برای همین دیگر نیاز نبود که این بچه بیشتر بماند. او بعد از اینکه طلبش را گرفت، رفت." (تشویق)

ما انسانها به خاطر نادانی و جهل مان، شادی، خشم، غم و خوشی را تجربه میکنیم. ما نمی دانیم که چرا شاد هستیم، چرا خشمگین هستیم، چرا ناراحت هستیم و چرا خوش هستیم. برای ما خیلی سخت است که قضاوت کنیم چه کسی دوست و خویشاوند و چه کسی دشمن است. به جز ممارست معنوی، راه دیگری برای پی بردن به این موضوع نداریم.



## شاگردی موسی، سکوت و پذیرش

شما موسی را می شناسید؟ همه می شناسند. موسی همان مرد بزرگی است که ده فرمان را ارائه کرد. قرار بود او با خدا در ارتباط باشد. قرار بود خدا را بشناسد. قرار بود صدای خدا را بشنود و فرامین را مستقیم از خدا دریافت دارد. اما با اینکه آنها فرامین خداوند بودند، در این میان، نقض شدند و بارها تغییر کردند. نمیدانم چرا؟ شاید به خاطر خلق و خوی خدا نبوده، (استاد می خندند) به خاطر خلق و خوی موسی بوده. شاید خلق و خوی او هم مثل من خیلی تغییر میکرده. (استاد و همه می خندند)

او خیلی عصبانی بود و برای همین لوح های سنگی حاوی ده فرمان الهی را شکست. فکر کنم بعد دوباره آنها را ساخت. شاید چهل روز دیگر طول کشید تا دوباره آن حروف را حکاکی کند. زمان زیادی طول میکشد.

حالا بیایید ببینیم که موسی در طول زندگی اش چه کارهایی کرده. این یک داستان کوتاه است در مورد موسی، در آن زمان که هنوز شاگرد بوده. او هنوز استاد نشده بوده، برای همین هنوز خلق و خویش، فرصت نداشته آتشین بشود. اما هنوز هم میتوانید چیزی را در اینجا ببینید. موسی قرار بود بعدها استاد شود. به همین خاطر قبل از اینکه رهبر مردم سرزمین مصر شود، شاگرد یک استاد بزرگ بود.

اولین اصلی که این استاد به موسی یاد داد، سکوت بود. یک روز آنها در حومه شهر در حال پیاده روی بودند که استاد درس سکوت را به او یاد داد. احتمالاً این استاد، موسی را به عنوان شاگرد پذیرفته بود و احتمالاً میدانست که او در آینده استاد میشود.

*اما با این وجود، همانطور که میدانید، تعلیم دادن به دیگران خیلی "آسان" است (استاد و همه می خندند)، اما اینکه کاری کنیم که آن فرد ایمان بیاورد، بفهمد و تعالیم شما را رعایت کند، بسیار دشوار است. شما میتوانید تعلیم دهید، اما اینکه طرف مقابل گوش کند یا نه، موضوع دیگری است، موضوعی بسیار مهم، حیاتی و بسیار، بسیار سخت.*

خلاصه موسی در نزد این استاد شاگردی میکرد و استاد به او گفت که هر اتفاقی افتاد، سکوتش را حفظ کند، یعنی دهانش بسته باشد. اما این خیلی مشکل بود.

بعد استاد گفت: "هر اتفاقی که افتاد، باید ساکت باشی. تا زمانی که من اجازه ندم، نباید صحبت کنی." موسی موافقت کرد.

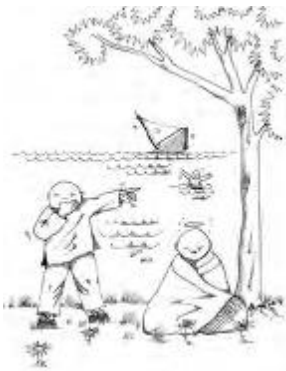
بعد این دو نفر چندین روز در اطراف کشور گشتند، گاهی اینجا، گاهی آنجا، گاهی در یک هتل توقف میکردند. یک روز آنها از یک جای بسیار، بسیار زیبا گذشتند. زیبایی آنجا بسیار خارق العاده و حیرت آور بود، آنقدر که موسی نتوانست خود را نگه دارد و چشم هایش را باز کرد تا آنجا را ببیند و بعد دهانش را نیز باز کرد. او نه تنها دهانش را باز کرد، بلکه صداهایی هم در آورد، مثل "آه، استاد، اینجا زیبا نیست؟" (استاد و همه می خندند)

اما استاد او را بخشید و گفت: "به تو گفتم دهانت را بسته نگه دار." (خنده) موسی گفت: "آه، آه، من را ببخشید، استاد. ببخشید، ببخشید. دهانم را می بندم و دیگر حرف نمی‌زنم."

وقتی جلوتر رفتند، به یک رود رسیدند. در آنجا مادری در ساحل رود گریه میکرد، چون بچه اش را آب برده بود. جریان آب بسیار، بسیار قوی بود. موسی خواست بچه اش را نجات دهد، اما استاد اجازه نداد. مسلماً موسی هم نمیتوانست کاری کند، چون جریان آب بسیار قوی بود.

او به استاد گفت: "استاد، شما خیلی قوی هستید. شما قدرت مطلق دارید. میتوانید این بچه را نجات دهید؟ چطور میتوانید همینطور ساکت بمانید و اینجا بایستید؟! مادر او گریه میکند. نمی بینید؟ این بچه در حال غرق شدن است و شما همینطور ساکت ماندید!"

استاد گفت: "هیس! ساکت!" همچنین یک نگاه اینطوری به او انداخت (استاد قیافه ای جدی و محکم به خود می گیرند) (خنده). شما این نگاه را خوب می شناسید، از سوی کسی که نمیخواهم نامش را ببرم. (خنده) وقتی او عصبانی است، او هم همینطوری به نظر میرسد. چشمانش دو برابر میشود.



(خنده) حالا میدانید آن شخص کیست. کسی که تسه، تسه، تسه نام دارد، من آن شخص را نمیشناسم.

با اینکه موسی از استاد تبعیت کرد و سکوت کرد، اما بعد از حادثه غرق شدن بچه، خیلی، خیلی در قلبش ناراحت بود. اما نمیتوانست چیزی بپرسد. او همچنان تمام مدت از استاد انتقاد میکرد و میگفت: "چقدر مرد سنگدلی است، او شفقت ندارد، به انسانها عشق ندارد. او مدام به ما میگوید که باید شفیق باشیم، باید به انسانها عشق بورزیم، باید به نیازمندان، به دردمندان، به کسانی که در خطر هستند و از این چیزها کمک کنیم، باید به انسانها کمک کنیم. اما خودش همینطوری آنجا ایستاد و غرق شدن بچه و مادر عاجز و گریان او را تماشا کرد و کاری نکرد."

او در قلبش دچار تردید شده بود، خیلی، خیلی زیاد و خیلی، خیلی ناراحت بود و خیلی فکرهای انتقادی در مورد استاد در سر داشت، اما همچنان دهانش را بسته نگه داشته بود. با اینکه موسی از او خواست تا قدرت جادویی و از این چیزها به کار ببرد، اما او کاری نکرد. او میدانست که انتقاد از استاد کار درستی نیست، اما نمی توانست دست بردارد و برای مدت طولانی قادر نبود از شر این



فکرهای منفی در مورد استاد خلاص شود.

در حین این گشت و گذارها در اطراف کشور، شاید به دیدن شاگردان دیگر هم می رفتند. آن زمان مثل امروز ماشین نبود، پس احتمالاً باید پیاده می رفتند. گاهی اگر پول داشتند، می توانستند با کالسکه بروند. شاید این دو زیاد پول نداشتند و برای همین پیاده میرفتند.

یک روز به ساحلی رسیدند که در آنجا کشتی ای را دیدند که با تمام افراد داخلش در حال غرق شدن بود. برای همین موسی دوباره نتوانست دهانش را بسته نگه دارد. او گفت: "ببینید، استاد! این کشتی در حال غرق شدن است. این را دیدید؟ کل افراد درون آن هم در حال غرق شدن هستند. میتوانید در این باره کاری کنید؟" استاد گفت: "هیس! ساکت!" همین. مسلماً موسی دیگر

چیزی نگفت و همچنان ساکت ماند. اما این افکار انتقادی در ذهنش چندین و چند برابر میشدند. قلبش بسیار دردمند بود، خیلی، خیلی سنگین و دردمند. وقتی به خانه رسیدند، او نه به استاد، بلکه به خدا شکایت کرد. او گفت: "خدایا! تو گفتی از این استاد پیروی کنم، اما نمیدانی که او چطور آدمی است." (استاد و همه می خندند)

خدا گفت: "حرف بیخود زن! مگر میشود ندانم؟" موسی با همان لحن به خدا گفت: "اما نمیدانی، خدا. او کودکی را در حال مرگ و کشتی ای را در حال غرق شدن با همه افراد درون آن که بیش از سی نفر بودند، دید و هیچ کاری نکرد. حتی قلبش تحت تأثیر قرار نگرفت و پلک هم نزد. این شخص، چنین آدمی است و تو گفتی که از او پیروی کنم."

خدا به او گفت: "این تویی که نمیدانی. کودکی که غرق شد، کسی بود که میخواست بین دو کشور جنگ بزرگی راه بیندازد که در آن صدها هزار نفر کشته و میلیونها نفر زخمی میشدند. پس خوب بود که آن حادثه برایش اتفاق افتاد و غرق شد، چون جان تعداد زیادی از مردم نجات داده شد. در مورد کشتی، آن کشتی دزدها بود. دزدها می خواستند در اسکله کنار ساحل، در نزدیکی جایی که غرق شدند، یک تاراج بزرگ راه بیندازند. خوب شد که آن کشتی و همه دزدان درون آن غرق شدند. به این شکل مردم آن شهر از دزدی، کشتار، یغما و همه جور چیزهای بدی که توسط دزدها انجام میشد، نجات یافتند. حالا فهمیدی که با غرق شدن آن بچه و آن کشتی، یکعالمه مردم بیگناه نجات یافتند؟"

مسلماً موسی بالاخره ساکت شد (استاد و همه حضار می خندند) و "دهان درونی اش" نیز بسته شد. این مهم است. اینطور نبود که وقتی دهان بیرونی او بسته بود، درونش هم ساکت بود.

پس می بینید، موسی قرار بود در آینده حداقل یک جور استادی بشود. او در زمانی که شاگرد بود، اینقدر یکدنده و نادان بود. میتوانی تصورش را بکنید که برای هر استادی چقدر سخت است به افراد معمولی که هوش کمتر، خرد کمتر و اجر کمتری دارند، تعلیم بدهد؟ چون او که قرار بود در آینده استاد شود، حتماً شخص بسیار بزرگی بوده، با اجر بسیار و خرد بسیار. یک شخص بسیار

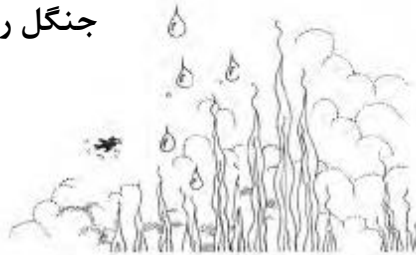
سطح بالا. اما تعلیم دادن به چنین شخص سطح بالایی هم سبب شد که استادش چنین سختی‌هایی را تحمل کند.

شما فکر میکنید که اگر موسی از او پیروی میکرد و ساکت می ماند، کافی بود؟ نه، نبود. مهم نبود در بیرون چه کار کند، آنچه در درون است، انرژی زیانبخش ایجاد میکند و گاهی این انرژی برای استاد بسیار آزاردهنده است. با اینکه استاد ساکت می ماند و آن را تحمل میکند، اما این بدان معنا نیست که آزار نمی بیند. شاید بدن او آسیب نبیند، اما میدان انرژی یا ذهن او آسیب می بیند. این انرژی به خرد استاد، به شفقت و عشق او و خود حقیقی او آسیب نمیرساند، اما شاید به توانایی ذهنی اش آسیب برساند. شاید حتی به بدنش آسیب برساند. اگر بار چیزی برای ذهن بسیار سنگین باشد، طوری که قابل تحمل نباشد، بیرون می آید و به جسم نیز آسیب میرساند.

پس اگر انرژی بسیار قوی و منفی باشد، جسم و ذهن هر دو تحت تأثیر قرار می گیرند. اغلب وقتی شاگرد خیلی نزدیک باشد، مثل موسی و استادش، این انرژی خیلی، خیلی قوی و مستقیم بر استاد تأثیر میگذارد و خیلی غیر قابل تحمل میشود. اما مسلماً استاد ساکت می ماند و در این باره حرف نمیزند، چون مدرکی نیست، چون موسی در بیرون ساکت است. هیچکس نمیداند که او با انرژی ذهنی اش که به اندازه ضرب و شتم بیرونی، سرسخت است، به استاد حمله میکند. باور کنید.



## پرنده ای که جنگل را نجات داد



حالا میخواهم برای بچه های کوچک، یک داستان تعریف کنم! این داستان در مورد یکی از زندگیهای قبلی شاکيامونی بوداست. داستان های زیادی در مورد زندگی های قبلی او هست و این یکی در مورد زمانی است که او طوطی بوده. یکبار شاکيامونی بودا به عنوان یک طوطی کوچک تناسخ یافت. این طوطی در یک جنگل کوچک زندگی میکرد. او بسیار شاد و بدون نگرانی در این جهان زندگی میکرد. بعلاوه هر روز دو ساعت مدیتیشن میکرد و فقط در میان ابرها و درختان پرواز میکرد، آواز میخواند و می رقصید. همه حیوانات جنگل او را خیلی دوست داشتند، به همین خاطر او به اطراف و به دیدن دوستان میرفت. همه آنها "کارت شناسایی" داشتند. هیچکس در آن اطراف غریبه نبود. برای همین هر جایی که میرفت، با همه سلام و احوالپرسی میکرد. او از اینکه خداوند توانایی پرواز کردن را به او داده بود، احساس شادی و خوش شانسی بسیار میکرد!

یک روز ناگهان آسمان ابری شد و زمین بسیار، بسیار تاریک شد. بعد یک صاعقه روشن ایجاد شد! این صاعقه به درخت خشکی رسید و چون در اطراف درخت، مقدار زیادی علف خشک بود، آتش گسترده شد. باد آتش را به اطراف

پراکند. خیلی سریع کل جنگل آتش گرفت. حیوانات به اطراف دویدند تا جایی برای مخفی شدن پیدا کنند. وحشتناک بود! اما آنها نمی دانستند که به کجا بروند، چون درست در وسط جنگل زندگی می کردند و جایی برای رفتن نداشتند! به هر جا که می رفتند، آتش به طرف آنها می آمد. آنها در اقیانوسی از آتش گرفتار شده بودند. آنها در رنج بودند! بعضی از آنها دیگر نمیتوانستند نفس بکشند، همه جا دود بود و اکسیژن به قدر کافی نبود!

این طوطی کوچک که قبلاً شاکيامونی بودا بود، همینطور در اطراف پرواز میکرد. او به درون آتش و دود میرفت و همچنان با میکروفن فریاد میزد: "سریع بدوید! آتش! آنجا بروید! آنجا آتش نیست، سریع باشید!"

اما جنگل خیلی بزرگ بود و صدای طوطی کوچک آنقدر ضعیف بود که شنیده - نمیشد. صدای بلند زوزه باد و آتش در اطراف

سبب شده بود که صدای این طوطی در میان آنها گم شود. حیوانات زیادی سوختند و به طور دردمندانه ای خفه شدند. او همچنان فریاد میزد: "سریع به سمت رود بروید!" اما خیلی از حیوانات نتوانستند به آنجا فرار کنند.



در این وضعیت اضطراری، این فکر به ذهن او رسید که با آب، آتش را خاموش کند. به

همین خاطر به سمت رود رفت، خودش را با آب خیس کرد، بازگشت و چند قطره آب روی آتش ریخت. با اینکه میدانست این مقدار آب کافی نیست، اما همچنان این کار را بارها ادامه داد. او همچنان فکر میکرد: "من بیشترین تلاشم را میکنم."

او با از خود گذشتگی بارها به کنار رود رفت و بازگشت تا خود را خیس کند و چند قطره آب بر آتش جنگل بریزد. این کار فایده نداشت، اما او ادامه داد، بارها و بارها تا اینکه همه جای او سیاه و چرب شد. بدن او پر از خاکستر شده بود. دیگر مثل کلاغ به نظر می رسید تا طوطی، اما با اینکه خیلی خسته بود، همینطور به کار ادامه داد. بعد به خودش گفت: "من فقط یک پرنده کوچک

هستم. در یک چنین زمانی چه کار میتوانم بکنم؟ حداقل میتوانم حداکثر تلاشم را بکنم. من تا جایی که بتوانم پرواز میکنم."

در آن زمان، الهه ها و فرشته ها در بهشت نشسته بودند و شراب بهشتی می نوشیدند. آنها روی تخت های طلایی و در کاخ های زیبا و درخشان شان نشسته بودند. در آنجا آنقدر نور بود که نیازی به برق نبود. آنها شادمانه در حال خوردن و نوشیدن غذاهای خوشمزه بهشتی و شراب های شیرین بهشتی بودند. یک جورایی مست بودند، اما خیلی خوشحال بودند.

ناگهان به جنگل نگاه کردند و دیدند که دود از آنجا بلند میشود. آنها به پایین نگاه کردند و دیدند که یک نقطه کوچک در اطراف جنگل و رود پرواز میکند. تشخیص این پرنده مشکل بود. آنها دیدند که این پرنده خود را در آب خیس میکند و بعد باز میگردد و چند قطره آب روی آتش جنگل می ریزد.

دو تا از آنها که با دهان بزرگ شان در حال خوردن غذای متبرک بودند، گفتند:  
"ها! این پرنده کوچک احقر را می بینید؟  
مغزش کار نمیکند. (استاد و همه حضار می خندند) چطور ممکن است که با چند قطره آب بالهای او، آتش بزرگ جنگل خاموش شود! او فقط یک پرنده است!"



آنها در آن بالا به او نگاه کردند و خندیدند. فکر میکردند کار او بامزه است. اما یکی از الهه های گروه متوجه شد که چه اتفاقی افتاده و تحت تأثیر قرار گرفت. او خود را به صورت پرنده بزرگی در آورد. این پرنده بزرگ به پایین، به جایی که پرنده کوچک بود، آمد! طوطی کوچک هنوز هم در رفت و آمد بود و سعی میکرد با تکان دادن بالهایش چند قطره آب روی آتش جنگل بریزد. ناگهان طوطی، این پرنده بزرگ را دید. او هرگز قبلاً چنین پرنده بزرگی ندیده بود. بالهای او به رنگ رنگین کمان بود! چشمهایش به بزرگی و درخشانی فنجان فولادی. کل بدن او از قدرت گیرای عشق، تابناک بود. این طوطی ناگهان بسیار احساس راحتی کرد! اما هنوز وظیفه اش را فراموش نکرده بود،



همچنان بالهایش را تکان میداد و آب به پایین می ریخت. با اینکه بسیار خسته بود، هنوز به کنار رود میرفت و خود را با آب خیس میکرد.

این پرنده بزرگ به دنبال او پرواز کرد و گفت: "ای طوطی کوچک، احمق نباش! برو استراحت کن! به آن جنگل سوزان نرو! باید قبل از اینکه خیلی دیر شود بیدار شوی، وگرنه آنجا می میری!"

طوطی گوش نمیکرد. او میگفت: "من وقت ندارم. حتی وقت ندارم به تو گوش بدهم! من در حال انجام کار مهمی هستم! باید وظیفه ام را انجام دهم. من تا اندازه ای که این بدن ضعیفم کشش داشته باشد، ادامه میدهم! وقت ندارم به تو گوش بدهم!"

به همین خاطر همچنان به کنار رود می رفت و به جنگل باز می گشت. او هنوز می خواست آتش را خاموش کند و حیواناتی که در آنجا گیر افتاده بودند را نجات دهد. حتی به پرنده بزرگ گفت: "من نیاز به مشاور ندارم. فقط کمک میخواهم! آب می خواهم! به جملات پوچ یک مشاور نیاز ندارم."

او همچنان به کارش ادامه میداد و به پرنده بزرگ و زیبا اهمیتی نمیداد. این پرنده بزرگ که در واقع الهه ای از بهشت بود، با دیدن از خود گذشتگی این طوطی برای حیوانات جهان، خیلی تحت تأثیر قرار گرفت. او نتوانست خود را ببخشد و احساس شرمندگی کرد و با خود فکر کرد: "من دارم از برکات و خوشی هایم چه استفاده ای میکنم؟ من هر روز فقط شیرینی میخورم، شیر مینوشم، از شراب الهی لذت می برم و هیچ استفاده ای ندارم!"

وقتی او این پرنده کوچک را دید که اینقدر از خودگذشته و یاریگر است، خیلی از خودش شرمنده شد. او به بهشت نگاه کرد. او فرشتگان و الهه ها را دید که در حال تفریح بودند و به پایین نگاه میکردند و این جهان پر از درد و رنج را مضحک می دیدند، انگار که داشتند برنامه تماشا میکردند! با خود فکر کرد که نباید اینطور زندگی کند. او با دیدن این طوطی کوچک با این همه شفقت، شجاعت و از خود گذشتگی فکر کرد که باید برای کمک به طوطی کاری انجام دهد. به نظر می آمد که این، از کار هر روزش در بهشت که نوشیدن شراب یا شیر یا خوردن شیرینی و بیکار نشستن بود، بهتر باشد.

اینها فقط برکات بهشتی هستند. خیلی ها ممارست معنوی میکنند تا بتوانند به بهشت بروند و زندگی خیلی راحتی داشته باشند. اما این الهه فکر کرد که بودن

در بهشت و لذت بردن از برکات بهشتی خیلی کسل کننده است و سبب شد احساس شرمندگی کند. به همین خاطر تصمیم گرفت به طوطی کمک کند! او گفت: "من به طوطی کمک میکنم!"

او با دیدن طوطی که به دیگران کمک میکرد تا به نوعی دردشان را تسکین دهد، خیلی تحت تأثیر قرار گرفت. او دید که حیوانات چطور به این طرف و آن طرف می دوند و در رنج هستند. او خیلی تحت تأثیر قرار گرفت و به همین خاطر شروع کرد به گریه کردن! او همینطور گریه کرد و اشکهای او مثل باران شدند. او به اطراف پرواز می کرد و گریه می کرد و اشکهایش مثل باران بهشتی به پایین می باریدند.

آتش جنگل سریع خاموش شد! طوطی کوچک هم با این باران شسته شد و دوباره زیبا شد. او دید که دیگر نیاز نیست کار کند و حیوانات از خطر نجات یافتند. او با صدای بلند خندید و به این شکل آواز خواند: "برو! برو! برو!" (استاد و همه می خندند) (تشویق) حیواناتی که از خطر نجات یافته بودند، میدانستند که طوطی کوچک سبب شد که این کار انجام شود. آنها دیده بودند که چطور این پرنده در رفت و آمد بود. آنها میدانستند که چرا آن الهه اینقدر تحت تأثیر قرار گرفت تا به این پایین بیاید و کمک کند. همه آنها آواز می خواندند، می-رقصیدند، دست میزدند و برای طوطی هورا می کشیدند. از آن پس همه آنها مثل قبل، شادمانه در کنار هم زندگی کردند! (تشویق)

*با اینکه این داستان کودکانه بود، اما میتوانیم چیزهایی از آن یاد بگیریم. وقتی در این جهان زندگی میکنیم، چه در خانه، چه در کشورمان، باید هر آنچه میتوانیم برای کمک به دیگران انجام دهیم. این وظیفه ماست. ما نباید در مورد چیزهای بزرگی مثل ایجاد صلح در جهان حرف بزنیم. تنها کاری که باید بکنیم این است که فعالیت های روزانه مان را خوب انجام دهیم، بعد همه چیز خوب است.*

*پس از خانه تان مراقبت کنید، آن را تمیز و مرتب نگه دارید و به این شکل به اعضای خانواده تان خوشامد بگویید، برای بچه ها محیطی تمیز فراهم کنید و آنها را سالم نگه دارید، بعد وظیفه بزرگتان را انجام داده اید. گاهی وقتی در یک جایی سوانحی مثل سیل، زلزله، آتش سوزی می بینیم، باید برای کمک حداکثر تلاش مان را بکنیم، درست مثل کاری که ما اغلب انجام می دهیم. این وظیفه*

ماست. خیلی چیزها هستند که ما از آنها خبر نداریم و نمی توانیم کمک کنیم. اما هر آنچه که بتوانیم، انجام می دهیم. لازم نیست فکر کنیم که "این همه رنج در این جهان است. اگر بخواهم کمک کنم، هیچوقت تمام نمیشوند." تنها کاری که باید بکنید این است که در آنچه در مقابل تان روی میدهد و آنچه می- بینید، کمک رسان باشید.



## داستان یک پرنده

امروز صبح، قبل از ترک خانه، یک پرنده آنجا بود. احتمالاً به خاطر پرواز با سرعت خیلی زیاد، به شیشه پنجره برخورد کرده و درست در مقابل بینی من، مثل مرده به زمین افتاده بود. این بخش بد داستان بود اما بدترین بخش نبود. یک پرنده دیگر هم در کنار او بود که آنجا نشسته بود و برای نیم ساعت یا مدت بیشتری تکان نمی خورد، تا اینکه من هر دو آنها را پیدا کردم. او آنجا نشسته بود، چون منتظر بود که آن پرنده دیگر بلند شود و با هم پرواز کنند. او حتی یک اینچ هم حرکت نمی کرد!

معمولاً پرنده ها اینطور هستند که حتی اگر نشسته باشند، سرشان را به این طرف و آن طرف حرکت می دهند. اما این پرنده طوری نشسته بود که انگار بیجان است و از آن پرنده دیگر حفاظت میکند. احتمالاً آنقدر شوکه بود که نمی توانست حرکت کند یا اینکه فکر میکرد: "چرا بلند نمیشوی و با من پرواز نمیکنی؟" شاید میدانست که آن پرنده مرده، اما هنوز منتظر بود و فکر میکرد شاید بلند شود. به نظر میرسید که او هم مرده بود، چون من در کنار او راه رفتم و کسی را صدا زدم، اما او حرکتی نکرد. برای همین به آن شخص گفتم: "بیا، شاید هر دو آنها مرده باشند."

بعد وقتی او نزدیک شان رفت، آن پرنده پرواز کرد. او که مرده بود، هنوز همانجا بود. من از وفاداری آن پرنده خیلی تحت تأثیر قرار گرفتم. پرنده مرده شاد بود، اما پرنده زنده رنجیده بود. طوری که آنجا نشسته بود و منتظر دیگری بود که بلند شود و با او پرواز کند، معلوم بود رنجیده است. آنها با هم در حال پرواز بودند که ناگهان یکی از آنها افتاد و مرد و دیگری فقط آنجا نشست و منتظر ماند. آه، برای من خیلی سنگین بود.

پس نگران سؤالات کوچک تان نباشید، برای من کوچک نیست، هیچ چیز کوچک نیست. تا جایی که به دیدگاه فرد مربوط شود، کوچک نیست. نمیدانم

که آیا آن پرنده توانست همراه دیگری پیدا کند یا نه. شاید همچنان همانجا پرواز کرد تا ببیند که آن پرنده دیگر رفته یا نه. یکی از دخترهای مقیم مرکز، آن پرنده را دفن کرد.

## داستان یک پشه

یک داستان دیگر در هند اتفاق افتاد. دو ماه پیش برای استراحت به هند رفتم. به هیمالیا بازگشتم، اما این بار خیلی نا امید شدم. همه جا بسیار کثیف و غیر بهداشتی بود. مردم در تمام جاهای ساحل، دستشویی کرده بودند و نمیتوانستید جای تمیزی پیدا کنید و مدیتیشن کنید. وحشتناک بود. همه جا همینطوری و شلوغ بود. هزاران زائر به آنجا می روند و همه جور موسیقی بدون کیفیت در آنجا شنیده میشود. اینها مسائل جانبی بودند. در هر حال من آنجا ماندم و مدتی مدیتیشن کردم. چون آنجا بودم، ماندم.

یک روز به رستوران رفتم تا یک چیزی بخورم. چون تنها بودم، برای خودم آشپزی نمی‌کردم. در آنجا، مشکلی نبود، همه جا غذای گیاهی وجود داشت. در رستوران، پشه ای روی شیشه پنجره دیدم که در تار عنکبوت گیر کرده بود. طوری که تقلا میکرد، آزارم میداد. مسلماً تمام تلاشم را کردم تا او را نجات دهم. پنجره با میخ بسته شده بود، برای همین نمی توانستم آن را باز کنم، به روش هندی بسته شده بود. سعی کردم با چنگال و چاقو و چیزهایی مثل این پنجره را باز کنم، اما موفق نشدم. من نیم ساعت یا همین حدود تلاش کردم. یک نفر کنار من نشسته بود و ما همدیگر را می شناختیم. او یک مرد ایتالیایی بود. او گفت: "نگران آن پشه نباش. چیه؟ یک پشه است، چیزی نیست."

من گفتم: "خب، برای تو چیزی نیست، اما برای من یک چیزی هست. چرا دخالت میکنی؟" او سرش را تکان داد. نتوانسته بود در مورد بی اهمیت بودن جان یک پشه، من را متقاعد کند. بعد ما برای مدت کوتاهی با هم حرف زدیم و من همچنان سعی بیهوده میکردم تا پشه را نجات بدهم. او سعی میکرد من را از این کار منصرف کند و من به او گفتم: "شاید پشه مهم نباشد، اما دارد جلوی من تقلا میکند و من می بینم. اگر بتوانم به او کمک کنم، باید بکنم. چه پشه باشد، چه انسان، چه فرقی میکند؟ تقلائی او، رنج اوست که باید از بین برود. تو



به این موضوع اهمیت نمیدهی. من این کار را هم به خاطر پشه و هم خودم انجام میدهم، چون نمیتوانم دیدن رنج او را تحمل کنم.

ما همچنان حرف میزدیم که یک مرد هندی آمد. او اجازه خواست تا کنار من بنشیند. من گفتم: "خب، اینجا یک رستوران است. همه میتوانند بنشینند. چرا از من می پرسی؟"

او گفت: "بله، چون میخواهم با شما صحبت کنم." گفتم: "آه! در مورد چی؟" او سعی کرد در مورد بی اهمیت بودن جان یک پشه، به من درس بدهد. او این منطق را داشت، بدون هیچ شکی. او گفت: "بخشید خانم، اما باید بدانید که در این لحظه در بیرون از اینجا یا در هر جای دیگر جهان، هزاران، میلیونها پشه در حال مرگ هستند. چرا به این پشه کوچک اهمیت میدهید؟"

گفتم: "بله، چون این پشه در جلو چشم من در حال مرگ است و آن هزاران پشه دیگر را نمی بینم. نمی توانم برای آن هزاران پشه ای که نمی بینم، کاری انجام دهم، اما میتوانم برای این یکی که میشناسم، کاری بکنم. وگرنه، بر اساس این منطق، ما روزانه شاهد مرگ هزاران میلیونها انسان هستیم. چرا باید اصلاً به چیزی اهمیت بدهیم؟ چرا اصلاً باید به زندگی خودمان اهمیت بدهیم؟ پس بر اساس این منطق، باید غذا هم نخوریم و بمیریم یا نباید به فرزندان مان غذا بدهیم، چون هزاران بچه در آفریقا گرسنه هستند. بر اساس این منطق، چرا باید به یکی دو تا بچه در اینجا اهمیت بدهیم؟"

اما او راضی نشد. سعی کرد بیشتر برایم توضیح بدهد. نمیدانم. داشتم فکر میکردم که حتماً مثل یک فرد خیلی احمق به نظر میرسم که همه همیشه سعی دارند یک چیزی به من یاد بدهند. من از دیدن آن پشه که برای زندگیش تقلا میکرد، احساس وحشتناکی داشتم. بعد آن مرد به من گفت: "اما با نجات دادن پشه، غذای عنکبوت را می گیرید." گفتم: "بله، بله، اما عنکبوت رفته. عنکبوت اینجا نیست."

او گفت: "از کجا می دانید؟" گفتم: "چون می بینید که تارهای او آسیب دیده - اند و خیلی حشره مرده در اینجا هست. کسی آنها را نخورده. می بینید که

اینجا زیاد باد می آید و عنکبوت نمیتواند مدت طولانی اینجا زندگی کند. او رفته. در اینجا تارهای زیادی هست و حشرات زیادی هم در آنها هستند، اما کسی سود نمی برد. به همین خاطر اگر این پشه را نجات دهیم، به عنکبوت آسیب نمیرسد. حتی اگر هم بود، هنوز غذای زیادی برای خوردن داشت، بدون او هم خیلی غذا داشت. نیاز نبود که برای هیچی، یک حشره دیگر قربانی شود. ما فقط باید وقتی غذا بخوریم که احساس گرسنگی می کنیم و باید آنچه لازم داریم را برداریم."

بالاخره آنها من را تنها گذاشتند. احتمالاً فکر میکردند که من شاگرد خیلی بدی هستم، نه یک شاگرد قوی. برای همین من را ترک کردند و رفتند.

می بینید، من آدم بی احساسی نیستم. این کار من را سخت تر میکند، اما همچنان زنده ام. شاید نیمه مرده باشم، اما کاملاً نمردم. من همه احساساتی که شما دارید را دارم و موضوع فقط این است که اگر بخواهم و هر وقت لازم باشد، میدانم چطور آنها را کنترل کنم. همچنین میدانم که این چیزها حالت‌های ذهنی زودگذر هستند. گاهی برای اینکه در این جهان زنده بمانم، این احساسات را نگه میدارم، گاهی آنها را سرکوب میکنم، گاهی به آنها بی اعتنا هستم. به موقعیت بستگی دارد. نمیتوانم همه را دور بیندازم. وگرنه، نمی توانستم شما را درک کنم، نمی توانستم مردم را درک کنم. من باید همه احساسات انسانی را در خود نگه دارم. باید هم در بهشت و هم در زمین باشم. اگر زیاد بالا بروم، نمی توانید به من دست یابید و نمی توانم شما را درک کنم.

در بودیسم، سوترایی هست به نام سوترای آمیتابا. در این سوترا، شاکیامونی بودا زیبایی "سرزمین پاک" را تشریح میکند. در سرزمین پاک، جدا از مناظر زیبا، خانه های ارزشمند (که از بلور، الماس و انواع سنگهای قیمتی ساخته شده اند) همه جور گل‌های با ارزش و زیبا و همه جور افراد با ارزش و زیبا که آنجا زندگی میکنند، چیزهای دیگری هم هستند. همه چیز خارق العاده است.

اما یک چیز خیلی خارق العاده در مورد آن سرزمین هست که ارزش اشاره کردن را دارد. آن این است که در آن سرزمین، مردم هرگز در مورد کلمه فلاکت، در مورد این مدل واژه ها نشنیده اند، چه برسد به اینکه بدانند فلاکت یا رنج چیست. اگر آن مردم یا استاد بخواهند رنج مردم این جهان را درک کنند، خودشان باید رنج بکشند. اگر آگاهی استاد همیشه در سرزمین پاک

باشد، هرگز در مورد رنج نمی شنود، چه برسد به اینکه معنای آن را متوجه شود.

پس اگر کسی به شما گفت که استاد ورای رنج است، ورای احساس است، فرد احمقی است. او نمیداند که استاد کیست. ما به چنین استادی چه نیازی داریم؟ بهتر است که مردم به جای او، سنگ را بپرستند.



## دختری که پادشاه را انتخاب کرد



در هندوستان، داستانی هست در مورد یک پادشاه. او بسیار خوب و با مردم بسیار مهربان بود. یک روز او ترتیبی داد تا همه دارایی‌ها، گنج‌هایش به مردم بخشیده شود. هر کسی که به چیزی نیاز داشت، میرفت و بدون هیچ شرطی، آنچه می‌خواست را از آن نمایشگاه بر میداشت. چون او فرزند و خانواده نداشت، مردم را خانواده اش میدانست.

همه رفتند و آنچه می‌خواستند، برداشتند. اما یک دختر، مستقیم به پشت نمایشگاه دارایی‌های پادشاه رفت. او دستش را روی شانه شاه گذاشت و پرسید: "آیا شما را هم میتوان برداشت؟"

پادشاه متعجب شد و پرسید: "چرا؟ هیچکدام از چیزهایی که در بیرون گذاشتم را دوست نداری؟" دختر گفت: "نه، من فقط شما را دوست دارم."

مسلماً پادشاه خیلی خوشحال شد که کسی او را فقط به خاطر خودش و نه به خاطر گنج‌هایش دوست دارد. پادشاه موافقت کرد و آنها ازدواج کردند و برای همیشه شاد و خوشحال زندگی کردند.

دختر هیچ چیز نمی‌خواست، اما حالا کل کشور از آن او بود، از جمله همه زیردستان پادشاه و همه آن چیزها.



## عشق و نفرت

در زمان های خیلی دور، پادشاهی بود به نام "چانگ شو". در چینی این کلمه به معنای "عمر زیاد" است. البته او امروز زنده نیست. این را گفتم تا بدانید که این جهان، ناپایدار و گذراست.

یک روز پادشاه "چانگ شو" در پایتخت در حال گردش بود. او خیلی نگران شد، چون کشورش در شرف جنگ با کشور همسایه بود.

این پادشاه به مردمش خیلی علاقه داشت. او پادشاه خوب و بسیار زیرکی بود و نمی خواست شاهد باشد که مردم کشورش به خاطر جنگ، هر روز کشته شوند و خون شان ریخته شود و بمیرند. به همین خاطر خیلی تردید داشت و سعی میکرد از این وضعیت اجتناب کند. او در کاخ مدام راه میرفت و به چیزهای ناخوشایندی فکر میکرد که قرار بود روز بعد اتفاق بیافتد. در نتیجه نگران و بسیار ناراحت بود و بسیار اشک ریخت.

ناگهان سخنان یکی از مقامات عالیرتبه و بسیار وفادار را به خاطر آورد. او گفت: "اعلیحضرت، زیاد تردید نکنید. ارتش ما قوی است و خوب تعلیم دیده است و کشور ما ثروتمند و قوی است. من مطمئن هستم که میتوانیم به خوبی با آنها مبارزه کنیم. لطفاً دیگر تردید نکنید. همه ما آماده هستیم و در انتظار دستور شما هستیم."

هر چقدر پادشاه بیشتر فکر میکرد، حس بدتری پیدا میکرد و نمی توانست تصمیم قطعی بگیرد. از وقتی که به تاج و تخت رسیده بود، هرگز از زور شمشیر

برای اداره کشورش استفاده نکرده بود. او کشور را با عشق اداره میکرد. به همین خاطر کشور او بسیار صلح آمیز و ثروتمند بود و مردم آن راضی بودند و در صلح و آرامش زندگی میکردند. مردم پادشاه را دوست داشتند و خیلی برایش احترام قائل بودند که این عمدتاً به خاطر عشق زیاد و اصول اخلاقی سطح بالای این پادشاه و البته به خاطر نوع سیستم سیاسی او بود. به همین خاطر، ارتش کشور نمی توانست خیلی قوی و قدرتمند باشد. برای همین او مطمئن نبود که در جنگ پیروز میشوند.

هرگز به ذهن او هم خطور نکرده بود که کشورهای دیگر را تصاحب کند یا با کسی جنگ راه بیندازد. او نمیدانست که چطور با وضعیتی که روبرویش قرار داشت، برخورد کند. مطمئناً اگر سربازان را به جنگ میفرستاد، در جنگ پیروز نمیشد. همچنین اگر در آنجا جنگی رخ میداد، مرگ و میر رخ میداد و با مرگ اعضاء خانواده، خانواده ها از بین میرفتند. همچنین خسارت زیادی به کشور و مردمش وارد میشد. همچنین خیلی ها بیوه و یتیم می شدند. او به کودکان فکر میکرد، به اینکه آنها چه گناهی دارند؟ چرا باید رنج ناشی از ظلم جنگ را تحمل کنند؟

او همینطور به این چیزها فکر میکرد و اینها برایش بسیار دردناک بودند. به همین خاطر تصمیم گرفت بیرون برود و به دنبال چیزی بسیار ارزشمندتر از هر دارایی یا موقعیت اجتماعی در جهان بگردد. او می خواست کشورش را به دشمن واگذار کند. شاید می خواست مدیتیشن کند، تشریف بگیرد و گیاهخوار شود. بعد او در اطراف کاخ گشت و برای آخرین بار به شاهزاده، معشوقه ها و زیبارویان دربار نگاه کرد. آنها هنوز در خواب عمیق بودند و نمی دانستند که روز بعد، کشور به دست شخص دیگری می افتد.

پادشاه به اتاق شاهزاده رفت تا نگاهی به او بیندازد. نام او "چانگ شن" بود. (در چینی یعنی جاودانه) "جاودانه" دیگر دوام نداشت و "عمر جاودان" هم رو به پایان بود. پادشاه همینطور به پسرش خیره شد. شاهزاده بعد از ساعتها مطالعه، روی میزش خوابش برده بود. از زمانی که ملکه از دنیا رفته بود، این پسر تنها مایه آرامش و تنها حامی معنوی پادشاه برای ادامه زندگی در این جهان بود. شاهزاده ناگهان بیدار شد. وقتی پدرش را دید، به او سلام کرد.

پادشاه به پسرش گفت: "پسرم، ارتش کشور همسایه به سرزمین ما رسیده و میخواهد تاج و تخت کشور ما را تصاحب کند. اما من نمی خواهم که تنها به این خاطر که من میخواهم تاج و تخت را حفظ کنم، مردم کشورم در ورطه فلاکت و بدبختی بیافتند. جنگ برای مردم آن کشور رنج به همراه دارد و برای کشورمان خسارات سنگین و مرگ و میر به بار می آورد. این برای مردم هر دو کشور بد است. به همین خاطر من تصمیم گرفته ام تا تاج و تخت را به کشور همسایه مان واگذار کنم. ما هم بهتر است به کوه برویم و ممارست معنوی انجام دهیم."

وقتی شاهزاده اینها را شنید، اشک از چشمانش جاری شد. فکر کنم هنوز در آرزوی شکلات ها، غذای متبرک و دیگر چیزهای کاخ بود. اگر به کوه میرفت، چطور میتواند غذای متبرک پیدا کند؟ مطمئناً دیگر آبنبات های ژله ای نداشت. شاید دلش برای خانه، جایی که از زمان بچگی تا به حال در آن زندگی کرده بود، تنگ میشد. او قبلاً هرگز مجبور نبود سختی را تحمل کند، اما در آن لحظه، وقتی به حرفهای پدرش گوش داد، فهمید که روزهای شکوهمند تقریباً تمام شدند و از آن پس، باید سختی و کار سخت را تحمل کند.

پادشاه و شاهزاده کاخ را ترک کردند و دست در دست به کوه رفتند. بعد پادشاه در زیر درخت بودی به مدیتیشن نشست و متد کوان یین را ممارست کرد. شاید اینطوری بوده. بعد از مدتی که دیگر هیچکسی را در آن اطراف ندیدند، به تدریج به این زندگی عادت کردند و حس شان بهتر و بهتر شد و دیگر اصلاً زندگی شکوهمند گذشته شان را آرزو نکردند.

شاهزاده هر روز پیاده تا اعماق جنگل میرفت تا به دنبال میوه های وحشی و گیاهان خوردنی بگردد. بعد آنها را می آورد و به پدرش میداد. یک روز شاهزاده دوباره بیرون رفت و پدرش را که به

مدیتیشن نشسته بود، تنها گذاشت. ناگهان پادشاه صدایی را شنید که با هیجان میگفت: "خودش است، خودش است، او پادشاه است."

بعد مرد لاغر، کوچک و زشتی را دید که از میان بوته ها بیرون پرید و گفت:



"کاخ ما توسط دشمن تصاحب شده. خیلی از مقامات، خودکشی کردند تا وفاداری شان را نشان دهند. بقیه هم از مقام شان کناره گیری کردند و به شهرهای خودشان بازگشتند تا کشاورزی کنند. پادشاه کشور همسایه دستور داده تا همه شما دستگیر شوید. مردم به شدت در رنج هستند و نمیدانند این وضع چه وقت تمام میشود. من به خیلی جاها و تقریباً به همه جا رفتم تا شما را پیدا کنم. خیلی خوشحالم که امروز توانستم شما را پیدا کنم."

در این زمان پادشاه خیلی احساس ناراحتی کرد و اشکش در آمد و گفت: "چون من آنجا را ترک کردم، مردم به چنین غم و غصه ای دچار شدند؟" مرد گفت: "بله، چون شما فرار کردید، پادشاه کشور همسایه دستور داد تا آنها را دستگیر کنند و آنقدر مورد بازجویی و شکنجه قرار دهند تا جای شما را بفهمند. اما هیچکس نمیدانست. پادشاه کشور همسایه مشکوک شد که شاید مردم، شما را در یک جایی پنهان کردند، به همین خاطر خیلی ها را به طور ظالمانه مورد ضرب و شتم قرار داد. پادشاه جدید قول داده تا به هر کسی که جای شما را بگوید، پاداش خوبی بدهد."

بعد مرد، دست پادشاه "چانگ شو" را گرفت و گفت: "حالا با من بیا. میخواهم پاداشم را بگیرم." پادشاه او را هل داد و و مرد لاغر به زمین افتاد. پادشاه میخواست او را توبیخ کند، اما بعد با خودش فکر کرد: "چطور میتوانم اینقدر سنگدل باشم که بگذارم مردم به خاطر من اینقدر رنج بکشند. جسم من موقتی است."

با اینکه نام او "چانگ شو" بود، اما فهمید که زندگی، موقتی است. پادشاه فکر کرد: "میتوانم امروز این جسم را نگه دارم، اما شاید فردا این جسم از بین برود. اگر بازگردم و بگذارم دشمن من را دستگیر کند، بعد میتوانم تعداد زیادی از مردم بی گناه را نجات دهم."

پادشاه با ملایمت به شانه مرد ضربه زد و گفت: "خب، میتوانی من را بازگردانی، چون اینطوری تو راضی میشوی و تعداد زیادی از مردم هم شاد میشوند."

او برای بازگشت، مقاومت نکرد. بعد پادشاه "چانگ شو" با استفاده از یک سنگ، یک چیزهایی را روی تنه درخت نوشت تا با شاهزاده خداحافظی کند. پادشاه نگران بود که وقتی شاهزاده باز میگردد و پادشاه را آنجا نمی بیند، نگران

شود. پادشاه نوشت: "من دستگیر و به پایتخت فرستاده شدم. تو اینجا بمان و به ممارست ادامه بده."

پادشاه بعد از اینکه برای پسرش نوشت تا به جای اینکه به دنبال او بیاید، همچنان ممارست معنوی را ادامه دهد، با آن مرد آنجا را ترک کرد. این مرد کوچک مدام به پادشاه میگفت که عجله کند و سریعتر حرکت کند. او واقعاً نادان بود. حتی در آن موقعیت، اصلاً تحت تأثیر قرار نگرفته بود. ذهن شرور او نمیتوانست شیوه تفکر یک رهرو معنوی را درک کند. حرص او برای ثروت دنیوی، کورش کرده بود و چشمانش را پوشانده بود و سبب شده بود که کند ذهن شود.

وقتی شاهزاده با یک سبد میوه و سبزی برای پدرش از کوه بازگشت، نتوانست او را پیدا کند. او را صدا زد، ولی جوابی نشنید. ناگهان کلمات حکاکای شده روی درخت توسط پدرش را دید. اشک از چشمانش جاری شد. پدر او دیگر ثروت دنیوی را نمی خواست.

پادشاه به کوه رفته و رهرو معنوی شده بود. او زیر درخت ممارست میکرد و هرگز به امورات دنیوی علاقه نداشت و هرگز در آرزوی ثروت دنیوی نبود. او هرگز نمی خواست تاج و تخت را پس بگیرد. به خاطر کاهش کشتار ظالمانه



مردمش توسط دشمن و نیز کاهش رنج مردم، بدون هیچ تردیدی کاخ را ترک کرده بود! هنوز هم افرادی بودند که بیایند و او را دستگیر کنند و بخواهند او را بکشند. شاهزاده حس میکرد که مردم این جهان مادی خیلی شرور و خیلی ظالم هستند، بسیار بیشتر از حد تصور او.



پادشاه و شاهزاده در چنین جای دور افتاده ای زندگی میکردند، بی آنکه کسی در اطراف شان باشد و غذایشان فقط میوه وحشی و آب رود بود. آنها زندگی بسیار صلح آمیزی داشتند، اما مردم هنوز هم می آمدند و آنها را دستگیر میکردند و

می خواستند آنها را بکشند. اشک شاهزاده در آمد، چون او نمیتوانست ظلم این جهان را متوجه شود.

وقتی پادشاه "چانگ شو" به پایتخت برده شد، پادشاه کشور دشمن وقت تلف نکرد و سریع آتش روشن کرد تا او را بکشد. خیلی از مردم کشور در اطراف محل اعدام جمع شدند. آنها خیلی ناراحت بودند، آنقدر که گریه میکردند، چون می دانستند که او پادشاه خوبی است و مردمش را دوست دارد. گریه مردم فقط به خاطر مرگ پادشاه نبود، بلکه به این خاطر بود که او خوش قلب، نجیب، با اخلاق و مهربان بود. شاهزاده خود را در میان آن مردم ناراحت و گریان پنهان کرده بود. کاری از دستش بر نمی آمد و با اینکه پدرش از او خواسته بود تا در کوه بماند و به ممارست معنوی ادامه دهد، اما آمده بود تا برای آخرین بار پدرش را ببیند.

شاهزاده جرأت نمیکرد با صدای بلند گریه کند. او با دست، علامتی برای پدرش فرستاد تا او بداند که پسرش آنجاست. در همین زمان، سربازان آتش را روشن کردند. پادشاه "چانگ شو" هر لحظه در خطر مرگ بود. وقتی پادشاه متوجه شد که در چشمان پسرش آتش نفرت وجود دارد، خیلی نگران شد و حس کرد که یک اتفاقی می افتد، چون شاهزاده در قلبش به پدرش می گفت که حتماً انتقام مرگ او را خواهد گرفت. پادشاه "چانگ شو" سعی کرد به پسرش نصیحت کند.

با اینکه در حال مرگ بود، هنوز سعی میکرد به شاهزاده نصیحت کند. اما جرأت نمیکرد در همان جهتی که شاهزاده ایستاده بود، صحبت کند، برای همین رو به آسمان نگاه کرد و گفت: "چانگ شن، تو باید از عشق برای شستن نفرت استفاده کنی. نباید شمشیر را با شمشیر پس بدهی. باید مثل یک قدیس یا یک موجود کاملاً روشن ضمیر زندگی کنی، با رحمت و عشق، بدون فکر کردن به خشونت و نفرت."

پادشاه که با آتش شدید احاطه شده بود، جانش را از دست داد. شاهزاده بیهوش شد. او بسیار خشمگین و دلشکسته بود.

او در آن زمان، فقط ۱۴ سال داشت. او در سن خیلی کم، شاهد مرگ شکنجه آمیز پدرش بود. تصورش را بکنید که وقتی پدرش را می دیده که آنقدر بیرحمانه کشته میشود، چه حسی داشته. مسلماً نمیتوانسته تحمل کند. هر

چقدر بیشتر مرگ پدرش را به یاد می آورد، بیشتر میخواست انتقام بگیرد. او فکر کرد: "آن مرد، سرزمین ما را گرفت و پدرم را کشت. من حتماً باید از او انتقام بگیرم. باید بگیرم!"

ذهن او کاملاً با ایده کشتن این مرد پر شده بود و دیگر جای خالی برای فکر کردن به هیچ چیز دیگر نداشت. او گرسنه بود و سردش بود، اما جایی برای رفتن نداشت. هر چقدر گرسنگی، سرما و سختی را بیشتر حس می کرد، عصبانی تر میشد و بیشتر میخواست انتقام بگیرد. بعد طرحی ریخت تا هر اندازه که میتواند به این پادشاه، نزدیک تر شود.

او در شهر گشت و سعی کرد شغلی پیدا کند. وزیر کشور دشمن، اتفاقی او را دید. فکر کرد که او جوان و با قدرت است و به همین خاطر او را استخدام کرد تا سبزی بکارد، به گلها آب دهد و از باغ مراقبت کند. شاهزاده بسیار باهوش و کوشا بود. خیلی زود، کل خانواده وزیر به او علاقمند شدند. وزیر و زبردستان او، همه به شاهزاده اعتماد داشتند و خیلی او را دوست داشتند و با او مثل محبوب ترین شخص رفتار میکردند و خیلی چیزها را به او واگذار میکردند. وزیر اصلاً خبر نداشت که این مرد جوان، شاهزاده "چانگ شن" است، چون شاهزاده در تغییر چهره تبحر داشت و چهره اش را عوض کرده بود.

یک روز، وزیر از شاهزاده پرسید: "به جز این چیزهایی که از تو دیدم، آیا استعداد دیگری هم داری؟" شاهزاده گفت: "من آشپز بسیار خوبی هستم." او واقعاً آشپز خوبی بود. حتی از دیگر آشپزهایی که در محل زندگی وزیر بودند هم، بهتر آشپزی میکرد. به همین خاطر وزیر بیشتر به او علاقمند میشد. چون وزیر به شاهزاده "چانگ شن" خیلی افتخار میکرد، از شاه دعوت کرد تا برای خوردن غذا به آنجا بیاید. او میخواست آشپز جدیدش را به خاطر مهارت و هوشی که در آشپزی داشت، مورد تشویق قرار دهد. وقتی آن روز رسید، شاهزاده همه سعی اش را کرد تا خوشمزه ترین غذا را برای شاه درست کند. نمیدانم آن غذا گوشتی بود یا گیاهی. پادشاه جدید خیلی از شاهزاده "چانگ - شن" تشکر کرد، هم از خودش و هم از آشپزی اش. بعد به وزیر گفت: "لطفاً او را به من بده."

پادشاه از وزیر خواست تا شاهزاده "چانگ شن" را به او بدهد تا برای او آشپزی کند و به او نزدیک باشد. مسلماً وزیر جرأت نمیکرد درخواست پادشاه را رد کند



و چاره ای جز دادن محبوب ترین و مورد اعتماد ترین نیرویش به شاه نداشت. شاهزاده "چانگ شن"، آشپز پادشاه شد. او برای اینکه تا حد ممکن، اعتماد شاه را جلب کند، حداکثر تلاشش را کرد تا هر روز پادشاه را خوشحال کند و غذای خوب برایش درست کند. او همه کارها را با احترام بسیار و محتاطانه انجام میداد تا به خوبی به شاه خدمت کند. پادشاه هم بیشتر و بیشتر به او علاقمند میشد.

چون شاهزاده "چانگ شن" بسیار باهوش و تیز بود و استعدادهای زیادی داشت، پادشاه خیلی او را دوست داشت. بعد شاهزاده "چانگ شن" محافظ پادشاه و معتمد ترین شخص او شد. او تقریباً در همه چیز، نظر "چانگ شن" را جویا میشد. از آنجا که شاهزاده در کاخ به دنیا آمده و همانجا بزرگ شده بود، با خیلی از چیزهای کاخ آشنا بود. او میدانست که چطور کارها را سازماندهی کند و چه چیز باید در آنجا انجام شود. او میتوانست از عهده همه چیز بر بیاید. یک روز شاهزاده فکر کرد، روزی که مدتها در انتظارش بوده، فرا رسیده. پادشاه، شاهزاده "چانگ شن" را برای شکار برد. پادشاه در تعقیب یک حیوان، به اعماق کوهستان رفت. همه نیروها عقب ماندند، چون پادشاه بر بهترین اسب سوار بود. پادشاه و شاهزاده "چانگ شن" آن حیوان را تا اعماق کوهستان دنبال کردند. شاهزاده "چانگ شن" راه بیرون آمدن از آنجا را میدانست، اما عمداً راه اشتباه را به شاه نشان داد تا در کوه ها گم شود و وانمود کرد که نمیداند چطور از آنجا بیرون بیاید.

شب شد و آنها هنوز نتوانسته بودند راهی برای بیرون آمدن از آنجا پیدا کنند. شاید پادشاه خیلی خسته بوده. او طاقت نیاورد، دراز کشید و به خواب رفت. در اطراف آنجا، درختان بلندی قرار داشتند و راه باریک بود به جهت های مختلف منتهی میشد. شاهزاده "چانگ شن" شمشیر به دست در کنار شاه ایستاده بود تا از او محافظت کند. حالا فرصت نادری که "چانگ شن" میخواست، فراهم شده بود. "چانگ شن" این موضوع را به خود یادآوری کرد و به دشمن که در خواب عمیق بود، نگاه کرد. پادشاه بسیار عمیق و شیرین در کنار "چانگ شن" خوابیده بود. ذهن شاهزاده مدام میگفت: "او پدرت را کشت، تاج و تخت را گرفت. باید عجله کنی و او را بکشی."



پادشاه متد کوان یین را ممارست نمیکرد، اما او هم میتوانست رستگار شود! همین که به دو نیم میشد، تمام بود. شاهزاده شک داشت. او به توصیه پدرش فکر میکرد، اما ذهنش دوباره ماجرا را به یادش می آورد. "برای چی منتظر هستی؟ زود باش او را بکش."

ذهن اینطوری عمل میکند. ذهن

همیشه ما را مجبور میکند تا کارهای بد انجام دهیم، اینطور نیست؟ حتی یک رهرو مثل "چانگ شن" هم استثناء نبود. چون او جوان بود و آنچه برای پدرش اتفاق افتاده بود را دیده بود، آن را ناعادلانه میدانست.

شاهزاده شمشیرش را در آورد تا آماده شود. او نمی خواست چمن بزند! بلکه میخواست شمشیرش را در چشم خرد شاه فرو کند. ناگهان صحنه ای که پدرش بیرحمانه در آتش سوخت، به یادش آمد. در آن لحظه، پدرش با چشمانی مملو از عشق و بخشش به او گفته بود: پسر، باید نفرت را با عشق بشویی. باید از راه موجودات روشن روشن ضمیر پیروی کنی و بیاموزی که چطور بخشنده و مهربان باشی. نباید بیرحمانه رفتار کنی."

وقتی به این حرفها فکر کرد، قلبش از شفقت ذوب شد. او گفت: چطور میتوانم درخواست پدرم را اجابت نکنم؟ اگر آن را نادیده بگیرم، فرزند وظیفه شناسی نیستم."

پدر او بسیار مهربان و بخشنده بود. او باید از الگویی همچون پدرش پیروی میکرد، نه بر خلاف آن. وقتی شاهزاده به این حرفها فکر کرد، به تدریج شمشیرش را در غلاف گذاشت. او همانجا ایستاد و گریه کرد. بعد پادشاه جدید چشمانش را باز کرد و به او گفت: "خواب بدی دیدم. در خواب دیدم که کسی میخواست من را بکشد."

شاهزاده گفت: "شاید به این خاطر بوده که روی زمین سرد خوابیدید و این سبب شده که خواب بد ببینید. من از شما محافظت میکنم، کسی جرأت نمیکند شما را بکشد."

بعد پادشاه جدید احساس امنیت بسیار کرد و دوباره دراز کشید و خوابید. شاهزاده برای نهبانی ایستاده بود. وقتی به کشته شدن ظالمانه پدرش فکر میکرد، دوباره نفرت در او ایجاد میشد. ذهنش مدام به او فشار می آورد و می گفت: "او را بکش، او را بکش، او را بکش. او پدرت را کشت، باید انتقام بگیری." ذهنش مدام فشار می آورد. او شمشیرش را در آورد و آن را بالا گرفت و تا نزدیک سر شاه پایین آورد. سخنان پدرش دوباره در خاطرش زنده شد. "تو نباید بیرحم باشی. باید نفرت را با عشق بشویی و ..."

او نمیتوانست با احساساتش مقابله کند و با صدای بلند فریاد کشید و نشان داد که خیلی خشمگین است. بعد به شاه گفت: "تو، بی رحم ترین دشمنی، من تو را می بخشم. به خاطر پدرم، به خاطر عشق بخشنده او، من تو را می بخشم!" بعد شمشیرش را در غلاف گذاشت تا همان جا "دفن شود" و هرگز هم دوباره بیرون نیاید. بالاخره بخشش بر نفرت غلبه کرد. ناگهان پادشاه دوباره بیدار شد! همیشه به موقع، درست در لحظه ای که ممکن بود جانش را از دست بدهد، بیدار میشد. او گفت: "عزیزم، یک خواب دیگر دیدم. خواب دیدم که پسر پادشاه قبلی، گناه من را بخشیده. او جلو نفرتش را گرفت. میدانی معنای این خواب چیست؟"

شاهزاده با چشمانی پر از اشک به شاه گفت: "من پسر پادشاه قبلی هستم. وقتی پدرم را سوزاندی و کشتی، او از من خواست تا نفرت را با نفرت پاسخ ندهم و از عشق برای شستن آن استفاده کنم. او میخواست که من همچون بودا عشق بخشنده داشته باشم و با همه موجودات با این مدل عشق رفتار کنم. من میخوامم تو را بکشم، اما نتوانستم."

پادشاه بسیار پشیمان شد. او شاهزاده را در آغوش گرفت و گریه کرد. این دو مرد با هم گریه کردند. پادشاه گفت: "بسیار خب، لطفاً من را بکش تا انتقام پدرت را بگیری. دیگر نباید با این احساسات درگیر باشی و بیش از این رنج بکشی."

ذات مثل سنگ پادشاه، ذوب شده بود. او تا حدودی روشن ضمیر شده بود. میخواست که شاهزاده او را بکشد. نمی خواست که شاهزاده بیش از این با این احساسات درگیر باشد و این نشان میدهد که شاه، عشق هم داشت. این حرف، خیلی شاهزاده "چانگ شن" را تحت تأثیر قرار داد. او گفت: "نه، اعلیحضرت،

من شما را نمی کشم. به عنوان یک زیردست، جرأت نمیکنم چنین کاری کنم. لطفاً من را مجازات کنید."

این دو مرد تصمیم گرفتند تا همدیگر را نکشند و هر دو بسیار آرام شدند. ناگهان روشن ضمیر شده بودند. با طلوع خورشید، آنها حس کردند که همه تاریکی های درون شان از بین رفته. به نظر میرسید که نور رحمت، کل جهان را منور کرده. پادشاه سرش را گرفته بود و فکر میکرد که گناهانش بسیار سنگین است و اینکه چقدر شاهزاده "چانگ شن" شریف و بخشنده است. او احساس شرمندگی میکرد. ناگهان، پادشاه چیزی را حس کرد و از آن بابت بسیار خوشحال شد. او روشن ضمیر شد و به شاهزاده گفت: "عزیزم، من امروز متوجه شدم که زیباترین چیز در جهان چیست. جنگ و نفرت، گناه آمیز و شرورانه هستند. تنها عشق، گنجینه حقیقی است."

شاهزاده "چانگ شن"، شاه را از جنگل خارج کرد. بسیاری از مقامات عالیترتبه در آنجا، نگران بودند. آنها نمیدانستند که شاه به کجا رفته است. وقتی شاه و شاهزاده "چانگ شن" به پایتخت بازگشتند، پادشاه از مقامات پرسید: "میدانید پسر شاه قبلی کجاست؟" مسلماً کسی نمیدانست. پادشاه دست شاهزاده "چانگ شن" را بلند کرد و گفت: "این پسر اوست! این پسر، پسر شاه قبلی است. او معلم من است. او من را نکشت. در عوض درس بزرگی به من داد. من به خاطر او، به صفات شریف اخلاقی پادشاه پیشین پی بردم و میخواهم مثل او باشم."

این پادشاه به کشور خودش بازگشت و با عشق بر آنجا حکومت کرد. او همچنین مناطق اشغالی را به شاهزاده "چانگ شن" بازگرداند و شاهزاده از شفقت و عشق پدرش به عنوان راهنمایی برای اداره کشور استفاده کرد. کشور او ثروتمند تر و صلح آمیز تر شد. به این شکل، رنج گوشه ای از جهان کاهش یافت و یک جای روشن و صلح آمیز دیگر ایجاد شد. داستان تمام شد.

شاکيامونی بودا در زندگی گذشته اش، پادشاه "چانگ شو" بود. او اینطور توضیح میدهد. شاهزاده "چانگ شن"، آناندا بوده و شاه کشور دشمن، زندگی گذشته "دواداتا". عجیب نیست که او همیشه سعی داشته شاکيامونی بودا را اذیت کند. او در همه زندگی ها سعی داشت او را بکشد. هر جا که شاکيامونی بودا میرفت، "دواداتا" همیشه سعی میکرد او را بکشد.



## فاجعه از دهان آغاز میشود

مدتها پیش، در یک جایی یک دریاچه ای بود. در نزدیکی آن دریاچه، یک لاک پشت و دو فلامینگو زندگی میکردند. آنها با همدیگر دوست بودند. آن سال خشکسالی بود و برای همین آبی وجود نداشت. به مدت یکسال، باران نباریده بود و آب دریاچه هر روز کمتر و کمتر میشد. حالا دیگر آنها آبی نداشتند. به نظر میرسید که خورشید، از حد معمول، گرمتر و گرمتر میشود. همه چمن ها و درختان تغییر رنگ داده بودند و به رنگ قهوه ای و به نوعی سیاه در آمده بودند. از آنجا که آب خیلی کم شده بود و خورشید هم خیلی سوزان بود، آب هم خیلی، خیلی داغ شده بود. به همین خاطر موجوداتی که در آن دریاچه زندگی میکردند، یکی یکی به نیروانا رفتند.

در یک چنین شرایطی، لاک پشت خیلی بیقرار بود و همیشه به چیزهای زیادی فکر میکرد تا دریابد که چه باید بکند. او خیلی دوست داشت از این شرایط نجات پیدا کند و همینطور فکر میکرد! بعد خوشبختانه، دو تا فلامینگو به دیدن او رفتند. وقتی او را با آن قیافه قدیس درمانده، با آن نقاب قدیس درمانده

دیدند، خیلی دوستانه، از روی نگرانی و توجه و محبت از او پرسیدند: "چی شده؟ چه اتفاقی برایت افتاده؟ چرا اینقدر درمانده به نظر میرسی؟"

لاک پشت به آنها گفت: "آه! آه! آه! خبر ندارید! من به دردسر بزرگی افتادم! آه! فکر کنم بمیرم. فکر نکنم که دیگر شما را ببینم..."

فلامینگو مرد به میان حرف او پرید و گفت: "ما مدت زیادی است که دوستان خوبی برای هم هستیم و در این مدت در شادی و غم، با هم شریک بوده ایم. لطفاً به ما بگو چی باعث شده که اینقدر ناراحت و نگران باشی. ما مطمئناً حداکثر سعی مان را میکنیم تا به تو کمک کنیم و از این وضعیت فلاکت بار نجاتت دهیم. ما حتی نمیدانیم که مشکل چیست و (تو هنوز مشکل را نگفتی) و اینقدر ناامید و درمانده ای. نباید اینطوری باشی. هر مشکلی راه حلی دارد." خلی خردمند به نظر میرسد. شاید متد کوان یین را ممارست میکرد. فلامینگوهای روشن ضمیر. آه! خب! حالا می بینیم.

لاک پشت با درماندگی آهی از عمق وجودش کشید و به آنها گفت: "نمیدانم شما دو تا چه کار میتوانید برایم بکنید. اما... روزهای زیادی است که... من هیچ چیزی نخوردم. تنها کاری که میتوانم بکنم، مدیتشن روی شکم است. اما هیچ روشن ضمیری ای حاصل نشده. برای همین فکر کنم که میخوام بمیرم. آه! آب نیست، ماهی نیست، قورباغه نیست، هیچ چیز نیست. فکر کنم میخوام بمیرم. یا در نهایت گاوچران ها من را پیدا میکنند و با من سوپ درست میکنند... یکبار، پنج سال پیش، آنها من را گرفتند. خوشبختانه یک خانم پیری بود که به بودیسم اعتقاد داشت. برای همین من را به اینجا بازگرداند. اگر دوباره من را بگیرند، مطمئن نیستم که آمیتا با من را نجات دهد. شاید استاد اعظم چینگ های بتواند من را نجات دهد. او را امتحان نکردم، نمیدانم. آه! هر بار که به فرار قبلی ام فکر میکنم، مو به تمام لاکم سیخ میشود!"

حالا دیگر فلامینگوی مرد، خیلی، خیلی عمیق روی این مشکل مدیتیشن میکرد. برای همین ابروهایش در هم بود و پاهایش اینطوری روی هم و بالهایش روی پاهایش در حالت فلامینگویی و چشم خردش هم به خاطر فکر کردن، رنگی شده بود. همسرش هم با لاک پشت، به شدت همدردی میکرد. بعد فلامینگوی مرد گفت: "چرا به یک جای دیگر نمیروی و خانه ات را جابجا نمیکنی؟"

لاک پشت با لحنی بسیار فلاکت بار به او گفت: "تصورش را بکن، من هرگز جای دیگری نبوده ام. حتی ماشین ندارم. تو میدانی که من نمیتوانم زیاد تند حرکت کنم. بدون ماشین، چه کار کنم؟ بعلاوه، من شهرم را خیلی دوست دارم. ترجیح میدهم در وطن بمیرم. اگر در غربت دفن شوم، فکر میکنی روحم بیقرار نمیشود؟"

ناگهان فلامینگوی مرد گردن بسیار درازش را بلند کرد و گفت: "من ایده ای دارم، لطفاً بگذارید من صحبت کنم." او پر از امید و الهام چنین گفت: "آه! نترس، نترس. من میدانم که در فاصله ده مایلی اینجا، یک دریاچه نیلوفر آبی است که میگویند هرگز خشک نمیشود. حتی وقتی چنین خشکسالی ای هست، آنجا هرگز خشک نمیشود. ما تو را به آنجا می بریم. بعد با تو خواهیم بود تا احساس تنهایی نکنی. ما در همه فراز و نشیبها همراهت خواهیم بود. درسته؟" لاک پشت به فکر فرو رفت. او حتی در فکر کردن هم خیلی کند بود. او به سبک لاک پشتی فکر میکرد، اما خردمندانه. او به مدت شاید نیم ساعت فکر کرد تا اینکه به نتیجه رسید. لاک پشت ها خیلی کند هستند. او گفت: "حتی اگر ده متر بود هم، من نمیتوانستم بیایم، چه برسد به ده مایل. من چیزی برای خوردن نداشته ام. ده متر هم نمیتوانم حرکت کنم. ده مایل؟!"

به نظر میرسید که در حال مرگ است. بعد فلامینگو گفت: "نگران نباش! ما میدانیم. ما برایت وسیله حمل و نقل فراهم کردیم. ما برایت بلیط درجه یک رزرو کردیم. نگران نباش، نگران نباش. اما یک شرط دارد. باید به دقت به نقشه ما گوش کنی. بعد میتوانیم آن را عملی کنیم."

لاک پشت به طور بسیار جدی، به موضوع علاقمند شد. او گفت: "بله، بله، بفرمائید." حالا سریع شده بود. او به جای نیم ساعت، در بیست دقیقه جواب داد و گفت: "لطفاً بگوئید."



فلامینگو گفت: "خیلی ساده است. ما یک شاخه بر میداریم. دو طرف آن را با منقارمان می گیریم و تو وسط آن را با دهانت بگیر. بعد ما تو را به آنجا می بریم. اما باید بدانی که در طول سفر، هرگز نباید دهانت را باز کنی. وگرنه، خطرناک است."

شاید لاکت سر جایش نباشد و دو نیم شود و شاید هم به پودر لاک پشت تبدیل شوی و با پوره سیب زمینی قاطی شوی. هر اتفاقی هم که افتاد، هر چقدر هیجان زده، هر چقدر عصبانی یا هر چقدر که بر انگیخته شدی، نباید هرگز دهانت را باز کنی. در عرض نیم ساعت، به آنجا میرسیم. پس اینها را یادت باشد."

فلامینگو یکبار دیگر برای اطمینان گفت: "یادت باشد، دندان هایت را محکم فشار بده و حرف نزن. حتی خمیازه هم نکش. عطسه هم نکن. باید صبور باشی، خودت را کنترل کنی تا به آنجا برسیم. همه چیز درست، آماده، تفهیم شده و آماده برای اجراست، موفق باشی!"

دو فلامینگو دو سر شاخه را با منقارشان گرفتند و لاک پشت هم وسط آن را گرفت. آنها از یک جا به جای دیگر رفتند. بر فراز چمنزارهای سبز، گل‌های سرخ، چمن‌های خشک قهوه‌ای، - مثل کالیفرنیا در آخرین باری که آنجا بودم - پرواز کردند، البته بعد از یکی دو هفته، آنها سبز شدند. خیلی از مناظر زیبا را پشت سر گذاشتند. لاک پشت آنقدر لذت می برد که دلتنگی برای وطن را فراموش کرد. بارها خواست برای تعریف از مناظر، دهانش را باز کند! آه! درختان زیبای کریسمس! چاپاتی‌های خوشمزه! چای خوشمزه هندی! بانوهای زیبای آولاکی! ترانه‌های زیبای چینی! آب لذتبخش! اما یادش می آمد که نباید حرف بزند. او گفته‌های فلامینگو را در خاطر داشت که "نباید به هیچ عنوان دهانش را باز کند. به همین خاطر به شدت خود را کنترل میکرد و همه توجهش به دهانش بود و هرگز آن را باز نکرد.

اما.. همیشه یک "اما" بی هست. اما وقتی آنها از روی روستایی رد شدند که بچه‌ها در آنجا بودند، از آنجا که همانطور که میدانید بچه‌ها خیلی شیطون هستند، با دیدن دو فلامینگو و لاک پشت با هم، فریاد زدند و بالا و پایین پریدند و لاک پشت را مسخره کردند. لاک پشت دیگر نتوانست تحمل کند. او هرگز در طول عمرش که تا چنین سنی رسیده بود، اینطوری مورد بی احترامی کسی قرار نگرفته بود. منیت او خدشه دار شد! عزت نفسش کم شد، عقلش تاب برداشت و غرورش مثل وقتی که چیزی روی حرارت دویست درجه است، جوشید. برای همین با چشم‌های لاک پشتی اش به زمین نگاه کرد و دهان



لاک پشتی اش را باز کرد و به آنها گفت: "خفه بشوید! دهان تان را ببندید!"  
وقتی این را گفت، دیگر لاک پشت نبود! او رستگار شد! او از لاکش آزاد شد!  
بودا گفت: "در این جهان خیلی‌ها هستند که فقط چون دهان شان را نمی-  
بندند، به فجایعی مثل این دچار میشوند. پس، توجه داشته باشید که تنها در  
مواقع لزوم، صحبت کنید." پیام این داستان واضح است!



## به قدرت استاد، اعتماد کنید

این داستان، هندی است. زنی بود که خیلی خوب، ممارست معنوی میکرد. به خاطر اینکه این زن خیلی محبوب و محترم بود، خیلی ها به او حسادت میکردند. حتی پادشاه هم به او حسادت میکرد. خیلی ها در مورد ممارست او شنیده بودند و باور نداشتند که یک زن بتواند اینقدر خوب ممارست کند. به همین خاطر پادشاه از کسی خواست تا او را به کاخ ببرد تا با او مشورت کند. این زن در چنین شرایطی که اینقدر تحت فشار بود، سعی کرد از این موقعیت دشوار فرار کند. او خیلی فکر کرد، اما به جایی نرسید. گاهی به یاد می آورد که استادش را صدا کند، یک یا چند بار، اغلب از روی عادت، اما نه خیلی صادقانه. او هنوز سعی میکرد از قدرت خودش استفاده کند، به طور کامل به این باور نداشت که استاد میتواند او را نجات دهد. همچنان که از استادش درخواست کمک میکرد، هنوز سعی داشت تقلا کند و براستی و صادقانه از استادش کمک نمی خواست و همه چیز را به استاد واگذار نکرده بود تا استاد به آنها رسیدگی کند. به همین دلیل استاد نمی آمد.

بالاخره، دیگر کاری از دست او بر نیامد و تسلیم شد و تمام و کمال به استاد تکیه کرد. او گفت: "هر اتفاقی که بیافتد، استاد، لطفاً خودت به آن رسیدگی کن." در آن لحظه استادش به شکل کالبد نورانی آمد و فوراً او را نجات داد.

اکثر اوقات وقتی با قدرت خودمان تقلا میکنیم، سخت تر است. استاد کیست؟ در واقع، او هم قدرت خودمان است، خود برترمان، خود کامل مان که همه چیز را میداند، که حضور مطلق و قدرت مطلق دارد. اگر از ذهن مان استفاده کنیم، فقط به خودی که آگاهی پایین دارد، به تجربیات گذشته مان تکیه کرده ایم. مثلاً "وقتی با یک شرایط خاص روبرو میشوم، چه باید بکنم؟ وقتی با افراد خاصی روبرو میشوم، چطور باید واکنش نشان دهم؟ من قبلاً هم با این مورد مواجه شدم، چطور باید با آن کنار بیایم؟" همه اینها، استفاده از تجربیات گذشته ای است که در ذهن مان ذخیره شده اند. اما باید بدانید که گاهی تجربیات گذشته با موقعیت کنونی تان فرق دارند، چون موقعیت ها فرق دارند. گاهی یک تفاوت کوچک، موضوع را کاملاً متفاوت میکند.



## پری های روشن ضمیر



این داستان در هند رخ داده است. به نظر میرسد که چینی ها هم داستانی مشابه این دارند. یک روز، پادشاه جهنم، یک مهمانی خیلی بزرگ ترتیب داد. او از ارواح، الهه ها و پری ها دعوت کرد تا با هم غذا بخورند. پادشاه جهنم خیلی شیطون بود (شخصیت اش اینطوری بود). او عمداً مقدار زیادی غذای خوشمزه در وسط میز گذاشت و صندلی ها را در فاصله خیلی دور از میز قرار داد و قاشقهای خیلی بلندی هم در غذاها گذاشت. همه غذاهای منتخب کوه و دریا، هلوهای بهشتی و شراب انگور و هر چیزی که فکرش را بکنید، آنجا بود. آنها خوشمزه ترین و بهترین غذاها بودند، طوری که دهان همه آب می افتاد.

اما پادشاه جهنم یک شرط داشت: در حین خوردن، نباید آرنج خم شود. معمولاً در زمان خوردن، باید آرنج را خم کرد. قاشق ها بسیار بلند بودند، میز بسیار دور بود و آرنج هم نباید خم میشد و با این وجود گفته شده بود که آنها میتوانند از همه چیز بخورند. ارواح، موجودات آسترالی به پادشاه جهنم شکایت کردند، با او بگو مگو کردند و او را سرزنش کردند و بعد همه آنجا را ترک کردند! تنها پری ها آنجا ماندند تا در مورد یک روشی فکر کنند. خیلی زود، متوجه شدند! آنها با قاشق به همدیگر غذا دادند. به همین خاطر از قانون تخطی نکردند، نیاز نبود

آرنج شان را خم کنند و در حین حال قادر بودند غذا هم بخورند. بین پری های روشن ضمیر و ارواح، تفاوت وجود دارد.

ما مردم معمولی، اگر نتوانیم غذا بخوریم، آنقدر الم شنگه به پا میکنیم که دیگران هم نتوانند بخورند. در نتیجه، هیچکس نمیتواند بخورد. ویژگی مایا این است. با اینکه ما کالبد انسانی داریم، بعضی از ما مایا هستیم. اگر رفتارهای ما همچون مایا باشد، ما مایا هستیم. بدون داشتن روحیه از خود گذشتگی، وقتی فکر کنیم آنچه ما نمیتوانیم داشته باشیم، دیگران هم نمیتوانند داشته باشند، فقط نابودی و ویرانی ایجاد میشود. درست مثل ارواح که همدیگر را تحت فشار می گذارند، اما از همدیگر مراقبت نمیکنند.

وقتی از ما از دیگران مراقبت کنیم، خدا هم از ما مراقبت میکند. میتوانم این را تضمین کنم. در حالی که ممارست میکنید، از اینکه شغل تان را از دست بدهید، نترسید. باید از آن پری ها یاد بگیرید. قاشق ها خیلی بلند بودند، ولی با قاشق به همدیگر غذا دادن خیلی آسان و خیلی هم مفرح است. حتماً شادمانه این کار را انجام دادند و همه خندان بودند. اما آن ارواح، با شکم خالی رفتند، بسیار عصبانی بودند و نتوانستند چیزی بخورند.

یک شخص روشن ضمیر، خیلی راحت زندگی میکند، چون میتواند مسائل را واضح ببیند و روشن فکر کند. اگر روشن ضمیر نباشیم و همیشه حالت روحی خود را حفظ کنیم و فکر کنیم: "من مهم ترین شخص هستم"، مشکلات زیادی ایجاد میشود! وقتی فکر کنیم که دیگر کسی در این جهان نیست و فقط "من" هست، باید رنج را تحمل کنیم و در زمان شادی نیز فقط همین "من" لذت می برد. به این ترتیب، اینجا به قلمرویی بی معنی تبدیل میشود.

## پند مادر



دختری نامزد کرد و به جای دوری رفت. قبل از اینکه این دختر به خانه شوهر برود، مادرش پند بسیار، بسیار خوبی به او داد. مادر گریه نکرد و اجازه نداد دختر هم گریه کند. در عوض گفت: "باید به من گوش کنی. امروز، روز خیلی شادی است. خدا به تو برکت داده و شوهر خوبی نصیب کرده که حتی متد کوان بین را ممارست میکند (استاد و همه میخندند)، او قمار نمیکنند، با زنهای دیگر ارتباط ندارد، مشروب نمی خورد، تقلب نمیکنند و در عوض صادق است، خیر است، مهربان است، به اصول اخلاقی پایبند است، پرهیزگار است و زیباست (خنده) هم از درون و هم از بیرون. او از درون زیباتر از بیرون بود. با اینکه از بیرون سیاه بود، اما از درون سفید بود. (استاد و همه می خندند)

دختر لبخند زد و با دقت، عشق و توجه به مادرش گوش داد. مادر گفت: "حالا به خانه جدید برو. با خویشاوندان شوهرت، همچون خویشاوندان خودت رفتار کن. به والدین شوهرت همچون من و پدرت احترام بگذار. به شوهرت طوری احترام بگذار که انگار تنها خدایت، استادت، دوستت، حامی ات و محبوب ترین و محترم ترین فرد در سیاره زمین است تا بعدها برای فرزندان، نمونه ای درخشان باشی و شکوه، شادی و افتخار برای خانواده جدیدت به ارمغان بیاوری. انجام این وظیفه را به شوهرت، من، پدرت و همه خواهران و برادرانت در خانواده مان، مدیون هستی. به خودت و شوهرت نیز این دین را داری که به این شکل، همه ما را مفتخر کنی."

" از خانواده ات، مال و کار و کاسبی شوهرت مراقبت کن تا رونق گیرد و برای خانواده ات، والایی، امنیت و فراوانی به همراه آورد تا فرزندان زندگی راحتی داشته باشند. رفتن تو ناراحت کننده نیست، فقط آینده ای مهیج و چالش هایی جدید در انتظارت هستند. محبوب شوهر بودن، زیباترین چیز در جهان است. باید تلاش کنی تا همسر خوبی باشی، تا بتوانی همه این شادی ها و موفقیت ها را در زندگی ات داشته باشی."

دختر گفت: "اما برای انجام همه این وظایف شریف و این وظیفه زیبایی که همین حالا در مورد آن به من گفتی، چه باید بکنم؟"  
مادر گفت: "باید خوب غذا بخوری، لباس زیبا بپوشی و هر روز خواب کامل داشته باشی."

دختر گفت: "بله، مادر، متوجه شدم."  
وقتی دختر به خانه شوهر رفت، دقیقاً همینطور رفتار کرد و هر روز خوب غذا خورد، لباس زیبا پوشید و خوب خوابید. همه اعضای خانواده شوهر، از او بسیار راضی بودند. او فرزندان زیبا، مطیع، باهوش، سختکوش و کاری و درسخوان، برای شوهر و خانواده شوهرش تربیت کرد.

دیگران به نزد او رفتند و راز این کار را پرسیدند: "چطور این کار را کردی؟ تو از جای دوری آمدی و به رسم و رسومات این سرزمین آشنا نبودی، اما اینقدر خوب عمل کردی. چطور چنین کاری کردی؟"

این عروس که حالا مادر مفتخر سه فرزند، بزرگ خانواده، رئیس شرکت شوهر، منشی اصلی، مسئول تمام امور خانه (استاد و همه می خندند)، پرستار سالمندان و والدین ضعیف و آسیب پذیر شوهر، رهبر خانواده برای برادرشوهرها و خواهرشوهرها و دیگران و دستیار و مادری مهربان برای سه فرزند زیبا، سالم و باهوش بود، بسیار فروتنانه گفت: "من به خاطر پند پر مهر مادرم، به همه اینها دست یافتم."

مسلماً همه گفتند: "لطفاً، خواهش میکنیم، به ما هم بگو." او گفت: "قبل از اینکه به عنوان یک عروس ناراحت به اینجا بیایم، مادرم گفت که باید به نزد خانواده شوهرم بروم و خوب بخوابم، خوب غذا بخورم و لباسهای شیک بپوشم. (استاد و همه می خندند)"

همه گفتند: "چی؟ این چه مدل پندی بوده؟ و تو برای اداره کردن خانواده ات، دقیقاً همین کار را کردی؟"

او گفت: "بله، من دقیقاً همین کار را کردم، خوب غذا خوردم، خوب خوابیدم و هر روز لباسهای شیک پوشیدم. من این کارها را کردم."

آنها گفتند: "چطور؟ منظورت چیه؟ با لذت بردن از اینها، خانواده و همه چیز نیز به خوبی اداره شد؟ لطفاً برای ما توضیح بده. داری شوخی میکنی؟"

او گفت: "نه! نه! منظور مادرم از خوب غذا خوردن این بود که باید از کل خانواده مراقبت کنم، به همه آنها از جمله مهمان ها غذا بدهم تا همه سیر و راضی شوند. بعد آنچه باقی مانده را خودم بخورم، چون بعد از اینکه همه راضی شدند، دیگر کسی مزاحم من نمیشود. (استاد و همه می خندند) تا آن موقع من هم گرسنه میشوم (خنده)، چون مدام به این طرف و آن طرف رفته ام، پس آنچه باقی مانده، هر چه که باشد، خیلی خوشمزه میشود (خنده) و مقوی است و قدرت تبرک بسیار دارد."

"من قبل از غذا به استاد دعا میکنم (استاد و همه می خندند) و او غذایم را متبرک میکند. به همین خاطر هر آنچه که میخورم، شهد بهشتی میشود. بدنم قوی میشود، غذا به مذاقم خوش می آید، قلبم راضی میشود و میتوانم بعد از سیر شدن، بهترین خدمت را به خانواده ام بکنم و از غذای خوشمزه ام در سکوت و آرامش لذت ببرم. وقتی همه سیر و راضی باشند، آنها نیز من را دوست دارند و مسلماً احساسات پرمهر آنها به من برکت میدهد، چون من از آنها خیلی خوب مراقبت میکنم. همه آرزوهای خوب و احساسات رضایت بخش آنها، به من برکت می دهد و من در اجر شادی آنها سهیم می شوم. این راز خوب خوردن است."

بعد آنها گفتند: "تو هر شب خوب میخوابی؟ فقط نگران خوابت هستی؟"

او گفت: "نه! منظور مادرم از خوب خوابیدن این است که بعد از اینکه همه خوابیدند، من همه دربها را چک میکنم، همه چراغ ها را خاموش میکنم و مطمئن میشوم که همه چیز مرتب و امن است تا شیاطین وارد





نشوند، همه اعضای خانواده را چک میکنم تا خوب باشند و خوب بخوابند و بعد دیگر نگرانی ندارم و قلبم بسیار آرام است، چون میدانم که از همه آنها به خوبی مراقبت میشود و پتوهای گرم دارند و تمام طول شب را می خوابند و هرگز بیدار نمی شوند و مزاحم من نمی شوند و چیزی نمی خواهند و بیمار نیستند. بعد دیگر هیچ نگرانی ای ندارم. اینطوری خودم هم خیلی خوب میخوابم، چون دیگر کاری ندارم. (استاد و همه می خندند). منظور مادرم این بوده."

دیگران از خرد این مادر و نیز خرد دختر، خیلی شگفت زده شدند و خیلی تحت تأثیر قرار گرفتند. مسلماً دختر به مادرش می‌رود. بعد گفتند: "حالا لطفاً در مورد آخری بگو. آه! چرا باید خوب لباس بپوشی؟"

او گفت: "بله! خوب لباس پوشیدن یعنی باید همیشه لباس مناسب و مرتب به تن کنید. باید از صبح که بیدار میشوید تا شب، قبل از خواب، به لبخندی بزرگ ملبس باشید. باید به محبت مهرآمیزی که خداوند در قلب تان قرار داده ملبس شوید تا وقتی مردم شما را می بینند، یک فرشته ببینند و عشق نوشته شده در صورت تان و برکات درخشان درون چشم هایتان و خدایی که در لبخند پرمهرتان هست را شاهد باشند. منظور مادرم از لباس خوب پوشیدن، این بود." "من هر روز اینطوری لباس می پوشم. من هر روز اینطوری غذا میخورم تا سلامت باشم. به این شکل هر شب با رؤیاهای شیرین به خواب میروم. اگر همه شما چنین کنید، اعضای خانواده خودتان و شوهرتان نیز مشابه با اعضای خانواده من در اینجا میشوند!"

مسلماً همه تعظیم کردند، دست زدند، لبخند زدند، به همان چیزهای خوب ملبس شدند و به خانه رفتند.





## شاهزاده "فاتح"

و

### پانصد گدا

این داستان در مورد یکی از زندگی های قبلی شاکيامونی بوداست. در آن زندگی، او فردی عادی به نام "صلح آور" بود. آنطور که شنیده ام، یکبار بودای روشن ضمیر در شهر "سارواتی"، در آشرام "چاتاوانا" در "آناناکاپیکیتیکاپاکا" اقامت داشت. این مکان را میشناسید؟ تلفظ آن خیلی سخت است. (خنده) در آن زمان، پانصد گدا در آن نزدیکی بودند که برای زندگی به بودا و سانگا (مجمع راهبان) تکیه داشتند. در تعجبم که چطور این کار را میکردند؟ احتمالاً میرفتند و باقیمانده غذاها را میخوردند یا در آن اطراف پرسه می زدند تا ببینند چه کسانی به بودا و سانگا، غذا پیشکش میکنند. بعد احتمالاً در بخشی از آن غذاها شریک میشدند. این کار را هم می توانستند انجام دهند.

یک روز در پارک "چاتاوانا"، ناگهان این پانصد گدا به نزد بودا رفتند و از او خواهش کردند تا آنها را به عنوان راهب بپذیرد. آنها به بودا گفتند: "ای سرور شفیق، از روی رحمت شما و رحمت برادری، به ما غذا رسید. حالا می خواهیم که شما اجر عظیمی به ما ارزانی دارید و اجازه دهید که ما هم عضو سانگا شویم." منظورشان این بود که راهب شوند.

بودا به آنها گفت: "حقیقتی که من تعلیم میدهم، کاملاً ناب است و بین نژاد یا طبقه اجتماعی، بین فقیر و ثروتمند، بین خوب و بد، تفاوت قائل نمیشود. مثل شستشو با آب پاک می ماند. آب همه نژادها، طبقات، ثروتمند و فقیر، خوب و بد را بدون هیچ تبعیضی میشوید. مثل آتش که بدون هیچ استثنائی همه چیز اعم از کوه، سنگ، آسمان و زمین را می سوزاند. تعلیم من مثل آسمانی است که در زیر آن همه اعم از مرد، زن، پسر، دختر، فقیر، ثروتمند، همه بدون استثناء، میتوانند در زیر آن جایی پیدا کنند."

مسلماً این یعنی او گدایان را به عنوان شاگردان راهب پذیرفت. وقتی گداهای گفته های بودا را شنیدند، شاد شدند و ایمان آوردند. بعد دوباره درخواست کردند که اجازه ورود به سانگا را پیدا کنند. شاید در قدیم، رسم چنین بوده. باید دو یا سه بار از بودا درخواست میکردید تا صداقت و خلوص نیت و پشتکارتان در پیروی از بودا را نشان دهید. لذا این بار بودا گفت: "خوش آمدید."

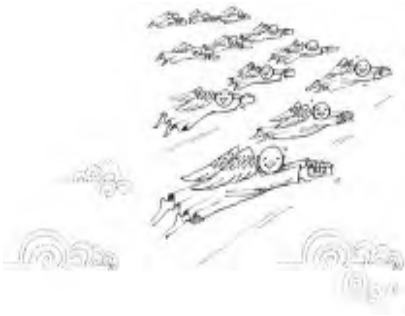
آنها مو و ریش شان را تراشیدند. لباس زرد راهبی پوشیدند و راهب شدند. وقتی بودا حقیقت را به آنها تعلیم داد، ذهن شان رستگار شد، ذهن مغشوش شان آرام گرفت و قدیس شدند.

وقتی یک سری از افراد طبقات بالای اجتماع، بازرگانان و شاهزادگانی که در آن کشور زندگی میکردند، شنیدند که آن گداهای بیچاره در انجمن راهبان پذیرفته شدند، خیلی دلخور شدند. آنها به همدیگر گفتند: "اگر بخواهیم بودا و سانگای شریف را دعوت کنیم تا فضیلتی نصیب مان شود، این گداهای هم در بالای مجلس ما می نشینند و باید به آنها تعظیم و تکریم کنیم و اینطوری به ما بی احترامی میشود."

این یعنی آنها با راهب شدن این گداهای مخالف بودند.

خلاصه یک روزی، شاهزاده "فاتح" بودا و سانگا را دعوت کرد. اما در ابتدا به بودا گفت: "آه، بودا! من بودا و سانگا را دعوت کردم، اما آن گدایانی که اخیراً راهب شدند، دعوت نیستند."

او تبعیض قائل شد. فکر میکنید کارش خوب بود؟ نه، خوب نبود. روز بعد، وقتی زمان رفتن بودا و شاگردانش به خانه شاهزاده رسید، بودا به آن راهبانی که دعوت نشده بودند، گفت، "صاحب آن خانه، شما را دعوت نکرده. به قاره شمالی بروید و مقداری برنج خودرو که نه کاشت و نه برداشت میشود، جمع آوری کنید و به منزل آن فرد بیاورید و آنجا بخورید. بر اساس دستور بودا، آنها بلافاصله با قدرت روشن ضمیری شان پرواز کردند و به قاره شمالی رفتند و کاسه هایشان را با برنج پر کردند. بعد به شکل زیبایی مثل قوهای وحشی در آسمان، به کاخ شاهزاده "فاتح" پرواز کردند و به ردیف نشستند و برنج خاص



خود را خوردند. وقتی شاهزاده "فاتح"، راهبان را در حال پرواز در آسمان به آن شکل زیبا دید، حیرت زده و مشعوف شد و ایمان آورد. بعد از بودا پرسید، "آه، سرورم! این مردان باشکوه، درخشان، پرهیزگار، مقدس و خردمند از کجا آمدند؟"

بودا گفت: "باید آنها را تشخیص دهی. خوب گوش کن شاهزاده، من در مورد آنها برایت می گویم. این راهبان، همان هایی هستند که تو دعوت شان نکردی. چون آنها را دعوت نکردی، آنها مجبور شدند به قاره شمالی بروند و برنج خودرو برای غذایشان بیاورند."

وای! وحشتناک است. فکر میکنید اگر جای شاهزاده "فاتح" بودید، چه حسی پیدا میکردید؟ شرمنده میشدید؟ وحشتناک بود؟

وقتی شاهزاده این موضوع را شنید، خیلی شرمنده شد. خب، شما خیلی باهوشید! درست حدس زدید. او خیلی شرمنده شد. او از آنچه کرده بود، توبه کرد و به بودا گفت، "جهالت، برای من مانع ایجاد کرد و من نتوانستم این

مردان مقدس را بشناسم و آنها را دعوت نکردم. سرورم، فضیلت شما و رای تصور است. با اینکه این مردان مقدس در این کشور، گدایانی از طبقه پایین اجتماع بودند، اما به خاطر رحمت شما، در این جهان شادی یافتند و تا مدتها از فواید آن بهره مند می شوند. آه، سرورم! شما به خاطر چنین افرادی به این جهان آمده اید. از شما خواهش میکنم توضیح دهید که این گدایان چه فضیلتی کاشته بودند که توانستند شما را ببینند و رستگار شوند و به خاطر چه گناهی در گذشته، در ابتدا به صورت گدا زاده شدند."

این در مورد "کارما" است.

بودا به این شکل توضیح داد: "در زمان های دور، در هزاره ها قبل، کوهی بود به نام "مانی ریشیس". یکبار وقتی دو هزار ریشی در آن کوه زندگی میکردند، یک غیبگو پیش بینی کرد که تا دوازده سال، باران نخواهد بارید." (ریشی کسی است که به قدرتهای جادویی بسیار از جمله شاید پرواز در هوا، دیدن هزاران مایل آنطرف تر، دیدن پشت دیوارها و موانع و چیزهایی نظیر اینها دست یافته. آنها بسیار پرهیزگار نیز هستند. به همین دلیل به آنها ریشی می گویند.) "به همین دلیل این ریشی ها به خانه فرد ثروتمندی به نام "صلح آور" که در آن سرزمین زندگی میکرد، رفتند. آنها از او خواستند که به مدت دوازده سال، آب و خوراک به آنها بدهد و اگر نمیتواند چنین کند، آنها به جای دیگری بروند." صاحب آن خانه به آنها گفت: "ریشی های مقدس! به جای دیگری نروید. خواهش میکنم همین جا بمانید و من به مدت دوازده سال به شما پیشکشی میدهم." چون قرار بود به مدت دوازده سال خشکسالی شود، ریشی ها به این خانه رفتند و از او خواستند تا به مدت دوازده سال، به طور تضمینی به آنها پیشکشی بدهد.

سپس آن فرد از خزانه دارش پرسید که آیا برای غذا دادن به آن مردان مقدس به مدت دوازده سال، به اندازه کافی موجودی دارند یا خیر. وقتی شنید که موجودی کافی است، پانصد مرد برای خدمت به این ریشی ها تعیین کرد. وقتی این پانصد نفر برای مدتی خدمت کردند، خسته شدند و زمزمه هایی در بین آنها شروع شد که مراقبت از این گداهای خیلی سخت است.

"در آن زمان یک مردی بود که در زمان غذا ریشی ها را صدا میکرد و سگی هم همراهش بود. یک روز، این مرد فراموش کرد تا ریشی ها را صدا بزند، اما سگ

به سمت آنها دوید و پارس کرد و ریشی‌ها فهمیدند که غذا آماده است و برای خوردن غذا رفتند. مدتی بعد، ریشی‌ها به صاحب‌خانه گفتند که به زودی باران می‌آید و او باید زمین‌هایش را برای کاشت بذر آماده کند. صاحب‌خانه به کارگران زمینش گفت تا کار در زمین‌ها را شروع کنند.

آنها جو، گندم و انواع محصولات دیگر کاشتند. وقتی دانه‌ها جوانه زدند و به بلندی کوزه آب شدند، صاحب‌خانه به نزد ریشی‌ها رفت و از آنها پرسید که آیا محصول خوب میشود. ریشی‌ها به او گفتند که محصول خوب میشود و به او توصیه کردند که گهگاهی به آنها آب بدهد. وقتی محصولات برداشت شدند، معلوم شد که زمین‌ها چندین برابر بیشتر محصول دادند و وقتی انبار پر شد، صاحب‌خانه خوشحال شد.

وقتی این پانصد مردی که به ریشی‌ها خدمت کرده بودند، این تجلی قدرت آنها را دیدند، خیلی شرمند شدند، خیلی پشیمان شدند و به مردان مقدس اعتراف کردند که 'ای قدیسان! ما با سخنان ناخوشایندمان شما را تحقیر کردیم و به گناهان مان اعتراف می‌کنیم. امیدواریم که در آینده دوباره شما را ببینیم و به رستگاری برسیم.'

به خاطر این سخنان ناخوشایند به ریشی‌ها، آن پانصد مرد برای پانصد زندگی، به صورت گدایانی بیچاره متولد شدند. بعد به خاطر اینکه به گناهان شان اعتراف کردند و پیمان بستند، من را دیدند و چرخه تولد و مرگ شان پایان یافت.

شاهزاده شما باید این موضوع را درک کنید. آن صاحب‌خانه که "صلح آور" نام داشت، من بودم. خزانه دار، 'اودیانا' بود. (اودیانا یعنی از شاگردان بودا در آن زمان بود.) و تو، شاهزاده 'فاتح' همان کسی بودی که در وقت غذا ریشی‌ها را

صدا میکرد. تو که نامت 'صدای خوب' است، آن سگ بودی. (شخصی در کنار شاهزاده بود که 'صدای خوب' نام داشت.) چون تو فقط یکبار آن مردان مقدس را صدا زدی، با پارس کردن در زمان غذا، در همه زندگی‌های صدای خوبی داری. این پانصد گدا همان پانصد مردی هستند که در آن زمان به ریشی‌ها خدمت میکردند."



وقتی صحبت بودا تمام شد، بعضی ها در آن مجمع بزرگ، از سطح اول به سطح چهارم رسیدند. بعضی به روشن ضمیری اعظم دست یافتند. همه به سخنان بودا ایمان آوردند و در قلب شان شاد شدند.

اکثر داستان های این کتاب به ما میگوید که از پیشکش کردن هر چیزی به اعضاء سانگا یا به کسانی که ممارست معنوی میکنند، چقدر فایده نصیب فرد میشود. حتی به ریشی ها که شاید استاد نبودند، اما از راه درست و راه حقیقت پیروی میکردند. آنها ممارست میکردند و تا حدی به خرد دست یافته بودند و در راه شیطان، سرگردان نبودند. به همین خاطر این افراد، شایسته دریافت پیشکشی های موجودات با ادراک بودند.

هر کسی که به این افراد پیشکشی بدهد، در طول همه زندگی هایش در قلمرو مادی، فضیلت و اجر بسیار دریافت میکند و در نهایت بودایی زنده را ملاقات میکند و به رستگاری یا روشن ضمیری اعظم دست می یابد. حتی آن سگ که از روی خوش قلبی، برای ریشی ها پارس کرد تا بگوید که غذا آماده است. چون فقط همین کار را کرد، در زندگی های بسیار زیاد به عنوان انسان زاده شد و از صدای زیبا برخوردار شد و بالاخره وقتی در هندوستان متولد شد، بودا را دید و همراه با شاهزاده، در نزد بودا ممارست کرد.

حالا شاهزاده "فاتح" دیگر بین هیچکدام از اعضاء سانگا، تبعیض قائل نمیشد، چه گدا بودند و چه افرادی شریف. اما این به خاطر کارمای بد گداها در زندگی گذشته بود. یادتان هست؟ مربوط به همان زمان که به ریشی های مقیم در خانه بودا که در آن زمان یک شخص عادی بود، خدمت می کردند. چون آنها کارمای بد ایجاد کرده بودند، وقتی شاهزاده "فاتح" آنها را دید، به طور شهودی حس کرد که این افراد نباید در جمع مدعوین او باشند. اما با اینکه کارما دخیل بود، شاهزاده نباید تبعیض قائل میشد. این حتی اشتباه او نبود، پس نباید او را سرزنش کنیم. کارمای آن پانصد گدا در زندگی قبلی بود. به همین خاطر میبینید، هر چیزی که برای ما اتفاق می افتد، بدون دلیل نیست.

این داستان به ما می آموزد که در هر آزمونی در این زندگی که پادشاه کارما به خاطر پاک کردن گناهان گذشته ما، اشتباهات گذشته ما، برای ما ترتیب میدهد، صبور و پذیرا و تاب آور باشیم. مسلماً اول باید "پنج فرمان" را رعایت کنیم که شامل محبت پرمهر، تحمل، صبر و از این چیزها میشود. این فرامین و

رهنمودها هستند تا بذره‌های بد برای آینده نکاریم و هر کارمای بدی که از گذشته داریم را صبورانه و مهر آمیز ببذیریم تا تمام شود. مثلاً در این داستان، پانصد گدا، با اینکه بذره‌های خیلی بدی در زندگی گذشته کاشته بودند، توبه کردند. برای همین بذره‌های زندگی گذشته بعد از پانصد زندگی پس دادن عقوبت، برای همیشه آنها را ترک کرد.

به وجود آمدن این احساس که ریشی‌ها تنبل هستند، حتی فقط چند بار و اینکه لیاقت احترام و پیشکشی ندارند، فقط ایجاد این احساس‌ها در قلب‌شان و بیان چند کلمه ناخوشایند، سبب شد که این پانصد نفر برای پانصد زندگی گدا باشند و به خاطر جایگاه و شیوه زندگی‌شان، سختی و رنج بسیار، گرسنگی، سرما و تحقیر دیگران را تحمل کنند. بعد حتی با اینکه همه عقوبت گناهان‌شان را پرداخت کردند، بودا را دیدند و عضو سانگا شدند، هنوز بخش کمی از باقیمانده کارمای بی‌احترامی از زندگی گذشته‌شان، در فضای اطراف‌شان وجود داشت. به همین دلیل شاهزاده "فاتح" بدون هیچ دلیلی، هنوز این بو را حس میکرد، هنوز طعمش را می‌فهمید، هنوز این را می‌دید، هنوز با شهودش این را حس میکرد. به همین خاطر به آن شکل عکس‌العمل‌شان داد و نخواست آنها را به مهمانی پیشکشی‌اش دعوت کند.

پس در واقع، هر کاری که کردیم یا میکنیم، حتی اگر هیچکس نداند، حتی اگر آن اشخاص هرگز قبلاً ما را در حین انجام آن کار ندیده باشند یا حتی اصلاً ما را ملاقات نکرده باشند، هنوز میتوانند از روی هاله‌مان، از روی میدان انرژی‌مان، از روی میدان مغناطیسی‌مان، چیزی را شناسایی کنند و بعد بر اساس آن عکس‌العمل‌شان دهند. به همین دلیل باید همیشه مراقب باشیم تا همیشه خود را کاملاً پاک نگه داریم و آگاهانه بکوشیم تا همیشه اینگونه باشیم. وگرنه، هر چیزی که برایمان اتفاق بیافتد، نمیتوانیم دیگران را سرزنش کنیم.



## پرنسس "بردبار"



این داستان هم بودایی است، به نام "پرنسس چان رن". "چان" به معنی پاک و "رن" به معنی صبور است. چون این شخص بسیار صبور بود، او را "چان رن" نامیده بودند.

این پرنسس، کوچکترین دختر پادشاهی به نام "پرسنا" بود. این پرنسس نسبت به والدینش بسیار وظیفه شناس بود و صبر بسیار زیادی داشت. اما او یک عیب داشت و آن عیب این بود که بسیار زشت بود، خیلی زشت، به طرز وحشتناکی، به طرز باورنکردنی ای زشت بود (خنده) و به همین خاطر حتی تا هجده سالگی، ازدواج نکرده بود. این "گل" مدت طولانی بود که شکوفا شده بود. (خنده)

والدین او هرگز نتوانسته بودند، ازدواجی برای او ترتیب دهند. آنها سعی کرده بودند تا برای او شوهر پیدا کنند، اما به جایی نرسیده بودند. آنها خدا را به خاطر بی عدالتی سرزنش میکردند و می گفتند که با دادن چنین قیافه ای به دخترشان، خیلی بی توجهی نشان داده. این پرنسس آنقدر زشت بود که هر کسی او را می دید، نمی توانست تحمل کند و خودش را می باخت.

مگر او چقدر زشت بوده؟ آه! بینی او بسیار کوچک و صاف بود و سوراخ های بینی اش بزرگ و به سمت بالا و آسمان بودند! همه فوراً دو سوراخ بینی اش را می دیدند. پیشانی اش ناصاف بود. دندان هایش به سمت بیرون رشد کرده- بودند، انگار که نمی خواستند در پنهان کردن هیچ رازی به او کمک کنند. (خنده) همه دندان هایش برای تنفس هوای تازه، در بیرون از دهانش بودند. در دهان او، خیلی گرمشان میشد. چشمهایش مثل چشم نبودند، آنها بسیار بزرگ و وحشتناک بودند.

هنوز به اندام او اشاره نکردم. (خنده) او بلند و باریک بود، اما نه به طور متناسب. او مثل مترسک راه میرفت و هر کسی او را می دید، فکر میکرد روح دیده. وحشتناک بود! خیلی از مردان دربار برای تحصیل به خارج از کشور رفتند تا بهانه ای برای دور بودن از او داشته باشند. (استاد و همه می خندند) داستان می گوید که آنها می ترسیدند که شوهر او بشوند!

وقتی این پرنسس، دو خواهر دیگرش را می دید که در آینه نگاه می کنند و از قیافه خود راضی هستند، غمگین میشد و تأسف می خورد. او هرگز به خواهرانش حسادت نمیکرد، فقط ناراحت میشد و برای شرایط خودش احساس تأسف میکرد. او بانویی با روح بزرگ و با فضیلت بود اما خواهرهای او به خودشان مغرور بودند و هیچکس آنها را دوست نداشت. او فرق داشت، با اینکه زشت بود، همه خیلی او را دوست داشتند.

خواهرهای او به خاطر زیبایی شان، مغرور و متکبر بودند. آنها میدانستند که خواهرشان خیلی زشت است، برای همین عمداً نگاه شان را از او بر میگرداندند (خنده) تا به او بی توجهی کنند. آنها غیردوستانه به او نگاه میکردند و حتی به او پشت میکردند. (خنده) آنها هرگز دوستانه یا صمیمانه به او نگاه نمی کردند و اصلاً با او در ارتباط نبودند. حتی به پادشاه گفتند تا هرگز به او اجازه ندهد از کاخ بیرون برود تا کسی در مورد خانواده دربار بد نگوید یا آنها را تحقیر نکند. از آن موقع به بعد، او اجازه نداشت بیرون بازی کند.

او بدون دوست و تنها بود و خیلی فشار روی او بود. با این وجود حتی در این شرایط، هنوز نسبت به والدینش وظیفه شناس بود و به خواهرهایش احترام میگذاشت. او با زیردستان و خدمتکاران، بسیار با ملاحظه و سخاوتمندانه رفتار میکرد. وقتی کسی یک چیزی میخواست یا وقتی فقیران به کمک نیاز داشتند، او همه سعی اش را میکرد تا به آنها کمک کند. او از گنج ها و پول تو جیبی خودش برای خرید دارو برای نیازمندان استفاده میکرد. اگر کسی بیمار میشد، او سعی میکرد تا از او مراقبت کند یا از دکتر میخواست تا از او مراقبت کند. به همین خاطر همه خیلی او را دوست داشتند، ولی دو خواهرش را نه. با اینکه ظاهر ناخوشایندی داشت، اما آوازه کارهای ارزشمندش در سراسر کشور و حتی در کشور همسایه پیچیده بود. هم ظاهر او و هم فضیلت او، بسیار مشهور شده بود.

یک روز شاهزاده کشور همسایه که "چان در" نام داشت (در چینی این نام یعنی "اهمیت دادن به اجرا") به قلمرو آنها آمد. شاید او به جذابیت های زنانه اهمیت نمیداد، چون میخواست با این دختر ازدواج کند. خب! همه مردم کاخ شوک زده شدند! پادشاه تمام مدت دست های شاهزاده را در دست داشت، نگران بود که نکند نظرش عوض شود. (استاد و همه می خندند) بهانه پادشاه برای این کار، شکرگزاری از او بود، اما در واقع او نگران بود که مبادا شاهزاده فرار کند. پادشاه دست های شاهزاده را گرفته بود و او را "آی چی" صدا میکرد ("آی چی" در چینی یعنی شخص عادل).

پادشاه به "چان در" گفت: "من از عشق تو نسبت به دخترم متشکرم و با هیچ زبانی قادر به بیان احساساتم نیستم. تو یک شخص عادل هستی و به اجرا بیشتر از جذابیت های زنانه اهمیت میدهی! اگر در آینده به چیزی نیاز داشتی، من کاملاً از تو حمایت میکنم. از این پس، هر دو کشور در زندگی و مرگ با هم هستند." و از این چیزها.

این پادشاه به شاهزاده توصیه کرد که بعد از ازدواج هم این دختر را در داخل کاخ نگه دارد و اجازه ندهد که آنجا را ترک کند، (خنده) تا از شایعه پراکنی در بین مردم پرهیز شود.

شاهزاده، پرنسس را تا خانه همراهی کرد و آنچه شاه گفته بود را انجام داد. با اینکه ذهن شاهزاده خیلی باز و خیلی بخشنده بود، اما هنوز هم توانایی محدودی داشت. در عوض زشتی قیافه پرنسس، نامحدود بود. محدود در مقابل نامحدود.

بالاخره شاهزاده دیگر نتوانست تحمل کند. با اینکه گاهی به اجراهای او اعتراف میکرد، اما وقتی به او نگاه میکرد، تحملش تمام میشد و دیگر نمی توانست حتی یک نگاه به او بیندازد. به تدریج "چان در" بیش از آنکه به اجر اهمیت بدهد، بیرون میرفت و خوشگذرانی میکرد. او بیرون میرفت و همه جور بهانه ای می آورد. او به شکار می رفت، مشروب می خورد، شطرنج بازی می کرد و غیره و زیاد او را نمی دید.

پرنسس در کاخ زندگی میکرد و همه چیز داشت، اما مثل پرنده بود. او در قفس طلایی افسردگی گذاشته شده بود. او همیشه در میان دیوارها بود و از آنچه در بیرون اتفاق می افتاد، خبر نداشت. او خیلی غمگین بود، اما باور داشت که

سرنوشت اش این است. او خیلی صبور بود. او همیشه در مورد دلیل شرایط کنونی اش فکر میکرد. شاید به خاطر اینکه در زندگی های گذشته اش ممارست معنوی نکرده بود یا به خاطر کارمای سنگین، اینطوری شده بود. اما او به خوبی وظیفه اش را انجام میداد و هرگز شکایت نمیکرد. او همیشه با شوهرش مثل اولین روزی که با هم بودند، رفتار میکرد. او تحقیرهای زیادی را تحمل میکرد اما خیلی وفادار بود و خوب از او مراقبت میکرد و به شدت از او حمایت میکرد. با اینکه او با مردم کاخ بسیار سخاوتمندانه رفتار میکرد، اما هنوز هم رویدادهای ناخوشایندی رخ میداد.

همخواه های پادشاه، پرنسس ها و خویشاوندان خانواده دربار برای نشان دادن زیبایی هایشان، به آنجا رفتند. آنها حتی در جلو مردم، در مورد قیافه زشت او حرف زدند. تحمل پرنسس واقعاً زیاد بود. او پیوسته همه اینها را تحمل میکرد و هرگز عصبانی نمیشد. او هرگز با مردم بی ادبانه رفتار نمی کرد. او همیشه خوش رفتار، صبور و مهربان بود.

یک روز زنهای شرور دربار و پرنسس های دیگر فکر کردند تا با ترفندی، او را دست بیندازند. آنها از شوهرهایشان خواستند تا مهمانی ای راه بیندازند و همه از جمله آن شاهزاده و همسرش را دعوت کنند. معمولاً لازم بود در این مدل مهمانی های رقص، زن و شوهر با هم بیایند. خانم ها، در رده سنی شاهزاده و بسیار مغرور بودند.

بالاخره شاهزاده "چان در" به تنهایی آمد. آن خانم های دربار و پرنسس ها، متأهل و مجرد، همه جلو شاهزاده خودنمایی کردند تا او را دست بیندازند. آنها سعی کردند با ناز و کرشمه او را جذب کنند. گاهی عمداً او را دست می - انداختند و باعث میشدند به این فکر بیافتد که همسرش خیلی زشت است و ناراحت شود.

شاهزاده دیگر به اجر اهمیت نمیداد. او دیگر نمی توانست این اذیت ها را تحمل کند و از دست همسرش ناراحت شد و با خشم و شرمندگی، سریع به خانه بازگشت. او به خودش می گفت که باید همسرش را طلاق دهد. دیگر نمی - توانست تحمل کند.

در همان روز، اما قبل از اینکه شوهر به خانه بازگردد، پرنسس تنها در اتاقش بود و نمیدانست که چه خبر است. ناگهان از درون، احساس ترس و وحشت

کرد. مثل این بود که حس ششم اش به او میگفت که چیز بدی در شرف وقوع است. او در خانه به خودش فکر کرد و اشک ریخت. او در تنهایی گریه کرد. اندام و ظاهر او عجیب بود و این، رنج زیادی برایش ایجاد کرده بود. او دو دستش را در حالت ادای احترام به هم چسباند و زانو زد. او به بودای زنده که در آن زمان شاکيامونی بودا بود، دعا کرد. شاید این پرنسس، شاگرد بودا بود یا شاید هم نام بودا را شنیده بود.

او اینچنین دعا کرد: "تو بودای زنده ای که همه مردم را از رنج و موانع نجات میدهی. من حالا دردمندترین فرد هستم. نمیتوانم برای ادای احترام به تو، خانه را ترک کنم، پس لطفاً آرزویم را بدان و برای دیدن من بیا. بدان که آرزوی من این است که تو اینجا باشی."

شاکيامونی بودا در "صومعه جتاوانا"، صداقت او را حس کرد و با کالبد مظهري -



اش به کاخ پرواز کرد. وقتی پرنسس بودا را دید، اشکش سرازیر شد! او همزمان خوشحال و ناراحت بود و مدام گریه میکرد. او به شاکيامونی بودا گفت: "با احترام به بودا، من نمیدانم زندگی قبلی ام چگونه بوده!"

پرنسس از بودا خواست که اگر ممکن است بداند که در زندگی های قبلی اش،

چه کارمایی ایجاد کرده که سبب شده اندام و قیافه اش اینقدر عجیب باشد و چه کار خوبی انجام داده که در خانواده ای ثروتمند و محترم به دنیا آمده و مردم به او احترام می گذارند و بعضی به او حسادت میکنند، اما بعضی ها به خاطر ظاهرش، او را مسخره میکنند و نسبت به او تبعیض قائل میشوند. او در مقابل بودا از کارهای بدش توبه کرد و از بودا خواست تا صداقت او را باور کند. او از کارمای بد گذشته اش، اگر کارمایی بود، احساس پشیمانی و ندامت کرد. بودا به او گفت: "تو در زندگی گذشته ات، همسر و بانویی زیبا بودی. اما نسبت به خدمتکاران بسیار سنگدل و نسبت به دوستان و خویشاوندان که زیبا بودند، بسیار حسود بودی. تو به آنها که زیباتر بودند، خیره میشدی. با مردم با نامهربانی رفتار میکردی. با تکیه به زیبایی ات، برای دیگران هیچ احترامی قائل

نبودی. تو متکبر و گستاخ بودی. اگر حالا با صداقت بسیار توبه کنی، این کارما با یک ذهن باز از بین می‌رود، چون همه چیز توسط ذهن خلق می‌شود." پرنسس صدای کالبد مظهري بودا را شنید. صدایی که شنیده بود، بسیار لطیف، زیبا و گرم بود. او خیلی احساس خوشحالی، روشنی و راحتی کرد. او عمیقاً توبه کرد. او آنجا زانو زد و از بودا خواست تا در پاک کردن کارمایش، به او کمک کند. چون او خیلی صادق بود و صمیمانه توبه کرد، کالبد مظهري شاکيامونی بودا سر او را لمس کرد و پرنسس به چشمان بودا نگاه کرد. در اینجا گفته شده که او برای مدت طولانی به چشمان بودا نگاه کرد. (خنده) شاید در خلسه بوده، برای همین اینقدر طول کشیده. در اینجا گفته شده برای چندین ساعت. همچنان که او به چشمان بودا نگاه میکرد، چشم هایش زیباتر و درخشان میشد، همچون چشم های بودا.



وقتی او به چهره موقر بودا نگاه کرد، ناگهان قیافه او هم موقر و زیبا شد. او خیلی خوشحال شد. شادترین احساسات نصیب او شد. او بودا را بسیار ستود، او را مورد احترام قرار داد و به او ابراز محبت بسیار کرد. او به هر جایی از بدن بودا که نگاه میکرد، در همان قسمت از بدنش تغییرات ایجاد میشد و در نتیجه فوراً به پرنسسی زیبا تبدیل شد.

شاکيامونی بودا که برای صحبت با پرنسس، تغییر شکل داد، بعد از اتمام صحبت، با استفاده از قدرت جادویی اش پرواز کرد و از آنجا رفت. در اینجا گفته شده او از قدرت جادویی استفاده کرد، اما او که با کالبد مظهري آمده بود! بودا رفت. بعد شاهزاده به خانه بازگشت. در آن زمان، او دیگر نمی توانست تحمل کند و طلاق میخواست. وقتی پرنسس صدای قدمهای بسیار سریع شاهزاده را شنید، تپش قلبش بیشتر شد، چون فکر کرد که شاید چیزی اتفاق بیافتد. وقتی که او برای دیدن شوهرش بیرون رفت، خیلی نگران بود. او دید که شوهرش پر از شرارت است و به نظر میرسید که در حالت روحی بدی قرار دارد، برای همین جرأت نکرد چیزی بگوید. در عوض زانو زد و کفش هایش را در آورد. او همیشه وقتی شوهرش به خانه می آمد، همین کار را میکرد. به او

کمک میکرد تا کفش هایش را در آورد و احساس راحتی کند. او پاهایش را ماساژ میداد بعد تاجش را بر میداشت، چون خیلی سنگین بود. او معمولاً با شوهرش اینطور رفتار میکرد. شمشیر را سر جایش میگذاشت و بعد کمر بندش که کاملاً با مروارید و عقیق تزئین شده و بسیار سنگین بود را در می آورد.



آه، بعد شاهزاده او را دید. او در حیرت بود که او چه کسی است و همه جای او را نگاه کرد. "نه، این او نیست!"

اما کسی با آن طرز رفتار، باید همسر او، پرنسس باشد، اما قیافه و اندام او فرق داشت! او همسرش را نگاه میکرد و در تعجب بود که چرا اینطور است. او از پرنسس پرسید: "تو کی هستی؟"

پرنسس سردرگمی او را متوجه شد و کل ماجرا در مورد دیدن بودا و اینکه چطور تغییر کرده و غیره را برای او گفت. وای! شاهزاده آنقدر خوشحال شد که خواست او را طلاق دهد! (خنده) بعد فهمید که ممارست مدیتیشن، بزرگترین برکت است، برای همین آنها با هم مدیتیشن کردند. (خنده) شاید آن روز رفتند و تشریف گرفتند و در مدیتیشن گروهی شرکت کردند. آنها در به دست آوردن اجر و برکت، خیرات دادن و مدیتیشن کردن برای کسب خرد، بسیار ساعیانه ممارست میکردند.

یک روز که هر دو خلق و خوی خوشی داشتند، با همدیگر گفتگو کردند. پرنسس نتوانست خود را کنترل کند و به شوهرش گفت: "فکر میکنم تو بیشتر به جذابیت های زنانه اهمیت میدهی تا اجر." (خنده) او میخواست نام شاهزاده را تغییر دهد، چون شاهزاده بیشتر طالب جذابیت های زنانه بود تا اجر. شاهزاده خجالت کشید، برای همین موضوع صحبت را عوض کرد. (خنده)

در مورد پرنسس، وقتش رسیده بود، برای همین او در این موقعیت تحمیلی گیر کرده بود. او حتی نمیتوانست بیرون برود و بودا را بیپرستد. او در آرزوی دیدار بودا بود، نه در آرزوی زیبایی. او واقعاً در آرزوی دیدار بودا بود، چون گفت که

سرنوشت خوبی ندارد و ظاهر و اندام او آنقدر وحشتناک است که حتی آزادی ندارد. او یک پرنسس شریف بود، اما آزادی نداشت. همه مردم اطراف او را سرزنش میکردند، آنقدر او را سرزنش کردند که کارمای او پاک شد آن روز، او حتی به شوهری که میخواست او را طلاق دهد و با او بدرفتاری کرد، احترام گذاشت. اما همه این رنجها، مقداری از کارمای او را پاک کرد.

اینکه با این همه اشتیاق برای دیدن بودا، اجازه نداشت بودا را ببیند، او را بسیار افسرده و آزرده کرده بود. او امید نداشت که در قیافه اش تغییری حاصل شود. او نمیخواست در این مورد از بودا کمک بخواهد، او فقط توبه کرد، چون میدانست که این به خاطر کارمای زندگی قبلی اوست. او با چنین شرایطی، تغییر کرده بود.

منظور من این است که رهروان نیاز ندارند خواستار این چیزهای مادی شوند. اگر این چیزها پیش بیایند، به طور طبیعی پیش می آیند و اگر هم چیزی اتفاق نیافتد، اهمیتی ندارد. مهمترین چیز این است که صادقانه در جستجوی حقیقت باشیم، از فضیلت هایمان مراقبت کنیم، بعد چیزهای بیرونی به طور طبیعی خوب میشوند. درست مطابق با این گفته عیسی (ع): "ابتدا ملکوت الهی را بجوئید، بعد همه چیزهای دیگر به شما داده خواهند شد."

ما باید اطمینان داشته باشیم که زیباتر هستیم. فکر نمیکنید با این همه نور و درخشش، زیبا هستید؟ بله. زیبایی درونی ما نمایان میشود. وقتی دیگران ما را ببینند، فکر میکنند که زیبا هستیم. گاهی به این شکل اتفاق می افتد. آنها با ویژگی زیبایی درونی ما کور میشوند و نمیتوانند ضعف بیرونی و ظاهر بیرونی ما را ببینند. این درست است.

وقتی ناراحت هستیم، زشت به نظر می رسیم. ما رهروان در آرزوی چیزهای بیرونی نیستیم، اما آنها به طور طبیعی به سراغ ما می آیند. اگر آن چیزها را نداشته باشیم، هنوز هم مشکلی نداریم. بعد از اینکه بیشتر ممارست کنیم، حتی به این چیزها اهمیت نمی دهیم. زیبایی فیزیکی خوب است، اما زیبا بودن از نظر فیزیکی هم خوب است.





## پیرزن خسیس



در دامنه کوهی در هندوستان، پیرزنی زندگی میکرد. این زن عاشق "انزوا" بود. اکثر مردم وقتی "انزوا" را دوست دارند، یعنی می خواهند با خدا یکی شوند، می خواهند تنها باشند تا بتوانند به خدا فکر کنند، بر خدا مدیتیشن کنند، خدا را در خاطر داشته باشند، به خدا عشق بورزند، خدا را ببینند، صدای خدا را بشنوند، با خدا صحبت کنند و غیره. انزوای واقعی این است.

اما این پیرزن اینطوری نبود. او از همه افراد خسیس کشور، خسیس تر بود، یعنی او خیلی خسیس بود. او تنها در انزوا زندگی میکرد، فقط به این خاطر که نمی خواست دارایی اش، غذایش را با دیگران سهیم شود. خیرات برای او آشنا نبود. او حتی یک دانه برنج، به مردم کامبوج نداده بود. (خنده) او در طول زندگیش، هرگز اصلاً چیزی نبخشیده بود، حتی جاروی قدیمی اش را. وقتی جارویش پوسیده شد، آن را تعمیر کرد و آن را در یک جایی نگه داشت تا شاید لازم شود ولی آن را به کسی نداد.

یک خدایی هست به نام "ویشنو"، او را می شناسید، خدای سطح دوم است. او با علاقه زندگی و کارهای این پیرزن مشهور را نظاره میکرد. او فهمید که این پیرزن به زودی، بعد از سال نو می میرد. (خنده) احتمالاً بعد از خوردن اولین کیک برنج، خفه میشود و می میرد. در واقع خیلی از افراد مسن ژاپنی، در جشن سال نو، با خوردن کیک برنج خفه میشوند. حواستان باشد که زیاد کیک برنج، کیک برنج چسبناک نخورید. نمیدانم چطور با آن خفه میشوند، اما در واقع یک نفر اینطوری شد.

"ویشنو" دید که او فقط سه روز دیگر در زمین زنده است. (چقدر خوب! اینطوری مردم میتوانند بعد از مرگش، مقداری از دارایی هایش را قسمت کنند.) به همین خاطر این خدا، "بوساندی" را فراخواند و به او گفت: "بوساندی بسیار محبوبم، حداقل امروز یک چیزی از او بگیر، چون او فردا باید بمیرد. اگر از او چیزی بدزدی، حداقل مقداری شکلات یا شاید ذرت بو داده، (خنده) وقتی بمیرد، مقداری اجر دارد که برایش اعتبار بیاورد."

"بوساندی" قبول کرد و به شکل کلاغ درآمد و روی درختی در نزدیکی خانه "کاچانی" نشست. "کاچانی" نام این پیرزن بود. در آن زمان او مشغول شستن یک مشت نخود سیاه بود و آن را در آب خیس میکرد تا برای غذایش بپزد. "بوساندی" تصمیم گرفت تا یک منقار پر از آنها بردارد. ناگهان در یک جهش، او به نزدیک ظرف پرواز کرد و با سرعت برق، یک منقار پر از آن نخود برداشت، "چی!" (خنده)

اما پیرزن هشیار، با سرعت بیشتری او را گرفت، با گردن به این شکل او را گرفت. او گردن کلاغ را پیچاند. آخ! (خنده) و آنقدر پیچاند تا نخودها به داخل شکمش نروند. (حضار: آه!) خدای من!

در این حین، با دست دیگرش منقار کلاغ را با فشار باز کرد و تا آخرین دانه نخود را از گلولی این کلاغ در حال تقلا در آورد.

آه! این واقعاً شایسته دریافت جایزه از طرف ماست (خنده) جایزه خسیس ترین زن تاریخ. نمیدانم که چنین داستانی وجود داشته یا نه، حتماً بوده. بعضی ها خیلی خسیس، احمق،



ظالم و سنگدل هستند. "بوساندی" برای نجات جانش تقلا میکرد و قلپ، قلپ، قلپ... (خنده) در آخر بعد از اینکه پیرزن فکر کرد که همه نخودها را از منقار او بیرون آورده، او را رها کرد.

او به نزد خدا "ویشنو" پرواز کرد و نیمه جان به پای او افتاد. خدا "ویشنو" از او پرسید که بعد از رفتن از پیش او، چه اتفاقی برایش افتاده. "بوساندی" کل داستان را تعریف کرد. او نفس نفس زنان گفت: "آه، سرورم، تقریباً داشتم خفه میشدم و می مردم. من نتوانستم در مأموریتم موفق شوم، خیلی متأسفم. نتوانستم حتی یک دانه از غذای آن پیرزن بیچاره را بردارم." بعد "ویشنو" گفت: "آه، بوساندی، اینطوری نگو. بیا، بگذار دهانت را نگاه کنم. (خنده) دهانت را باز کن و بگذار نگاهی بیندازم."

"بوساندی" منقارش را باز کرد و خدا "ویشنو" با چشم خردش و با ذره بین درون آن را نگاه کرد و گفت: "یک چیزی آنجا هست. (خنده) آن چیست؟ بگذار ببینم چیست، حتماً یک چیزی هست."



او یک ذره از پوسته بیرونی نخود را که به سقف دهان او چسبیده بود، پیدا کرد. (خنده) خدا را شکر! حداقل اینطوری وقتش را تلف نکرده بود و برای هیچی تقلا نکرده بود. بعد خدا "ویشنو" گفت: "بین بوساندی، یک ذره از پوست نخود به سقف دهانت چسبیده. من راضی هستم."

آه، این خدا به آسانی راضی میشد.

به این شکل پیرزن مقداری اجر به دست آورده بود. آه، متبرک باشد این خدا که اینقدر شریف، مهربان و بخشنده است! او گفت: "بوساندی، وقتی او بعد از مرگ به جهان باز میگردد، بگذار از پوسته همین دانه ای که به سقف دهانت چسبیده بود، تغذیه شود." پیرزن در تمام عمرش همین را خواهد خورد. خدا "ویشنو" این را گفت و ناپدید شد.

فواید خیرات و درستکاری، عظیم و شگفت انگیز است، حتی اگر داوطلبانه نباشد. عشق و شفقت خدا، بیکران و فراگیر است. قدرت اسرار آمیز حتی

حداقل میزان محبت و خیرات، چنین است. احتمالاً او نمیخواست این پوسته را بردارد، چون میدانست که بی فایده است. "آه، چیز زیادی آنجا نیست." (خنده) خدا با عشق زیادش، برای انسانهای گناهکار، فرصت هایی برای رستگاری و خداگونه شدن ایجاد میکند. دستور داده شد که این پیرزن که هیچ کار ارزشمندی انجام نداده بود، نان تهیه شده از پوسته دریافت کند. اگر ما خیلی بیشتر به مردم ببخشیم، چقدر نصیب مان میشود؟

## سه خدمتکار لجباز

یک مرد ثروتمند، یک میلیارد، سه خدمتکار داشت. یکی از آنها خیلی فکور بود، یکی خیلی محتاط و دیگری خیلی مؤدب. این مرد ثروتمند خیلی از آنها راضی بود و خیلی آنها را دوست داشت. یک روز پسر مرد ثروتمند به طور اتفاقی به درون رود افتاد و در حال غرق شدن بود. دومین خدمتکار که خیلی محتاط بود، این صحنه را دید. اما او آنقدر محتاط بود که به نزد اربابش بازگشت تا به او بگوید: "ارباب، پسر شما همین حالا به درون رود افتاد. اجازه دارم او را نجات دهم؟ (خنده) فکر میکنید بتوانیم او را نجات دهیم یا خیر؟ بهترین راه چیست؟ باید در این باره گفتگو کنیم."

مسلماً مرد ثروتمند خیلی عصبانی شد و او را بیرون انداخت.

بعد مرد ثروتمند با عجله برای نجات پسرش رفت، اما خیلی دیر شده بود. به همین خاطر به خدمتکار اول که خیلی فکور بود، دستور داد تا تابوتی بخرد تا پسرش را دفن کنند. از آنجا که این فرد برای چیزهایی که هنوز اتفاق نیافتاده بود، آماده میشد، دو تابوت خرید. (استاد و همه می خندند) او خیلی فکور بود! اربابش به شدت عصبانی شد و گفت: "تنها یک نفر مرده، چرا دو تا تابوت خریدی؟"

خدمتکار پاسخ داد: "تا اگر احیاناً پسر دوم تان هم مرد، با غرق شدن یا هر حادثه دیگری، (خنده) دیگر نیاز نباشد تابوت بخریم. اینطوری در مشکل وقت و بنزین، صرفه جویی میشود!"

مرد ثروتمند بسیار عصبانی شد و او را بیرون انداخت!

حالا فقط یک خدمتکار باقی مانده بود. آنکه خیلی مؤدب بود. مرد ثروتمند هنوز از او بسیار راضی بود. یک روز، او و یک خدمتکار دیگر برای گردش و تفریح با ارباب شان بیرون رفتند و او را روی تخت روان حمل کردند. در راه، به رود باتلاقی ای رسیدند که عمق آب زیاد نبود. اگر از آب می گذشتند، لباسهای آنها کثیف و خیس میشد و به همین دلیل تصمیم گرفتند به خانه بازگردند. خدمتکار دیگر تردید کرد. او نمیخواست لباس هایش کثیف شود و خواست به خانه بازگردد. اما خدمتکار مؤدب گفت: "بازنگردید! تا وقتی که ارباب مان شاد است، باید ادامه دهیم. ما مهم نیستیم."



بعد آنها بدون اینکه به خودشان اهمیت دهند، از رود گذشتند.

وقتی ارباب شنید که خدمتکارش اینقدر نسبت به او وفادار است، خیلی خوشحال شد. بعد به خدمتکارش گفت: "از آنجا که تو خیلی فکور و نسبت به من خیلی سرسپرده و وفادار هستی، وقتی به خانه بازگردیم، مقدار زیادی لباس نو به تو میدهم و حقوقت را زیاد میکنم."

به محض اینکه خدمتکار مؤدب این را شنید، تخت روان را پایین گذاشت (در همان لحظه، در حالیکه در وسط رود ایستاده بودند) و دستهایش را به هم چسباند و گفت: "از خوبی شما متشکرم، ارباب!" (استاد و همه می خندند) می بینید، وقتی آنها را با متشریفین مان مقایسه میکنیم، تفاوت چندانی نمی-بینیم، درسته؟ (خنده) آنها نمیدانند چطور موقعیت را ارزیابی کنند و بر اساس آن عمل کنند. هر کسی خصوصیات خودش را دارد، اما در جای غلط از آن استفاده میکند.

یادتان هست که کنفوسیوس شاگردان مشهور زیادی داشت. "تسه لو" شجاع بود، "زان چیو" خیلی محتاط بود. اما هر کدام فقط همان یک ویژگی را داشتند. اگر زیادی محتاط باشید، نمیدانید که چطور آرام شوید. اگر زیادی شجاع باشید، نمیدانید چه موقع فروتن باشید. پس ما می فهمیم که نباید افراطی باشیم.

با اینکه آنها خیلی خوب بودند، هنوز برای آموزش به نزد کنفوسیوس می-آمدند، چون او تجسم همه صفات بود، شجاع بود اما نه زیادی شجاع، فروتن بود اما نه زیادی فروتن. او می دانست که در هر شرایطی چطور رفتار کند. او به شیوه ای طبیعی و نه خیلی افراطی، از عهده همه چیز بر می آمد.

اکثر ما سرسخت هستیم. اگر در جای درست از آن استفاده کنیم، خوب است. اما اگر در جای نادرست از آن استفاده کنیم، بد است. درست مثل اینکه میتوانیم با برق، چراغ هایمان را روشن کنیم یا هوای سرد یا گرم ایجاد کنیم، اما اگر مستقیم به آن دست بزنیم، دچار مشکل میشویم. همچنین، خیلی از

داروهایی که جدید ابداع شده‌اند، میتوانند مردم را درمان کنند، اما اگر زیادی آنها را مصرف کنیم، برایمان مضر میشوند.

ما به این جهان آمدیم تا بیاموزیم که چطور کامل باشیم، پس باید همه صفات را داشته باشیم و بدانیم که چطور به طور مناسب از آنها استفاده کنیم. نمیتوانیم بگوئیم که چون خیلی شجاع هستیم، میتوانیم ادامه دهیم و بدون توجه به هیچ چیز، کارها را انجام دهیم. اگر شجاع باشیم اما خرد نداشته باشیم، به خودمان و دیگران آسیب می‌رسانیم.



## بازیابی تواضع مان

یک شخصی بود که خیلی دلش میخواست ممارست معنوی انجام دهد. او داستانها و تعالیم زیادی میخواند و در همه آنها گفته شده بود: "فروتنی، ویژگی اصلی ای است که نشان میدهد کسی به قداست رسیده یا نه." به همین خاطر او به شدت مشتاق بود تا فروتنی را یاد بگیرد.

او از استادی پیروی کرد تا نزد او تعلیم ببیند. او به استادش گفت که خیلی مشتاق دیدن خداست، اما نمیداند چطور فروتنی را یاد بگیرد. او حس میکرد که ناپاک و گناهکار است و فروتن نیست و برای همین نمی تواند خدا را ببیند. استادش گفت: "خوب است! حالا برو و کسی یا چیزی را پیدا کن که گناهکارتر، پایین تر و بدتر از تو باشد. او را به نزد من آور یا فقط نامش را به من بگو. بعد من به تو یاد میدهم که چطور از این جریان درس بگیری و چطور فروتن تر شوی."

او از تاپه به کوشونگ رفت اما نتوانست کسی را پیدا کند، حتی در میائولی هم کسی را پیدا نکرد. با اینکه ما خیلی بد هستیم، اما او نتوانست کسی بدتر از خودش پیدا کند. برای همین ناکام و سرخورده شد.

یکبار وقتی به توالت رفت، ناگهان فکر کرد که احتمالاً مدفوع از او کثیف تر و حقیرتر است، چون هیچکس آن را نمی خواهد و با دیدن آن، بینی اش را میگیرد و فرار میکند. او خواست یک مقدار مدفوع برای استادش ببرد، چون نتوانسته بود چیزی حقیرتر از آن پیدا کند.



اما به محض اینکه دستش را دراز کرد، قبل از اینکه به آن دست بزند، ناگهان صدایی شنید: "به من دست نزن! حرکت نکن! به من دست نزن!"  
مرد تعجب کرد و در شگفت بود که چه کسی صحبت میکند. بعد دوباره صدا را شنید که میگفت: "به من دست نزن!"  
به نظر میرسید که مدفوع با او صحبت میکند. او که حساسی گیج شده بود، پرسید: "چرا؟ چرا نمیتوانم به تو دست بزنم؟"  
مدفوع گفت: "نمی بینی؟ من دیروز یک تکه کیک کامل بودم. (خنده) من خیلی زیبا، خیلی ارزشمند و خیلی عزیز بودم، آنقدر مناسب که شاه از من خورد و به قدیسان بزرگ پیشکش شدم. اما فقط به این خاطر که یکبار با تو در ارتباط بودم، امروز به این حالت درآمدم. حالا دیگر کسی نمی خواهد من را ببیند. حتی کسی نمی خواهد به من نزدیک شود. وقتی کسی من را می بیند، چشمهایش را میندود، بینی اش را می گیرد و سریع فرار میکند. همه از من متنفرند. من به این حالت درآمد، فقط به خاطر اینکه یکبار با تو در ارتباط بودم! اگر یکبار دیگر به من دست بزنی، آه وحشتناک است، (خنده) چه کسی میداند این بار چی بشوم؟ نمیدانم چه چیزهای وحشتناکی برایم اتفاق بیافتد. پس لطفاً دیگر به من دست نزن." بعد مرد واقعاً متوجه شد و احساس فروتنی کرد.

همه ما فکر میکنیم که خیلی خوب هستیم، اما حقیقت این است که شاید نباشیم! ما فکر میکنیم از مدفوع بهترییم، اما حقیقت این است که مدفوع به خاطر ما به این شکل در آمده. ما رهروان معنوی خیلی خوب میدانیم که فروتن هستیم یا خیر. فکر نکنید که ما خوبیم.

## دیو سرخ و دیو سبز



این داستان در مورد دو نیم-روح، نیم-الهه، شاید نیم فرشته و نیم دیو است. آنها با همدیگر زندگی میکردند. یکی سبز بود و دیگری سرخ، درست مثل چراغ سبز و قرمز بیرون. سبز به نشان صلح جو، آرام و سرخ به نشان جنگ، توقف، مانع. اما آنها شادمانه با هم در کوه زندگی میکردند و هیچ مشکل، نگرانی و خواسته ای، هیچ چیزی نداشتند.

آنها صدها سال در آنجا زندگی کرده بودند و اغلب وقتی کاری برای انجام دادن نداشتند، در قله کوه می نشستند و به جهان زیرین، به جهان انسانها نگاه میکردند. آنها همه کسب و کارها، مردمی که بالا و پایین می رفتند را تماشا میکردند. آنها می دیدند که جهان همیشه در حال تغییر است. به همین خاطر دیو سبز به دیو سرخ گفت: "می بینی، ما چند صد سال است که اینجا زندگی کردیم و زندگی ما هرگز تغییر نکرده. هر روز، مشابه است. اما جهان زیرین، جهان انسانها، هر روز تغییر میکند، چرا اینطور است؟"

دیو سرخ گفت: "آه، بله، درست می‌گویی، خیلی جالب است. زندگی آنها جالبتر است."

اما دیو سبز گفت: "چرا زندگی آنها مدام در حال تغییر است؟" دیو سرخ برای مدتی فکر کرد و گفت: "آه، حتماً به این خاطر است که آنها همیشه با هم در حال جنگ هستند. آنها یک ساختمان بزرگ و زیبا می‌سازند، و روز بعد با هم جنگ می‌کنند و آن را نابود میکنند. بعد یکی دیگر می‌سازند، جنگ میکنند و دوباره آن را نابود میکنند. به همین دلیل در دنیا همیشه یک کاری برای انجام دادن هست. (استاد و همه می‌خندند) به همین دلیل دنیا همیشه در حال تغییر است. اما در جهان ما در اینجا، برای ما دو تا خیلی صلح-آمیز و کسل کننده است. فکر کنم باید جنگ با همدیگر را آغاز کنیم." دیو سرخ اینطوری فکر کرد.

دیو سبز گفت: "نه! جنگ نه! ما دوستان خوبی هستیم. ما صدها سال است که با هم دوستیم. چطور میتوانیم با هم جنگ کنیم؟" اما دیو سرخ گفت: "اگر جنگ نکنیم، نمی‌توانیم هیچ تغییری داشته باشیم. زندگی ما همیشه به همین شکل سپری میشود. اینطوری خسته کننده است و هیچ پیشرفتی نمی‌کنیم. پس بیا جنگ کنیم!" دیو سبز گفت: "نه، نه، نه! من نمیتوانم. نه، ما دوست هستیم."

دیو سرخ اصرار کرد و گفت: "از امروز به بعد، تو دشمن من هستی. تمام." او در همانجا آغاز جنگ را اعلام کرد و بعد هم آنجا را ترک کرد و دیگر با دیو سبز زندگی نکرد. او به بخش دیگری از کوه رفت و تنها آنجا نشست و آماده جنگ شد. دیو سبز در همان گوشه از کوه ماند و خیلی احساس تنهایی و رنج کرد. دل او برای دیو سرخ تنگ شده بود.

دیوها که به نوعی نیم فرشته اند، دارای قدرت جادویی هستند. آنها علاوه بر توانایی پرواز، میتوانند چیزها را ظاهر کنند، فواصل دور را ببینند، صدای فواصل دور را بشنوند و همچنین بینی درازی دارند که میتواند به طور نامحدودی کش بیاید.

یک روز دیو سبز آنجا نشسته بود و خیلی احساس کسالت میکرد. ناگهان متوجه شد که در جهان زیرین، جهان انسان ها یک چیزی مدام برق میزند.

برای همین کنجکاو شد و از بینی اش استفاده کرد. (خنده) او بینی اش را دراز کرد و گفت: "بلندتر شو، بلندتر شو، بلندتر شو."

بعد بینی او بلند و بلندتر شد و به جهان انسانی، جایی که آن رویداد درخشان و چشمک زن در جریان بود، رسید. این نور درخشان و چشمک زن، از لباسهای پرنسس شهر می آمد. جریان از این قرار بود که آن روز خدمتکارها به طور اتفاقی لباسهای او را بیرون آویزان کرده بودند تا خشک شوند. روی آنها پولکهای طلایی بود و همچنین با الماس، یاقوت و سنگهای قیمتی دیگر تزئین شده بودند. برای همین زیر نور خورشید می درخشیدند و به همین خاطر، درخشان و چشمک زن بودند.

خدمتکارها به همدیگر گفتند: "آه، لباسهای او خیلی زیبا هستند، اما خیلی زیادند. ما به اندازه کافی چوب بامبو نداریم تا آنها را آویزان کنیم. حالا چه کار کنیم؟" در آن لحظه بینی دیو درست به موقع رسید. (خنده) خدمتکاران فکر کردند: "آه، حالا یک چوب بامبو داریم که آنقدر بلند است که میتوانیم بقیه لباسها را روی آن آویزان کنیم." بعد آنها بقیه لباسهای پرنسس را روی این چوب سبز انداختند و شادمانه به داخل رفتند تا مقداری چپاتی بخورند.



ناگهان دیو سبز احساس کرد که یک چیز بسیار سنگین روی بینی اش است. او ترسید و فوراً بینی اش را به حالت عادی بازگرداند و با آن مقدار زیادی لباس درخشان نیز در مقابلش جمع شد. او با خود فکر کرد: "آه! آه! امروز حتماً روز خوش شانس است."

او لباسها را پوشید تا ببیند که چقدر زیبا به نظر میرسند! او با حالت افتخار، به تنهایی در اطراف راه میرفت.

همان موقع دیو سرخ به طور اتفاقی به آنجا رفت. او می خواست جنگ را شروع کند تا پیشرفت کند. اما بعد دیو سبز گفت: "اینجا را ببین! من مقداری لباس جدید و زیبا دارم و نیمی از آنها را هم برای تو گذاشته ام."

دیو سرخ با تحقیر به لباسها نگاه کرد و گفت: "بین، من این چیزهای مسخره را نمی پوشم، فقط افراد احمقی مثل تو اینها را به تن میکنند."

او میخواست جنگ را شروع کند، برای همین حرف بیهوده میزد.

دیو سبز همیشه سبز بود. او خیلی خونسرد بود و نمی خواست سر به سر او بگذارد. او گفت: "خب. اگر آنها را نپوشی، به چیزی آسیب نمیرسد. آنها را اینجا بگذار. اشکالی ندارد."

دیو سرخ دیگر نمی دانست چه کار کند، برای همین به خانه رفت. در واقع، او خیلی، خیلی به دیو سبز حسادت میکرد و بعد سعی کرد مقداری لباس برای خودش به دست بیاورد. او هم بینی اش را بسیار دراز کرد تا به کاخ برسد و منتظر ماند تا مقداری لباس روی آن آویزان شود. اما به طور اتفاقی در آن زمان سامورایی ها در حال تمرین شمشیر بازی بودند. وقتی آنها چنین چیز درازی را دیدند که به سویشان می آید، به همدیگر گفتند: "این چیه؟" یکی گفت: "آه، حتماً اختراع جدید دشمن است که سعی دارد به ما حمله کند. بیایید آن را نابود کنیم."

دیگران هم موافقت کردند.

بعد "تق" (استاد صدای قطع کردن را تقلید میکنند) و با شمشیر آن را قطع کردند. ناگهان دیو سرخ درد شدیدی را حس کرد. او فوراً بینی اش را به اندازه معمولی بازگرداند. بینی اش خونریزی داشت و او خیلی زیاد گریه کرد. دیو سبز صدای گریه او را شنید و به پیش او رفت و گفت: "چی شده؟ چی شده؟"

دیو سرخ خیلی خجالت زده و خشمگین بود و نمی توانست حقیقت را بگوید، به همین خاطر گفت: "من را تنها بگذار! مزاحم من نشو."

دیو سبز گفت: "نه، مزاحمت نمیشوم، سعی دارم به تو کمک کنم. بینی ات خونریزی دارد. اینجا را بین، من میدانم چه دارویی آن را خوب میکند. آن را روی بینی ات میگذارم. اینطوری فوراً خونریزی متوقف میشود و بینی ات مثل قبل زیبا میشود. وگرنه، جای زخم بزرگی، سوراخ بزرگی روی آن میماند. بعد خیلی زشت میشود. من فقط می خواهم از تو مراقبت کنم."

بعد دیو سرخ تحت تأثیر قرار گرفت و گفت: "بسیار خب، بسیار خب." بعد حسابی درد دلش را بیرون ریخت و گفت: "آخ، خیلی درد دارد. لطفاً سریع باش. آن را سریع خوب کن."  
مسلماً آنها با هم آشتی کردند، چون به اندازه کافی از جنگ کشیده بودند. او فهمید که جنگ خوب نیست و درس صلح را یاد گرفت. از آن روز به بعد، آنها لباسهای زیبا پوشیدند، هر روز با هم چای نوشیدند و دیگر جنگ نداشتند.



## صندلی جادویی

در زمانهای قدیم، پیرمردی بود که در دامنه یک کوه زندگی میکرد و خیلی فقیر بود. کلبه پوشالی او، تنها دارایی اش بود. در واقع، این شخص خیلی تنبل بود، برای همین حشش همین بود!

یک روز شنید که در یک جایی یک یوگی بسیار قوی زندگی میکند که قدرتهای فرا طبیعی دارد و میتواند هر چیزی که بخواهد را خلق کند. این پیرمرد بسیار تنبل که نمیخواست کار کند، بعد از شنیدن این خبر تصمیم گرفت به آنجا برود و از یوگی بخواهد با استفاده از قدرتهای فرا طبیعی اش، چیزهایی را برای او خلق کند تا او دیگر مجبور نباشد کار کند. او بعد از اینکه به این شیوه فکر کرد، رهسپار شد.

او راهی طولانی را پیمود تا به غاری که یوگی در آن زندگی میکرد، رسید. وقتی یوگی را دید، سجده کرد. یوگی آدم خوبی بود. او مؤدبانه او را سرگرم کرد و در مورد قصدش از به آنجا رفتن از او پرسید. پیرمرد تنبل گفت: "استاد محترم و محبوب، من خیلی فقیر هستم. به جز کلبه پوشالی، هیچ چیز دیگری ندارم. حالا خیلی پیر شده ام و نمیتوانم کار کنم، پس ای استاد شفیق، لطفاً به من کمک کنید. به من مقداری دارایی دارایی بدهید تا با آن زندگی کنم. من میدانم که شما قدرتهای فرا طبیعی زیادی دارید. شما می توانید چیزهایی که می خواهید را فوراً خلق کنید. من ایمن دارم که شما میتوانید به من کمک کنید."

یوگی چشم هایش را بست و برای مدتی ساکت آنجا نشست و حتی یک کلمه هم حرف نزد. شاید از شنیدن این حرفها، خیلی خسته شده بود. سپس پیرمرد همچنان خواسته اش را مطرح کرد. بعد از اینکه مدت طولانی درخواست کرد، این یوگی با بی میلی صندلی ای به او داد و گفت: "بعد از رفتن به خانه، هر وقت خواستی به خواسته هایت فکر کنی، میتوانی روی این صندلی بنشینی. اما قبل از نشستن روی آن، باید دست و صورتت را بشویی و دوش بگیری. بعد در مورد هر چیزی که میخواهی فکر کن. به این شکل حتماً به آن خواسته دست می یابی."

پیرمرد بعد از تشکر از یوگی، صندلی را برداشت و فوراً راهی خانه شد! وقتی به خانه رسید، حتی یک ذره هم وقت تلف نکرد. او فوراً دست و صورتش را شست



و دوش گرفت و روی صندلی نشست. در آن لحظه او خیلی گرسنه بود، برای همین فوراً به غذا فکر کرد. غذا فوراً ظاهر شد. آه! غذایی بسیار زیبا، بسیار خوب و به مقدار زیاد. او از همه غذاهای خوب لذت برد تا اینکه سیر شد. بعد از غذا خوردن، احساس خستگی کرد و آرزو کرد

تختی برای استراحت داشته باشد. فوراً تختی با تشک ضخیم ظاهر شد. او دراز کشید تا بخوابد، اما در واقع نتوانست، چون در قلبش همیشه به این فکر میکرد که پول و چیزهای دیگر میخواهد. از روی تخت بلند شد و روی صندلی نشست. حالا دیگر در مورد تبدیل کلبه پوشالی اش به کاخ فکر میکرد. همینطور که در این فکر بود، کلبه پوشالی اش فوراً ناپدید شد! کاخ این مرد خیلی، خیلی زیبا بود و همه جای آن را جواهر پوشانده بود. دربهای آن از طلا بودند. کف و سقف آن از طلا بود، حتی بالش ها از طلا بودند و با جواهرات تزئین شده بودند و بسیار گرانبهاتر بودند. به همین خاطر او بسیار خوشحال بود و خیلی احساس راحتی میکرد. او همچنان فکر کرد: "آه! چنین کاخ بزرگی نباید بدون خدمتکار بماند."

او به این موضوع فکر کرد و بلافاصله خدمتکارانی که منتظر دستورات او بودند، ظاهر شدند. مسلماً این پیرمرد خیلی خوشحال شد. اما ناگهان نگران شد. فکر کرد: "آه! کاخ من بسیار زیباست و این همه دارایی در آن است. اگر زلزله بیاید، چه کار کنم؟ (استاد و همه می خندند) تا او به این موضوع فکر کرد، زلزله آمد. (استاد و همه می خندند) دارایی ها و کاخ او با خاک یکسان شد.

*این داستان چه چیز به ما میگوید؟ ابتدا ذهن ما باید پاک و خالص باشد. برخوردار بودن از قدرت های فرا طبیعی یا قدرت ممارست به تنهایی کافی نیست. در نتیجه، ما باید جسم، گفتار و افکارمان را پاک کنیم و بعد قدرت کسب کنیم. اگر قدرت داشته باشیم، اما جسم، گفتار و ذهن مان پاک نباشد،*



فرامین را به طور کامل رعایت نکنیم، بعد ممکن است کارهای بد انجام دهیم. به همین خاطر از دوران باستان، آن استادها، قبل از اینکه شاگردی را بپذیرند، برای مدت طولانی او را آزمایش می کردند تا جسم، گفتار و ذهنش کاملاً پاک شود و بعد به او قدرت میدادند.

استاد اغلب به شما میگوید که قدرتهای فرا طبیعی را ممارست نکنید. افراد معمولی بیرون میتوانند به راحتی قدرت های فرا طبیعی را ممارست کنند. لازم نیست که آنها هیچ فرامینی را رعایت کنند و گیاهخوار باشند.

وقتی هنوز نمیتوانیم ذهن مان را کنترل کنیم، اگر در مورد چیزهای بد فکر کنیم، فوراً ظاهر میشوند، چون در آن زمان به هر چه فکر کنیم، آن را به دست می آوریم. قدرت این کیهان بیکران است، اما باید بدانیم که چطور از آن استفاده کنیم. وگرنه، میتواند آسیب زیادی به ما بزند، هم به خودمان هم به جهان.

بعضی از فجایعی که در جهان می بینیم، گاهی لزوماً کارمای مردم نیستند، بلکه به خاطر کسانی رخ میدهند که قدرت های فرا طبیعی را ممارست میکنند. آنها در جهت بدی ممارست میکنند یا به خاطر تفکر آشفته شان، جهان را دچار آشفتگی میکنند. می توانیم بگوئیم که این افراد مشکل ایجاد میکنند یا با نیروی منفی تسخیر شده اند. در واقع، چنین افرادی وجود دارند.

به همین خاطر وقتی ممارست می کنیم، باید هر روز در مورد خدا فکر کنیم. باید هر روز در مورد اسامی مقدس که به طور کامل شارژ شده اند فکر کنیم تا حفاظت شویم. گاهی کاملاً کارمای ما نیست که برای ما مانع ایجاد میکند بلکه نیروی منفی، نیروی مایا در اطراف ماست که ما را تحت تأثیر قرار میدهد. با فکر کردن زیاد در مورد خدای قادر مطلق، ذهن ما پاک میشود و بعد دیگر چیزی نمی خواهیم. در آن زمان دیگر قدرت فرا طبیعی برایمان فایده ندارد، چون ما با خدا یکی شده ایم و دیگر چیزی نیست که نتوانیم داشته باشیم.

در آن زمان، از درون بسیار راضی میشویم و می فهمیم که بعد از ترک این جهان توهمی، به خانه باز میگردیم و در آنجا همه چیز داریم. این جهان در مقایسه با آنجا، آشغال است. دیگر هیچ چیز ما را وسوسه نمیکند. بعد از اینکه روح ما بارها به خانه بازگشت تا به آنجا نگاهی بیندازد، ذهن مان متوجه میشود و خیلی پایدار میشود. بعد دیگر هیچ چیز نمی خواهیم. حتی اگر هم می-

خواستیم، فقط آن چیزهایی را می خواهیم که برای دیگران خوبند. قلب ما خیلی مهربان میشود و همیشه به چیزهای مثبت فکر می کنیم. به محض فکر کردن در مورد چیزهای مثبت، چیزهای مثبت روی میدهند.



## ایمان ما به خدا

یک شخصی با ماشین تصادف کرد. او از ماشین به بیرون پرت شد و روی شاخه درختی آویزان شد. او در خطر بود. او قبلاً هرگز به خدا ایمان نداشت و هرگز اسم استاد اعظم یا هر چیزی مشابه آن را تکرار نکرده بود. (خنده) در آن لحظه خطرناک که او درخواست کمک میکرد، هیچکس در آن اطراف نبود. او گفت: "آه، خدایا، تو آنجایی، نه؟ من قبلاً هرگز به تو دعا نکردم، اما امروز دعا میکنم. لطفاً بیا و به من کمک کن. خواهش میکنم!"

هیچ اتفاقی نیفتاد. خدا هیچ چیزی نگفت و شاید آنجا نبود.

مرد همچنان ادامه داد و گفت: "آه خدایا، لطفاً از دست من عصبانی نباش. من میدانم که در طول زندگی ام، هرگز تو را صدا نزدم اما حداقل امروز دارم تو را صدا میزنم. من به تو ایمان دارم، اینطور نیست؟ به همین خاطر تو را صدا میزنم، نه؟ اگر به تو ایمان ندارم، پس چرا تو را صدا میزنم؟ لطفاً سریع بیا و من را نجات بده."

هیچ چیزی اتفاق نیفتاد. خدا هیچ چیز نگفت.

او تقریباً در حال افتادن از پرتگاه بود، چون خیلی خسته بود. سنگ شل شده - بود، برای همین او گفت: "آه خدایا، لطفاً سریع بیا! به تو قول میدهم که نام تو را در کل قاره اشاعه دهم. من کشیش میشوم، موعظه میکنم، در همه جا، تعالیم خدا را موعظه میکنم. به همه می گویم که به تو ایمان بیاورند، چون اگر امروز من را نجات دهی، من شاهد هستم. به آنها در مورد این معجزه میگویم و بعد مطمئن هستم که همه به سویت می شتابند. قول میدهم که کشیش تو، خدمتکار تو، هر چیزی که بخواهی بشوم."

بعد از یک جایی صدایی آمد که میگفت: "همه وقتی مشکل دارند، این حرفها را میزنند."

بعد این شخص گفت: "آه، نه خدایا، من اینطور نیستم، من اینطور نیستم. من واقعاً به تو ایمان دارم. اگر به من کمک کنی، واقعاً این کار را میکنم. قول میدهم."

خدا، آن صدا گفت: "خب، من به تو یک فرصت میدهم. حالا شاخه را رها کن و بعد من تو را نجات میدهم."

این شخص گفت: "چی؟! فکر میکنی من احمق هستم؟" ایمان او به خدا اینطوری بود.

*این خیلی شبیه بعضی از متشرعین ما به نظر میرسد، "من به استاد ایمان دارم، اما چی؟ به من میگویی فلان کار را بکنم. برای چی؟"*

## ما نباید از ظاهر بیرونی استاد تقلید کنیم

استادی بود که خرد را به شاگردانش آموزش میداد. بعضی ها به نزد او رفتند و خواستند تا خرد را بیاموزند. استاد گفت: "بله، مسلماً برای اینکه استاد آینده، قدیس آینده شویم، باید حداقل دو موهبت به ما ارزانی شده باشد. قدیس آینده باید خیلی ویژگی های مهم داشته باشد، اما دو موهبت هستند که فرد باید داشته باشد تا سریع در ممارست معنوی پیشرفت کند."

شاگردان پرسیدند: "این دو کدامند؟ این دو موهبت چی هستند؟" استاد گفت: "اولی، قدرت تحمل است. تحمل یعنی هر چیزی که دیگران قادر به تحمل آن نیستند را تحمل کنیم. دومی، قدرت نظاره کردن است، نگاه، نگاه، نگاه."



استاد برای اینکه موضوع را روشن کند، فوراً از دستیارش خواست تا یک کاسه پر از کثافت بیاورد، طوری که به محض بو کردن آن، حس استفراغ به فرد دست میدهد. اما استاد کاملاً بی حرکت نشسته بود. او انگشتش را داخل کاسه بسیار کثیف زد. کاسه پر از چیزهای انزجار آور بود،

چیزهایی که حتی نمی خواهید به آنها نگاه کنید، شاید مستقیم از توالت آمده- بودند. او انگشتش را داخل ظرف زد، بعد آن را در آورد و به داخل دهانش برد. چهره او هیچ تغییری نکرد، درست مثل دیواری که جلو شما و من قرار دارد. بوداهای آینده در اطراف او خیلی مشتاق بودند تا سعی کنند جلو استادی که صلاحیت شاگردی اش را به دست آورده بودند، خودی نشان دهند. به همین خاطر همه آنها آمدند و انگشت به داخل کاسه زدند و بعد انگشت هایشان را به داخل دهانشان بردند و سعی کردند چهره شان تغییر نکند و هیچ نشانی از انزجار یا چیز دیگری در آن نمایان نشود.

استاد خندید و گفت: "تبریک میگویم، شما آزمون اول را قبول شدید، اما دومی را نه. آزمونی که در واقع در آن قبول شدید، آزمون تحمل بود. اما دومین آزمون را رد شدید، چون قدرت نظاره کردن نداشتید."

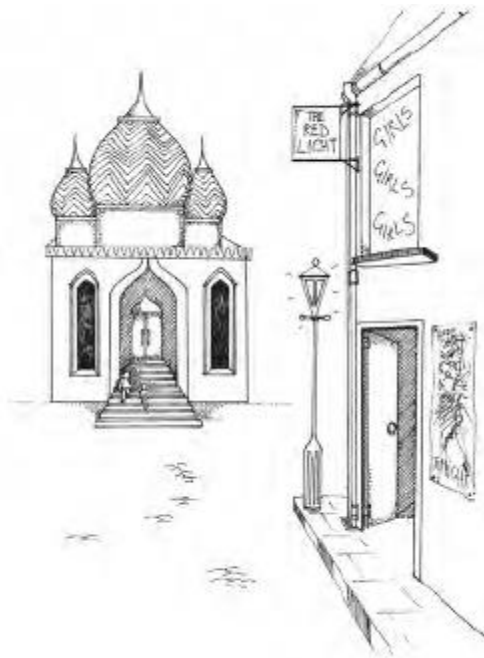
شاگردان علت را جویا شدند. استاد گفت: "من این انگشت را در کاسه زدم، اما انگشت دیگری را به داخل دهان فرو بردم."

او انگشت اشاره اش را در داخل کاسه کثیف زده بود اما انگشت میانی اش را به داخل دهان فرو برده بود. (خنده) شاگردان هیچ چیز ندیدند. آنها همان انگشتی که در کاسه زده بودند را به داخل دهان فرو کردند.

پس می بینید که موضوع چیست. آنها شاگردان احمقی بودند. خیلی از شاگردان اینطوری هستند. آنها فقط از استاد تقلید میکنند. هر چیزی را، هر چیزی را، هر چیزی را، بعد خود را مثل احمق ها جلوه میدهند. مشکل اینجاست. پس ما دیگر تقلید نمی کنیم. حتی استاد هم دیگر تقلید نمیکند. اگر میخواهیم مثل استاد باشیم، دیگر چیزی را تقلید نمی کنیم. همه چیز اصیل است، چون قدرت خلاقیت به همه ارزانی شده است. همه میتوانند همه چیز را خلق کنند، بسته به توانایی و استعداد هنری شان.

لازم نیست از کسی، از جمله قدیسان، استاد یا استاد کل جهان تقلید کنیم. به همین خاطر است که می بینید استادان همچون یکدیگر نیستند. استاد "هوی- ننگ" مثل بودا نبود و مثل او رفتار نمیکرد. عیسی مثل لائوتسه رفتار نمیکرد. لائوتسه مثل کریشنا یا دیگران رفتار نمیکرد. پس اگر از استاد تقلید کنیم یا انتظار داشته باشیم که او مثل همان شخصی باشد که در انجیل در مورد او خوانده ایم یا کسی که در ذهن مان تصور کرده ایم، هرگز نمیتوانیم استاد را بیابیم. ما نباید کپی را پیدا کنیم، باید اصل را بیابیم. استاد همیشه اصل است. ما کپی را نمی خواهیم، میخواهیم؟

پس در ممارست معنوی مان، همیشه باید هشیار باشیم. استاد کارها را به طرز متفاوتی انجام میدهد، گاهی خیلی، خیلی متفاوت. ما فقط شبیه او عمل میکنیم و فکر میکنیم میتوانیم همان کارها را انجام دهیم - لمس کردن سر، نگاه کردن به چشم ها، شکلات دادن - شکلات بخریم، حتی چیزهای بیشتر و کارهای مشابه. شما از ظاهر بیرونی نمیتوانید قضاوت کنید که آن شخص استاد است یا خیر، این یک چیز درونی است.



## همه چیز توسط ذهن خلق میشود

مدتها پیش دو دوست با هم به سفر رفتند تا مناطق اطراف را ببینند. وقتی از کنار یک معبد هندی می گذشتند، شنیدند که کسی در داخل آن، باگاوادگیتا را میخواند. باگاوادگیتا یک سوترای بسیار مشهور هندی است. یکی از این دو دوست به دیگری گفت: "بیا! بیا به داخل برویم و به سوترا گوش دهیم." بعد هر دو به داخل رفتند. اما فقط یکی آنجا ماند تا به سوترا گوش کند و دیگری یک نگاهی انداخت و بعد بیرون رفت تا در روسپی خانه، به دنبال دختر بگردد.

آنکه به روسپی خانه رفته بود، خیلی زود کسل شد. او به خاطر کاری که انجام داده بود پشیمان شد و خیلی احساس شرمندگی کرد. او فکر کرد: "خدایا! این واقعاً بی معنی است. من خیلی شرمنده ام. چرا به جای گوش دادن به تعالیم

مقدس، به یک چنین جایی آمدم؟ دوستم حالا در حال گوش دادن به سوتراست و اجر بیکران دریافت میکند، در حالیکه من با حضورم در روسپی خانه، خود را تحقیر میکنم. چقدر فاسد!

او نسبت به خودش احساس انزجار داشت و شرمنده بود، برای همین به معبد بازگشت تا به سوترا گوش کند. اما وقتی به آنجا رسید، خواندن سوترا تمام شده بود. او واقعاً متأسف شد و تا چند روز بعد، همچنان توبه میکرد.

در حالیکه این دوست در روسپی خانه، احساس شرمندگی میکرد، دوستش در معبد نمی توانست ذهنش را آرام کند و به سوترا گوش دهد. (استاد و همه حضار می خندند) ذهن او مدام در روسپی خانه بود و فکر میکرد: "خدایا! این واقعاً کسل کننده است چرا باید همچنان اینجا بمانم و به سوترا گوش دهم؟ دوستم حالا در حال عیش و نوش است و اوقات خوشی دارد، در حالیکه من اینجا نشسته ام و به سوترا گوش میدهم!" (استاد و همه می خندند)

همینطور که به این چیزها فکر میکرد، حالت روحی اش خراب شد. بعد از مدتی این دو دوست مُردند. فرشته مرگ، دوستی که به سوترا گوش کرده بود را به جهنم فرستاد و دوست دیگر را به روسپی خانه رفته بود، به بهشت فرستاد. (استاد و همه می خندند)

میدانید چرا؟ چون همه چیز توسط ذهن خلق میشود! خدا فقط به رفتار ما نگاه نمیکند. او به قلب ما نگاه میکند! گاهی ما رفتار کسی را می بینیم، اما واقعاً نمی دانیم که همانطوری هست یا نه. مگر اینکه بتوانیم از درون او را برآورد کنیم که قضاوت شخص درونی بسیار مشکل است. شاید او خیلی مهربان به نظر برسد، اما قلبش اینطور نباشد یا شاید قلب خیلی مهربانی داشته باشد، اما این از ظاهرش پیدا نباشد.

این در مورد بعضی از متشرفین ما هم صدق میکند. شما میدانید که آنها در گذشته خیلی پرهیزگار نبودند، بعضی از آنها تبهکاران بزرگی بودند، بعضی از آنها زنان تبهکار بودند. (استاد و همه می خندند) بعضی ها کسانی را کشتند یا کارهایی انجام داده اند که توسط جامعه قابل قبول نیست. اما بعد از اینکه توبه کردند، سعی کردند تا خود را پاک کنند و صادقانه برای بهتر شدن ممارست کردند. بالاخره گناهان آنها پاک میشود.



شاید کسانی هم باشند که در طول زندگی شان هیچ جرمی مرتکب نشده باشند، اما فقط ول بگردند و از یادگرفتن مدیتیشن امتناع کنند و فقط نیم-نگاهی به استاد بیاندازند و هیچ چیز حس نکنند. آنها محل را ترک می کنند تا به دنبال استادان دیگر بگردند. آنها همیشه در حال خرید در اطراف هستند. میتوان گفت که "در حال خرید در کوه ها"، چون اکثر استادان روشن ضمیر در کوه ها زندگی میکنند. (استاد و همه می خندند) آنها از یک کوه به کوه دیگر میروند، چون کوه دیگر برایشان سبتر و زیباتر به نظر میرسد. آنها به خاطر اینکه در ممارست معنوی شان، صداقت ندارند، در کارهایی که انجام میدهند، موفق نیستند.

پس با ظاهر ظاهراً مهربان مان، نمی توانیم خدا را گول بزنیم. ما نمی توانیم خدا را گول بزنیم، چون گول زدن خدا یعنی گول زدن خودمان. ما کاملاً میدانیم که چه میخواهیم و چه می کنیم. ما به وضوح میدانیم که صادق هستیم یا نه.

شما در مورد استادان قدیمی هم داستان هایی خوانده اید. بعضی از آنها نسبتاً عجیب بودند، مثل "جیگونگ" (یک استاد چینی). شنیده ایم که او گوشت میخورد، شراب می نوشید و همیشه مست بود و به زمین می افتاد و وقار و منزلت نداشت. یک قدیس زنده به نام "چین شان" هم بود که او هم یک راهب عجیب بود. (استاد و همه می خندند)

او همیشه خیلی شلخته و بی وقار بود. اما آنها ممارست میکردند و از سطح معنوی شان مطلع بودند، آن قدیس هم همینطور. در نتیجه با اینکه قضاوت کردن از روی ظاهر آسان نیست، ما به عنوان رهروان معنوی با توجه به درون مان میدانیم که صادق هستیم یا نیستیم. حتی اگر ندانیم، خدا میداند. بر اساس کارهای بیرونی مان نیست که دیگران به ما ایمان می آورند، لزوماً اینطور نیست! خدا قضاوت میکند.

واقعاً صادق بودن، مهم ترین چیز در ممارست معنوی است. در مدیتیشن گروهی، شاید بعضی ها ساکت آنجا نشسته باشد، اما ذهن شان متمرکز نیست. به همین دلیل استاد اغلب به شما میگوید که وقتی به مدیتیشن گروهی میروید، باید جسم، گفتار و ذهن تان را پاک نگه دارید. وگرنه از نشستن در آنجا هیچ اجری کسب نمی کنید و وضع تان از کسانی که صادقانه در خانه

مدیتیشن میکنند، بدتر است. آنها خیلی صادق و فروتن هستند و چون هر روز مدیتیشن میکنند، اجر بیشتری کسب میکنند.

اما مسلماً در هر حال وقتی در مدیتیشن گروهی شرکت میکنیم، اجر زیادی دریافت می‌کنیم، چون صداقت دیگران بر ما تأثیر میگذارد. مثلاً وقتی به اینجا می‌آئیم و صدها هزار نفر را می‌بینیم که مشتاقانه مدیتیشن میکنند و اینقدر جدی می‌نشینند، شاید احساس شرمندگی کنیم و سعی کنیم برای مدتی ساکت بنشینیم. به همین خاطر با تمرکز و پاکسازی ذهن، به طور طبیعی اجر زیادی کسب میکنیم.

## رهروان معنوی باید خود را تأمین کنند

مردی به خاطر گشت و گذار یا شاید انجام کاری به جنگل رفت. یک روز اتفاقی روباهی را دید که همه پاهایش را از دست داده بود. او متعجب شد که چطور روباه توانسته بدون پا، در جنگل زنده بماند. برای همین او را زیر نظر گرفت. بعد یک ببر را دید. او مقداری گوشت شکار با خود آورد و خورد. هر چه مانده بود، نصیب روباه شد. بعد مرد فهمید که روباه چطور زنده می ماند. روز بعد نیز خدا از طریق ببر، روباه را تغذیه کرد. مرد که حالا به نوعی روشن-ضمیر شده بود، با خود فکر کرد، "آه، ما باید به خدا تکیه کنیم. ما باید به خدا اعتماد کنیم، بعد او همه چیز ما را تأمین میکند."



به همین خاطر او کار و کاسبی اش را کنار گذاشت و همسر و فرزندانش را فراموش کرد و دیگر حتی برای مدیتیشن گروهی به مرکز شیهو نرفت. (خنده) او فقط آنجا در جنگل نشست، سعی کرد به خدا تسلیم شود، به این امید که خدا روزی او را تأمین کند. او آنجا نشست و بر خدا مدیتیشن کرد و حتی اسامی مقدس را هم تکرار نکرد. او گفت: "من فقط به خدا اعتماد دارم. چرا باید نام کسی را تکرار کنم؟ من به خدا اعتماد دارم، من خدا را دوست دارم، من به خدا ایمان دارم، من از خدا میترسم و به او احترام میگذارم، این برای من کافیست. من همه چیز را به خدا می سپارم."

برای همین او آنجا نشست. شاید منتظر رسیدن کره، نان، پنیر، توفو بود. روز اول هیچی نرسید، برای همین او همچنان به آنجا نشستن ادامه داد. او گفت: "خدا در حال آزمایش کردن ایمان من است." یک روز دیگر هم آنجا نشست.

روز دوم، نه توفویی رسید و نه کلمی در زمین مقابلش روئید. هیچ چیز اتفاق نیفتاد، به همین خاطر او فکر کرد: "آه، حتماً خدا دارد شهامت و ایمان من را آزمایش میکند. مسلم است که من ایمانم و توانایی تسلیم بودنم و اعتماد تردیدناپذیر و محکم ام را به او نشان میدهم." به همین خاطر همچنان آنجا نشست و همینطور منتظر ماند.

روز سوم هم فرا رسید. هیچ چیزی اتفاق نیفتاد، نه کره ای، نه نانی، نه پنیری، نه توفویی، نه کلمی، نه هویجی و نه حتی آب بارانی. ملج، ملوچ، حالا او از طرف گلو، شکم، دست و پا آزمایش میشد، نه لزوماً از طرف خدا، بلکه از طرف همه اعضاء بدنش. همه اعضاء او سعی میکردند که برایش چیزی کم نگذارند. (استاد و همه می خندند) برای همین او عمیقاً رنج میکشید و سعی میکرد به آنچه اتفاق افتاده، فکر کند. او به خدا دعا کرد: "لطفاً بیش از این من را آزمایش نکن، من واقعاً به تو اعتماد دارم. من واقعاً به تو تسلیم هستم. ایمان من به تو محکم است. این ایمان هرگز از بین نمیرود."

بعد از بهشت یا شاید هم از شکمش صدایی آمد، نمودانم. (استاد و همه حضار می خندند) این صدا میگفت: "آه، ای احمق نادان. چرا شیوه روباه معلول را یاد گرفتی؟ بلند شو. مثل ببر عمل کن."

خب، ما هم میتوانیم راهب شویم، اما باید کار کنیم، باید برای امرار معاش مان یک سری کارهای کوچک انجام دهیم. به همین خاطر است که به شما گفتم که باید روزی مان را خودمان بدست آوریم، چون ما ابزارها و هوش لازم را داریم. ما روباه معلول نیستیم. اگر بودیم، شاید خدا روزی مان را تأمین میکرد. اما چون معلول نیستیم، چرا باید مثل آن حیوان معلول عمل کنیم؟ ما باید مثل شیر، ببر، فیل، اسب باشیم. باید تأمین کننده باشیم و نه گداز، نه دریافت کننده. راه زندگی همین است. تا وقتی هنوز در این جهان توهمی هستیم، باید روزی-مان را تأمین کنیم، باید خودمان را آموزش دهیم، باید با ابزارها بازی کنیم، با

توانایی و هوش مان تجربه کسب کنیم. بعد ببینیم زندگی چه چیزی به ما عرضه میکند. بعد ببینیم فردا چه چیزی برای ما دارد.

ما با توانایی و هوش مان، شاهد رشد زندگی در درون مان هستیم، شاهد تغییر زندگی با فصول، شاهد فواید حاصل از ابزارها برای ما، خانواده مان و در سطح گسترده تر، برای جامعه. ما هوش داریم، باید از آن استفاده کنیم. خرد یک چیز است، هوش و توانایی چیز دیگری.

خرد، عمیق است. خرد را هرگز نمیتوان از کسی گرفت. خرد را هرگز نمیتوان آموزش داد، هرگز نمیتوان آلوده کرد، هرگز نمیتوان کاهش یا افزایش داد. ما باید از هوش و دانش مان برای رسیدگی به امور روزمره در این جهان مادی استفاده کنیم. خرد را میتوانیم برای هدف بزرگتر و شریف تری همچون روشن-ضمیر تر کردن دیگران یا قدرتمندتر کردن خودمان به کار بریم تا بتوانیم به نیازمندان کمک کنیم و مثلاً درمان بدون درمان، دانستن بدون دانستن، کمک بدون کمک، برکت دادن بدون برکت دادن را برای جهان انجام دهیم، بی آنکه ذره ای تکبر داشته باشیم و ذره ای از اعتبار آن را از آن خود بدانیم. ما باید اینچنین عمل کنیم.

پس ما امروز، فردا یا هر روز مدیتیشن میکنیم. درست مثل بئر. ما تأمین میکنیم، برکت می دهیم، نمی پرسیم، خواهش نمی کنیم. فکر میکنم خدا، فرشتگان، موجودات روشن ضمیر وظیفه خودشان را انجام میدهند. آنها کارشان را انجام میدهند. ما هستیم که باید ردپای آنها را دنبال کنیم و کار آنها را نیز انجام دهیم- نه اینکه همیشه برای خودمان دعا کنیم یا برای این زندگی موقتی خواهشی مطرح سازیم. هر وقت واقعاً چیزی نیاز داشته باشیم، میتوانیم برای آن دعا کنیم. فقط برای همان چیز لازم تا بتوانیم به زندگی معنوی مان ادامه دهیم، نه اینکه همیشه در قلمرو معنوی، گدا باشیم.

## متد چکمه های بزرگ

مدتها پیش در هندوستان، یک پادشاه بسیار خوب و مهربان بود که زیردستانش را خیلی دوست داشت. او با عشق، شفقت و توجه به مردم حکمرانی میکرد. اما هر بار که یکی از آنها را میدید، همیشه به پای او توجه میکرد. این موضوع مربوط به زمان قدیم است که مردم هنوز کفش نداشتند و پای آنها همیشه با سنگ و خار، آسیب میدید. خار بوته ها گاهی روی زمین می افتاد و از همین رو وقتی کسی پیاده همه جا میرفت، خارها به درون پایش میرفتند. گاهی مردم آسیب می دیدند و از پایشان خون می آمد و دچار عفونت میشدند.

شاه از این موضوع خیلی دلشکسته میشد. او به ارتش دستور داد تا پشم و پوست حیوانات مرده را جمع کنند و روی همه جاده ها بگذارند تا مردم بی آنکه آسیب ببینند، بتوانند روی آنها راه بروند. او به افرادش دستور داد تا نه تنها روی جاده ها، بلکه روی همه زمینهای کشورش پوست بگذارند.

وزیر پادشاه که خیلی پیر و خردمند بود، به او گفت که ایده بهتری دارد. او گفت: "به جای اینکه روی همه زمین ها پوست پهن کنیم که البته به وقت و هزینه زیادی هم نیاز دارد، میتوانید پوست ها را روی پاهای افراد بگذارید تا آنها بتوانند به هر جایی که میخواهند بروند."

این داستان خیلی مسخره به نظر میرسد، اما سمبل یک چیزی هست. درست مثل خیلی از مردم یا خود ما که گاهی می خواهیم جهان را عادل، صلح آمیز، پر رونق، دوستانه، پرمهر و غیره کنیم، اما این امکانپذیر نیست. درست مثل خار و سنگ که مدام روی جاده ها می افتند و حتی گاهی اوقات از آسمان روی زمین می افتند. هر چقدر هم که زمین را بپوشانید، همیشه دوباره سنگ و خارها هستند، حتی روی پوست ها. پس بهتر است که ما فقط از پای خودمان مراقبت کنیم.

متد کوان بین مثل کفش است برای پاهای شما. با اینکه جهان هنوز پر از مشکل، پر از سنگ و خار است، ما میتوانیم روی آنها راه برویم و احساس امنیت کنیم. تا وقتی که خیلی از مردم متد کوان بین را ممارست نمیکند، جهان هنوز مشکل دارد. پس اگر می خواهیم از مشکلات رها شویم، از خودمان مراقبت میکنیم. بعد مشکلی نخواهد بود. شاید مشکلات هنوز وجود داشته-

باشند، اما برای ما آنقدر زیاد نیستند. شما احساس میکنید که کمتر و کمتر  
تحت تأثیر مشکلات جهان هستید. گاهی اگر حس کنیم که تحت تأثیر قرار  
گرفته ایم، به این خاطر است که نسبت به آنها که تحت تأثیر قرار گرفته اند،  
عشق و شفقت داریم.



## پیشکشی واقعی به خدا



این داستان در مورد نیایش ذهنی است. پرستش ذهنی یعنی فرد سرسپرده، رهرو، از هیچ شیء بیرونی مثل گل، عود، طبل، گانگ، مجسمه یا غذای پیشکشی و غیره برای پرستش استفاده نمیکنند.

"آرجونا" را یادتان هست، همان کسی که سرسپرده استاد کریشنا بود و در باگاوادگیتا از آن نام برده شده؟ "آرجونا" به عبادت های بیرونی بسیار طولانی و با دنگ و فنگ برای خدا خیلی علاقه داشت. او یک اتاق بزرگ برای این کار داشت که با چراغهای بشمار روشن شده بود. او از گلدان های طلایی و نقره ای استفاده میکرد. او چندین ساعت وقت برای مراسم و آئین های نیایشی الهه شیوا میگذاشت. او ساعتها می نشست و گاری های پر از گل به پای الهه شیوا می ریخت. میدانید که الهه شیوا، یکی از خدایان هندوست، برهما، ویشنو و شیوا. "شیوا" خدای نابودی است. در واقع او شیطان را نابود میکند، اشخاص خوب را نابود نمیکنند.

"آرجونا" برادری داشت به نام "بیما". او هرگز هیچ عبادتی انجام نداده بود. هرگز به معبد نرفته بود. او همیشه به میائولی میرفت. (خنده و تشویق) او



عادت داشت قبل از شام، فقط چند دقیقه چشم هایش را ببندد و نیایش ذهنی برای خدا انجام دهند. شاید او پیشکشی هم میداد، اسامی مقدس را تکرار میکرد یا چیزهایی نظیر اینها انجام میداد.

"آرجونا" فکر میکرد که او از سرسپردگان بزرگ خداست و بسیار پارسا و سرسپرده است. او فکر میکرد که برادرش "بیما" هیچگونه سرسپردگی ای ندارد. به همین خاطر با دیده تحقیر به او نگاه میکرد. (خنده)

استاد کریشنا متوجه رفتار "آرجونا" شد و خواست درس خوبی به او دهد تا عقلش را سر جایش بیاورد. او به "آرجونا" پیشنهاد داد تا به کوه "کایلش"، اقامتگاه الهه شیوا، سفر کند.

وقتی آنها رهسپار شدند، در راه مردی را دیدند که یک گاری پر از گل‌های مختلف را میکشد. "آرجونا" از او پرسید که این گلها را به کجا می برد، اما مرد همچنان ساکت ماند، چون به شدت در کارش غرق بود و بسیار متمرکز بود. به همین خاطر استاد کریشنا به "آرجونا" گفت: "بیا او را دنبال کنیم تا خودمان به موضوع پی ببریم."

"آرجونا" موافقت کرد و هر دو او را دنبال کردند. آنها دیدند که مرد گلها را در کنار مقدار بسیار زیادی گل که به بزرگی تپه مرکز شیوهو بودند، خالی کرد. بعد دیدند که صدها گاری که بار همه گل است، به همان محل نزدیک میشوند و بارشان را آنجا خالی میکنند. مقدار بسیار زیادی از گل تازه آنجا بود.

"آرجونا" کنجکاوتر و کنجکاوتر شد. دیگر نتوانست کنجکاوای اش را برطرف کند و از مرد پرسید: "لطفاً بگو این گاری های گل از کجا می آیند."

هیچکدام از آنها به خودش زحمت پاسخ دادن نداد. اما بعد از پرسش های مکرر "آرجونا"، یکی از آنها گفت: "آقای محترم، لطفاً مزاحم ما نشوید. ما خیلی مشغول کارمان هستیم. دیگر وقتی برای صحبت نداریم. ما فقط هفتصد و پنجاه گاری آورده ایم و بیش از هفتصد و پنجاه گاری دیگر هم هنوز در معبد هستند. همه اینها گل‌هایی هستند که "بیما"، پسر "پاندو" دیروز برای ستایش سرورمان استفاده کرد."

این یعنی آن کوه گل، فقط نیمی از آنچه بود که آنها باید حمل میکردند، از کل گل‌هایی که هنوز در یک جایی در معبد بود و همه این گلها از طرف "بیما"، برادر "آرجونا" آمده بودند. همان شخص تنبل، همان که هرگز به معبد نرفته

بود، هرگز خدا را ستایش نکرده بود، ظاهراً، و هرگز هیچ کاری انجام نداده بود و حتی گل یا عود پیشکش نکرده بود، همان برادری که "آرجونا" همیشه با دیده تحقیر به او نگاه میکرد و او را فردی بیفایده، بی دین و کسی که سرسپرده خدا نیست، میدانست.

"حالا فقط چهار ساعت به عبادت امروز او مانده و ما باید در این فاصله همه گلها را برداریم. هر روز که او عبادت میکند، کوهی از گل به اینجا می رسد. پس آنها هر روز باید به خاطر پرستش او، این همه گل به دست آمده از ستایش او را جمع آوری میکردند.

"آرجونا" خشکش زد. او پرسید: "شما دارید در مورد 'بیما' حرف میزنید یا 'آرجونا'؟ مطمئن هستید که اشتباه نکردید؟ منظورتان 'آرجونا' هست، درسته؟ 'آرجونا' نه 'بیما'؟! دوست من فکر کن، در این مورد فکر کن. شما اشتباه میکنید. نام او 'آرجونا' هست، 'آرجونا'، آ، ر، ج، و، ن، ن،!"

مرد پاسخ داد: "نه! در مورد 'آرجونا' صحبت نکن. نه، نه، نه! اصلاً منظورمان او نیست. این 'بیما' هست که با سرسپردگی بسیار، نیایش های شکوهمند انجام میدهد، نه برادرش که فقط نمایش بیرونی نیایش را به راه می اندازد." همان موقع مرد دیگری با یک سبد گل آمد. استاد کریشنا که خودش پاسخ را میدانست، عمدتاً از آن مرد پرسید: "آه، دوست من، این گلها پیشکشی چه کسی هستند؟"

مسلماً شما پاسخ را میدانید.

مرد گفت: "آنها دیروز توسط یک مرد خودنما که در زمین زندگی میکنند، پیشکش شده اند. نام او 'آرجونا' هست (خنده) و او بدون عشق واقعی و سرسپردگی، نیایش را به نمایش میگذارد."

به همین خاطر یک سبد گل میدهد و یکعالمه در مورد آن حرف میزند. "آرجونا" از روی شرمندگی سرش را پایین برد و به استاد کریشنا گفت: "آه، کریشنا، چینگ های وو شانگ شی، (خنده) چرا باید مرا به اینجا می آوردید؟ بیاید فوراً اینجا را ترک کنیم. می توانستید در خانه، عیب های من، خودبینی من، ریاکاری من و خودنمایی من را به من بگوئید و از این همه مشکل و زحمت جلوگیری کنید. من اعتراف میکنم که فکر میکردم نیایش و سرسپردگی من خیلی زیاد است. من با تحقیر با "بیما" رفتار کردم. حالا فهمیدم که

مدیتیشن کوتاه "بیما" با سرسپردگی صادقانه، ارزشمندتر از همه نیایش های  
نمایشی من در طول روز است."

استاد کریشنا لبخندی زد و ساکت ماند.

شما میدانید که ما در مرکزمان، در معبد غیر معبدمان، به خودمان زحمت نمی  
دهیم و از گل، عود، طبل، گانگ یا هر چیز دیگر استفاده نمی کنیم. ما فقط  
صداقت و سرسپردگی درونی داریم. به همین دلیل است که به شما گفتم  
تمرکز کنید و مدیتیشن کنید، اینقدر به اعمال بیرونی نیاز نیست، حتی نیاز  
نیست به من یا هر استاد روشن ضمیر دیگری تعظیم کنید.

اگر در درون استادان روشن ضمیر را می بینید، اگر بخواهید، می توانید به آنها  
تعظیم کنید. اما موجودات روشن ضمیر انتظار چنین چیزهایی را ندارند. آنها  
انتظار دارند تا سرسپرده خودتان باشید تا بتوانید ذات درونی تان را ببینید و  
قدیس یا با خدا یکی شوید. ذات شکوهمند خودتان را بیابید و به خودتان و  
بسیاری از موجودات دیگر کمک کنید. خدا از ما چنین انتظاری دارد.

## خرد پیرزن فقیر



اکثر کسانی که میدانند، حرف نمی زنند و کسانی که حرف میزنند، نمیدانند. مسلماً استادانی نظیر بودا یا عیسی برای موعظه میرفتند، اما این فرق دارد. آنها باید این کار را میکردند، وگرنه نمیخواستند. مأموریت آنها این بود، هر چند که رنج می کشیدند. آنها این را نمی خواستند، اما این بدان معنا نیست که همیشه بیرون می رفتند و در جستجوی فرصتی بودند تا بحث کنند. تفاوت در این است. آنها از چنین موقعیت هایی دوری میکردند و فرار میکردند. آنها فقط باید کارشان را انجام میدادند، آموزش به شاگردان، به آنها که نزدشان می آمدند. اما آنها بیرون نمی رفتند و با دیگران بحث نمیکردند تا دانش شان را به نمایش بگذارند.

"تیلوپا" (تیلوپا استاد اعظم استاد میلارپا بود) یکی از کسانی بود که به سراسر هندوستان رفت تا با دانش اش در مورد کتابها، خودنمایی کند. او به هر جا که میرفت، برنده میشد. هیچکس از او برنده نمیشد، چون دانش او در مورد کتابها

بسیار گسترده بود. خب، در خیلی از کشورها چنین افرادی داریم، فقط "تیلوپا" نبوده.

یک روز او در خانه اش بود و یکی از مشهورترین و ارزشمندترین کتابهای آن زمان را میخواند. همان موقع پیرزن فقیری که کثیف و بسیار لاغر و ضعیف به نظر میرسید از کنار او گذشت و چنین چیزی گفت: "تو با اشتیاق زیاد کتاب میخوانی، اما حتی ذره ای از آن را می فهمی؟" (خنده)

آه! "تیلوپا" خیلی یکه خورد. چنین پیرزن زشت و فقیری چطور جرأت کرده در مقابل دانشمند و پروفیسور فرهیخته ای مثل من، اینطوری حرف بزند؟ او یکه خورده بود و نمیدانست چه واکنشی نشان دهد. بعد پیرزن به کتاب او تف کرد و رفت.

"تیلوپا" خیلی عصبانی شد، چون پیرزن جرأت کرده بود به کتاب مقدس او تف کند. به همین خاطر به دنبال او دوید. اما وقتی او به دنبال پیرزن دوید، پیرزن زیر لب چیزی را زمزمه کرد و ناگهان او آرام شد و خشمش از بین رفت. بعد همانجا متوقف شد و به خانه بازگشت و به فکر فرو رفت. شاید احساس میکرد که در شیوه یادگیری او از کتابها، یک اشکالی وجود دارد. به همین دلیل به فکر فرو رفت و عمیقاً فکر کرد. او همچنین عمیقاً به فکر فرو رفت که چرا پیرزن به خودش جرأت داد به کتاب مقدسی که هزاران سال مورد احترام همه هندی-هاست، تف کند.

حتی مردم در مقابل این کتاب نیایش میکردند و به آن پول پیشکش میکردند. هنوز هم در بعضی از کشورها از جمله هند، این کار را انجام می دهند. من میدانم، حتی دیده ام. آنها به کتاب تعظیم میکنند، به آن پول و گل پیشکش میکنند و بر این باورند که همه دانش و خرد در آن جمع است. اما کتاب، کتاب است. شما، شما هستید. چطور میتوان به کتاب تعظیم کرد و چیزی از آن یاد گرفت. اما خیلی ها بر این باور هستند.

خلاصه این مرد به شدت به فکر فرو رفت. همچنین شگفت زده بود که چطور پیرزنی اینقدر ضعیف توانسته یکی دو جمله را زمزمه کند و خشم او را که همچون آتش بود فرو نشاند، گویی که روی آن آب ریخته باشند. بعد از مدتی فکر کردن، او کارش را رها کرد و دیگر با کسی بحث نکرد. او همه جا به دنبال این پیرزن فقیر گشت و سعی کرد آنچه نمیدانست را متوجه شود.

یک روز در جنگل، او را تنها پیدا کرد. او سعی کرد با پیرزن بحث کند و از فصاحت بیان و دانشش برای شکست دادن او در بحث استفاده کند. اما هر چقدر بیشتر سعی میکرد، پیرزن همیشه برنده میشد. این فقیر پیر، زشت، نحیف و ضعیف، همیشه برنده میشد. (استاد و همه می خندند) بالاخره پیرزن به او گفت: "چیزهایی که من میدانم، خردی که من دارم و درک میکنم، در کتابها نیست. نمیتوانی آن را بیابی، پس هرگز نمیتوانی در بحث از من برنده شوی."

در نهایت او به پیرزن تعظیم کرد و او را به عنوان استاد پذیرفت و از او خواست به او آموزش دهد. پیرزن هم چنین کرد.

حرف پیرزن به او این بود که آنچه میخواهی بدانی در کتابها و در این جهان نیست. باید بروی و موجودی بهشتی را بیابی و از او آموزش بگیری. پس راه، تشریف است. ما به درون می رویم و بعد این موجودات بهشتی را می-یابیم. منظور این است. بعد از آنها آموزش می گیریم.

حتی اگر من به شما آموزش دهم، حتی اگر هر استادی به شما آموزش دهد، تنها به صورت کلامی و فیزیکی است. اگر میخواهید چیز بهتری بیاموزید، باید به درون، به سطح بالاتری از آگاهی بروید و از استاد درون، استادی که در همه جا هست، نه استاد فیزیکی آموزش بگیرید. استاد فیزیکی فقط نردبانی است تا شما را به سطوح بالاتر آگاهی ببرد. در آنجا میتوانید در نزد استادی سطح بالاتر، حتی با همان استاد یا یک استاد دیگر، اما در سطح بالاتر و لطیف تر آگاهی، آموزش ببینید.

پس از آن "تیلویا" همه چیز را کنار گذاشت و تمام تلاشش را کرد تا به قلمروهای بهشتی برود و با این موجودات بهشتی دیدار کند و در نزد آنها تعلیم ببیند. راه رسیدن به این موجودات بهشتی، پراز ترفند و سختی است، اما او موفق شد.

"تیلویا" اینچنین بود. حتی بزرگترین و دانشمند ترین مرد هم باید میرفت و برای کسب خرد، به پیرزنی زشت، گرسنه و فقیر تعظیم میکرد. پس برای ما اصلاً مایه تحقیر نیست که برویم و به هر کسی که خرد دارد و میتواند واقعاً راه رستگاری را نشان مان دهد، تعظیم کنیم.

اکثر استادان زمان قدیم، بسیار فقیر بودند. عیسی نجار بود. او هیچ وقت ثروت چندانی نداشت. بودا ثروت بسیار داشت اما همه را کنار گذاشت. او هم هیچ چیز نداشت. او به سراسر هند رفت و برای غذا گدایی کرد. او هم به نوعی گدا شد. اکثر استادان چیزی ندارند. اما اگر بخواهند داشته باشند هم مشکلی نیست.

یکی از استادان سیک، دهمین استاد سیک، خیلی مشهور بود. او ثروتش را نگه داشت. او خیلی ثروتمند به نظر میرسید و مثل شاهزاده ها جواهرات زیادی استفاده میکرد. او هرگز ثروتش را کنار نگذاشت.

اما دیگر استادان سیک به اطراف کشور میرفتند و برای غذا هم گدایی میکردند. پس نیاز نیست که بگوئیم استاد باید فلان جور باشد. مشکلی نیست. بودیساتوا کوان بین را ببینید، او زیورآلات زیادی داشت. موهایش بسیار زیبا و بلند بود و لباسهای زیبا می پوشید. موجودات بهشتی زیبا هستند. زیورآلات آنها طبیعی است و بسته به اجرشان به آنها آویزان است.

پس نیاز نیست بگوئیم استاد همیشه باید فقیر باشد. لزوماً اینطور نیست. اکثر استادان، به خاطر درک درونی شان، زندگی ساده را انتخاب میکنند. اما استاد همیشه بسته به شرایط عمل میکند و این بدان معنا نیست که همیشه باید یکجور باشد، چون اگر استادی به فقر، به زندگی ساده یا لباس ساده خیلی وابسته باشد، این هم یک نوع وابستگی است. اینکه همیشه به یک چیزی یا حد نهایی چیزی بچسبیم هم خوب نیست. استاد باید از درون غیر وابسته باشد، اما در بیرون اهمیت ندارد. به موقعیت شما و پیشینه تان یا به آنچه که باید برای سود رساندن به موجودات با ادراک انجام دهید، بستگی دارد.

## عشق بدون تبعیض



روزی روزگاری تاجری بود با کسب و کار خیلی کوچک که زیاد ثروتمند نبود. کار و کاسبی او خیلی موفق نبود، اما او مشکلی نداشت. او راضی بود و از خانواده اش مراقبت میکرد.

یک شخصی در همسایگی او بود که حقیقت را ممارست میکرد و بسیار فقیر بود. به همین خاطر این تاجر و همسایه های دیگر گاهی اوقات به او غذا و کمک های مادی میدادند تا زمستان و بعضی از ایام سخت را سپری کند. از وقتی که این تاجر مقدار کمی، خیلی کمی، شاید یک هزارم از درآمدش را مثلاً یک تکه نان، گاهی شیرینی، کلم، چند تا هویج، برنج و چیزهایی نظیر اینها که قیمت زیادی ندارند را به این همسایه، به این رهرو ممارست کننده حقیقت داد، کسب و کارش، خانواده اش و سلامتی اش بهتر شد و بچه هایش مطیع تر شدند و چیزهایی از این قبیل و او پول بیشتری بدست آورد.

به همین خاطر هر چقدر که درآمدش بیشتر میشد، بیشتر به این رهرو که در همسایگی اش بود، کمک میکرد، چون حالا پول بیشتری داشت. هر چقدر بیشتر میداد، درآمدش بیشتر میشد و کار و کاسبی اش رونق بیشتری میگرفت و همه چیز بهتر و بهتر میشد.



بعد او پیشرفت هایش را با کمک هایی که به این همسایه میکرد، مرتبط دانست که البته همینطور هم بود. او با خود فکر کرد: "آه، هر چقدر بیشتر به این آقا کمک میکنم، کار و کاسبی ام بهتر میشود. همچنین شنیده ام که او استادی دارد و او به من گفته که استادش میلیونها بار با عظمت تر از خودش است." بعد به عنوان یک تاجر با خود فکر کرد: "آهان! چند میلیون برابر بیشتر. اگر با کمک به این شاگرد بد کار و کاسبی ام چندین برابر بهتر شده، پس اگر به استادش که به گفته او صد، میلیارد، میلیون ها برابر بهتر و با عظمت تر است، کمک کنم، کار و کاسبی ام..."

میتوانید تصور کنید که او با خودش چی فکر میکرد. (خنده) بعد او دست به جیب کرد و هدایای ارزنده زیادی تهیه کرد که شامل پول و همه چیز میشد و راه دوری را طی کرد تا استاد آن مرد را ببیند.

او رفت و پیشکشی ها را فقط به استاد داد و دیگر به همسایه چیزی نداد. از وقتی که او پیشکشی دادن به آن با عظمت ترین استادی که نامش را شنیده بود را شروع کرد، کسب و کارش افت کرد و هر روز بدتر و بدتر شد. هر چقدر بیشتر به این استاد میداد، کمتر به دست می آورد تا اینکه دیگر نتوانست تحمل کند. او تقریباً ورشکست شده بود و تقریباً دیگر چیزی در خانه نداشت و همه خانواده هم از گرسنگی تقریباً در حال مرگ بودند.

او به نزد همسایه اش رفت و با این به اصطلاح شاگرد بد آن استاد اعظم، صحبت کرد و از او پرسید: "چرا به من گفתי که استادت چندین میلیون برابر با عظمت تر از تو هست؟"

شاگرد گفت: "بله، مسلماً، من به تو حقیقت را گفتم. استادم آنقدر با عظمت است که نمیتوانم او را توصیف کنم. فقط صد میلیون برابر بهتر و با عظمت تر نیست. نمیتوانم برایت توضیح دهم که او چقدر بزرگ است، برای همین فقط گفتم که صد میلیارد برابر بهتر از من است. اما او از این هم با عظمت تر است." تاجر گفت: "اما من رفتم و به او پیشکشی دادم، چون فکر کردم او با عظمت تر، برجسته تر، پرهیزگارتر و شایسته تر از توست و از آن زمان تاکنون، کار و کاسبی ام افت کرده و تقریباً از گرسنگی در حال مرگ هستم و کل خانواده ام چیزی برای خوردن ندارد. چرا اینطور شده؟"

شاگرد گفت: "آه، تو قبلاً از روی خوش قلبی و پرمهری به من پیشکشی میدادی. من نیازمند بودم و تو بدون اینکه در عوض آنچه میدهی، چیزی بخواهی، فقط به من میدادی. تو به طور اتفاقی میدادی، بی آنکه فکر کنی که شایسته هستم یا نه، بی آنکه دریافت کننده کمک را انتخاب کنی. تو فقط به خاطر عشقت میدادی.

"خدا نیز آزادانه می بخشد. او بین کسانی که به آنها چیزی می بخشد، تبعیض قائل نمیشود، درست مثل تو که بین افرادی که به آنها چیزی بخشیدی، تبعیض قائل نشدی. تو به من چیزی بخشیدی، اما تفاوت قائل نشدی که خوب یا بد هستم، که شایستگی اش را دارم یا ندارم. اما از وقتی که بین من و استادم تفاوت قائل شدی و آن فرد مقدس برجسته تر، پرهیزگارتر، شایسته تر و بسیار محترم را انتخاب کردی، خیراتی که دادی، به این خاطر بود که فکر کردی شایسته، برجسته و پرهیزگار است. خدا نیز همین کار را کرد. او فقط فرد پرهیزگار، شایسته و مقدس را برای بخشش انتخاب کرد. چون تو تبعیض قائل شدی، خدا نیز تبعیض قائل شد."

پس مطمئن شوید که وقتی به خانه میروید، عشق تان تبعیض قائل نشود. شاید فرزندان تان خیلی بد باشند، شاید همسر تان بد باشد، شاید همسایه های شما خیلی وحشتناک باشند، اما سعی کنید آنها را دوست بدارید. نه اینکه همه به یک میزان عشق دریافت کنند، بلکه متناسب عشق بورزید، به نسبت توانایی تان. هر اندازه که میتوانید عشق بورزید و تنها وقتی آنها نیاز دارند، کمک کنید. اگر نه، با همه برابر و دوستانه رفتار کنید و در قلب تان نفرت نباشد، چون شما نمیتوانید همه را یکجور دوست بدارید.

خدا ما را مجبور نمیکند که همه را یکجور دوست بداریم، پس چرا باید چنین کنیم؟ لازم نیست به زور این کار را بکنیم، اما ما آنها را دوست داریم، یعنی هر وقت به ما نیاز داشته باشند، حتی اگر قبلاً به ما آسیب زده باشند، ما باز میگردیم و فوراً به آنها کمک می کنیم. دوست داشتن آنها یعنی نفرت، نیت بد یا آرزوی منفی نسبت به آنها در دل نداشته باشیم و برای آنها خوبی را آرزو کنیم و برایشان دعا کنیم و برایشان مدیتیشن کنیم.

## دزدی که به رهرو معنوی تبدیل شد



یکبار وقتی دزدی خواست از کاخ دزدی کند، به طور اتفاقی گفتگوی دو تا از خواجه های کاخ را شنید که می گفتند: "شاه ما میخواهد پرنسس با راهبی که در ساحل رود گنگ ممارست میکند، ازدواج کند. نظر تو در این باره چیست؟" خواجه دیگر گفت: "خوب است! خوب است! پرنسس با ارزش ترین شخص در کشور است و راهبانی که در ساحل رود گنگ ممارست میکنند نیز نایاب ترین، پرهیزگارترین و شریف ترین اشخاص در جهان هستند. معلوم است که من خوشحالم و با این ایده موافقم!"

دزد با شنیدن این حرفها دست از دزدی کشید و مخفیانه بازگشت تا راهب شود. (خنده) او با عجله سرش را تراشید و لباس راهبی پوشید. بعد با راهب ها قاطی شد تا مدیتیشن کند و همه اینها به این امید که پرنسس همسر او شود. چند روز بعد، پادشاه واقعاً یک خواجه را به ساحل رود گنگ فرستاد تا از راهبان بپرسد که آیا میخواهند با پرنسس ازدواج کنند یا نه. او از تک تک آنها پرسید. وقتی از یکی پاسخ منفی می شنید، از دیگری می پرسید و همینطور ادامه میداد.

راهب ها، رهروان خوبی بودند و به پرنسس اهمیت نمی دادند، به همین خاطر همه آنها پاسخ منفی دادند. تنها کسی که باقی مانده بود، همان دزد بود که قلبش شوریده حال می تپید و ذهنش فریاد میزد: "من اینجا هستم! سریع به اینجا بیایید." (خنده)

بالاخره خواجه از او پرسید. وقتی خواجه این سؤال را مطرح کرد، دزد ساکت ماند، (خنده) و حتی یک کلمه هم نگفت. دیگران همه پاسخ منفی داده بودند اما او هیچ چیز نگفت. همین، تفاوت زیادی داشت.

خواجه بسیار خوشحال شد و به پادشاه اینطور گزارش داد: "به نظر میرسد یکی از راهب هایی که در ساحل رود گنگ ممارست میکند، میخواهد با پرنسس ازدواج کند. ما از او پرسیدیم و او جواب منفی نداد که این یعنی او نود درصد راضی است، فقط اینکه به طور قطعی نگفت که واقعاً موافق است. در میان آنها که مورد پرسش قرار گرفتند، او تنها کسی بود که جواب منفی نداد." پادشاه که از این خبر خوب خوشحال شده بود، فکر کرد که باید شخصاً برود و هدایای زیادی با خود ببرد تا راهب به طور قطعی با ازدواج با پرنسس موافقت کند.

پادشاه، همه مشاوران، ژنرال ها و خواجه ها را برداشت و به رود گنگ، به جایی که دزد در حال مدیتیشن بود، رفت. او با احترام بسیار از "راهب" خواست تا با پرنسس ازدواج کند. از آنجا که خود پادشاه هم ممارست معنوی میکرد، نمیخواست که پرنسس با یک فرد معمولی ازدواج کند. او ترجیح میداد که دخترش با یک رهرو معنوی ازدواج کند تا بتواند در کنار یک شوهر خوب، یک استاد خوب، ممارست کند. پادشاه تنها در صورتی راضی میشد که دامادش بتواند شیوه مدیتیشن کردن و پرهیزگار بودن را به پرنسس یاد بدهد. به همین خاطر وقتی شنید که یک رهرو که در ساحل گنگ مدیتیشن میکند، میخواهد با پرنسس ازدواج کند، خیلی خوشحال شد. او احترام زیادی نسبت به او نشان داد و به او تعظیم کرد و از او خواست تا با دخترش ازدواج کند.

دزد فرد خودپسندی بود، اما با خود فکر کرد: "من فقط سرم را تراشیدم و لباس راهبی پوشیدم و از راهب ها، رهروان معنوی تقلید میکنم، اما پادشاه و همه مشاورانش با این همه احترام با من رفتار میکنند و ثروت و چیزهای

ارزشمند به من میدهند. حالا تصورش را بکن که اگر واقعاً یک راهب، یک رهرو معنوی بشوم، چه میشود!"

بعد از این فکر، او دیگر نخواست با پرنسس ازدواج کند! (خنده) در عوض به طور جدی ممارست معنوی را آغاز کرد. او که در ابتدا وانمود میکرد راهب است، حالا فواید ممارست معنوی را درک کرد و راهب واقعی شد. از آن به بعد، دزد بسیار صادقانه مدیتیشن و ممارست کرد. حتی روشن ضمیر شد و به قدیسی بزرگ، به یک روهر معنوی بسیار مشهور تبدیل شد.

## خداوند قادر مطلق از همه چیز مراقبت میکند

روزی روزگاری یک یوگی هندی بود که بسیار با وجدان و درستکار بود. یک روز مادر بسیار پیر و بیمار او از دنیا رفت. او خیلی خوشحال شد و فوراً به سوی سالن بزرگ شتافت. در آنجا زانو زد و از خدای قادر مطلق، شاید استاد درونی تشکر کرد! او سجده کرد و گفت: "خدایا شکر! من چیزی نخواستم و به تو دعا نکردم، اما تو برکت بزرگی به من دادی. حالا که به خواست تو مادرم از دنیا رفته، من خیلی آزاد هستم و میتوانم هر روز با تمام وجود، بدون هیچ مزاحمتی به تو فکر کنم. متشکرم!"

او با خوشحالی می رقصید و آواز میخواند. کار او به نظر همسایه ها، خیلی عجیب می آمد و میگفتند: "چطور است؟ مادرش مرده و یک قطره اشک هم نریخته و حتی میرقصد و آواز میخواند."

منظور این است که او برای پیشکشی به خدا، به یک سبکی میرقصیده، اما نه رقص و آواز با آهنگهای دنیوی، اینها مثل هم نیستند! شاید تقریباً مثل هم بودند، حرکت و لرزش داشتند، ظاهر یکسانی داشتند، اما مثل هم نبودند. مادرش هم ناراحت نبود، چون او هم مثل پسرش، یک رهرو معنوی بسیار پرهیزگار بود. هر دو آنها میدانستند که این جهان موقتی است. به همین خاطر وقتی مادرش از دنیا رفت، هم مادرش خیلی خوشحال بود و هم او بعد از مرگ مادرش خیلی خوشحال بود. هر دو آنها آدم های عجیبی بودند!

او بعد از اینکه مادرش را دفن کرد، هر روز به ساحل رود گنگ میرفت تا اسامی مقدس را تکرار کند، مدیتیشن کند و با خدای قادر مطلق ارتباط داشته باشد. سه روز گذشت و این شخص هیچ چیز نخورد و ننوشید. او کاملاً این چیزها را فراموش کرده بود. او در یک ساحل بسیار دورافتاده رود گنگ، جایی که هیچ زائری عبور نمیکرد، نشسته بود و هیچ چیزی برای خوردن دریافت نکرده بود. خدای قادر مطلق به اطرافیاناش گفت: "افسوس! چقدر حیف! شاگرد من آنجا نشسته و از گرسنگی در حال مرگ است و به نظر میرسد که من خیلی مسئول نیستم و هیچ چیز برای خوردن به او نمیدهیم. او آنجاست و هر دقیقه از روز من را به یاد دارد، ولی من اینجا هستم و فراموش کردم از او محافظت کنم."



بعد خدا به فرشته ای که کنارش بود گفت تا مقداری غذای خوب برای او به کنار رود ببرد. مقدار زیادی غذای متبرک شامل چپاتی، سیب و غیره در یک بشقاب طلا گذاشته شد و برای این شخص برده شد. آن فرشته تاکنون انسان ندیده بود، چه برسد به یک پسر. او که دختر بود و از دیدن یک پسر خجالت زده شده بود، به آرامی بشقاب را در کنار او گذاشت و بازگشت.

این پسر غذا را دید، اما کسی را ندید که به آنجا بیاید. او از خدا تشکر کرد و فکر کرد که حتماً این غذا توسط خدا فرستاده شده. او غذایش را تمام کرد و همچنان به تکرار نامهای خدا ادامه داد و مدیتیشن کرد و به خلسه وارد شد. ناگهان افراد زیادی اطراف او را گرفتند و او را بیدار کردند. آنها ترکه و شمشیرهای پهن به دست داشتند و می خواستند او را دستگیر کنند. او با سردرگمی بسیار گفت: "چرا؟ موضوع چیست؟"

آنها گفتند: "ای دزد، تو جرأت کردی این بشقاب طلا را از معبد خدا بدزدی. ما می خواهیم تو را به نزد شاه ببریم تا مجازات شوی."

هر چقدر که او سعی کرد توضیح بدهد، سربازان حرفش را باور نکردند. آنها پسری فقیر با لباسهای کهنه را می دیدند که در کنار رود نشسته و نمی توانستند تصورش را بکنند که او چنین بشقاب طلای ارزشمندی دارد، به همین خاطر حدس زدند که این بشقاب را دزدیده. بشقاب، شبیه آنهایی بود که در معبد برای پیشکشی دادن به خدا استفاده میشد و به همین خاطر آنها این پسر را با خود بردند تا مجازات شود.

بعد از اینکه این پسر را با خود بردند، پادشاه بسیار عصبانی شد. او به زبردستانش گفت که او را کتک بزنند. آنها برای مدت طولانی، بسیار سخت و بسیار جدی او را کتک زدند، اما یوگی اصلاً چیزی حس نمی کرد و پیوسته میخندید. (استاد و همه می خندند) نه مثل من، اما شبیه من. او نه تنها

میخندید، بلکه خیلی هم خوشحال بود، چون انگار داشت قلقلک میشد. آنها از کتک زدن او خسته شدند دست هایشان درد گرفت. (استاد و همه می خندند.) بعد دیگر او را کتک نزدند و گذاشتند برود. پادشاه تعجب کرده بود و از آنجا که گویی خدا از آن پسر محافظت میکرد، دیگر جرأت نکرد کتک زدن به او را ادامه دهد. اما خیلی کنجکاو شد و با عجله به معبد رفت تا ببیند که چنین بشقابی دزدیده شده یا نه.

وقتی به معبد رسید، دید از مجسمه خدا خون جاری است. او خیلی شگفت زده شد: "چطور ممکن است چنین چیزی پیش بیاید؟ چطور ممکن است یک مجسمه خونریزی کند؟"

بعلاوه جاهایی که خونریزی داشتند، دقیقاً همان جاهایی بودند که آن پسر مورد ضرب و شتم قرار گرفته بود. در نتیجه، پادشاه در آنجا زانو زد و در حالیکه نمی دانست چه گناهی مرتکب شده، توبه کرد. بعد فهمید که شاید آن فرد بیگناه است و با کتک زدن او، گویی خدا را کتک زده و به همین خاطر مجسمه خدا خونریزی کرده.

در آن لحظه پادشاه و وزیرانش خیلی ترسیدند. همه آنها با عجله به ساحل رود رفتند و در مقابل آن یوگی کوچک و فقیر زانو زدند و توبه کردند و هر روز به او غذا پیشکش کردند. وقتی به معبد بازگشتند، دیدند که مجسمه خدا دیگر خونریزی ندارد. به همین خاطر موضوع را متوجه شدند.

چون این شخص در مدیتیشن اش بسیار صادق بود، هر روز فقط در مورد خدا فکر میکرد، خدا از اینکه او هیچ غذایی برای خوردن نداشت، احساس گناه کرد. اگر این کتک خوردن به خاطر غذا بود، مسلم بود که اشتباه از خدا بود. به همین خاطر او مجازات را تحمل کرد. اینطور نیست که بعد از خدا شدن یا موجود روشن ضمیر شدن، به هیچ چیز اهمیت ندهید. اگر واقعاً صادقانه ممارست کنیم، خدا از همه چیز مراقبت میکند.





## راه سرّی برای رسیدن به جاودانگی

روزی روزگاری، شخصی در چین بود که اغلب به مردم میگفت راه سرّی رسیدن به جاودانگی را میداند. امپراطور ایالت "یان" دستیار و منشی اش را فرستاد تا این شخص که در مورد جاودانگی میدانست را پیدا کنند و او را به دربار بیاورند تا راه سرّی اش را یاد بگیرند. اما دستیار او خیلی شبیه مسنجرهای کوان بین ما در اینجا یا دستیار من بود! او خیلی آهسته کار میکرد. به جای اینکه با بنز یا بیوک برود، با "یو لونگ" رفت و به همین خاطر خیلی آهسته حرکت میکرد. آه! او حتی با "یو لونگ" هم نرفت، با ارا به اسبی رفت و از آنجا که فکر میکرد سوار شدن بر اسب، خیلی تجملی است، بعد حتی فکر کرد که اسب هم خیلی زیاد است و برای همین پیاده رفت! او خیلی کند بود، خیلی کند!

او در طول راه از همه تفریحات لذت برد و از مسیر اصلی هم خارج شد و به پاریس و خیلی جاهای دیگر رفت. به همین خاطر خیلی طول کشید تا به محل زندگی مردی که راز دستیابی به جاودانگی را میدانست، برسد. چون او خیلی کند بود و خیلی دیر رسید، آن مرد مُرده بود. (خنده)

امپراطور ایالت "یان" خشمگین بود. میدانید، مثل وقتی که من فریاد می کشم، اما او خوب نبود، چون متد کوان بین را ممارست نمیکرد. (خنده) او خیلی بلند فریاد نمی کشید، چون من به خاطر ممارست متد کوان بین، (انرژی) چی دارم و میتوانم بلندتر از او فریاد بکشم. اینطور عصبانی شدن، خیلی مفرح است. (خنده)

امپراطور آنقدر عصبانی بود که میخواست دستیار را اعدام کند. بعد، وزیر از او خواهش کرد تا دستیار را ببخشد و جانش را نگیرد. او به امپراطور گفت: "در این جهان، همه انسانها میکوشند تا زندگی کنند و از مرگ می ترسند. اگر ما این شخص را به خاطر راه دستیابی به جاودانگی بکشیم، این برخلاف آرمان ماست. بعلاوه این شخصی که لاف میزد راز جاودانگی را میداند، مرده. او نتوانست خودش را نجات دهد. این یعنی آن راز بیفایده بوده! پس لطفاً این شخص مفید را به خاطر یک شخص بیفایده نکشید."

امپراطور ایالت "یان" حس کرد که حرفهای وزیر، منطقی است، به همین خاطر اسامی مقدس را تکرار کرد، پنج رهنمود را رعایت کرد و از اصل عدم کشتار استاد اعظم چینگ های پیروی کرد! (خنده)

در آن زمان، ایالت دیگری بود به نام "کی" که در آنجا شخصی به نام "هوتزو" نیز در مورد مردی که راز دستیابی به جاودانگی را میدانست، شنیده بود و بسیار مشتاق یادگیری آن بود. وقتی او از مرگ این مرد مطلع شد، بسیار درمانده شد و با ناراحتی گریه کرد. دوست او "فوتزو" با صدای بلند خندید و گفت: "ای احمق نادان! آن مرد گفت که راز جاودانگی را میداند، اما حالا خودش مرده. نمی بینی که او در واقع یک احمق بوده؟ برای چی گریه میکنی؟ این نشان میدهد که تو هیچ خردی نداری و نمیدانی میخواهی چه چیزی را یاد بگیری."

"هوتزو" با عصبانیت به دوستش گفت: "تو خیلی در اشتباهی! بعضی ها بعضی از راه های سرّی را میدانند، اما چون نمیدانند چطور از آنها استفاده کنند، نمیتوانند از آنها استفاده کنند. بعضی ها هم هستند که میدانند چطور از راههای سرّی استفاده کنند، اما نمیدانند که متد صحیح در کجا فاش میشود. مثلاً قبلاً در ایالت "وی" شخصی بود که در ریاضی مهارت داشت. او قبل از مرگش، روشهای محاسباتی اش را به پسرش یاد داد. این پسر همه چیز را شنید، اما نتوانست به خوبی پدرش محاسبه کند. یک شخصی از یک جای دیگر به نزد این پسر آمد و از او خواست روشهای محاسباتی را به او بیاموزد. وقتی او به خانه رفت، توانست به درستی و دقیقاً همچون پدر آن پسر، هر مسئله ریاضی را محاسبه و حل کند. او درست مطابق با گفته های همان پسری عمل میکرد

که ریاضی نمیدانست و بعد این گفته‌ها را گام به گام تمرین کرد و در نتیجه درست مطابق پدر مرحوم پسر شد.

مردی که راه سرّی دستیابی به جاودانگی را میدانست، شاید متد را میدانست، اما از آن استفاده نمی‌کرد یا به درستی آن را تمرین نمی‌کرد. اگر میتوانستیم راه سرّی را از او یاد بگیریم و خودمان تمرین کنیم، خیلی خوب میشد!

در مورد متد کوان بین هم همینطور است. با توجه به اینکه شما میتوانید مدت طولانی بنشینید، ده ساعت بدون حرکت بنشینید و چنان تجربیات خوبی داشته باشید، نشان میدهد که این متد، متد صحیحی است. این متد سرّی، روال عادی خودش را دارد. پس اگر با پیروی از دستورات استاد آن را ممارست کنید، نمیتوانید اشتباه کنید! گاهی من مسنجرهای کوان بین را می فرستم تا به شما تعلیم دهند، بعد شما با پیروی از دستورات شفاهی مسنجر کوان بین، ممارست میکنید. مهم نیست که من آنجا نیستم. فقط متد را دنبال کنید تا مدیتیشن کنید و شما میتوانید تجربیات بسیار خوبی داشته باشید.

شاید مسنجرهای متد کوان بین، در ممارست معنوی از شما برتر نباشند، پس لازم نیست آنها را بپرستید. در عوض ذات اصیل خودتان را بپرستید. قدرت استاد قادر مطلق در درون را بپرستید که در اصل در ما نهفته است. از طریق مسنجرهای کوان بین و ممارست صحیح متدی که از استاد آموختیم، حتماً میتوانیم به حقیقتی که خواستار آن هستیم، برسیم. البته با اینکه اینطور می‌گوئیم، متد مهم‌ترین چیز نیست! قدرت درونی ما تنها وقتی میتواند فعال شود که انرژی زنده به درون ما منتقل شود.

حقیقت این است که این شخص به طور اتفاقی این متد سرّی را میدانست، شاید این را از استادی که به حقیقت دست یافته بود، فرا گرفته بود. به همین خاطر اشکالی نداشت که یک شخص دیگر متد را از او بیاموزد. این متدهای سرّی همه جا یافت نمیشوند. چرا هیچکس دیگر به جز آن پیرمرد در ایالت "یان" در مورد راز دستیابی به جاودانگی نمیدانست؟ و چرا او با اینکه این را میدانست، مُرد؟

دو توضیح وجود دارد. اول اینکه شاید مردم ایالت های "یان" و "کی" سخنان او در مورد جاودانگی را به اشتباه متوجه شدند. جاودانگی به معنای این نیست که جسم فیزیکی ما تا همیشه هست، بلکه به معنای رستگاری روح ما تا ابد

است. وقتی به حالت بدون تولد و بدون مرگ، بدون نابودی و بدون خلقت، بدون آلودگی و بدون پاکی رسیدیم، بعد در واقع جاودانه شدیم. اما وقتی مردم عادی در مورد جاودانگی می شنوند، به جنبه مادی آن فکر میکنند. به همین خاطر وقتی آنها در مورد مرگ آن شخص مطلع شدند، نا امید شدند یا به دیگران که سعی میکردند جاودانگی را از او بیاموزند، خندیدند و گفتند: "وقتی خود آن استاد مرده، چطور می خواستید جاودانگی را از او بیاموزید؟" به نظر من این توضیح دقیق تر است.

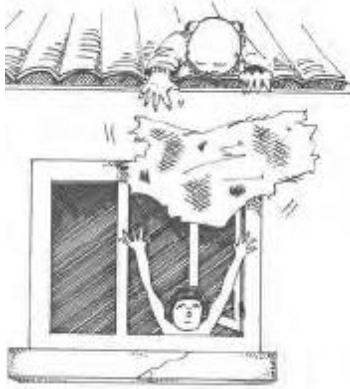
توضیح دیگر اینکه شاید آن شخص متد سری را یاد گرفته بوده، اما آن را ممارست نمیکرده. شاید واقعاً راهی بوده که مردم بی آنکه پیر شوند، زندگی کنند و چند هزار سال یا ده ها هزار سال زندگی کنند. ما نباید سریع در مورد آنچه هست و آنچه نیست، نتیجه گیری کنیم. قبل از اینکه واقعاً بدانیم، نباید چیزی را انکار کنیم. اگر واقعاً نمیدانیم، می گوئیم نمیدانیم. اگر میدانیم، می-گوئیم که میدانیم.

اگر آن شخص راه دستیابی به جاودانگی را میدانست، چرا مرد؟ شاید به این خاطر که بر اساس متدی که استادش به او آموزش داده بود ممارست نمیکرد یا به طور جدی آن متد را ممارست نمیکرد، به همین خاطر نتیجه ای نگرفته بود. این هم خیلی امکانپذیر است.

به عنوان مثال خیلی از مردم میدانند که چطور "تای چی جوان" را ممارست کنند یا چطور تانگو، رامبو یا چاچا برقصند و اینها را میتوانند از کتابها یاد بگیرند. اولین گام با پای راست و دومی با پای چپ، چرخش به چپ و بعد راست، جلو، عقب و غیره. او همه را میداند و تصویرهایی از گامهای رقص دارد، اما اگر آنها را تمرین نکند یا فقط برای یکی دو روز تمرین کند و مرتب برای رقصیدن به باشگاه نرود، فراموش میکند.

اگر ما به این تصویرهای او دست یابیم، میتوانیم آنها را تمرین کنیم. شاید واقعاً کامل نباشند، اما به محض اینکه گامهای ابتدایی را بیاموزیم، میتوانیم آنها را تمرین کنیم و بهتر شویم. شاید بتوانیم با یک متخصص تمرین کنیم و بعد بهتر شویم. بعد خودمان شخصاً به هوش مان بیفزائیم و استعدادمان را نشان دهیم و حتی بتوانیم بهتر برقصیم.

چرا در آن زمان در چین، تنها آن شخص به دانستن راه سری دستیابی به جاودانگی، مشهور بود و کسی دیگر آن متد را نمیدانست؟ شاید درست مثل مسنجرهای کوان بین ما که همه جا نمی توانند چند نفر از آنها را داشته باشند. مثلاً تنها یک یا دو استاد هستند، خیلی از شاگردان آنها نمی توانند متد را انتقال دهند و همیشه این امکان وجود ندارد که چند نفر از آنها به هر جایی فرستاده شوند. به همین خاطر در آن زمان در آن کشور، مردم شنیدند که تنها آن شخص این متد را میداند. (تشویق)



## دام خیریه دادن

این داستان در مورد بیکسونی ای به نام "سوکلا" است. یک روز سرور جهان ها، شاکامونی بودا در دوره ساراسواتی، در آشرام "جتاوانا" اقامت داشت. او برای چهار گروه از سرسپردگان (یعنی سرسپردگان زن و مرد، هم شاگردان عادی و هم راهب ها) در مورد تعالیم اعظم سخنرانی میکرد. در آن زمان پیرمرد بسیار ثروتمندی بود که دختر بسیار زیبایی داشت. یک چیز این دختر خیلی خاص بود. وقتی او به دنیا آمده بود، در یک تکه پارچه سفید پیچیده شده بود. والدین او متحیر شده بودند، برای همین نظر یک طالع بین را در این باره خواسته- بودند. طالع بین گفته بود: "نباید نگران باشید. این دختر اجرهای متبرک زیادی دارد. من نام او را سوکلا می گذارم."

همینطور که دختر بزرگ میشد، تکه پارچه ای که روی او بود هم بزرگتر میشد. او همچنین بسیار زیبا و برازنده شد. از آنجا که او دختری زیبا از خانواده ای خوب و با پیشینه ای خوب بود، خیلی ها به خواستگاری او می آمدند. اما او به هیچکس علاقمند نبود.

یک روز، پدرش تعدادی از هنرمندان بسیار ماهر را جمع کرد تا به اصطلاح جهاز دختر را به زیبایی تزئین کنند. او از پدرش پرسید: "این همه تزئین برای چیست؟"

پدرش گفت: "تو حالا بزرگ شدی و من باید برای ازدواج تو آماده باشم!"

دختر به پدرش گفت: "ازدواج فقط برای مدت کوتاهی دوام می آورد. فایده چندانی ندارد و حتی میتواند زحمت زیادی برای ما ایجاد کند. من نمیخواهم ازدواج کنم. میخواهم راهبه بشوم. راهبه شدن و رستگار شدن، خیلی بهتر است."

او تنها فرزند والدینش بود. از آنجا که والدینش نمی توانستند نظر او را تغییر دهند، دیگر اصرار نکردند و به او اجازه دادند تا راهبه شود. روز بعد، پدر بیرون رفت تا مقداری لباس بخرد. او میخواست برای دختر، لباس راهبگی تهیه کند. دختر پرسید: "من میخواهم راهبه بشوم، چرا هنوز این همه لباس تهیه میکنید؟"

پدرش گفت: "می خواهم برایت لباس راهبگی تهیه کنم." دختر سرش را تکان داد و گفت: "لازم نیست. همین تکه پارچه ای که به تن دارم، کفایت میکند."

والدین او متعجب شدند و نمیدانستند چه بگویند، به همین خاطر او را به دیدن بودا بردند. مسلماً "سوکلا" از بودا خواهش کرد تا اجازه دهد سرش را بتراشد و راهبه شود. او به بودا گفت: "ای سرور محترم همه جهان ها، داشتن جسم انسانی برای شنیدن حقیقت و دیدن بودای زنده، دشوار است. حالا که من جسم انسانی را دارم و در مورد حقیقت شنیده ام و بودا را ملاقات کرده ام، لطفاً ای سرور بخشنده، به من اجازه دهید تا سرم را بتراشم و راهبه شوم و از تناسخ و تولد و مرگ و غیره رها شوم."

بودا گفت: "خیلی خب، 'بیکسو'!"

وقتی صحبت های بودا تمام شد، موهای دختر ناگهان ریخت، (استاد و همه

حضار می خندند) و تکه پارچه روی تن او نیز به لباس راهبی تبدیل شد. خب! این واقعاً راحت بود! به این شکل از نظر تیغ و لباس و همه چیز هم صرفه جویی میشد. (خنده) سپس، بودا او را به عنوان شاگرد به بیکسونی "ماهاپراجاپاتی" داد تا حقیقت را به او تعلیم دهد. او در ممارست خیلی کوشا بود و خیلی زود به درجه قداست رسید.



آناندا خیلی کنجکاو بود، به همین خاطر کف دستهایش را به ادای احترام به هم چسباند، زانو زد و از بودا پرسید: "سرور محترم همه جهان ها، بیکسونی 'سوکلا' چه اجری در زندگی گذشته اش داشته که سبب شده در یک تکه پارچه و در خانواده ای شریف به دنیا بیاید و همچنین بعد از راهبه شدن، اینقدر زود قدیس شود؟ ممکن است سرورم لطفاً برای ما توضیح دهند تا ما متوجه شویم؟"

بودا به آناندا گفت که مدت‌ها پیش، بودایی، موجود کاملاً روشن ضمیری بود که به این جهان آمد. نام او "ویپاسین" بود. او همیشه با شاگردانش به اطراف میرفت تا موجودات با ادراک را رستگار کند. در همه جا، پادشاهان، مقامات و شهروندان، خیلی به او احترام می گذاشتند. آنها به او پیشکشی میدادند و گردهمایی بزرگ مذهبی برای بودا ترتیب میدادند و از او می خواستند تا در مورد حقیقت، سخنرانی کند.

در آن زمان، یک "بیکسو" بسیار روشنفکر بود که دوست داشت با مردم قرابت ایجاد کند. به همین خاطر هر روز بیرون میرفت و از هر خانه و خانواده ای غذا گدایی میکرد و در عوض پاداش متبرک به آنها میداد. او همچنین موعظه میکرد و دارمای حقیقی "جولای" (روشن ضمیری نهایی) را به همه معرفی میکرد.

یک زن جوان بود که خانواده اش خیلی فقیر بودند. او و شوهرش برای پوشاندن بدن هر دوشان، فقط یک تکه پارچه داشتند. اگر شوهر برای گدایی بیرون میرفت، زن آن پارچه را به شوهر میداد و خودش بدون لباس در خانه می ماند. اگر زن برای گدایی بیرون میرفت، شوهر در خانه می ماند و روی مقداری علفه خشک، می نشست و انتظار می کشید.

یک روز "بیکسو" در سر راهش که برای گدایی میرفت، از جلو خانه آنها گذشت. او زن جوان را دید و به او گفت: "آه، زن جوان! باید بدانی که به دست آوردن جسم انسانی، شنیدن تعالیم حقیقی و دیدار با بودا، سخت است. حالا که در این جهان، بودای زنده ای هست که همیشه حقیقت و تعالیم را موعظه





می‌کند، باید به آنجا بروی و به تعالیم اعظم گوش کنی و بعد حتماً اجر بیکرانی خواهی داشت. چون قبلاً شرور و خسیس بودی و خیرات نمیدادی، حالا فقیر شدی و به این عقوبت دچار شدی. اگر در این زندگی خیرات بدهی، حتماً در آینده ثروتمند میشوی."

زن جوان با شنیدن این حرفها خیلی خوشحال شد. او از "بیکسو" خواست تا بیرون منتظر بماند و خودش به داخل خانه رفت و با شوهرش صحبت کرد و گفت: "به آن سرامانا (یعنی بیکسو) در بیرون نگاه کن. او آمده تا به ما توصیه کند که برویم و بودای زنده را ببینیم و به تعالیم او گوش دهیم. او همچنین توصیه کرده تا خیرات دهیم تا در آینده ثروتمند شویم. او گفت که فقر ما در این زندگی، به خاطر خیرات ندادن و حرص بی انتهای ما در زندگی های گذشته است. حالا باید مقداری دانه خوبی بکاریم تا بتوانیم انتظار داشته باشیم که در زندگی بعدی، بهتر زندگی کنیم."

شوهر بعد از شنیدن حرفهای زن گفت: "باید چه کار کنیم! ما که در خانه چیزی نداریم. ما حتی نمیدانیم که فردا چیزی برای خوردن داریم یا نه. چه خیراتی میتوانیم بدهیم؟"

اما زن اصرار کرد و گفت: "از آنجا که من تصمیمم را گرفتم تا چیزی بدهم، باید یک چیزی بدهم! اگر این بار هم چیزی ندهیم، در زندگی بعدی باز- میگردیم و مثل حالا رقت بار یا حتی بدتر زندگی میکنیم."

شوهر به فکر فرو رفت و گفت: "آه! شاید همسرم مخفیانه یک چیزی را پنهان کرده و به من نگفته!" به همین خاطر به همسرش گفت: "خب! اگر واقعاً میخواهی چیزی بدهی، پس بده."

زن گفت: "بسیار خب! حالا که موافقت کردی، من این تکه پارچه که تنها دارایی ماست را بر میدارم و آن را به این بیکسو پیشکش میکنم. لطفاً سریع آن را به من بده!"

در آن موقع شوهر مقداری نگران شد و گفت: "آه، نه! ما برای بیرون رفتن و گدایی کردن، فقط همین یک تکه پارچه را داریم. اگر این را به بیکسو پیشکش کنی، از این به بعد چه کار کنیم؟ آیا قرار است اینجا بنشینیم و از گرسنگی بمیریم؟"

زن به او گفت: "شوهرم، ما دیر یا زود می میریم، چه خیرات بدهیم چه ندهیم. پس چرا حالا خیرات ندهیم که حتی پس از مرگ، هنوز مقدار کمی پاداش متبرک، به عنوان ذخیره برای آینده مان داشته باشیم؟"

حرفهای زن به نظر شوهر، خیلی منطقی آمد و به همین خاطر او بالاخره موافقت کرد و گفت: "این تکه پارچه را به او پیشکش کن و این خوب خواهد بود."

قبل از اینکه زن، پارچه را به بیکسو بدهد، از او خواست تا به روی سقف خانه برود. چون بعد از پیشکش کردن آن پارچه، خیلی خجالت میکشید که بدون لباس دیده شود. او گفت: "ای پرهیزگار، ممکن است لطفاً به روی سقف خانه ما بروید؟ میخواهم چیزی به شما پیشکش کنم؟"

"بیکسو" خیلی تعجب کرد و گفت: "اگر میخواهی چیزی پیشکش کنی، همین جا این کار را بکن. چرا میخواهی به روی سقف خانه تان بروم؟"

زن گفت: "ای پرهیزگار، لطفاً درک کنید. من و شوهرم فقط همین یک تکه پارچه را داریم که میخواهیم آن را به شما پیشکش کنیم. بعد از اینکه آن را به شما بدهیم، خیلی بی ادبانه است که بدون لباس در مقابل شما ظاهر شویم. اگر روی سقف بروید و من در خانه پنهان شوم، وقتی پیشکشی را دریافت کردید، به شما اهانت نمیشود."

"بیکسو" به روی سقف خانه رفت و زن هم به درون خانه رفت و درب را قفل کرد. سپس پنجره را باز کرد و تکه پارچه را به عنوان پیشکشی به روی سقف انداخت. بیکسو تشکر کرد و پیشکشی صادقانه این زوج را با اینکه کثیف، پوسیده و بی ارزش بود، پذیرفت. سپس این زوج را متبرک کرد و این لباس را به عنوان پیشکشی برای او برد.

به محض اینکه این بیکسو به جایی که وپاسین بودا بود، بازگشت، بودا فوراً به او گفت: "بیکسو، این تکه پارچه را به من بده."

بیکسو فهمید که بودا در این باره میداند، به همین خاطر گفت: "ممکن است بودا، لطفاً پیشکشی صادقانه این زوج را بپذیرند؟"

بعد از اینکه وپاسین بودا، پارچه را دریافت کرد، با محبت بسیار به آن نگاه کرد. در آن زمان، او برای گروه بزرگی که شامل شاه، وزیران، سربازان و تعدادی از شرافتمندان ثروتمند و عموم مردم بود، سخنرانی میکرد. همه با احترام و با

دقت به سخنرانی بودا گوش میکردند. ناگهان دیدند که بودا، تکه پارچه ای کهنه و کثیف که به نوعی مثل دستمال نظافت بود را در دست گرفت و همینطور به آن خیره شد. همه تعجب کردند و بسیار شگفت زده شدند. بودا ذهن همه را خواند و به آنها گفت: "از بین همه کسانی که امروز در این گردهمایی خیرات دادند، هیچکس از کسی که این تکه پارچه را به من داده، بالاتر نیست."

با شنیدن حرف بودا، همه شوکه شدند. ملکه فوراً همه لباسهایش از جمله زیور-آلات و جواهرات و غیره را در آورد. بعد شاه هم همه لباسهایش را در آورد و همه پولی که داشت از جمله پول همراهان را جمع کرد. سپس همه این چیزها را با شخصی به نزد آن زوج فرستاد تا از آنها دعوت کند تا این پیشکشی ها را بپذیرند و به این گردهمایی بیایند. چون آنها می دانستند که آن زوج چیزی



برای پوشیدن ندارند، همه لباسهایشان را به خاطر آنها درآوردند. در آن لحظه "ویپاسین بودا" از فرصت استفاده کرد و در مورد اجر خیرات برای همه صحبت کرد، تا در مورد ویژگی خساست و عاقبت حرص به همه هشدار دهد.

شاکيامونی بودا به آناندا یادآور شد که: "آناندا، باید درک کنی که آن زن فقیر،

حالا بیکسونی 'سوکلا' هست. به خاطر آن پیشکشی صادقانه و خالصانه، تا ۹۱ هزاره دیگر، او در هر جایی که متولد شود، همیشه تکه پارچه ای در اطراف بدن دارد. او همچنین همیشه زندگی ثروتمند، راحت و صلح آمیزی خواهد داشت. او توانست من را ببیند و به قداست دست یابد، چون به تعالیم بودای زنده گوش کرد و مصمم شد تا به رستگاری دست یابد. شما هم باید این را به عنوان یک الگو در نظر داشته باشید تا ساعیانه ممارست کنید و مشتاق خیرات دادن باشید."

پس از این سخنرانی بودا، خیلی از مردم مصمم شدند تا پیشکشی و خیرات بدهند. همه راضی و مملو از شادی حقیقت بودند.

آیا در مورد این داستان، شک، نظر یا پیشنهادی دارید؟ آیا مصمم شدید که چیزی را بدهید یا پیشکش کنید؟ در آن گردهمایی همه تصمیم گرفتند تا خیرات بدهند تا همگی بتوانند به قداست دست یابند! آیا در مورد این تکه پارچه، حس عجیبی ندارید؟ این تکه پارچه در واقع به هر دو آنها تعلق داشت، درسته؟ اما آن زن درخواست کرد که آن را به عنوان پیشکشی بدهند. به این شکل او برای نود و یک هزاره، یک تکه پارچه همراه خود داشت. با پیشکش کردن یک تکه پارچه کثیف و کهنه، او در عوض پارچه ای سفید گرفت و بعد به قداست دست یافت. این واقعاً شگفت انگیز است.

از آنجا که تکه پارچه هم به زن و هم به شوهر تعلق داشت، پس چرا فقط زن پاداش متبرک گرفت؟ ما نشنیدیم که فایده ای، نصیب شوهر شده باشد. دلیلش این است که ابتدا زن در مورد پیشکش کردن صحبت کرد و در اصل شوهرش نمی خواست پیشکشی بدهد. او فقط بعد نظرش را تغییر داد! او کندتر تمایل نشان داد. (خنده) پس اگر میخواهید کاری انجام دهید، بهتر است سریع تصمیم بگیرید و سریع آن را انجام دهید تا بهترین پاداش را بگیرید.

فقط با دادن پیشکشی صادقانه به شاگرد بودای زنده، او به مدت نود و یک هزاره، (یک هزاره میتواند میلیاردها سال باشد) هر بار در پارچه ای سفید پیچیده شد و همیشه در خانواده ای ثروتمند به دنیا آمد. او بالاخره بودای زنده را دید و آنقدر سریع به قداست دست یافت که آنها هم به پای او نرسید. آنها بعد از فوت شاکيامونی بودا به قداست دست یافت، در حالیکه این بیکسونی، بعد از تشریف، در عرض چند ماه به قداست رسید.

در هر حال شما فکر میکنید که خیرات دادن خوب است؟ (حضر، هدف نهایی نیست.) هدف نهایی نیست! تناسخ یافتن به مدت نود و یک هزاره، فقط برای یک تکه پارچه، واقعاً وحشتناک است! در واقع اگر او در آن زمان خیرات نداده بود و در عوض خواستار رستگاری شده بود، در یک زندگی رستگار شده بود و دیگر به آن همه اجر نیاز نداشت. متأسفانه او در زمان پیشکشی دادن، خواستار رستگاری نهایی نشد. او پیشکشی داد، چون میخواست در آینده در خانواده ای ثروتمندتر به دنیا بیاید.

اشتباه از کی بود؟ آیا اشتباه از او بود؟ نه! اشتباه از بیکسو، شاگرد بودا بود. او در مورد متد اعظم به او نگفت. او فقط اجرهای درون سه قلمرو را به او معرفی

کرد. او فقط گفت که اگر خیرات دهید، میتوانید در عوض اجر بگیرید و همین، حرص آنها را زیاد کرد. اگر او به آن زن گفته بود: "شاید حالا فقیر باشی، اما مهم نیست. یک بودای زنده روی زمین است. اگر از او پیروی کنی و ممارست کنی و مصمم باشی که به رستگاری دست یابی، قلمرو بهشتی مملو از همه انواع گنج هاست. میتوانی بعد از رستگاری، هر چیزی که میخواهی را داشته باشی. مهم نیست که چقدر ثروتمند هستی، تا وقتی در این جهانی، اینجا بهتر از بهشت و با عظمت تر از نیروانا نیست."

اگر اینطوری گفته بود، بهتر نبود؟ به همین خاطر است که استاد، بر خیرات تأکید نمیکند، چون نگران است که حرص ثروت در شما ایجاد شود. من به هر جایی که میروم، بر خیرات تأکید نمیکنم. حتی اگر هم تأکید کردم، تحمل در مقابل توهین، کوشایی، سامادی و خلسه را شامل کردم و گفتم که این فقط یک بخش از کل است و مهم نیست. من همیشه به شما گفته ام که خیرات چیز بزرگی نیست، چون ما دست خالی آمدیم و دست خالی هم می رویم. ما خیلی به این جهان مدیون هستیم. حتی وقتی مقدار کمی به دیگران می دهیم، فقط برای پرداخت بدهی مان است. در واقع نمی توانید این را خیرات بدانید. به همین خاطر از اینجا می توانیم تفاوت بین متد معمولی و متد اعظم را ببینیم. یک متد معمولی به مردم توصیه می کند تا خیرات دهند تا در آینده اجر دریافت کنند و غیره و بعد به تدریج و آهسته، به سوی نیروانا بروند. نود و یک هزاره! آمیتا! آیا می دانید که نود و یک هزاره چقدر است؟ ما حتی نمیتوانیم نود و یک زندگی را تحمل کنیم، چه برسد به نود و یک هزاره.

هر بار که شما متولد شوید، باید تولد، پیر شدن، بیماری و مرگ را تجربه کنید، هر چقدر هم که ثروتمند باشید. ما هر بار که زاده می شویم، پیر میشویم و بیمار میشویم، درد داریم و حتی در زمان مرگ و جدایی، دردمان بیشتر است. بعد بین مرگ و زندگی، هنوز مقدار زیادی نابرابری، مقدار زیادی رنج کم یا زیاد، مقدار زیادی احساسات غیر منتظره و برخوردهای ناسازگار هست. در واقع ارزشش را ندارد که برای نود و یک هزاره، به این شکل زندگی کنیم.

اگر خرد درون ذهن تان بیدار نشود و در جهت رستگاری نهایی فکر نکنند، هر ممارستی که کنید، فایده ندارد. اگر فقط درون سه قلمرو پرسه بزنید، چه فایده دارد؟! چنین تجربیات مشابهی نظیر مرگ، پیر شدن، بیماری و مرگ، دردسرها

و انبوه رنج های دنیا، برای پادشاه هم وجود دارد. به همین خاطر، شما باید بدانید که متد اعظم با آن متدهای معمولی درون سه قلمرو فرق دارد. هر هدفی که در ذهن داشته باشیم، به آن میرسیم. هر چیزی که واقعاً در قلب مان، روح-مان و خردمان بخواهیم، دیر یا زود به دست می آوریم.

وقتی آن زن فقیر، پیشکشی داد، بودا را ندیده بود. فقط شنید که بیکسو گفت که خیرات دادن، پاداش ثروت برایش به همراه دارد. گزینه بهتر به او معرفی نشد. او در مورد خیرات دادن و پاداش ثروت از بیکسو شنید و بعد فکر کرد که این خوب است و حتماً حقیقت است. به همین خاطر، فوراً به او ایمان آورد و چنان خواسته ای در او ایجاد شد. شما باید درک کنید که او در آن لحظه، همه انرژی، فکر، گفتار و رفتارش را روی این خواسته متمرکز کرده بود. به همین خاطر باید بازیگشت تا برای نود و یک هزاره، از پاداش متبرک اش لذت ببرد. این جمله توسط بیکسویی که صوت را ممارست می کرد و اجر داشت، بیان شده بود. به همین خاطر بیان او قدرت داشت و می توانست اثری را خلق کند. این اولین بار بود که آن زن در مورد چنان چیزهای خوبی می شنید. او در همه عمرش رنج کشیده بود. حالا که راه خوبی برای رهایی از رنج آینده فراهم شده بود، مسلماً همه فکر و ذکرش را روی آن میگذاشت.

شما همیشه نمیتوانید همه کردار، گفتار و افکارتان را روی یک چیز متمرکز کنید، مگر اینکه رهرو بزرگی باشید. وگرنه، همه انرژی تان را برای خواسته تان صرف می کنید. حتی با اینکه او بودا را دید، باز هم خیلی دیر شده بود. همه انرژی او صرف خواسته قبلی اش برای دریافت پاداش متبرک در زندگی آینده شده بود. به همین خاطر، باید به مدت نود و یک هزاره آنجا می ماند تا از آنچه خواسته، لذت ببرد. خوشبختانه او بودا را دید و کمی بیدار شد. اما از آنجا که در آن زمان، شور و نشاط بسیار کمی (برای رستگاری) داشت، باید به مدت نود و یک هزاره تناسخ می یافت. پس می بینید که ما چطور میتوانیم به این شکل به دیگران آسیب برسانیم؟

در تعالیم بودایی آمده که فرد پیشکشی دهنده، باید نیت پاکی داشته باشد، احساس خوشحالی کند و در ازای آن بخشش، خواسته ای نداشته باشد. کسی که پیشکشی را می پذیرد، باید بدون خواسته باشد، از گرفتن آن احساس شادی کند و پاک باشد. به این شکل، دو طرف میتوانند پاداش متبرک دریافت

کنند. هم کسی که پیشکشی داده و هم کسی که آن را گرفته، باید اینطوری باشند. پس عجیب نیست که آن زن پیش از رسیدن به قداست، باید نود و یک هزاره تناسخ می یافت. وحشتناک است که نود و یک هزاره صبر کنید تا به رستگاری برسید! نود و یک هزاره تقریباً به این معناست که دیگر لازم نیست ممارست کنید.

در واقع او اصلاً پاداش متبرکی دریافت نکرده بود. او بودا را دیده بود، اما باید نود و یک هزاره صبر میکرد تا بتواند رستگار شود. شما میتوانید به محض دیدن بودا، در یک زندگی رستگار شوید. مشکل این بود که او اول به سراغ شاگرد بودا رفت، بعد همه انرژی اش را صرف آن خواسته کرد، چون نمیدانست که راه بهتری هم وجود دارد.

پس وقتی بیرون میروید تا برای مردم موعظه کنید، در مورد چیزهای بی ارزش حرف نزنید و حرص یا خواسته های مادی آنها درون سه قلمرو را تحریک نکنید. شما باید آنها را متقاعد کنید تا فوراً خواستار رستگاری شوند. مهم نیست که گوش ندهند. آنها همیشه میتوانند از جاهای دیگر و متدهایی که توسط دیگران معرفی میشود، اجرها و پاداش های متبرک به دست آورند. ما نباید به مردم توصیه کنیم تا آن کارهای بی ارزش را انجام دهند.

"ابتدا ملکوت الهی را بجوئید، بعد همه چیزهای دیگر به شما داده میشود." موضوع واقعاً همین است. اگر نه، نصیحت کردن مردم برای انجام آن کارهای کوچک و دریافت آن پاداش های متبرک کوچک در ازای آن کارها، چه فایده ای دارد؟ این برای دیگران مانع ایجاد میکند. پس اگر کسی هست که به دیگران توصیه میکند تا پیشکشی دهند تا در آینده در زندگی های بعد، اجر دریافت کنند، چنین فردی در واقع آسیب بسیار بزرگی به دیگران وارد میکند. اما این افراد خیلی مغرورند و به خود می بالند و فکر میکنند که واقعاً با عظمت هستند.

این واقعاً وحشتناک است. آنها کارمایی ایجاد میکنند که خود از آن آگاه نیستند و تازه برای این کارشان به خود هم می بالند. اگر چنین افرادی پیشکشی میدادند و بعد به مدت نود و یک هزاره از تناسخ شان لذت می بردند، حرفی نبود. اما اگر دیگران را، میلیونها یا میلیاردها نفر را به انجام کاری مشابه برای به دست آوردن شهرت، فواید و پاداش متبرک در زندگی های آینده

ترغیب کنند، این واقعاً خیلی وحشتناک است! هراس انگیزترین چیز این است که آنها مانع دستیابی مردم به رستگاری میشوند.

مهم ترین چیز در ممارست معنوی، دستیابی به برداشت درست و متد مناسب است. پس از آن، همین که زندگی کاملاً عادی ای داشته باشیم، برای ما به اندازه کافی خوب است. برداشت های نادرست و متد نامناسب، مشکلات به همراه دارد.





## عشق بی قید و شرط استاد

یک استاد روشن ضمیر در آمریکا بود به نام "یوگاناندا". او در ابتدا استادش را در بازاری در یک خیابان دید و بعد از آن استاد تشریف گرفت. او ایمان زیادی به این استاد داشت، به همین خاطر خواستار یادگیری متد شد. استاد اجازه داد و گفت: "یک روز دیگر به نزد من بیا تا به تو تشریف دهم و تو را به عنوان شاگرد بپذیرم." او سپس به یوگاناندا گفت: "امروز، برای یافتن تو آمده ام. اما وقتی تو به نزد من بیایی، یعنی تو به جستجوی من آمده ای. بعد باید از من خواهش کنی. نمیتوانی همینطوری اتفاقی بیایی و از من بخواهی به تو تشریف دهم." یوگاناندا گفت: "مشکلی نیست، هر طور شما بگوئید." بعد وقتی به آنجا رفت، از استاد خواست تا متد را به او انتقال دهد.

آیا میدانید که چرا باید اینطوری رفتار میکردند؟ برای بررسی اینکه آیا او برای متد ارزش قائل است یا نه، به این کار نیاز بود. استاد نگران بود که چون آنها همدیگر را دیده بودند، شاید او استاد را فقط دوست خود بدانند. بعد فقط به آنجا برود و بگوید: "سلام! از شما میخواهم که متد را به من انتقال دهید؟ ما وقتی در حال خریدن سبزیجات بودیم، همدیگر را در بازار دیدیم، یادتان هست؟" (خنده)

این امکان بود که یوگاناندا به این شکل به نزد او برود، به همین خاطر آن استاد گفت: "وقتی به نزد من می آیی، باید موقر و جدی رفتار کنی و تعظیم کنی و از من خواهش کنی که تو را بپذیرم. تنها در آن صورت متد را به تو انتقال میدهم. هرچند که ما امروز همدیگر را شناختیم، اما هنوز هم باید وقتی به نزد من می آیی، به من تعظیم کنی."

اولین دلیل، به جا آوردن تشریفات بود. دومین دلیل برای اینکه بدانند چقدر فروتن است. سومین دلیل برای اینکه فاصله احترامی بین استاد و شاگرد حفظ شود. شاگردان زیادی به آنها نگاه میکردند. اگر او با یک شاگرد خاص خیلی خودمانی رفتار میکرد، از آن پس تعلیم دادن به شاگردان دیگر برایش سخت میشد. بعلاوه او که تازه وارد بود و قوانین را نمی دانست، ممکن بود زود خشمگین شود و بگوید: "ما آن روز با هم سبزی خریدیم و تو قول دادی متد را به من انتقال دهی. این متد در واقع چیست؟ آیا آن را رو میکنی و به من آموزش میدهی؟" (خنده)

پس او باید دستورات را به طور روشن به او میگفت. او واقعاً استاد شفیقی بود. او علاوه بر انتقال متد به او، رفتار درست یک شاگرد را نیز به او آموزش داد. آن روز یوگاناندا به نزد آن استاد رفت، از او خواهش کرد و همه تشریفات را به جای آورد. قبل از اینکه استاد متد را به او آموزش دهد، به او گفت: "من بدون قید و شرط، تو را به عنوان شاگرد می پذیرم. من بدون توجه به اینکه سطح معنوی یا اخلاقیات تو چقدر بالا یا پایین است، شخصیت تو چقدر خوب یا بد است و رفتارت چقدر شریف یا بد است، برای همیشه دوست دارم، از تو محافظت میکنم و به عنوان بهترین دوستم تو را می پذیرم."

یوگاناندا گفت: "بله!" مسلماً خیلی خوب بود که او چنین استادی داشت. استادش همچنان ادامه داد و به طور جدی گفت: "اما من یک شرط دارم." قلب او شروع به تپیدن کرد. ناگهان یک شرط هم بود.

استاد گفت: "تنها شرط من این است که به همین نحوی که من تو را می-پذیرم، تو هم باید من را بپذیری و بدون قید و شرط من را دوست بداری. تو باید من را بی توجه به سطحم، اخلاقم یا رفتار خوب یا بدم، دوست بداری. میتوانی اینچنین باشی؟"

یوگاناندا تردیدکنان گفت: "استاد، شما که استادی روشن ضمیر هستید، مسلماً سطح بسیار بالایی دارید. ما شما را ستایش میکنیم، چون شما اعظم هستید. همانطور که گفتید، شاید گاهی خیلی پایین باشید، اما اگر حس کردم که رفتارتان اشتباه، غیر اخلاقی یا از نظر معنوی خیلی سطح پایین است، نمیتوانم آن را بپذیرم." (خنده)

بعد استادش گفت: "بسیار خب! من به دوستی تو نیاز ندارم. بو میدهد!"

منظورش این بود که او دوست بدی است و این مدل دوست، دوست واقعی نیست.

یوگاناندا که بسیار شرمنده شده بود، گفت: "من را ببخشید، استاد. من همیشه شما را دوست خواهم داشت، در هر سطحی که باشید و با هر اخلاقیات و حالتی که باشید. حتی اگر پایین بروید، من از شما محافظت میکنم." استاد خوشحال شد و گفت: "این خوب است! خب، من تو را به عنوان شاگرد می پذیرم." بعد به او تشریح داد.

چرا استاد او چنین خواسته ای را مطرح کرد؟ آیا استاد به قلب وفادار او نیاز داشت؟ من هم نمیدانم چرا او چنین درخواستی مطرح کرد. من هرگز از شما نخواستم اینطوری باشید. اینطور نیست که او ناکامل بود، بلکه نگران بود که شاگردش با ذهن و توانایی یک انسان معمولی، او را مورد قضاوت قرار دهد. به همین خاطر پیشاپیش، ایمان شاگردش را قوی کرد و گفت: "مهم نیست من چی باشم، تو هنوز باید من را دوست بداری و به من احترام بگذاری." این باعث میشد که او کارما ایجاد نکند و ایمانش متزلزل نشود. چون قول داده بود، باید به آن متعهد می ماند.

بعد از آن، هر وقت که او رفتار اشتباهی از استادش می دید، یادش به آن لحظه می افتاد و همینطوری اظهار نظر نمیکرد. همچنین به یاد داشت که این استاد، او را پذیرفته. اگر استاد، ما را میبیدرد، ما چرا نتوانیم او را بپذیریم؟ اگر بر این باوریم که استادمان روشن ضمیر است، میتواند کارما، فضیلت ها و اشتباهات ما را ببیند، میتواند آنها را بسیار واضح ببیند و با این وجود هنوز ما را به عنوان شاگرد بپذیرد، هنوز ما را دوست بدارد و هر وقت سقوط میکنیم، نجات مان دهد و ما به عنوان انسانهای معمولی، نمیتوانیم کارما، فضیلت ها و اشتباهات را ببینیم، پس چطور میتوانیم او را مورد قضاوت قرار دهیم؟ استاد چنین خواسته ای را مطرح میکند، فقط به این دلیل که میخواهد ایمان ما را قوی کند و ما را از ایجاد کارما در امان دارد. اینطور نیست که استاد روشن-ضمیر، ناکامل باشد، او کامل ترین موجود است. اگر کامل نبود، چطور میتوانست حضور مطلق داشته باشد، چطور میتوانست با کالبدهای مظهري بیشمارش شاگردانش را نجات دهد، چطور می توانست به کل کیهان گوش دهد و عکس العمل نشان دهد.

گاهی شاید تجربیات زیادی نداشته باشیم، اما رهروان دیگر داشته باشند، پس ایمان ما هم زیاد میشود. اگر شخصی همیشه بشنود و به همه پاسخ دهد، حتماً یک چیز با عظمتی در او هست. بعلاوه همه کمک های او بدون قید و شرط، عرضه میشوند. پس ما با اینکه تجربیات زیادی نداریم، ایمان خواهیم داشت. اگر با شنیدن آن داستان ها، هنوز هم ایمان ندارید، خدا به جهنم می رود تا شما را نجات دهد، نه هیچکس دیگر. پس وقتی آن داستانها را میخوانید، فقط صفحات را ورق نزنید، از آنها تعلیم بگیرید!

به فرض که استاد ما کامل نباشد، ما چطور هستیم؟ ما کامل هستیم؟ ما حق داریم که استاد را سرزنش کنیم؟ نه؟ پس فراموش کنید!

به همین خاطر است که دنبال کردن ممارست معنوی سخت نیست، اما حفظ ایمان مان سخت است. هر چقدر بیشتر فکر کنیم که ایمان مان قویتر است، آزمونهای بیشتری برایمان پیش می آیند. اگر فکر نکنیم که با عظمت و بخشنده هستیم و ایمان مان خیلی قوی است و مشتاق نیستیم تا موجودات با-ادراک را رستگار کنیم، با آزمون های کمتری مواجه میشویم. وقتی یک انسان معمولی باشیم، قدرت ما یا مزاحم ما نمیشود، چون انتظارات زیادی نداریم. اگر بخواهیم موجودات با ادراک را رستگار کنیم، باید قدرت زیادی داشته باشیم و سریع به روشن ضمیری کامل برسیم، ترجیحاً روز قبلش. (استاد و همه حضار می خندند) اما بعد وقتی آزمون ها پیش می آیند، شکایت نکنید. اگر نمی-خواهید که این همه آزمون برایتان پیش بیاید، زیاد انتظار نداشته باشید. باید ببینیم در حد توان مان چه کار میتوانیم بکنیم، در گذشته چه کار کردیم و در آینده چه میتوانیم بکنیم.

ایمان داشتن خیلی مفید است، اما همه نمی توانند ایمان شان را حفظ کنند. من دیگر شما را سرزنش نمیکنم، اما ما باید نقطه ضعف مان را بدانیم و از نظر ذهنی آماده باشیم. وقتی به سطح خاصی نزول کنیم و ایمان مان را از دست بدهیم، به یاد خواهیم داشت که استاد زمانی به ما گفت که ما موجودات بسیار ضعیف و ناتوانی هستیم که نمیتوانیم در مقابل کمترین رنج ها مقاومت کنیم. شما داستان های زیادی خوانده اید و میدانید که حفظ ایمان تان بسیار سخت است.

برای ما پرستش بودای چویی راحت تر از پرستش بودای زنده است. بودای زنده (موجود کاملاً روشن ضمیر) باید با بسیاری از شیوه های مختلف، به موقعیت ها و کارهای بیشمار رسیدگی کند. وقتی می بینیم که شیوه انجام کارها توسط او با سلیقه ما جور نیست - با سلیقه "شریف"، سلیقه "روشن ضمیرانه" ما - جور نیست، فکر میکنیم که بودا بد است. ما نمی توانیم درک کنیم؛ برای همین کورکورانه حدس می زنیم.

استاد روشن ضمیر اهمیت نمیدهد که شاگردانش به او شک دارند یا نه، او فقط میخواهد به شاگردانش بیاموزد که چگونه ایمان شان را حفظ کنند.

یک روز، یوگاناندا فرار کرد. چرا فرار کرد؟ چون برای مدت طولانی نزد استادش مانده بود، اما هیچ تجربه ای نداشت. او شنیده بود که استادان بزرگ معنوی ای وجود دارند که در بعضی از غارها در کوههای یک جای خاص ممارست میکنند. به همین خاطر او به رود گنگ رفت و از کوه ها بالا رفت تا آنها را پیدا کند و چند روزی با آنها زندگی کند. اما همه استادان روشن ضمیر آنجا به او گفتند که او استاد درست را پیدا کرده و باید بازگردد. همچنین او در آنجا، تجربیات بسیار خوبی داشت. این یکی از داستان های اوست.

یکبار او به کوه رفت، چون شنیده بود که در آنجا قدیسی بزرگ، برادر ارشد استادش که به تبار استادش مرتبط بود، زندگی می کند. او شنیده بود که این رهرو، با عظمت - احتمالاً "با عظمت تر" از استادش هست، چون مافوق استاد او بود. او از کوه ها بالا رفت، از رودها گذشت و غار را پیدا کرد. بعد با انتظارات بسیار در قلبش آنجا نشست و فروتنانه پاهای استاد را ماساژ داد تا برکت دریافت کند.



در شب دید که کل آن مکان بسیار روشن است. آنجا در هر صورت روشن بود، چه با چشم های باز و چه با چشم های بسته، برای همین او نتوانست بخوابد. او پرسید: "استاد، چرا اینطوری است؟ شما که



اینجا چراغ ندارید و در بیرون هم که رعد و برق نیست. چرا اینجا اینقدر روشن است؟"

استاد روشن ضمیر به او گفت: "برو بخواب! اینقدر سؤال نپرس!"

او دراز کشید، اما نتوانست بخوابد. دوباره شکایت کرد و گفت: "چطور میتوانم بخوابم؟ نور خیلی زیاد است، چه چشم هایم بسته باشند و چه باز!"

بعد استاد روشن ضمیر گفت: "بسار خوب، از آنجا که نمیتوانی بخوابی، بلند شو تا با هم چای بنوشیم."

بعد آنها با هم چای نوشیدند و تا صبح صحبت کردند. بعد استاد غار به او گفت: "بازگرد! به نزد استادت بازگرد. تو استاد درست را پیدا کردی، اینقدر در اطراف پرسه زن."

او خیلی شرمنده شد. او به حرفهای این استاد که برادر ارشد استادش بود، ایمان داشت.

وقتی به نزد استادش بازگشت، دزدکی وارد آشپزخانه شد، اما استادش آنجا منتظر او بود. استاد اصلاً او را سرزنش نکرد. فقط گفت: "آهای! چیزی خوردی؟ بیا! من برایت چیزی درست میکنم."

آنها با هم غذا خوردند. بعد از اینکه غذا تمام شد، استاد به او گفت: "باید بیشتر غذا درست کنیم. ساعت دو صبح، گروه بزرگی از راه دور به دیدن من می آیند و آنها خیلی گرسنه هستند."

یوگاناندا متعجب پرسید: "عجیب است! استاد که اینجاست، او از کجا این موضوع را میداند؟ شاید او واقعاً با عظمت است. وگرنه چطور میتواند این چیزها را متوجه بشود؟"

تلفن یا پیام رسانی در کار نبود، اما استادش به طور طبیعی این موضوع را میدانست. یوگاناندا شک داشت، اما استادش در مورد این چیزها شوخی نمیکرد. او در تهیه غذا به استادش کمک کرد و برای سرو غذا آماده شدند. بعد در ساعت دو، واقعاً افراد زیادی آمدند و غذا خوردند.

بعد از آشپزی، استادش آنجا را ترک کرد تا استراحت کند. بعد، او یوگاناندا را به جایی در بیرون برد. وقتی نشستند، استاد ضربه ملایمی به سینه یوگاناندا زد. بعد او یک تجربه درونی شورانگیز داشت. در این تجربه، او همه چیز را متفاوت دید، بسیار شفاف و بسیار روشن. انگار که بدن او وجود نداشت و کل جهان شفاف شده بود. همه چیز بسیار روشن بود و متفاوت به نظر میرسید. او از استادش بسیار تشکر کرد، زانو زد و بعد به او سجده کرد.

استاد سرش را تکان داد و گفت: "پسر بیچاره! کوه ها و رودها چه چیز میتوانند به تو بدهند؟"

یوگاناندا که تازه از سفر زیارتی کوه ها و رودها بازگشته بود، متوجه منظور استاد شد. از آن پس، او هرگز دوباره استادش را ترک نکرد.

## تشرّف در متد کوان بین

استاد اعظم چینگ های افراد صادق و آرزومند برای دانستن حقیقت را با متد کوان بین آشنا می سازند. اصطلاح چینی "کوان بین" یعنی "مدتیشن بر نور و صوت". این متد شامل مدتیشن بر نور و صوت درون است. چنین تجربیات درونی ای از زمان های گذشته به طور مکرر در ادبیات عرفانی همه مذاهب جهان شرح داده شده اند.

به عنوان مثال، در انجیل آمده: "در آغاز کلمه بود و کلمه با خدا بود و کلمه خدا بود." (یوحنا ۱:۱). این کلمه همان صوت درون است که به آن کلام خدا، شبد، تائو، جریان صوت، نام یا موسیقی سماوی هم گفته شده است. "این صوت در تمام موجودات زنده ارتعاش دارد و تمام دنیا را نگه میدارد. این نوای درونی، همه جراحات ها را التیام و همه آرزوها را تحقق می بخشد و عطش دنیایی را فرو می نشاند. این صوت، سراسر قدرت است و عشق و به دلیل اینکه ما از آن نشأت گرفته ایم، ارتباط و تماس با آن برای قلبهای ما آرامش و رضایت به ارمغان می آورد. پس از گوش سپردن به این آوا، کل وجود ما عوض میشود و دید کلی مان نسبت به زندگی، رو به بهبود می رود." "

نور درونی، نور خدا، همان نوری است که واژه "روشن ضمیری" بدان اشاره دارد. شدت آن ممکن است از یک نور ضعیف تا تشعشی از چندین میلیون خورشید باشد. از طریق این نور و صوت درونی است که به شناخت خدا نائل میشویم.

تشرّف به متد کوان بین یک مراسم عبادی پیچیده یا مراسمی جهت پذیرش یک مذهب جدید نیست. در طی تشرّف، دستورالعمل های مشخصی در مورد مدتیشن بر نور و صوت درون داده میشود و استاد اعظم چینگ های "انتقال روحانی" را انجام می دهند. اولین طعم "حضور الهی"، بیصدا و خاموش به شخص منتقل میشود. برای گوشودن



این درب برای شما، حضور فیزیکی استاد الزامی نیست. این انتقال قسمت اساسی این متد است. این روش به تنهایی و بدون فیض و برکات استاد، سود ناچیزی به دنبال خواهد داشت.

از آنجا که ممکن است در طی مدت تشریف، نور درونی را دیده و صوت درونی را بشنوید، این واقعه را گاهی روشن ضمیری آنی یا فوری مینامند. استاد چینگ های در پذیرش افراد برای تشریف، به پیشینه و اعتقادات مذهبی شان کاری ندارند. شما مجبور نیستید مذهب یا اعتقادات تان را تغییر دهید. از شما خواسته نمیشود که به سازمانی بپیوندید یا در راهی شرکت کنید که با روش زندگی عادی شما مطابقت ندارد. اما از شما خواسته می شود که وگان باشید. تعهد مادام العمر به رژیم وگان، از پیش شرط های لازم برای دریافت تشریف است.

تشریف به صورت رایگان انجام می گیرد.

تمرین روزانه مدیتیشن به روش متد کوان بین و اجرای پنج حکم، تنها موارد الزامی پس از تشریف است. این احکام، راهنمای شما هستند و به شما کمک می کنند تا خودتان و هیچ موجود زنده دیگری را نیازارید. این ممارست ها نخستین تجربه روشن ضمیری شما را عمیق تر و قویتر می کنند و به شما این فرصت را میدهند که در نهایت به بالاترین سطح "بیداری" یا "الوهیت" دست یابید. بدون تمرین روزانه، مسلماً روشن ضمیری خود را فراموش نموده و به سطح عادی هوشیاری باز می گردید.

هدف استاد اعظم چینگ های این است که به ما بیاموزند مستقل و خودکفا باشیم. از این رو روشی را می آموزند که هر کسی بتواند به تنهایی، بدون وجود کمک یا هر گونه ابزار و وسائل، آن را ممارست کند. ایشان به دنبال رهرو، پرستش کننده، شاگرد یا ایجاد سازمانی با پرداخت حق عضویت از طرف اعضاء نیستند. ایشان پول، هدایا یا سجده های شما را نمی پذیرند، بنابراین نیازی به انجام این کارها برای ایشان نیست.

استاد اعظم چینگ های خلوص و صداقت شما در زندگی روزمره و تمرین مدیریتیشن برای پیشرفت به سوی قداست را می پذیرند.

### احکام پنجگانه:

اجتناب از کشتار موجودات زنده

این رهنمود مستلزم پیروی کامل از رژیم وگان است. رژیم فاقد گوشت، لبنیات، ماهی، ماکیان یا تخم مرغ (بارور یا غیر بارور).

اجتناب از دروغ گفتن

اجتناب از دزدی

اجتناب از خلاف جنسی

اجتناب از مشروبات الکی و مواد مخدر

این رهنمود شامل اجتناب از همه انواع سموم است، نظیر الکل، مواد مخدر، دخانیات، قمار، فیلم و نشریات یا بازیهای ویدئویی منافی اخلاق یا بسیار خشن.

# THE SUPREME MASTER CHING HAI'S SPIRITUAL TEACHINGS BOOKS

- **The Key of Immediate Enlightenment**  
Aulacese (1-15), Chinese (1-10), English (1-5), French (1-2), Finnish(1), German (1-2), Hungarian (1), Indonesian (1-5), Japanese (1-4), Korean (1-11), Mongolian (1,6), Portuguese (1-2), Polish (1-2), Spanish (1-3), Swedish(1), Thai (1-6) and Tibetan (1).
- **The Key of Immediate Enlightenment – Questions and Answers**  
Aulacese (1-4), Chinese (1-3), Bulgarian, Czech, English (1-2), French, German, Hungarian, Indonesian (1-3), Japanese, Korean (1-4), Portuguese, Polish and Russian (1).
- **The Key of Immediate Enlightenment Special Edition/Seven-Day Retreat in 1992**  
English and Aulacese.
- **The Key of Immediate Enlightenment Special Edition/1993 World Lecture Tour**  
English (1-6) and Chinese (1-6).
- **Letters Between Master and Spiritual Practitioners**  
English (1), Chinese (1-3), Aulacese (1-2) and Spanish (1).
- **My Wondrous Experiences with Master**  
Aulacese (1-2) and Chinese (1-2).
- **Master Tells Stories**  
English, Chinese, Spanish, Aulacese, Korean, Japanese and Thai.
- **Of God and Humans – Insights from Bible Stories**  
English and Chinese.
- **God Takes Care of Everything – Illustrated Tales of Wisdom from The Supreme Master Ching Hai**  
Aulacese, Chinese, English, French, Japanese and Korean.
- **The Supreme Master Ching Hai's Enlightening Humor – Your Halo Is Too Tight!**  
Chinese and English.
- **Coloring Our Lives**  
Chinese, English and Aulacese.
- **Secrets to Effortless Spiritual Practice**  
Chinese, English and Aulacese.
- **God's Direct Contact – The Way to Reach Peace**  
English and Chinese.
- **I Have Come to Take You Home**  
Arabic, Aulacese, Bulgarian, Czech, Chinese, English, French, German, Greek, Hungarian, Indonesian, Italian, Korean, Mongolian, Polish, Spanish, Turkish, Romanian and Russian.
- **Living in the Golden Age series**  
**The Realization of Health-Returning to the Natural and Righteous Way of Living**  
Chinese and English.
- **Aphorisms (1)**  
Combined volume of English/ Chinese, Spanish/ Portuguese, French/ German, English/ Korean, English/ Japanese, Chinese and English.

- **Aphorisms (2)**  
Chinese and English.
- **From Crisis to Peace**  
English, Chinese, Korean, French, Indonesian, Spanish, Portuguese, Polish, Russian and Romanian.
- **The Dogs in My Life**  
Aulacese, Chinese, English, Japanese, Korean, Spanish, Polish and German.
- **The Birds in My Life**  
Aulacese, Chinese, English, French, German, Korean, Mongolian, Russian and Indonesian.
- **The Noble Wilds**  
Aulacese, Chinese, English, French and German.
- **The Real Love**  
Chinese and English.
- **One World... of Peace through Music**  
Combined volume of English/ Aulacese/ Chinese.
- **Celestial Art**  
Aulacese, English and Chinese.
- **A Collection of Art Creation by Supreme Master Ching Hai – Painting Series**  
Chinese and English.
- **The Supreme Kitchen (1) – International Vegetarian Cuisine**  
Combined volume of English/ Chinese, Aulacese and Japanese.
- **The Supreme Kitchen (2) – Home Taste Selections**  
Combined volume of English/ Chinese.

MP3s, MP4s CDs and DVDs of The Supreme Master Ching Hai's lectures, music and concerts are available in Arabic, Armenian, Aulacese, Bulgarian, Cambodian, Cantonese, Chinese, Croatian, Czech, Danish, Dutch, English, Filipino, Finnish, French, German, Greek, Hebrew, Hungarian, Indonesian, Italian, Japanese, Korean, Malay, Mandarin, Mongolian, Nepali, Norwegian, Persian, Polish, Portuguese, Romanian, Russian, Sinhalese, Slovenian, Spanish, Swedish, Thai, Turkish and Zulu. Catalogs will be sent upon request. All direct inquiries are welcome. Please visit our bookshop's website to download our catalogue and summaries of the contents of Supreme Master Ching Hai's latest publication: <http://www.smchbooks.com/> (in English and Chinese)

**TO ORDER SUPREME MASTER CHING HAI'S PUBLICATIONS ONLINE, PLEASE VISIT:**  
<http://www.theCelestialShop.com>    <http://www.EdenRules.com>

**OR, CONTACT:**

THE SUPREME MASTER CHING HAI INTERNATIONAL ASSOCIATION PUBLISHING CO., LTD. TAIPEI, FORMOSA  
Tel: (886) 2-87873935 / Fax: (886) 2-87870873  
E-mail: [smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)

**ROC Postal Remittance Account No.: 19259438**  
(For Formosa orders only)

**POSTAL ACCOUNT:**

The Supreme Master Ching Hai International Association Publishing Co., Ltd.

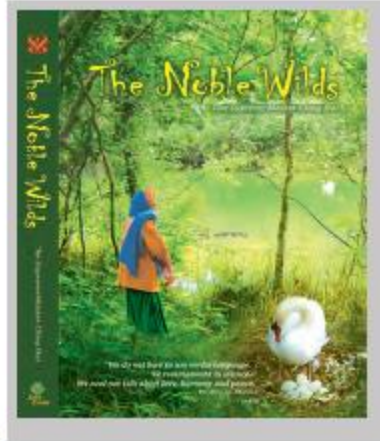
- **THE NOBLE WILDS**

To usher in the promising Golden Year 5 (2008), Supreme Master Ching Hai bestowed *The Noble Wilds* as a New Year gift to the world. This illustrated journal of Master's lakeside exploration, containing pages She personally composed and photographed, is a wondrous combination of poetic expression and breathtaking pictures of majestic nature and wildlife, making the book a superb piece of art!

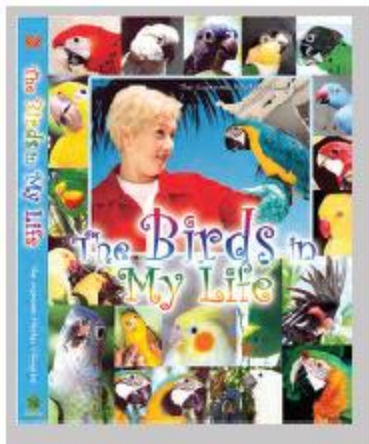
AVAILABLE ONLINE AT AMAZON.COM:

<http://www.amazon.com/Noble-Wilds-Supreme-Master-Ching/dp/9868415233/> (paperback)

<http://www.amazon.com/Noble-Wilds-Supreme-Master-Ching/dp/9868415225/> (hardcover)



- **THE NOBLE WILDS**  
DVD #800 (In English with  
21 choices of subtitles)



- **THE BIRDS IN MY LIFE**

Throughout this beautifully illustrated book *The Birds in My Life*, Supreme Master Ching Hai invites us to enter the inner world of animals. That is, when we love them unconditionally, they will in return open their hearts to us without reservation. It is really a wonderful book, following with love and harmony on every page, Supreme Master Ching Hai helps us to understand that animals have very noble and beautiful souls. What an amazing book! Animals are humans' good friends. Hope everyone comes to read this marvelous book.

AVAILABLE ONLINE AT AMAZON.COM:

<http://www.amazon.com/dp/9866895149/>

Have it delivered to your door and begin experiencing the love flowing on the pages.

• **THE DOGS IN MY LIFE (1-2)**

*"I hope to let the readers enjoy some glimpse of the beautiful ways that dogs walk the Earth with us, and through them, understand more about other beings."*

- Supreme Master Ching Hai

AVAILABLE ONLINE AT AMAZON.COM:

The Dogs in My Life (1): <http://www.amazon.com/dp/9866895076/>

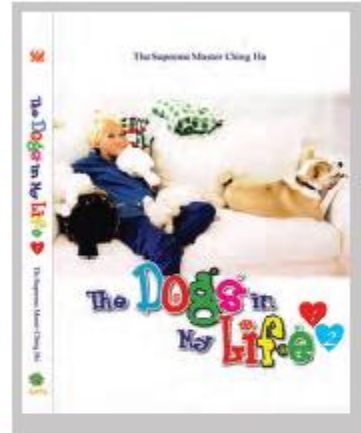
The Dogs in My Life (2): <http://www.amazon.com/dp/9866895084/>

(CHINESE VERSION)

KINGSTONE ONLINE BOOKSTORE: <http://www.kingstone.com.tw>

ESLITEBOOKS ONLINE BOOKSTORE: <http://www.eslitebooks.com/>

BOOK ONLINE BOOKSTORE: <http://www.books.com.tw>



**THE DOGS AND THE BIRDS IN MY LIFE**  
DVD #780 (In English with 28 choices of subtitles)



• **CELESTIAL ART**

*Celestial Art* is a distinguished volume in which the author interprets artistic creation from a spiritual perspective to reflect Truth, virtue, and the beauty of Heaven. As readers are invited into the boundless world of Supreme Master Ching Hai's art and uplifted through its resonance with the divine, they will be profoundly touched by the deep emotions of a poet, the subtle touches of a painter, the unique ideas of a designer, and the romantic heart of a musician. Above all, one is blessedly introduced to the wisdom and compassion of a great spiritual teacher.

AVAILABLE ONLINE AT AMAZON.COM:

<http://www.amazon.com/Celestial-Art-Supreme-Master-Ching/dp/9866895378>

# The Supreme Master Ching Hai's Publications

## THE SUPREME MASTER CHING HAI'S POETRY COLLECTIONS



• **THAT AND THIS DAY**  
(poetry recital in  
Aulacese): CD-M027

- **A TOUCH OF FRAGRANCE**  
(song performance in  
Aulacese by celebrated  
singers): CD-M029



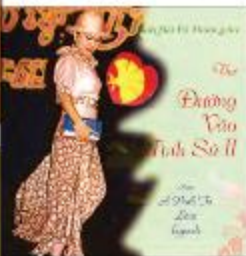
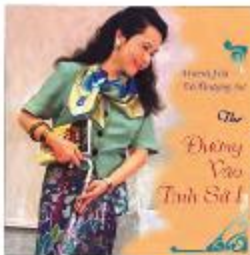
- **T-L-C, PLEASE**  
(song performance in  
Aulacese): CD-M032



- **PLEASE KEEP FOREVER**  
(poetry recital in  
Aulacese): CD-M028



- **GOOD NIGHT BABY**  
(songs performance in  
English): CD-M037



- **A PATH TO LOVE LEGENDS**  
(poems by distinguished  
Aulacese poets, recital in  
Aulacese): CDs 1, 2 & 3



- **TRACES OF PREVIOUS LIVES**  
(poetry recital in Aulacese):  
CDs 1, 2 & 3  
DVD 531 (with 19 choices of  
subtitles)  
DVD 532 (with 17 choices of  
subtitles)

\* The poems from *A Path to Love Legends*, *An Ancient Love*, *Shade of Time*, *Dream in the Night*, *Please Keep Forever*, *That and This Day*, *Traces of Previous Lives*, *The Jeweled Vases*, *The Golden Lotus*, *Good Night Baby* and *T-L-C, Please* were recited or set to music and sung by the Poet Herself.



- **SHADE OF TIME (BEYOND THE REALM OF TIME)** (song performance in Aulacese): CD-M031 & DVD 765



- **AN ANCIENT LOVE** (song performance in Aulacese): CD-M036 & DVD 801



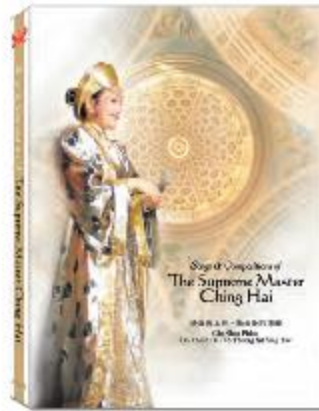
- **DREAM IN THE NIGHT** (song performance in Aulacese): CD-M030 & DVD 764



- **THE GOLDEN LOTUS** (poetry recital in Aulacese): CD-M035 & DVD 770  
We invite you to listen to the recital of Venerable Thich Man Giac's beautiful poetry, through the melodious voice of Supreme Master Ching Hai, who also recited two of Her own poems, "Golden Lotus" and "Sayonara".



- **THE JEWELLED VERSES** (poems by distinguished Aulacese poets, recital in Aulacese): CD-M034 1, 2 & DVD 769 1, 2



- **SONGS & COMPOSITIONS OF SUPREME MASTER CHING HAI** (song performance in English, Aulacese and Chinese): CD & DVD 389



- **THE SONG OF LOVE** (song performance in English and Aulacese): DVD 761





- **PEBBLES AND GOLD**  
English, Aulacese, Chinese



- **TRACES OF PREVIOUS LIVES**  
English, Aulacese, Chinese



- **THE DREAM OF A BUTTERFLY**  
English, Aulacese, Chinese



- **THE LOST MEMORIES**  
English, Aulacese, Chinese



- **THE OLD TIME**  
English, Aulacese, Chinese



- **WU TZU POEMS**  
English, Aulacese, Chinese



- **SILENT TEARS**  
English, Chinese, Aulacese, Filipino,  
Korean, Portuguese, Spanish,  
English/German/French



- **THE LOVE OF CENTURIES**  
English, Aulacese, Chinese,  
French, Korean, German,  
Mongolian, Spanish



#### DVD-1010

Inspired by Supreme Master Ching Hai's profound poetry collection *Silent Tears*, this spectacular musical takes us on a magical train ride to 16 countries across 6 continents. We accompany Joy, a bitter, bereaved mother, and Pete, a worldly coming-of-age youth. Guided by a jovial and mysterious conductor, they're in for the journey of their lives – each to find a new kind of peace. At every destination, enjoy breathtaking musical numbers by Academy, Grammy, Tony and Emmy Award-winning composers, performed by Broadway and pop music stars, top international singers, 48 top-notch dancers, and a live orchestra!

Directed by Tony nominee Vincent Paterson (Michael Jackson's and Madonna's world tours) with choreography by Emmywinner Bonnie Story (*High School Musical 1, 2, 3*), this extraordinary world premiere involved the expertise of a 217-person technical crew and was captured by 21 cameras and 96 digital audio channels on October 27, 2012 at the grand Shrine Auditorium in Los Angeles, California, USA.

The show commemorated the 19th Anniversary of Supreme Master Ching Hai Day, which honors the spirit of peace and giving as exemplified by the world-renowned spiritual teacher, humanitarian, poet and artist.

This four-disc set includes a video greeting from the poet, a charity gift presentation, artist interviews and amazing bonus features.

LOVING THE SILENT TEARS is sure to inspire us all to find our inner peace!



#### DVD-999

##### The Real Love: The Musical DVD

This 3-disc edition has special features such as Supreme Master Ching Hai's fascinating stories of the Himalayas, behind-the-scenes interviews, media reports, the celebrity red carpet, and rehearsal scenes.

#### THE REAL LOVE book reaches #1 on Amazon.com

Inspired by the true life story of Supreme Master Ching Hai, *The Real Love: The Musical* is a moving experience, as we journey together with the lovely Thank in her search for the key to enlightenment. Now, the book that further brings to life the words, images, and songs, *The Real Love: The Complete Book, Lyrics and Sheet Music of the Musical*, has reached #1 on Amazon.com's Best Sellers lists in both the Books and Poetry categories.

*"Love is the most precious thing in this physical realm. So we must protect love.... If we have love, all good will come our way.*

*... Be vegan, make peace. That's all we have to do, and love."*

— Supreme Master Ching Hai, August 27, 2011 – Pasadena, California, USA  
Supreme Master Television's 5th Anniversary: The Real Love



## کتابچه نمونه رایگان "روشن ضمیری آنی"

کتابچه نمونه "کلید روشن ضمیری آنی"، به معرفی تعالیم استاد اعظم چینگ های می پردازد. در دسترس بودن این کتاب به صورت الکترونیکی، به خوانندگان سراسر جهان این امکان را می دهد تا هرگاه به اینترنت دسترسی دارند، آن را به رایگان دانلود کنند یا به طور آنلاین بخوانند. این جواهر ارزنده، از آفریقایی تا زولو، از بنگالی تا اردو، از مقدونی تا مالی و بسیاری از زبان های دیگر وجود دارد و تاکنون به بیش از ۸۰ زبان ترجمه شده است.

در این کتابچه، استاد اعظم چینگ های به اهمیت مدیتیشن در زندگی روزمره تأکید می کنند. سخنرانی های ایشان در مورد ابعاد بالاتر معنوی و فواید رژیم وگان نیز در آن آمده. همچنین اطلاعاتی در مورد تشریف در متد کوان بین، اعلی ترین و غایی ترین راه نیز ارائه شده. بینش های عمیق استاد اعظم چینگ-های در "کلید روشن ضمیری آنی"، به آنها که در جستجوی حقیقت هستند، پرتویی روشن از امید عرضه می دارد.

همانطور که استاد اعظم چینگ های گفتند، "با رسیدن به آرامش و صلح درونی، به همه چیز دست خواهیم یافت. همه خشنودی ها، تحقق تمام آرزوهای دنیوی و بهستی، از ملکوت خدا، از درک درونی هماهنگی ابدی مان، از خرد جاودانه مان و از قدرت الهی مان حاصل می شود. مهم نیست چقدر پول و ثروت، قدرت و موقعیت اجتماعی داشته باشیم، اگر به اینها دست نیابیم، هرگز رضایت حاصل نمی کنیم."

اگر وبسایت یا وبلاگی دارید، با کمال میل میتوانید این لینک را <http://sb.Godsdirectcontact.net> که حاوی کتابچه نمونه روشن ضمیری آنی استاد اعظم چینگ های به زبان های مختلف است، در آن بگذارید. برای ارائه بهترین هدیه به جهان از طریق اشاعه پیام خداوند و تعالی دادن آگاهی بشر، به ما بپیوندید. اگر کتابچه نمونه به زبان مادری تان در دسترس نبود و خواستید در ترجمه آن یاری رسانید، با کمال میل میتوانید با این ایمیل [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org) با ما در تماس باشید.

برای دسترسی مستقیم به "کتابچه نمونه"، لطفاً از این سایتها دیدن فرمائید:

<http://sb.Godsdirectcontact.net>

<http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org/booklet>

*Yellow: Yellow skin race of people*  
*Red: Red skin race of people*  
*Black: Black skin race of people*  
*White: White skin race of people*  
*Green: Nature, animals, birds, etc...*  
*Blue: Water and aquatic beings*  
*Shape: Earth*  
*Background: Sky*



*The SM logo on the flag is there to awaken our dormant God nature, and remind us to develop our radiant quality within. On either side, hearts of different colors are placed interconnecting with one another, symbolizing God's expectations for sentient beings on Earth: Forsake all discrimination, all sentient beings should love and care for each other, and live in peace and joy under the blue sky.*

**MASTER HAS PERSONALLY DESIGNED THIS BEAUTIFUL AND VERY MEANINGFUL FLAG FOR THE USE OF OUR GROUP. SHE HAS ALSO EXPLAINED THE MEANING REPRESENTED BY THE COLORS OF EACH HEART SHAPE AS ABOVE.**

## *How to Contact Us*

### **THE SUPREME MASTER CHING HAI INTERNATIONAL ASSOCIATION**

P.O. Box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, R.O.C. (36899)  
 P.O. Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, USA

#### **SUPREME MASTER TELEVISION**

Email: [peace@SupremeMasterTV.com](mailto:peace@SupremeMasterTV.com)  
<http://www.SupremeMasterTV.com/>  
 Tel: 1-626-444-4385 / Fax: 1-626-444-4386

If you wish to receive email notifications when a new videoconference is scheduled to begin airing, please subscribe at [SupremeMasterTV.com/Newsletter](http://SupremeMasterTV.com/Newsletter).

### **THE SUPREME MASTER CHING HAI INTERNATIONAL ASSOCIATION**

**PUBLISHING Co., LTD. TAIPEI, FORMOSA.**

Email: [smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)  
<http://www.smchbooks.com>  
 Tel: (886) 2-87873935 / Fax: (886) 2-87870873

**ONLINE SHOPS**

**Celestial Shop:** <http://www.theCelestialShop.com> (*English*)

**Eden Rules:** <http://www.edenrules.com> (*Chinese*)

**BOOK DEPARTMENT**

Email: [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org)

(*You are welcome to join us in translating*

*Supreme Master Ching Hai's books into other languages.*)

**NEWS GROUP**

Email: [lovenews@Godsdirectcontact.org](mailto:lovenews@Godsdirectcontact.org)

**SPIRITUAL INFORMATION DESK**

Email: [lovewish@Godsdirectcontact.org](mailto:lovewish@Godsdirectcontact.org)

**S.M. CELESTIAL CO., LTD.**

E-mail: [smclothes123@gmail.com](mailto:smclothes123@gmail.com); [vegan999@hotmail.com](mailto:vegan999@hotmail.com)

<http://www.smcelestial.com>

<http://www.sm-celestial.com>

Tel: 886-3-4601391 / Fax: 886-3-4602857

**LOVING HUT INTERNATIONAL COMPANY, LTD.**

Email: [service@lovinghut.com](mailto:service@lovinghut.com)

<http://www.lovinghut.com/tw/>

Tel: 886-3-4683345 / Fax: 886-3-4681581

**LOVING FOOD - ONLINE SHOPPING**

**FOR A HEALTHY VEGAN LIFESTYLE**

<http://www.lovingfood.com.tw>

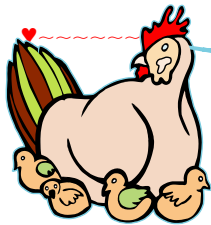
**QUAN YIN WEB SITES**

God's Direct Contact – The Supreme Master Ching Hai

International Association's Global Internet:

<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm>

# زندگی به نوعی دیگر



برایتان  
دعا میکنیم

زندگی خود را تغییر دهید  
احساس قلبی خود را تغییر دهید  
رژیم غذایی خود را عوض کنید

به کشتارها خاتمه دهید  
سالم باشید و عشق بورزید

جان ما را نجات دهید!  
دوستتان داریم



چند نمونه مواد غذایی مقوی که تهیه آنها ملزم به کشتن حیوانات نیست:

مواد غذایی	درصد پروتئین (بر حسب وزن)
توفو (از لوبیا سویا)	۱۶ %
گلوتن (از آرد)	۷۰ %
ذرت	۱۳ %
برنج	۸/۶ %
لوبیای سویا، لوبیا چیتی، نخودفرنگی، عدس و غیره	۱۰ - ۳۵ %
بادام، گردو، بادام هندی، فندق و غیره	۱۴ - ۳۰ %
تخمه کدو، دانه کنجد، تخمه آفتابگردان و غیره	۱۸ - ۲۴ %

- میوه ها و سبزیجات سرشار از ویتامین، مواد معدنی و آنتی اکسیدان ها هستند و همچنین حاوی فیبر (الیاف) مرغوبی هستند که برای حفظ سلامتی و عمر طولانی مفید میباشد.
- قرص ها و کپسول های مولتی ویتامین هم منبع خوبی برای ویتامین های لازم، مواد معدنی و آنتی اکسیدان ها هستند.

- به منظور کاهش خطر جدی اپیدمی آنفلونزای مرغی در تمامی دنیا،
- برای جلوگیری از خطر بیماریهایی چون جنون گاوی (BSE) و بیماری خوک (PMWS) و غیره.
- به منظور توقف قربانی وحشتناک و مداوم بیلیون ها حیوان اهلی عزیز مان، موجودات دریایی و دوستان پرنده مان،

عقلانه است که برای همیشه رژیم غذایی گیاهی را انتخاب کنیم:

- رژیمی است سالم،
- باصرفه،
- مفید برای حفظ اکولوژی،
- همراه با دلسوزی و مهربانی،
- آزادمش و شریف،
- صلح آمیز.



عمرتان  
طولانی باد!

متشکرم.



ب سایت های زیر مراجعه فرمایید:

<http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/>

<http://www.vegsoc.org/> <http://www.vrg.org/> <http://www.vegsources.com/>

## نخبگان گیاهخوار دنیا:

### فیلسوفان، رهبران عرفانی

دالایی لاما (چهاردهم) (رهبر عرفان و برنده جایزه صلح نوبل ۱۹۸۹، تنبیتی)، یوگاناندا (استاد عرفان هندی)، سقراط (فیلسوف یونانی)، کنفوسیوس (فیلسوف چینی)، شاکيامونی بودا، لانوتسه (فیلسوف چینی)، فرانسیس مقدس (قدیس مسیحی ایتالیایی)، تیک نات هان (راهب بودایی و نویسنده ویتنامی)، لنو تولستوی (فیلسوف و نویسنده روسی)، یوگی ماهاریشی ماهش (نویسنده، فیلسوف و رهبر مراقبه TM)، فیثاغورث (ریاضیدان و فیلسوف یونانی)، دیوجانس (کیهان شناس و فیلسوف یونانی)، افلاطون (فیلسوف یونانی)، شوپن هاور (فیلسوف آلمانی) ...

### نویسندگان، هنرمندان و نقاشها

لئوناردو داوینچی (دانشمند، مخترع و نقاش ایتالیایی)، رالف والد امرسون (مقاله نویس و شاعر آمریکایی)، جرج برنارد شاو (نویسنده، برنده جایزه نوبل ادبیات ۱۹۲۵، ایرلندی)، جان رابینز (نویسنده آمریکایی)، آلبرت شوایتزر (فیلسوف، دکتر و موسیقیدان، برنده جایزه نوبل صلح ۱۹۵۲، آلمانی)، پلوتارک (نویسنده یونانی)، ولتر (نویسنده فرانسوی)، شارلوت برونته (رمان نویس انگلیسی)، هانس کریستین آندرسن (شاعر و نویسنده دانمارکی)، فرانس کافکا (نویسنده اتریشی)، مارک تواین (نویسنده آمریکایی)، استیو مارتین (نویسنده و بازیگر آمریکایی)، ژان ژاک روسو (نویسنده و فیلسوف فرانسوی) ...

### دانشمندان، مخترعین و مهندسان

چارلز داروین (طبیعت شناس انگلیسی)، آلبرت اینشتین (دانشمند و برنده جایزه نوبل فیزیک ۱۹۲۱، آلمانی)، توماس ادیسون (دانشمند و مخترع آمریکایی)، اسحاق نیوتن (دانشمند انگلیسی)، نیکولا تسلا (دانشمند و مخترع کروواسی)، هنری فورد (بنیانگذار شرکت فورد، آمریکایی)، جورج والد (برنده جایزه نوبل پزشکی ۱۹۶۷، آمریکایی)، لینوس پاولینگ (برنده جایزه نوبل شیمی ۱۹۵۴ و صلح ۱۹۶۲، آمریکایی)، سر رامان (فیزیکدان و برنده جایزه نوبل فیزیک ۱۹۳۰، هندی)، سوپراهمانیام (دانشمند آستروفیزیک و برنده جایزه نوبل فیزیک ۱۹۸۳، آمریکایی-هندی الاصل)، استیو جابز (بنیانگذار و رئیس کل شرکت کامپیوتر اپل، آمریکایی)، ناتانیل بورنشتاین (مخترع زبان ایمیل MIME، آمریکایی)، آلبرت سنتگیورگی (فیزیولوژیست و کاشف ویتامین ث، برنده جایزه نوبل پزشکی ۱۹۳۷، مجارستان)، ادوارد ویتن (دانشمند فیزیک و نظریه ریسمانها، آمریکایی)، برایان گرین (دانشمند فیزیک و نظریه ریسمانها، آمریکایی) ...

### سیاستمداران و رهبران

سوزان ب. آنتونی (رهبر جنبش حقوق زنان آمریکا)، ماهاتما گاندی (رهبر حقوق بشر هندی)، مارتین لوتر کینگ و همسر (رهبر حقوق بشر آمریکایی)، کلارا بارتن (بنیانگذار صلیب سرخ، آمریکایی)، جایتز درنووسک (رئیس جمهور اسلووانی)، دکتر ا.پ.ج. عبدال کالیم (رئیس جمهور هند)، دکتر مان موهان سینگ (نخست وزیر هند)، پترا کلی (بنیانگذار جبهه سبز در آلمان)، دنیس ج. کوچینیک (نماینده کنگره آمریکا)، آوگ سان سو کی (آزادخواه ضد خشونت، برنده جایزه نوبل صلح ۱۹۹۱، برمه)، لیدی دایانا (پرنسس ولز، انگلیسی) ...

### شخصیتهای ورزشی

هانک آرون (قهرمان بسکتبال آمریکایی)، بیلی کینگ (قهرمان تنیس آمریکایی)، مارتینا ناوراتیلووا (قهرمان تنیس چکسلواکی)، ریتا کویان (۶ بار قهرمان جهانی کاباک رانی، ۲ مدال المپیک، مجارستان)، مونیکا واین ستل (قهرمان دنیا در دوچرخه سواری، اتریشی)، ایستفان سیپیس (برنده رکورد ماراتن و دوی استقامت، مجارستان)، کارل لونیس (صاحب ۹ مدال طلای المپیک دو میدانی، آمریکایی)، ادوین س. هز (صاحب ۲ مدال طلای المپیک دو میدانی، آمریکایی)، اِلنا وِالندزیک (قهرمان بوکس آلمانی)، الکساندرا دارگاتز (ورزشکار آلمانی، قهرمان بدن سازی، پزشک)، سیلکن لاهن (قهرمان قایقرانی، کانادایی)، اِلنا وِالندیسک (قهرمان ورزش بوکس سبک وزن، آلمانی) ...

- رژیم غذایی گیاهی تاثیر عمیقی بر ذات و طبیعت ما دارد. اگر تمام دنیا گیاهخوار شود، سر نوشت بشریت میتواند تغییر کند. (آلبرت اینشتین)
  - من فکر میکنم پیشرفت معنوی، در یک مقطعی ایجاب میکند که ما از کشتن حیوانات برای نیازهای جسمانی مان صرف نظر کنیم. (ماهاتما گاندی)
  - من گیاهخوار و مخالف مشروبات الکلی هستم، زیرا به این صورت بهترین استفاده ممکن را از مغزم می کنم.
- (توماس ادیسون)

اسامی بسیاری از افراد گیاهخوار سرشناس دیگر را میتوانید در این سایت مشاهده نمایید:

<http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/vg-vip>

## استاد داستان می گویند

نویسنده: استاد اعظم چینگ های

ناشر: شرکت انتشاراتی انجمن بین المللی استاد اعظم چینگ های  
آدرس:

The Supreme Master Ching Hai International Association Publishing Co.,  
Ltd.

Rm. 16, 8 F, No. 72, Set.1, Zhongxiao W. Rd.,  
Zhongzheng Dist., Taipei (100), Formosa, R.O.C.

Tel: 886-2-23759688 Fax: 886-2-23757689

Email: smchbooks@Godsdirectcontact.org

<http://www.smchbooks.com>

The Supreme Master Ching Hai@2016

ویرایش اول: آوریل ۲۰۱۶

تمام حقوق برای ناشر محفوظ است. شما می توانید با کسب اجازه از ناشر، با کمال میل محتوای  
این کتاب را منتشر کنید.



خرد استادان اغلب از طریق داستان‌ها بیان میشود تا  
مردم معنای حقیقی تعالیم آنها را بهتر درک کنند.

