

داستانهای حکمت آموز جامع

« دین جامع »

(جلد اول)



نویسنده: محمد رضا یحیایی

داستان‌های حکمت‌آموز جامع

«ذین جامع»

(جلد اول)

۱۱

نویسنده: محمدرضا یحیایی

فهرست مطالب

«بخش یک»

- الف- فهرست مطالب ۹
- ب- تقدیم کتاب ۱۵
- ج- خواننده گرامی ۱۶
- د- مقدمه ۱۷
- ه- مقدمه نویسنده ۱۹

«بخش دو»

- یک- تاریخچه و پیدایش حکمت «ذن» ۳۹
- دو- حکمت «ذن» چیست؟ ۴۱
- سه- شناخت و راه حکمت «ذن» ۴۷
- چهار- داستان‌های حکمت‌آموز جامع «ذن» ۵۰
- پنج- طرح معما (کوان) در حکمت «ذن» ۵۲
- شش- آموزش حکمت «ذن» ۵۳
- هفت- تمرینات کسب حکمت «ذذن» ۵۵
- هشت- تکنیک‌های مفید برای تقویت نیروهای سه‌گانه (جسمانی، ذهنی، و روحانی) ۵۸
- نه- بصیرت بی‌حرکتی (خلاء فکری) ۶۲
- ده- قدرت و کارایی حکمت «ذن» ۶۳

«بخش سه»

- ۱- یک فنجان چای ۶۷

-
- ۲- کار نباشد، غذا هم نیست ۶۹
- ۳- سوپ ترش ۷۱
- ۴- خُلُق ۷۳
- ۵- معجزه حقیقی ۷۵
- ۶- صدای خوشبختی ۷۸
- ۷- امواج بزرگ ۸۰
- ۸- چینی شاد ۸۳
- ۹- مرد نابینا و فانوس ۸۵
- ۱۰- یک قطره آب ۸۸
- ۱۱- جاده گل‌آلود ۹۰
- ۱۲- انتشار آیات مقدّس ۹۲
- ۱۳- سه روز بیشتر ۹۵
- ۱۴- ذن دائم ۹۷
- ۱۵- گنجینه خود را باز کن ۹۹
- ۱۶- کارت ملاقات ۱۰۲
- ۱۷- وقت به سانتی‌متر و گوهر به متر ۱۰۴
- ۱۸- دزدی که رهرو شد ۱۰۶
- ۱۹- ممکن است چراغ حقیقت خاموش شود ۱۰۸
- ۲۰- باز شدن دروازه‌های بهشت و جهنم ۱۱۱
- ۲۱- عوض کردن سرنوشت ۱۱۳
- ۲۲- ذه جانشین ۱۱۵
- ۲۳- پند و اندرزهای یک استاد ذن ۱۱۸
- ۲۴- دوستان راستین ۱۲۰
- ۲۵- سه نوع رهرو ۱۲۳
- ۲۶- مزه شمشیر استاد ۱۲۵
- ۲۷- هشت باد زمینی ۱۲۹

-
- ۲۸- آخرین شعر «هوشین» ۱۳۲
- ۲۹- بودایِ بینی سیاه ۱۳۶
- ۳۰- بودا و میمون ۱۴۰
- ۳۱- ببر و خوشهٔ انگور ۱۴۴
- ۳۲- دُرناى سفید ۱۴۷
- ۳۳- استاد کودکان ۱۵۰
- ۳۴- منطق اندیشه‌ها ۱۵۲
- ۳۵- فرصت طلب ۱۵۵
- ۳۶- سخنرانی ۱۵۸
- ۳۷- برخورد با جامعه ۱۶۱
- ۳۸- تولید ۱۶۳
- ۳۹- صدای آسمان ۱۶۶
- ۴۰- درک ۱۶۸
- ۴۱- تمجید ۱۷۰
- ۴۲- شگفتی ۱۷۲
- ۴۳- خوشبو ۱۷۵
- ۴۴- جدال ۱۷۷
- ۴۵- خجالت ۱۸۲
- ۴۶- تحرک ۱۸۵
- ۴۷- باران ۱۸۸
- ۴۸- سخنرانی برای گوسفندان ۱۹۱
- ۴۹- راه مبارزه ۱۹۴
- ۵۰- شورا ۱۹۷

-
- ۵۱- حیوان وحشی ۲۰۰
- ۵۲- مبارزه ۲۰۳
- ۵۳- لباس ساده ۲۰۷
- ۵۴- راز ۲۱۱
- ۵۵- راز مبارزه ۲۱۴
- ۵۶- مجهول ۲۱۸
- ۵۷- هنگام کار به فکر محصول آن نباشید ۲۲۲
- ۵۸- زمان حال را دریابید ۲۲۵
- ۵۹- شتاب نداشته باشید ۲۲۸
- ۶۰- ضعف‌های خود را بشناسید ۲۳۰
- ۶۱- دست بالایی دست بسیار است ۲۳۴
- ۶۲- کسی که قدرتش در دنیا بی‌همتا بود ۲۳۷
- ۶۳- قابلیت‌های خود را افزایش دهید ۲۳۹
- ۶۴- مزاحم نشوید ۲۴۲
- ۶۵- غیر فعال فعال ۲۴۵
- ۶۶- فعال غیر فعال ۲۴۹
- ۶۷- با جریان حرکت کنید ۲۵۳
- ۶۸- خشم بدون عمل ۲۵۶
- ۶۹- خطر واقعی را بشناسید ۲۵۹
- ۷۰- انسجام افکار ۲۶۳
- ۷۱- بگذارید ذهنتان جاری باشد ۲۶۷
- ۷۲- حس ششم ۲۷۳
- ۷۳- به درد فکر نکنید ۲۷۶
- ۷۴- تلاش بی‌زحمت ۲۸۰
- ۷۵- از ترس، یک دوست بسازید ۲۸۴
- ۷۶- دید مطمئن ۲۸۹

- ۲۹۴ ۷۷- تفکر ذهنی، شفای جسمی
- ۳۰۵ ۷۸- مبارزه برای زندگی
- ۳۰۸ ۷۹- پیروزی در باخت
- ۳۱۲ ۸۰- مبارزه بدون ضربه در کاراته
- ۳۲۳ ۸۱- همان‌گونه قدم زدیم که در تمام زندگی قدم می‌زدیم
- ۳۲۹ ۸۲- ترک شهرت
- ۳۳۲ ۸۳- درد سر ریشه‌یابی
- ۳۳۵ ۸۴- دایرهٔ تباه‌کار نود و نه
- ۳۴۰ ۸۵- وقتی وابستگی نباشد، شاگرد نور خود خواهد شد
- ۳۴۸ ۸۶- آموزش شمشیربازی به طریقهٔ ذن
- ۳۵۴ ۸۷- داستان سه گربه
- ۳۵۷ ۸۸- جنگ خروس ذن
- ۳۶۱ ۸۹- موش قوی و گربهٔ دانا
- ۳۶۵ ۹۰- نگاه شاگرد
- ۳۶۹ ۹۱- صدای یک دست
- ۳۷۳ ۹۲- مرگ اشیاء
- ۳۷۵ ۹۳- خشم و خالی
- ۳۷۸ ۹۴- گنجینهٔ حقیقی
- ۳۸۱ ۹۵- طلا یا انگشت
- ۳۸۵ ۹۶- پرندۀ دو سر
- ۳۸۹ ۹۷- ماجرای سر و دم مار
- ۳۹۲ ۹۸- عجب کارمایی
- ۳۹۶ ۹۹- پشه یا پدر
- ۴۰۰ ۱۰۰- آب پاک، آب آلوده
- ۴۰۳ ۱۰۱- فرار نکن

- ۱۰۲- صمیمیت حقیقی ۴۰۵
- ۱۰۳- عاجز کدام است ۴۰۸
- ۱۰۴- پدیدار شدن آیین تازه ۴۱۰
- ۱۰۵- عکس‌العمل ذن ۴۱۴
- ۱۰۶- دریافتن مزه آب هفت دریا ۴۱۶
- ۱۰۷- دعوت لباس نو به مهمانی ۴۲۰
- ۱۰۸- ما همگی درون خود روشنایی داریم ۴۲۴
- ۱۰۹- سعی کنید خودتان باشید ۴۲۷
- ۱۱۰- شاگرد باغبان ۴۳۰
- ۱۱۱- تمرین کنندگان سبک‌سر ۴۳۲
- ۱۱۲- پیروزی در باختن مسابقه شطرنج ۴۳۶
- ۱۱۳- هنر دزدی ۴۴۰
- ۱۱۴- خدا را به من نشان بده ۴۴۴

«بخش چهار»

- اول- فهرست منابع ۴۴۹
- دوم- فهرست کتاب‌های نویسنده (به همراه تیز جامع) ۴۵۵

خواننده گرامی

نگارش این کتاب که به مدت نه (۹) سال شبانه روز به طول انجامیده، حاصل دانشی است که از اساتید علوم مختلف کسب شده و جا دارد که از آنان سپاسگزاری نمایم. خصوصاً آقایان: دکتر مهدی الهی قمشه‌ای، محمد دشتی، شیخ کلینی، محمدباقر کمره‌ای، مسعود برزین، غلامرضا محمودی، احمد خسروان، بابک کاوسی، ایرمگارد اشلوگل، فرامرز جواهری‌نیا، نامدار مهدیزاده نادری، دل‌آرا قهرمان، تیسن دشی‌مارو، دکتر سیدرضا جمالیان، جو هیامز، روبن شاهوردیان، شیخ مولانا، استاد ای‌کیو سان، استاد بروس لی؛ همچنین از آقایان، دکتر سید ابوتراب احمدپناه، سیدمحمد حسینیان و خانم کبرا حکیمی که همواره مشوق من در این امر بوده و زحمت مقدمه و ویراستاری کتاب را پذیرفتند، آقای مهندس امیر نعمتی و خانم سیده زهرا علویان که تایپ کتاب را به‌عهده گرفتند، آقای سعید بختیاری که نقاشی و طرح جلد کتاب را ترسیم نمودند، و بالاخره از خانم اعظم کتابی مدیریت محترم انتشارات نماد اندیشه که انتشار کتاب را به‌عهده گرفتند، کمال تشکر و امتنان را دارم.

از خدا خواهیم توفیق عمل صالح جامع

محمد رضا یحیایی

دی‌ماه ۱۳۹۲

به نام خدا

خداوند، اولین معلم بشریت، در کامل‌ترین کتاب آسمانی (قرآن کریم)، برای راهنمایی و پند و اندرز دادن به انسان‌ها، به ذکر داستان‌های تاریخی و سرگذشت اقوام گذشته پرداخته است. براستی که انسان آنچه را که به صورت داستان و حکایت می‌شنود به خاطر می‌سپارد، و به همین خاطر نیز یکی از بهترین روش‌های آموزشی، داستان‌گویی می‌باشد. بیان حکایت و داستان برای شنونده بسیار جذاب و دوست‌داشتنی است، و همین امر تأثیرگذاری داستان را برای انسان افزایش می‌دهد.

امروزه ادبیات داستانی، یکی از شاخه‌های مهم ادبیات هر زبان را تشکیل می‌دهد. در زبان فارسی نیز، ادبیات داستانی از قدمت طولانی برخوردار است. چنانچه بسیاری از نویسندگان و شاعران برای بیان مقاصد خود از شیوه داستان‌گویی بهره برده‌اند، که از آن جمله می‌توان به شاهنامه فردوسی، مثنوی معنوی، گلستان و بوستان سعدی اشاره کرد.

در زمان‌های قدیم، عرفا و اساتید ذن در کشورهای شرقی مثل هند و چین نیز برای راهنمایی مردم و شاگردان خویش، بسیاری از حکمت‌ها را در قالب حکایت و داستان بیان می‌کردند.

استاد محمدرضا یحیایی که به حق یکی از دانشمندان و اساتید بنام و باتجربه در علوم طریقت هنرهای رزمی و متافیزیک جامع می‌باشند نیز در این کتاب، دریایی از علوم، معارف و حکمت‌ها را که طی سالیان دراز کسب کرده و در بسیاری موارد تجربه کرده‌اند را در قالب داستان بیان نموده‌اند.

آنچه که این کتاب را از سایر کتاب‌های ذن متمایز می‌کند، بیان تفسیر روان و ساده هر یک از داستان‌ها در پایان آن می‌باشد. در سایر کتاب‌های ذن، خواننده به تناسب درک و مرتبه علمی و عرفانی خویش به تفسیر داستان‌های ذن می‌پردازد، و در بسیاری موارد دیده می‌شود که چه کم‌اند کسانی که پی به مقصود نویسنده می‌برند، و چه بسیارند افرادی که تنها بخشی از حکمت نهفته در هر داستان را درمی‌یابند.

در حالی که این استاد بزرگ، در این کتاب، در پایان هر داستان تلاش کرده‌اند تا ضمن بازگویی ساده و روان داستان، تک‌تک نکته‌های نهفته در هر داستان را به صورت مفصل و ساده بیان کنند، به گونه‌ای که برای مردم عادی نیز قابل درک باشد. و در برخی موارد با بهره‌گیری از داستان‌های مشابه و یا ضرب‌المثل‌های معروف به بازگشایی رموز هر داستان پردازد که جای تقدیر و تشکر فراوان دارد.

من به شما خواننده عزیز توصیه می‌کنم داستان‌های این کتاب را همراه با دوستان خود بخوانید و درباره آن با یکدیگر گفتگو کنید تا به عمق حکمت هر داستان پی ببرید و در زندگی خویش از آن بهره‌مند شوید، و در پایان برای این استاد عزیز و دانشمند فرزانه آرزوی سربلندی و موفقیت روزافزون را از درگاه ایزد منان خواستارم.

و من ... التوفیق العمل

سید ابوتراب احمدپناه

استاد دانشگاه هنر

مهر ماه ۱۳۹۱

مقدمه نویسنده

«به نام حضرت دوست، که هر چه هست و نیست، همه از آن اوست»

یکی از جاذبه‌های مفید در امر سیر الی‌الله، که می‌تواند انسان‌ها را به خودشناسی و خداشناسی نزدیک و راهنمایی نماید، ذن می‌باشد.

* ذن معانی زیادی دارد، که در اینجا به چند مورد آن اشاره‌ای کوتاه می‌شود:

- ۱- ذن یعنی رهایی از تمام قیود.
- ۲- ذن یعنی پرورش خودآگاه و ناخودآگاهی که ماوراء هرگونه دوگانگی و دوراندیشی است.
- ۳- ذن یعنی راه درون و راه جان و به خود اندیشیدن (خودشناسی).
- ۴- ذن یعنی رجعتی به بهترین حالات فیزیولوژیک انسان.
- ۵- ذن یعنی مهاجرت از قطب اضطراب به قطب آرامش.
- ۶- ذن یعنی رجعت انسان به ذات خود.
- ۷- ذن یعنی روح اصیل و ناب انسانی.
- ۸- ذن یعنی نگاه کردن به دیدنی‌ها بدون کوچک‌ترین تبعیض و نگاه کردن به هر چیز بدون کاستن از ارزش و یا افزودن پُر آرج آن.

* اساتید طریقت دانایی، از چندین روش در زمینه خودشناسی استفاده می‌کنند:

- ۱- مراقبه
- ۲- تمرکز
- ۳- تنفس (تمرینات تنفسی)
- ۴- عبادت (پرستش خداوند متعال)

۵- طرح معما (کوان)

۶- داستان‌های حکمت‌آموز جامع (ذن)

۷- به روشنایی رسیدن (بودهی - سامادهی)

در این کتاب سعی شده تمامی روش‌های مفید برای کسب خودشناسی و خداشناسی، به صورت قابل درک و فهم برای شما عزیزان، به رشته تحریر درآید.

سال‌ها قبل، در زمان کودکی، وقتی که وارد هنرهای رزمی شدم، در جامعه هنرهای رزمی اسمی از ذن و سیر و سلوک الی‌الله نبود. همه چیز در قدرت و مهارت جسمی ورزشکار هنرهای رزمی خلاصه می‌شد. اساتید هم تنها به فکر ساختن و قوی کردن جسم شاگردان رزمی کار بودند و هیچ‌گاه به بُعد دیگر انسان توجهی نشان نمی‌دادند. من هم مانند دیگر رزمی‌کاران فقط در کالبد جسمانی قدرتمند شدم. سال‌ها گذشت، درونم دنبال گمشده‌ای می‌گشت. هرچند از لحاظ قدرت و سرعت و تکنیک رزمی در سطح بسیار بالایی قرار گرفته بودم، ولی یک حس درونی به من می‌گفت: منظور از هنرهای رزمی فقط مشت و لگد و بدنسازی و قدرت بدنی و یاد گرفتن تکنیک نیست؛ بلکه چیزهای دیگری هم وجود دارد. هرچقدر بیشتر جستجو کردم، کمتر پیدا می‌کردم. تا اینکه در سال ۱۳۶۷ در جبهه جنگ تحمیلی، با بُعد دیگری از وجود انسان آشنا شدم. از آن به بعد مشتاقانه به سوی کسب علم و معرفت آن بُعد جدید قدم برداشتم. هرچقدر بیشتر در این امر، علم و معرفت و تجربه کسب نمودم، علاقه‌ام بیشتر شد. تا جایی که تمامی وقت و جوانی و زندگی‌ام را در این راه گذاشتم، و الحمدلله به نتایج بسیار مفید و درخشانی رسیدم. از زمانی که مشغول آموزش و تدریس هنرهای رزمی به جوانان این مرز و بوم شدم، سال‌های زیادی می‌گذرد. در طول این سال‌ها، شاگردان زیادی تعلیم داده‌ام که بعضی از آنها خودشان جزء اساتید بنام و باتجربه این مرز و بوم می‌باشند. وقتی به شاگردانم با نگاهی عمیق می‌نگرم، متوجه موضوع خیلی جالب می‌گردم؛ آنهایی که علاوه بر تکنیک‌های رزمی، درس‌های «ادیان، اخلاق، طب، هنر، چی‌کنگ، متافیزیک، علوم روحی، فنی‌مهندسی، علوم خفیه و ذن» را هم فرا گرفته و از آنها در

راه درست استفاده می‌نمایند، به مراتب پیشرفتشان کامل‌تر و سریع‌تر از دیگران می‌باشد. به همین خاطر، نیت کردم که با نگارش این کتاب، راهنمای خوبی برای روندگان سیر و سلوک الی‌الله در طریقت هنرهای رزمی جامع قرار دهم. این کتاب می‌تواند شما را به وادی و بُعد تازه‌ای از وجود انسان هدایت نماید. اگر کسی با نیت پاک و الهی این کتاب را با صفای دل بخواند، مطمئناً به اسرار بی‌شماری پی‌برده و گشایش وصف‌ناپذیری در زندگی‌اش اتفاق خواهد افتاد.

برای اینکه بتوانید این کتاب را کاملاً درک نمایید، در این قسمت خلاصه‌ای از کل کتاب را به صورت خیلی ساده و روان به رشته تحریر درآورده‌ام که هرکسی با خواندن آن می‌تواند، بین افراد سودجو و فرصت‌طلب که ادعاهای کاذب می‌نمایند، با افراد حقیقی که خالصانه در راه رضای خداوند متعال مشغول سیر و سلوک و تدریس می‌باشند، فرق گذاشته، و تا دیر نشده، خود را از دام آنها نجات دهند.

* در این قسمت، خلاصه‌ای از کتاب آورده شده است:

۱- هر داستان عرفانی و حکمت‌آموز، به خصوص اگر مربوط به تعلیم و تعلم باشد، علاوه بر ظاهر قضیه، یک سری محتویات درونی هم دارد، که این محتویات درونی باعث رشد سریع انسان در سیر و سلوک الی‌الله می‌گردد.

۲- داستان‌های حکمت‌آموز جامع، یا داستان‌های واقعی‌زن، انسان‌ها را به وادی تفکر در زمینه این سئوالات که: از کجا آمده‌ایم؟ به کجا می‌رویم؟ و برای چه آمده‌ایم؟ معطوف می‌دارد.

وقتی استاد روشن‌بین، این سئوالات را مطرح می‌کند؛ جواب آنها را نمی‌گوید. زیرا جواب این سئوالات، به تجربیات شخصی هر شخص سالک و رونده راه حق و حقیقت مربوط می‌باشد، و در نهایت جزء اسرار است. یعنی اگر کسی واقعاً به روشن‌بینی و اشراق برسد، خداوند قادر مطلق برخی از اسرار آفرینش را به او نشان می‌دهد. هیچ‌گاه اسرار آفرینش و اسرار بعد از مرگ، به صورت صحبت معمولی در جلسه عمومی که همه نوع آدم در آنجا هستند، بیان

نمی‌شود. زیرا خداوند انسان را خلق نمود و به او اسماء الهی را آموخت، و آنگاه او را به کره زمین فرستاد تا اینکه او را مورد آزمایش الهی قرار دهد. اگر این اسرار برای همگان فاش شود، دیگر امتحان و تجربه و پاداش و مجازات مفهوم خود را از دست می‌دهد.

در واقع، اساتید دانا، تمامی جواب‌ها را در طول سال‌های زندگی‌شان، به شاگردان و اطرافیان خود به صورت رمز و راز می‌گویند. فقط کافی است که شاگردان و اطرافیان این اساتید روشن‌بین، رمز آن‌را کشف کنند. در این صورت تمامی سئوالات‌شان جواب داده خواهد شد. همیشه این موضوع را باید در نظر گرفت که، حقیقت در سادگی است. پس برای کشف حقیقت نباید آن‌را در بیرون از خود دنبال کرد؛ بلکه باید نور اشراق و حقیقت و خودشناسی و خداشناسی را از درون خود جستجو کرد.

استاد حکیم می‌فرماید:

«حقیقت وجودی آفرینش را از درون خود بجویید.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۲۴)

نور خداوند آنقدر عیان است که احتیاجی نیست برای پیدا کردنش دست به سفرهای برون‌مرزی بزنیم، بلکه فقط باید سفری به درون نماییم.

استاد حکیم می‌فرماید:

«نور خداوند آنقدر عیان است که احتیاجی نیست برای پیدا کردنش دست به سفرهای

برون‌مرزی بزنیم؛ بلکه فقط باید سفری به درون نماییم.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۲۱)

برای رسیدن به خداوند حکیم و دانا، فقط دو قدم لازم است؛ یک قدم به طرف خود (خودشناسی) و قدم دوم به طرف خداوند (خداشناسی).

استاد حکیم می‌فرماید:

«برای رسیدن به خداوند حکیم و دانا، فقط دو قدم لازم است؛ یک قدم به طرف خود

(خودشناسی) و قدم دوم به طرف خداوند (خداشناسی).»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۲۰)

یک تاریخچه و پیدایش حکمت «ذن»

در پانصد سال قبل از میلاد، شاهزاده «سیدارتا گوتاما» (Siddhartha Gautama) در کشور هند، آیین بودا را پایه‌گذاری کرد، وی خانواده و زندگی مرفه خود را در جست‌وجوی زندگی والاتری ترک کرد.

او که دریافته بود آنچه دارد، نمی‌تواند وی را از پیری، بیماری، بدبختی و مرگ رها سازد، پس از طلب معرفت نزد دیگران و مأیوس شدن از یافتن آن، هنگامی که زیر درخت «بودهی = بودی» (Bodhi) به «مراقبه» (Meditation) نشسته بود به درک زندگی والاتر نائل شد. وی از آن پس به آموزش حقیقتی که دریافته بود پرداخت. گروهی گرد او جمع شدند و بعدها نظام رهبانی خاصی پدید آوردند که اکنون نیز ادامه دارد. پیروانش او را «بودا» (Buddha) یعنی «از خواب بیدار شده» یا «به حقیقت دست یافته» (Enlightened) نامیدند.

بودا به پیروانش می‌آموخت که جهانی جاودان و بی‌پایان از «هستی مطلق» وجود دارد که ما تجلیات جسمانی گذرای آن هستیم، ما در این موقعیت دستخوش فریب، وسوسه، درد، سختی، بیماری و مرگ هستیم؛ اما با کسب معرفت و کوشش برای درست زیستن و تمرکز، جهت به فرمان در آوردن جان و تن، می‌توانیم از تسلط دنیای ماده رها شویم.

هزارسال پس از بودا، راهبی به نام «بودی دارما» (Bodhi dharma) از هند به چین رفت و ذن را که شکلی از آیین بوداست با خود به آنجا برد، ذن در چین و بعدها در ژاپن رواج یافت. پس از «بودی دارما» رموز ذن را گروهی از راهبان و سلسله‌ای از پیشوایان منتقل نمودند، پیشوا، خرقة و کشکول خود را به‌عنوان نشان جانشینی به منتخب خود می‌بخشید.

بودا، متفکر بزرگ هند، چهل سال از عمر خود را زیر درختی به سکوت و تفکر عبادی گذراند تا به اشراق رسید. یعنی به حالت و مرحله‌ای که در اصطلاح بودایی‌گری «روشن شدن» یا به «روشن شدگی» رسیدن، گفته می‌شود. بودا نزدیک به بیست‌وپنج سده پیش

می‌زیست. آنچه آموخت «آیین عنوان شده که نخست در هند گسترش یافت، و بعد به چین رفت، با فرهنگ چین در آمیخت، مخلوط نو از دریای شرق آن کشور گذشت، به ژاپن راه یافت. با لطافت خوی و ظرافت رفتار ژاپنی ترکیب شد و در مدت کوتاهی، گروه بزرگی از ساکنان آن جزیره را از فقیر و غنی به خود مؤمن ساخت.

ذن که چینی‌ها آن را «چان» (Ch'an) تلفظ می‌کنند فلسفه، مکتب، آداب، آموزش عالی اخلاق و برای بعضی‌ها مذهبی است که پیروان و یا به کلامی دیگر رهروان آن باید سخت‌ترین شرایط زندگی را برای دستیابی به والاترین حدّ انسانی و انسانیت تحمل کنند و هیچ‌گاه به تنبلی و لاقیدی نگرایند، زیرا: «اگر کسی کار نکند، نباید به او خوراک داد.»

ذن هنر و هدف باطنی شرق است؛ و چون خود نگری از راه تفکر عبادی را در پیش گرفت، توجه عموم مردم را در چین و ژاپن به سوی خود جلب کرد، و در سطحی بالاتر از سایر مکتب‌های اخلاقی و فلسفی جایگزین شد.

روحیه ذن به کلامی یعنی صلح، دوستی، آرامش، تفاهم و همدوستی، که علاقه به کار و هنر، دوری از آز و طمع را سرمشق زندگی می‌داند و رهرو را تشویق می‌کند خودش، باطنش، و یا بهتر بگوییم جانش را بشناسد تا به راحت راستین برسد. چنین فردی خدمت با فروتنی به مردم را منظور نظر دارد، و با قلبی پاک و آکنده از محبت، لحظه‌ای از کوشش فرو نمی‌نشیند.

می‌گویند آن کس که به ذن دست یابد، از چیزی و کسی نمی‌ترسد؛ دستخوش عواطف شدید نمی‌گردد و تردید به دل راه نمی‌دهد.

ذن شکلی از آیین بودایی می‌باشد که در ژاپن رواج دارد و در تمام قلمرو فرهنگ ژاپن تأثیری عمیق به جا گذارده است.

ذن مدت پانصد سال، یکی از جنبش‌های بزرگ «فلسفی-دینی» چین بود، و از قرن دوازدهم به ژاپن رُسوخ کرد.

چهار) داستان‌های حکمت‌آموز جامع «ذن»

داستان‌هایی را که می‌خوانید، از سالنامه‌ها و کُتب «ذن» استخراج شده است. داستان‌های ذن، حکایاتی از گفتگوهای استادان و رهروان ذن می‌باشد. در داستان‌های ذن، تمثیلات و معماهایی وجود دارد که در تدریس به‌کار می‌رفته و هدفشان رها ساختن ذهن از قید منطق است. خواندن این داستان‌ها نمی‌تواند شما را در تجربه ذن شریک کند، ولی به شما امید و انرژی داده و شمه‌ای از معنویت، قدرت و سرسختی دست‌اندرکاران ذن را در هزار سال گذشته، بیان می‌کند.

ما باید به داستان‌هایی که می‌خوانیم بیشتر تعمق نماییم. زیرا، هر داستان عرفانی، مخصوصاً اگر مربوط به تعلیم و تعلم باشد، علاوه بر ظاهر قضیه، یک‌سری محتویات درونی هم دارد، که این محتویات درونی باعث رشد سریع ما، در سیر و سلوک الی‌الله می‌گردد. داستان‌های واقعی حکمت‌آموز جامع «ذن»، انسان‌ها را به وادی تفکر در زمینه این سئوالات که: از کجا آمده‌ایم؟ به کجا می‌رویم؟ و برای چه آمده‌ایم؟ معطوف می‌دارد.

استاد حکیم می‌فرماید:

«هیچ نیرویی کارسازتر از نیروی معرفت‌الهی که به‌همراه علم و عمل باشد، در جهان وجود ندارد.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۳۰)

استاد حکیم می‌فرماید:

«تغذیه ناپاک (جسمی، ذهنی، روحی)، خون کثیف در بدن (جسمی، ذهنی، روحی) تولید کرده، و باعث ایجاد حجاب‌های هفتگانه ظاهر و باطن شخص می‌گردد.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۳۳)

استاد حکیم می‌فرماید:

«دریا دل و صبور و بی‌مُدعا باشید؛ و خودتان را در اعماق وجود اقیانوس بیکران الهی، غرق
نمایید؛ تا بتوانید به خودشناسی و خداشناسی، دسترسی پیدا کنید.»
(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۹۲)

استاد حکیم می‌فرماید:

«بهترین طریقت و سیر و سلوک، سیرِ اِلِی‌الله می‌باشد.»
(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۱۱۱)

استاد حکیم می‌فرماید:

«وارد شدن به طریقت دانایی و هنرهای رزمی جامع، مستلزم داشتن پنج خصلت مردانه
ستاره قدرت، یعنی: پاکی، صداقت، صبر، استقامت، و تواضع (احترام)، می‌باشد.»
(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۱۱۵)

نه) بصیرت بی حرکتی (خلاءِ فکری)

فکر هرگز آرام و قرار ندارد. هر لحظه روی فردی یا چیزی متمرکز است. همه از حرکت می‌ایستند، به جز او.

رمز و راز عظیم خرد و بصیرت، یا بصیرت و هوشمندی، در سکون و بی‌حرکتی است. این رازی است که در سایه آن، فلسفه «ذادن»، ادراکات مستقیم (پنج حس)، ادراکات بی‌واسطه (احساس الهام‌گونه)، خرد و بسیاری از مباحث و مفاهیم پوشیده و نگفتنی، نهفته است. در «ذن» شما بایستی در ورای طبیعت، در ورای تنفس، و در ورای آگاهی باشید.

۱- یک فنجان چای

روزی از روزها، یکی از اساتید دانشگاه، برای طرح چند سؤال نزد «نان ئین» (Nan in)، استاد ذن ژاپنی، رفت. «نان ئین» او را پذیرفت. او از «نان ئین» در رابطه با ذن، سؤال نمود. قبل از اینکه «نان ئین» لب به سخن بگشاید و جواب سؤال او را بدهد، خود شروع کرد به سخنرانی و پُر حرفی نمودن؛ «نان ئین» جهت پذیرایی، مشغول ریختن چای در فنجان چای استاد دانشگاه بود. او بعد از پُر شدن فنجان، همچنان به اینکار ادامه داد تا اینکه کاملاً چای از لبه فنجان به داخل نعلبکی سرازیر شد. فنجان و نعلبکی پُر شده بود و همچنان اینکار ادامه داشت، تا اینکه از نعلبکی هم روی میز ریخته شد. استاد دانشگاه در حالی که نگاهش به فنجان بود و همچنان پُر حرفی می‌کرد، دیگر طاقت نیاورد و گفت: استاد! دیگر بس است: چای از فنجان لبریز شده و دیگر جا ندارد. «نان ئین» قوری چای را روی میز گذاشت و گفت: شما هم مثل این فنجان لبریز از عقاید و افکار خود هستید. مادام که فنجان فکرتان را خالی نکرده‌اید، چگونه می‌توانم ذن را به شما نشان دهم؟!

مهم: هرگاه به شخصی که لبریز از افکار و عقاید شده بنگرید، می‌بینید که او مدام مشغول حرف زدن می‌باشد و به دیگران اجازه سخن گفتن نمی‌دهد، و این امر نه تنها مانع علم‌آموزی است، بلکه باعث عقب‌افتادگی نیز می‌شود. لذا از علائم و شرایط آموختن علم و حکمت، بعد از طرح کردن سؤالات مناسب نزد استاد با تجربه و حکیم، همانا سکوت کردن، گوش فرا دادن، نکته نویسی و تجربه کردن زیر نظر استاد، و آخر سر هم تشکر کردن، می‌باشد. زیرا تشکر کردن از زحمات استاد، به‌خاطر اینکه وقت گرانبه‌اش را تحت اختیار شاگرد قرار داده است، نعمتی وافر می‌باشد.

شاعر شیرین سخن می‌گوید:

«شکر نعمت، نعمت افزون کند کفر نعمت، از کفت بیرون کند»

(ترجمه منظوم از معنای لغوی قرآن کریم - سورة ابراهیم - آیه ۷)

حضرت امام علی علیه السلام می‌فرمایند:

«هر ظرفی با ریختن چیزی در آن پُر می‌شود، جز ظرف دانش که هر چه در آن جای دهی،
وسعتش بیشتر می‌شود.»

(نهج البلاغه - حکمت ۲۰۵)

استاد حکیم می‌فرماید:

«ادب، میوه‌ای از درخت به ثمر رسیده حکمت است.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۶۷)

استاد حکیم می‌فرماید:

«انسانهای بزرگ و وارسته، گفتار و اعمال و تفکراتشان را تحت کنترل «خودِ الهی» شان،
قرار می‌دهند؛ ولی انسانهای پست و کوچک، گفتار و اعمال و تفکراتشان را، تحت کنترل
«خودِ شیطانی» شان، قرار می‌دهند.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۷۴)

استاد حکیم می‌فرماید:

«دریا دل و صبور و بی‌مُدعا باشید؛ و خودتان را در اعماق وجود اقیانوس بیکران الهی، غرق
نمایید؛ تا بتوانید به خودشناسی و خداشناسی، دسترسی پیدا کنید.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۹۲)

استاد حکیم می‌فرماید:

«خداوند حکیم، علم را به انسان متواضع می‌دهد، و از انسان متکبر می‌ستاند.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۱۰۳)

استاد حکیم می‌فرماید:

«انسان باایمان و باتقوی و عالم، احتیاجی به خودنمایی و ثابت کردن علم و معرفت و قدرت
خویش ندارد. زیرا کسانی که باید بفهمند، خودشان متوجه می‌گردند.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۱۱۲)

۷۴- تلاش بی‌زحمت

در طی یکی از جلسات در هنر رزمی «وینگ چان» با استاد «جیم لائو» مشغول تمرین بودیم. استاد در حالی که یک دستکش «ماکی واری» در دست داشت، و روبروی من («جو هیامز» «Joe Hyams») ایستاده بود؛ از من خواست، قبل از آنکه قادر به جابجا کردن دستش باشد، به دستکش ضربه بزنم. هر دفعه که من مشت می‌زدم، او مقصود مرا سریعاً می‌فهمید و دستکش را حرکت می‌داد. با وجود اینکه تمرین را با وضعیت راحت بدنی و فکری آغاز کرده بودم، ولی به‌زودی عصبی شدم و با قبول این واقعیت که او قادر به پیش‌بینی همه حرکاتم از قبل است، کاملاً از خود ناامید شدم، و خود را باختم. حتی زمانی که او سرانجام دستکش را تقریباً به‌حالت ساکن نگه‌داشت، باز من موفق به زدن ضربه مشت به آن نشدم. استاد گفت: «آرام باش، به خودت فشار نیاور. آرامش بیشتر، مساوی است با قدرت و سرعت عمل بیشتر.»

ما به تمرین خود ادامه دادیم، تا اینکه من کاملاً انرژی خود را از دست دادم، در نتیجه کاملاً شل شدم. سرانجام، در حالتی که دیگر نگران نتیجه کار نبودم، و اینکه آیا ضربه‌ام به هدف اصابت خواهد نمود یا نه، به هر تقدیر فرصتی بدست آوردم، و ضربه مشت من به دستکش اصابت کرد.

استاد بانگ برآورد: «عالی است، سرانجام جرقه زدید، می‌دانید چرا؟ زیرا ذهن و جسم شما به آرامش رسید. شما به نگرانی و اضطراب خود، در مورد نحوه ضربات و نتیجه کارتان خاتمه بخشیدید. شما دیگر نگران ضربات خود نبودید، و با حالت بی‌خیال‌تری عمل کردید. این اضطراب یا میل مفرط و آرزوی دستیابی به هدف است که سر راه تلاش بی‌زحمت قرار می‌گیرد.»

من به‌حالت اولیه برگشته، و دوباره روبروی استاد ایستادم، و مصمم بودم که دوباره موفق شوم، ولی نتوانستم.

استاد «جیم لائو» با صبر و حوصله بسیار گفت: «آرام باشید و اهمیت ندهید.»

گفتم: «ولی موضوع چیست؟ من وقتی که اصلاً برایم اهمیت ندارد، چه خوب می‌توانم ضربه بزنم؛ در حالی که وقتی دقیقاً چنین چیزی را می‌خواهم، نمی‌توانم.»

استاد جواب داد: «شما بایستی سعی کنید، نسبت به کاری که در حال انجام آن هستید، مضطرب و نگران نشوید. یعنی بدون تقلا، همانند ریزش برگ از درخت، و جوشش آب از چشمه، آن کار را انجام دهید. پس از انجام تمرین‌های متوالی، این امر جزء طبیعت و سرشت شما می‌گردد. بدون اینکه نگران ایجاد تماس حتمی بین دست‌ها و دستکش شوید.»

بار دیگر قضیه تکرار شد، و من دوباره توانستم بدون اینکه به موضوع اهمیت دهم، موفق شوم.

استاد فریاد کشید: «آهان! در آن لحظه، دلواپس این امر نبودید، و آنچه خواستید، شد. بالاخره رمز کار را فهمیدید. ولی اگر من در ابتدا، اینها را به شما می‌گفتم، خودتان هرگز آن را نمی‌فهمیدید. دانش واقعی بایستی از درون انسان سرچشمه گیرد.»

من صادقانه معترف شدم: «هم موضوع را می‌دانم و هم نمی‌دانم.»

استاد پاسخ داد: «پس من آن را در غالب کلمات، برایت تشریح می‌کنم. آرامش اعصاب و تمرکز، همگام و همقدم در حرکت‌اند. ولی تمرکز بیش از حد، خود را مغلوب می‌سازد و باعث شکست و نابودی خود می‌گردد. اگر واقعاً بی‌تفاوت و راحت و خونسرد باشید، و به‌جای اینکه تمام وقت، از ذهن هوشیار و ضمیر ناخودآگاه خود بهره‌گیرید، و آن را به کار مداوم وادارید، بگذارید جسم و ضمیر ناخودآگاهتان نیز هر یک وظیفه خود را انجام دهند، در آن صورت، تمرکز حواس می‌تواند به تلاش بی‌زحمت تبدیل شود.»

در جواب استاد گفتم: «گفتن این مطالب برای ما بسیار راحت است، ولی وقتی یک ضربه مشت در زیر شکم یا روی بینی‌ام می‌خوابد، در آن لحظه، دیگر آسان نیست که مضطرب و نگران نباشم.»

استاد در توضیح مشکلم به یک جمله بسنده کرد، و گفت:

«بیش از حد، نگران و مضطرب نباشید.»

چند روز بعد از آن موضوع، در حالی که مشغول بازی تنیس بودم، روی پدیده‌ای که قبلاً توجه مرا جلب کرده بود، مکث کردم: موضوع از این قرار بود که، بسیاری از مواقع، وقتی که سرویس خیلی بلند و یا اندکی بیرون زده می‌شد، به‌خوبی موفق به عودت‌دادن و برگشت توپ

می‌شدم. فهمیدم، وقتی که سرویس خارج از زمین زده می‌شد، دیگر احتیاجی به زدن شوت درست و حسابی نداشتم؛ و به‌همین دلیل، ضربه‌ای غیر جدی و اتفاقی به توپ می‌زدم، بدون اینکه حواسم را جمع کنم، و یا دلواپسی از آن لحاظ به خود راه دهم، و البته معمولاً هم یک شوت درجه یک از آب در می‌آمد. حال دیگر متوجه منظور استادم شده بودم، مبنی بر اینکه چیزی که در برابر تلاش بی‌زحمت مقاومت می‌کند، دلواپسی و نگرانی و توجه بیش از حد نسبت به صحت انجام کار، مورد نظر است.

در حین چند درس بعدی بازی تنیس، ذهنم را به عدم تلاش اضافی وا داشتم، و هر درس را صرفاً به‌عنوان یک گیم بازی می‌آموختم، و دیگر اهمیت نمی‌دادم که آیا حرکاتم را به‌خوبی و به‌نحو احسن انجام می‌دادم، یا نه. وقتی که ذهنم از تقلای زیاد باز می‌ایستاد، حرکات دلخواه اتفاق می‌افتادند، و من در پی این موضوع، به‌طور ناگهانی، پیشرفت شایان توجهی از خود بروز می‌دادم.

سپس همان قاعده و قانون را در امور شغلی‌ام منتقل ساختم. بنابر این، با یک برنامه و طرحی که به‌نظر غیرممکن می‌رسید، مواجه شدم، به خود گفتم: «هر چه بادا باد، من صرفاً آن‌را انجام خواهم داد.» تمامی حواسم را بر آن متمرکز ساختم، ولی از لحاظ جسمی و فکری، کاملاً در آرامش به‌سر می‌بردم. فقط کارهایی که ممکن بود در آن مدت کم انجام داد، به انجام رسانیدم، و با تلاشی ناچیز، متوجه شدم که آنچنان هم غیر ممکن نیست. بدون اضطراب و نگرانی در مورد کاری که در دست داشتم، دست به کار شدم. در واقع، تلاشی بی‌زحمت داشتم.

سخنی از «چوانگ تزو» یکی از بزرگان و اساتید «ذن»:

«ذهن یک انسان کامل و پخته، به آینه‌ای می‌ماند؛ چیزی را جذب نمی‌کند؛ در انتظار چیزی هم نیست؛ هر چیزی را باز می‌تاباند، و در خود نگه نمی‌دارد؛ به‌همین دلیل فرد کامل، بدون به‌کارگیری سعی فراوان، با تلاش بی‌زحمت، عمل می‌کند.»

سخنی از «بروس لی» یکی از بزرگان و اساتید هنرهای رزمی:

«بر اثر تقلا و تلاش کمتر، از قدرت و سرعت بیشتری برخوردار خواهید شد.»

مهم: وقتی به زندگی اساتید سطح بالا و واقعی هنرهای رزمی نظری اجمالی داشته باشید، متوجه این موضوع خیلی مهم می‌شوید که؛ آنها می‌توانستند بوسیله دور کردن نگرانی و اضطراب از خودشان، ذهن و جسم‌شان را به‌حالتی از آرامش سوق دهند. در این‌حالت، آنها اضطراب یا میل مفرط و آرزوی دستیابی به هدف را که سر راه «تلاش بی‌زحمت» قرار گرفته

است، و باعث عصبانیت و فشار و در نهایت شکست می‌گردد را از خود دور می‌کنند. در واقع، آسرار «تلاش بی‌زحمت» این است که ما باید تمامی اضطراب و نگرانی را از خود دور کرده؛ و آنگاه ذهن و جسم‌مان را به‌حالتی از آرامش، هدایت نماییم.

در این داستان واقعی، می‌بینیم، زمانی که شاگرد با سعی و تلاش فراوان به خودش فشار می‌آورد که عملی را انجام دهد، نه‌تنها نمی‌تواند آن کار را انجام دهد، بلکه خیلی زود عصبی شده، و با حالتی مضطرب، از موفقیت خود ناامید می‌شود.

وقتی که استاد به شاگرد خود درس «تلاش بی‌زحمت» را می‌دهد، شاگرد توسط این فرمول، به نتیجه مورد قبول و موفقیت کامل نائل می‌گردد. در واقع، باید این موضوع را بدانید که فقط سعی و تلاش زیاد و سخت‌کوشی نمی‌تواند شما را به مقصود و مقصد نهایی هدایت نماید؛ بلکه در این راه، باید از فرمول «تلاش بی‌زحمت» استفاده بهینه را ببرید. زیرا این فرمول می‌گوید: «وقتی که ذهن از تقلای زیاد و بی‌فایده باز ایستد، حرکات دلخواه، خود به خود اتفاق می‌افتند.»

استاد حکیم می‌فرماید:

«کسی که به آرامش و ظرفیت و معرفت و حکمت و حقیقت درونی دسترسی پیدا نماید، متلاطم بودن فضای اطراف، و ناملازمات روزگار، نمی‌تواند او را از مأموریت مقدس الهی‌اش دور نماید.»

(سخنان حکمت‌آموز جامع - شماره ۱۱۳)

۷۸- مبارزه برای زندگی

روزی استاد «ذن» برای گردش و قدم‌زدن همراه یکی از شاگردانش بیرون رفت، روباهی را دید که در تعقیب خرگوشی بود، استاد گفت:

«طبق یک افسانه قدیمی، خرگوش از دست روباه فرار خواهد کرد.»

شاگرد جواب داد: «نه، ممکن نیست، روباه سریعتر می‌دود.»

استاد مصرانه گفت: «ولی خرگوش بالاخره از او فاصله خواهد گرفت.»

بعد از مدتی، همانطوری که استاد از قبل پیش‌بینی کرده بود، خرگوش از دست روباه فرار کرد.

شاگرد پرسید: «بر چه اساسی شما این قدر مطمئن بودید؟»

استاد جواب داد: «زیرا روباه به قصد بدست‌آوردن غذا می‌دوید؛ ولی خرگوش به قصد ادامه

زندگیش فرار می‌کرد.»

مهم: وقتی به زندگی بزرگان نظری اجمالی بی‌افکنید، متوجه این موضوع خیلی مهم می‌شوید که، آنها به قدری در تصمیمات و کارهایشان مصمم و راسخ بودند که تا پای جانشان از هدفشان دفاع می‌کردند؛ دقیقاً مثل داستان بالا که خرگوش به خاطر زندگیش از دست روباه خلاص شد، بزرگان هم با اتکاء به همان نیرو، از دست جهل و نادانی و غرور و خودخواهی خلاص می‌شدند. در واقع مردم عادی، فقط به خاطر تعریف و تمجید اطرافیانشان دست به کار دنیوی می‌زنند، ولی بزرگان و خردمندان، به خاطر زندگی آخری و جاویدان در این دنیا، از دست روباه ویرانگر (جهل و نادانی، غرور و خودخواهی و ... غیره) فرار می‌کنند و خلاص می‌شوند.

وقتی به داستان واقعی بالا بیشتر تعمق و تفکر نمایید، متوجه این موضوع خیلی مهم می‌شوید که؛ خداوند متعال نیرویی بسیار قوی را در درون موجودات هستی، برای خلاصی از شر مشکلات و خطرات، قرار داده است. وقتی که انسان در «شرایط، مکان و زمان» خاصی قرار گیرد که هیچ‌گونه کاری نتواند بکند و احساس خطر نماید، در همان لحظه است که نیروی

پنهان درونش فعال شده، و انجام وظیفه می‌کند. پس، هر چقدر آن شخص بیشتر در معرض خطر باشد، انرژی درونی بیشتری از آن به بیرون فوران می‌کند. این نیروی درونی، زمانی که به بیرون هدایت شود، قدرتی خارق‌العاده به شخص می‌دهد؛ دقیقاً مثل ورزشکار حرفه‌ای و پُر قدرتی می‌ماند که علاوه بر قدرتِ بدنی زیاد خود، دوپینگ هم کرده باشد. در هنرهای رزمی، تکنیک فعال کردن و تحت کنترل گرفتن نیروی درون (چی) را «چی کُنْگ» و «چیای» می‌گویند.

[نیروی درون (چی «CHI»)- تکنیک‌های فعال کردن نیروهای درونی توسط شاگردان مبتدی و شاگردان ارشد (چی کُنْگ «CHI KUNG»)- تکنیک‌های تحت کنترل گرفتن نیروهای درونی توسط اساتید حکیم و دانا (چیای «CHI AI»)]

با توجه به فرمول بالا، متوجه شدید که چگونه خرگوش از دست روباه فرار کرد. زمانی که خرگوش احساس خطر مرگ کرد، نیروی درونی (چی) خود به خود فعال شده، و نیروی زیادی را به عضلات دست و پاهایش منتقل نمود. به همین خاطر، خرگوش در یک لحظه، دارای آنچنان قدرتی گردید که توانست از دست روباه فرار نماید. ولی روباه، بدلیل اینکه می‌خواست خرگوش را فقط برای خوردن شکار کند، نتوانست نیروی درون خود را فعال نماید. به همین خاطر، فقط با نیروی بیرونی و عضلانی و جسمی خودش، به دنبال خرگوش دوید. از گفته‌های بالا نتیجه‌گیری می‌کنیم که اگر کسی با داشتن هدف و آگاهی و علم و معرفت، همزمان از نیروهای درونی و بیرونی استفاده نماید، موفقیت خارق‌العاده‌ای را نصیب خودش می‌کند.

همانطوری که در بالا گفته شد؛ فعال کردن و تحت کنترل گرفتن نیروی درون (چی) فقط در داستان اساتید هنرهای رزمی، که ایمان به خداوندِ قادرِ مطلق را دارند، و به حکمت و معرفت الهی دسترسی پیدا کرده‌اند، می‌باشد. متأسفانه خیلی از شاگردان و اساتید ظاهری، سودجو و فرصت‌طلب در هنرهای رزمی، بدون اینکه اطلاعاتی از اسرار این علم داشته باشند، ادعاهای کاذبی می‌نمایند. برای اینکه خوانندگان محترم بتوانند فرق بین اساتید به حق این روش، و اساتید کاذب و دروغین را متوجه شوند، فرمول زیر را به‌رشته نگارش در می‌آورم. اگر شخصی، همه شرایط ذیل را دارا بود، یکی از اساتید به حق این روش می‌باشد:

۱- علم و مهارت کافی در هنرهای رزمی.

۲- دارا بودن حکمت و معرفت الهی.

۳- مؤمن بودن به خداوندِ خالق هستی.

- ۴- باز بودن چشم دل و بصیرت (دارا بودن چشم برزخی).
- ۵- پرستش خداوند متعال در حالت نماز (مخلصانه و متواضعانه، خاضعانه و خاشعانه).
- ۶- توکل کردن به خداوند حکیم و دانا.
- ۷- انجام دادن دستورات الهی که در ادیان و مخصوصاً دین اسلام و کامل شیعه آمده است، و به صورت رمز و راز و اسرار الهی نهفته شده است.
- ۸- دارا بودن اخلاق پسندیده و خُلق و خوی نیکو.
- ۹- امانت‌داری.
- ۱۰- ستار بودن (پوشاندن عیب‌های دیگران).
- ۱۱- برای آخرت توشه جمع کردن و بی‌اعتنایی به دنیای مادی.
- ۱۲- در راه رضای خداوند رحمان و رحیم، به مخلوقات خداوند خدمت کردن، بدون انتظار پاداش و حتی تشکر از طرف مخلوق.
- ۱۳- به دنبال کسب روزی حلال رفتن، و دوری از فساد و شهوت و مقام و ثروت دنیوی.
- ۱۴- گفتار و پندار و کردار الهی داشتن؛ یعنی سخنانش، افکارش و اعمالش الهی باشد.

با توجه به گفته‌های بالا، متوجه می‌شوید که این اساتید بسیار نادر و کیمیا می‌باشند. ولی اگر یکی از این اساتید را یافتند، بدانید که خان نعمت‌الهی جلوی رویتان گسترده شده است. در این صورت خداوند رحمان و رحیم را شاکر باشید، و از حکمت و معرفت و حقیقت الهی کمال فیض را ببرید. در این حالت مواظب وسوسه‌های شیطانی باشید، زیرا خیلی‌ها اول راه، خود را خراب می‌کنند، و از ادامه راه باز می‌مانند. امیدوارم که شما از خردمندان روزگار خودتان بوده، و فقط در راه مستقیم الهی (صراط‌المستقیم) قدم بردارید؛ انشاءالله.

لیست کتاب‌های چاپ شده استاد محمدرضا یحیایی

- دایرةالمعارف کامل هفت طب اصلی دنیا (جلد اول)
- یوگا در هفت مرحله، از مبتدی تا عالی
- خواب درمانی جامع
- قدرتهای ذهنی (خودآموز روحی)
- انرژی معجزه‌گر گیاهان (خود درمانی بوسیله انرژی گیاهان)
- ماساژ درمانی «یومی هو تراپی»
- طب سوزنی جامع
- آموزش کاراته به زبان ساده «کمر بند سفید»
- یی‌چینگ جامع (کتاب تقدیرات)
- داستانهای دِن جامع (جلد اول)
- نفوذ در ماوراء علوم (رخنه در اسرار)
- حجامت جامع
- درمان جامع طب سوزنی «با دستگاه الکترونیکی بدون سوزن»
- درمان جامع بیماریهای «کلیه، مثانه، پروستات»
- آنچه از امام موسی صدر آموختم
- بصیرتهای نه‌گانه
- آیین رزم جامع
- گفتاری پیرامون کتاب «زندگی استادان»
- گفتاری پیرامون کتاب «عالم اورا سینا»
- گفتاری پیرامون کتاب «با شما تا ابدیت»

✱ شما در آستانه ورود به جهانی شگفت انگیز و ناشناخته هستید ، یعنی سفر به ماوراء اندیشه.

✱ بیایید همراه نویسنده، بی نظیر ترین حالات طریقت دانایی و ذن را در داستان های حکمت آموز جامع تجربه کنید .

✱ در این کتاب ، شما با قدرتهای درونی خود آشنا می شوید که می تواند بین جسم و ذهن تان ارتباط برقرار کند و به شکوفایی حالات حکمت ذن در جسم و ذهن تان منجر شود . این کتاب شامل :

- ۱- تاریخچه پیدایش حکمت ((ذن)) ۲- حکمت ((ذن)) چیست؟ ۳- شناخت و راه حکمت ((ذن)) ۴- طرح معما (کوان) در حکمت ((ذن)) ۵- آموزش حکمت ذن ۶- تمرینات کسب حکمت ((ذن)) ۷- تکنیک های مفید برای تقویت نیروهای سه گانه (جسمانی، ذهنی و روحانی) ۸- بصیرت بی حرکتی (خلاء فکری) ۹- قدرت و کار آیی حکمت ((ذن)) ۱۰- داستان های حکمت آموز جامع ((ذن)):
- ۱- یک فنجان چای ۲- معجزه حقیقی ۳- صدای خوشبختی ۴- امواج بزرگ ۵- جاده گل آلود ۶- عوض کردن سرنوشت ۷- مزه شمشیر استاد ۸- درنا ی سفید ۹- راه مبارزه ۱۰- راز ۱۱- مجهول ۱۲- صدای یک دست ۱۳- ضعف های خود را بشناسید ۱۴- خدا را به من نشان بده .

✱ با فعال کردن حقیقت سکوت گسترده و عمیق خود ، میتوانید مستقیماً از روح اصیل و ناب انسانی ، کسب فیض نمایید .

✱ با خواندن این کتاب و دریافت حکمت داستان های آن ، شما هم می توانید در ((ذن)) رخنه کنید : یعنی به ذات خود رجعت کنید .