

سرواۃ

در پوست و مغز

۱۵۷ مراقبه مکتب ذن

در رهیافتی تطبیقی و گذرا با تصوف

اسکات شاو

محمد جواد ادبی

سرشناسه	: شاو، اسکات، ۱۹۵۸ - Shaw, Scott
عنوان و نام پدیدآور	: نیروانه در پوسته و مغز : ۱۵۷ مرقبه مکتب ذن در رهیافتی تطبیقی و گذرا با تصوف
مشخصات نشر	: تهران: نغمه نواندیش، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۱۹۰ ص: ۱۵ × ۱۵ س م.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۵۸۶۲-۴۴-۷
وضعیت فهرست نویسی	: فیپای مختصر
یادداشت	: فهرستنویسی کامل این اثر در نشانی: http://opac.nlai.ir قابل دسترسی است
یادداشت	: عنوان اصلی: NIRVANA IN A NUTSHELL
شناسه افزوده	: ادبی، محمدجواد، ۱۳۵۶ -
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۷۹۱۰۷۰

نیروانه در پوست و مغز

اسکات شاو- محمدجواد ادبی

ناشر: نغمه نواندیش

چاپخانه: ترانه

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۶

بها: ۱۸۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۸۶۲-۴۴-۷

ویش کتابخانه

کتابخانه ملی

www.ketab.ir

فهرست

۹	به بهانه‌ی ترجمه.....
۱۷	مقدمه‌ی مؤلف.....
۲۱-۲۴۹	مراقبات.....
۲۵۱	اصطلاح‌نامه.....
۲۵۳	فرهنگ واژگان.....



وحدت مادی مؤلف

نیروانه قرار گرفتن در حالتی موهبت آمیز است که به واسطه‌ی آن فرد به کلیت کائنات^۱ می پیوندد و از خلال این پیوستن، هیچ رنجوری مادی، تشویش روانی و سوال بی پاسخی دوامی ندارد.

نیروانه قرار گرفتن در جایگاهی از اتحاد مقدس^۲ است که در آن محدودیت‌های فردی جسمانی، از طریق روشنگری نامرئی^۳ سرشت بودا در درون همه‌ی ما فرو می افتد.

نیروانه، کلمه‌ای است که صورت‌های خیالی بهشت عدن، همراه با آسمان‌های آبی بکر، انهار شفاف بلورینه، گل‌های زیبایی که چشم انداز را پر کرده‌اند و هستومندهای^۴ قبا بر دوش پارسایی که در آرامش، به میان باغ‌ها در گذار هستند را مجسم می سازد.

نیروانه ادراک همان درایتی است که بسیاری از انسان‌ها در سرتاسر

1. Cosmic whole
2. Holy Union
3. Hidden
4. Word
5. Beings

تاریخ^۱، خواهان آن بوده‌اند. برخی در پی آن، جهان را رها کرده‌اند، به انزوا گراییده‌اند و روزهایشان در ژرفنای مراقبه در غارهای هیمالیا گذشته است. برخی دیگر نیز در طلب نگاهی گذرا به نامتناهی^۲ آن، هزاران فرسخ بی‌حساب^۳ پیاده رفته‌اند و به هر قدمی کرنش نموده‌اند. نیروانه، خود پاسخ به این سوال است که چرا تا این اندازه بعید می‌نماید، در حالی که به ما گفته‌اند از پیش‌ترها آن را داشته‌ایم؟ نیروانه دور است زیرا که خود، گواهی بر بُعد دارد.

نیروانه ناشناخته است، چرا که اکتساب نهایی آن و پی بردن به کنه آن تنها با نیل به نهایت پاکی امکان‌پذیر است.

نیروانه مفهومی جدا افتاده از آدمی است زیرا دروغ، بواسطه‌ی رها نشدن آدمی از جهل به نسل‌های انسانی سرایت کرده است و پیش از آنکه بتوان حتی از خلال آگاهی کیهانی خالص، امید به چنگ آوردن نیروانه را در نگاهی گذرا و کوتاه در سر پروراند، باید سالها تعلیم زاهدانه‌ی ساختارمند اسلوب‌دار، جایگزین دروغ گردد.

نیروانه با ساختن آرزو کار دارد؛ چنان که «سیدارته گوتمه» یعنی بودای شاکیه مونی^۴ عمیقاً ابراز داشت:

1. Sought-after

2. Infinite

3. Untold miles

۴. گوتمه: به زبان پالی، نام خانوادگی بودای تاریخی و بنیان‌گذار آیین بوداست. نام شخصی‌اش سیدارته است اما با لقب شاکیه مونی نیز از او یاد شده است. (م)

«دلیل رنجوری، آرزومندی است.»

آرزوها انسان را از مطلق بودن دور می‌کند. هوس‌ها شما را از دانایی^۱ باز می‌دارند. شهوات شما را از نیل به نیروانّه مانع می‌شوند. زیرا آرزوها در شما این اندیشه را می‌پرورانند که تملک چیزی از آن شما است و شما در سودای تملک و اکتساب، به دام خواهید افتاد.

اندک زمانی را صرف خواندن این کتاب کنید. بگذارید تمنای درونی‌تان برود و آرامش درونی را در آغوش بگیرید. آنگاه است که درک نیروانّه زیاد دور نخواهد بود.

بسیار مطلوب و بسیار نزدیک و این حالت، همانی خواهد بود که شما در پی آن هستید.

نیروانّه هست،

تو نیز هستی،

به خودت فرصت بده تا این حقیقت را تجربه کنی.