

" من به بودائیسمر و یا فرقه کاتولیک وابسته نیستم. من پیرو حقیقت می باشم و حقیقت را وعظ و تدریس میکنم. شما ممکن است آن را بودائیسمر، کاتولیسیسمر، تائوئیسمر و یا هر چه که مایلید بنامید. من همه را می پذیرم!"

* استاد اعظم چینگ های *

" با رسیدن به آرامش و صلح درونی به همه چیز دست خواهیم یافت. همه خوشنودیدها، تحقق تمامی آرزوهای دنیایی و بهشتی از ملکوت خدا می آید. از درك درونی هماهنگی ابدیمان، از خرد جاودانیمان، و از قدرت الهی مان، مهر نیست چقدر پول و ثروت، قدرت و موقعیت اجتماعی بالایی داشته باشیم. اگر به اینها دست نیابیم، هرگز رضایت حاصل نمی کنیم."

* استاد اعظم چینگ های *

" آموزش ما به این نحو است که، هر چه که باید در این دنیا انجام دهید آنرا از ضمیر قلب انجام دهید. اما درکنار اینها

مسئول بوده. همچنین هر روز مراقبه (مدیتیشن) کنید. علم و دانش بیشتر. خرد بیشتر. و آرامش و صلح بیشتری نصیب شما خواهد شد. به منظور آنکه به خود و دنیا خدمت کنید. فراموش نکنید که دروتتان دارای خوبیهای مختص خود می‌باشید. فراموش نکنید که خدا در نهاد شما مسکن گزیده است. فراموش نکنید که بودا را در قلبتان دارید.

* استاد اعظم چینگ های *

مقدمه

در طول قرن‌ها، افراد نادری وجود داشته‌اند که یگانه هدفشان تعالی روح بشر بوده است. حضرت مسیح، شکّیامونی بودا و حضرت محمد از جمله این افراد بودند که ما آنها را خوب می‌شناسیم، اما افرادی نیز وجود داشته‌اند که ما هیچ‌گونه آشنایی با آنها نداریم، عده‌ای علناً تدریس میکردند و تعداد زیادی آنها را می‌شناختند و عده دیگری ناشناس باقی مانده‌اند. این اشخاص با اسامی مختلف، در کشورهای مختلف و در زمانهای متفاوت وجود داشته‌اند. آنها با عناوینی چون: استاد، آواتار، فرد روشن ضمیر، مُنجی، مسیح، مادر مقدس، پیامبر، معلم مذهبی (گورو) و قدیسین (در قید حیات) شناخته شده‌اند. آنها برای تقدیم به ما، آنچه که به عنوان: روشن ضمیری، رستگاری، آزادی ابدی، و ادراک و بیداری شناخته شده‌اند، به این دنیای خاکی می‌آمدند. ممکن است طرز بیان‌شان متفاوت باشد، اما جوهر و مفهوم کلامشان یکی است. سفیرانی از همان منبع الهی با همان عظمت روحانی، خلوص اخلاقی و قدرت تعالی بخشیدن به بشر مانند افراد مقدسی که در گذشته بوده‌اند، امروزه نیز در بین ما حضور دارند، اگرچه

تعداد خیلی کمی از وجود آنها مطلع هستند. یکی از آنان استاد اعظم چینگ های (Supreme Master Ching Hai) میباشد. استاد چینگ های بی آنکه خود بخواهد بطور گسترده‌ای به عنوان یک مقدسه‌ای در قید حیات شناخته شده است. او یک زن است و بعضی از بودایی‌ها و دیگران طبق افسانه‌های قدیمی معتقدند که یک زن نمی‌تواند بودا شود. او از نژاد آسیایی است، و بعضی از غربیها انتظار دارند که، منجی آنها از خود آنها باشد. با اینحال عده‌ای از ما که از هر گوشه جهان، با هر زمینه مذهبی برای شناخت او آمده‌ایم، و همچنین کسانی که تعالیم او را دنبال می‌کنند، می‌دانیم که او کیست و چه میباشد. برای اینکه شما هم به این شناخت دست یابید فقط باید ذهن خود را، صداقت و همینطور وقت و توجهتان را به او اختصاص دهید.

بیشتر وقت مردم، صرف بر آوردن نیازهای مادی زندگی و حفاظت آن می‌شود. ما به منظور گذران زندگیمان تلاش می‌کنیم و آسایش را برای کسانی که دوستشان داریم تا حد امکان فراهم می‌نماییم. و زمانیکه وقت داشته باشیم، توجهمان را به مسائلی چون سیاست، ورزش، تلویزیون و آخرین شایعات معطوف می‌کنیم. اما کسانی که قدرت عشق درونی و معنوی را که حاصل از تماس مستقیم با باری تعالی میباشد تجربه کرده باشند، آگاه هستند که زندگی مفهومی بیش از این مسائل دارد. ما احساس تاسف می‌کنیم که پیام نیک کاملاً شناخته نشده است. پاسخ تمام کشمکشهای زندگی به آرامی در درون ما به انتظار نشسته است. ما میدانیم که بهشت قدمی بیش با ما فاصله ندارد. ما پوزش می‌طلبیم اگر از شور و شغف

فراوان به ذکر مطالبی که ممکن است ذهن منطقی شما را به خطا اندازد، می‌پردازیم. برای ما مشکل است که در مورد شناخت و آگاهیمان، سکوت اختیار کنیم.

ما که خود را شاگردان و مریدان استاد اعظم چینگ های می‌دانیم و ممارست روش وی (مِتْد کوان یین Quan Yin Method) را دنبال می‌نماییم، این کتاب مقدماتی را به شما تقدیم می‌کنیم، به آن امید که شما را در کسب تجربه شخصی غنای الهی یاری نماید، چه با کمک استاد ما و چه توسط استادان دیگر.

استاد چینگ های اهمیت تمرین مدیتیشن، تفکر و تعمق درونی، و دعا را تعلیم می‌دهد. او به ما می‌فرماید که روشن ضمیری امری غیر قابل دسترس و مسئله‌ایی بغرنج نیست و جهت دستیابی به آن نباید لزوماً تارک دنیا شد. در عین حال که ما به زندگی عادی خود می‌پردازیم، او نیز به بیداری وجود الهی درونی ما می‌پردازد. ایشان می‌فرمایند: اینچنین است که ما همه حقیقت را می‌دانیم و فقط آن را فراموش کرده‌ایم. بنابراین بعضی اوقات، شخصی می‌بایست اهداف زندگی را به ما یادآوری کند، چرا باید در جستجوی حقیقت باشیم، چرا باید مدیتیشن کنیم، و چرا باید به خدا، بودا و یا هر کسی که به نظر ما قادر مطلق در جهان است، معتقد باشیم. او نمی‌خواهد که کسی پیروش باشد. وی صرفاً روشن ضمیری خویش را در اختیار دیگران قرار می‌دهد تا آنان بتوانند به آزادی نهایی خود دست یابند.

این کتابچه، معرفی تعالیم استاد اعظم چینگ های میباشد. لطفاً توجه فرمایید که سخنرانی‌ها، امثال و گفته‌های استاد از زبان

او ضبط، پیاده و گاهی ترجمه شده و سپس برای نشر ویرایش گردیده است. ما توصیه میکنیم که نوارهای کاست و ویدیویی اصل را ملاحظه نمایید، زیرا از طریق این منابع وجود او را بهتر درک خواهید کرد (تا اینکه گفتارشان را بخوانید). البته، کاملترین تجربه، دیدن حضوری استاد است.

وی برای بعضی افراد حکم یک پدر یا مادر و یا حتی یک محبوب را دارد. حداقل او بهترین دوستی است که شما می‌توانید در این دنیا داشته باشید. او اینجاست و آماده خدمت، خود را در اختیار ما می‌گذارد و در مقابل تعلیمات، کمک و یا تشرف (initiation) هیچگونه چیزی دریافت نمی‌کند. در صورت میل شما، تنها چیزی که از شما می‌گیرد، رنج، غم و دردتان است.