

تفکر و هنر ذن

مریم پزشکی خراسانی

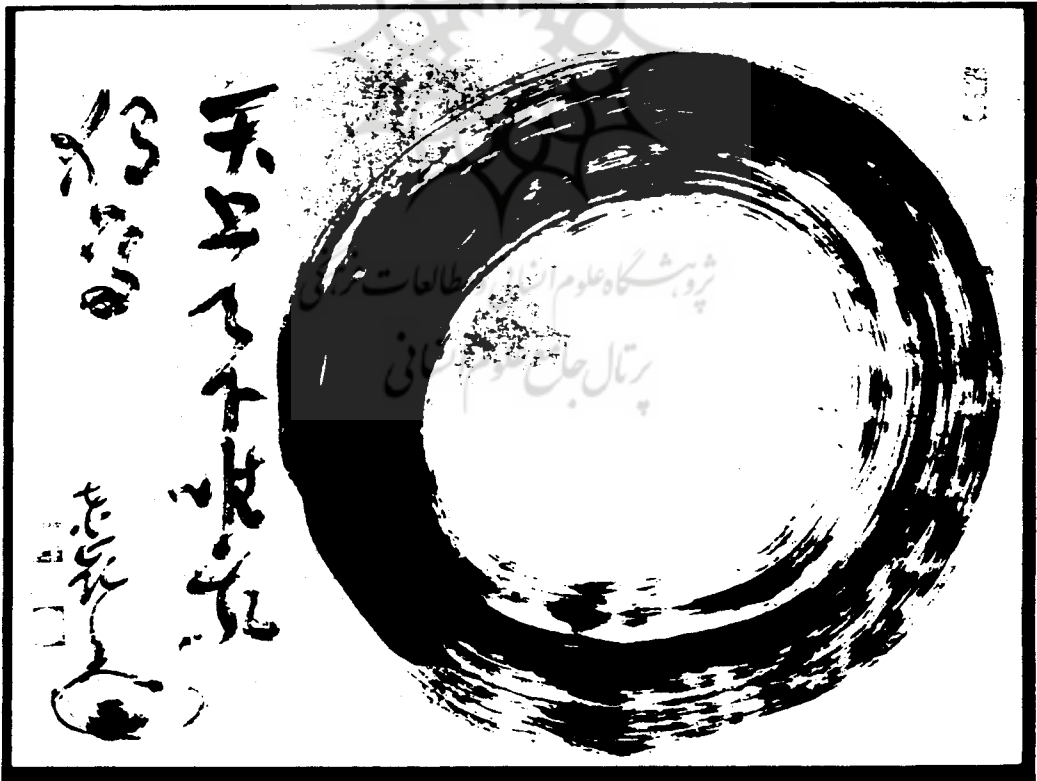
مقدمه

ذن Zen نوش داروی شفابخشی است که با زدودن من انتزاعی - که کودکانه به آن خیره شده‌ایم - بیداری ذهن را در ژرفنای وجود، پدید می‌آورد تا فرسنگ‌ها رها از پالهنک جنون و حرص و مادیات، به آسودگی خیال و آرامش حقیقی دست بیابیم.

ذن، به ما می‌آموزد که چگونه با استفاده از تجرد و اشراق در محتگاه زندگی، زیر فشار تلخکامی‌ها خرد نشویم و هستی را آنچنان که هست و به گونه‌ای مطلوب بپذیریم. ذن، با ساده‌ترین بیان ممکن، بشارت دهنده

آزادگی نفس و ذهن، از تعلقات و پابندی‌های ویرانگر و پاک‌کننده غبار کینه و عصیان از دل است. ذن، با بینشی ماوراء همه دیدگاه‌های فلسفی، ظرف درون آدمی را به گونه‌ای روانشناسانه، خالی از تعلقات دنیوی می‌کند تا فارغ از درگیری‌های ذهن، طریق درست اندیشیدن را تجربه کنیم. به گفته ذن باید به آگاهی خالی از آگاهی رسید: (بالاترین مرحله آگاهی آن آگاهی است که خالی از تمام محتویات باشد، خالی از تمام ایده‌ها، تمایلات و حتی شورها و حس‌ها. [آلن واتسن، طریقت ذن])

هنر ذن نیز که نمودی دیداری است بیانگر بیداری حقیقی و تابش طلیعه اشراق بر قوه فکر و قلب و نهایتاً حصول به آزادی نفس یا نیرواناست که این خود سرآغازی است برای طی طریقت ذن، چرا که در این آیین هیچ‌گونه پایانی وجود ندارد و به عبارتی هر پایانی



متبلور کننده آغاز است. مزیت خاص ذن در سادگی آن است. زیرا ذن همان قدر برای یک فرد اندیشمند و صاحب خرد قابل درک است که برای یک فرد عامی. ارزشمندترین وجه ذن، وارونه جلوه دادن مسائلی است که انسان آن‌ها را دشواری‌های زندگی می‌نامد. ذن در رابطه با رهایی از رنج‌ها، اضطراب‌ها چنین می‌گوید: «دنیایی که پر است از مقاصد و سرمنزل‌های متزائد، بدون این که سفری مابین این سرمنزل‌ها باشد، دنیایی که ارزشش فقط در به سرعت رسیدن به جایی باشد آن وقت دنیایی می‌شود خالی از جوهر و بی‌اساس و دوام قوام...» [آلن واتسن، طریقت ذن]

انسان آسوده‌خاطری که رها از اسارت اهداف پوچ، به ذن پرداخته است، در واقع کسی است که با دست یافتن به آرامشی که در بطن ذن نهفته است، گام در رودخانه زلال رهایی می‌نهد تا روح و جسم خویش را از هر چه آلاینده‌گی است بشوید.

۱ - چگونگی شکل‌گیری ذن

ذن بودیزم، نمونه‌ای است از آنچه که در چین و هند به عنوان «طریق رهاسازی» شناخته شد که از این لحاظ شباهت‌های بسیاری با تائوئیسم که مختصر شرحی در ارتباط با آن داده خواهد شد دارد. از نظر تاریخی به ذن می‌توان به عنوان سرانجام و نقطه کمال سنت‌های دور و دراز هندی و چینی نگریست.

گفته شده است که ذن با یک کنایه آغاز شد. روزی بودا به جای موعظه روزانه‌اش، تنها با گلی در دست، در محل موعظه قرار گرفت. یکی از پیروان، پیام بی‌کلامی بودا را دریافت و ذن - که از ریشه هندی داپانا به معنای مراقبه است - تولد یافت.

باید توجه داشت که ذن که در خلال دوازده قرن ریشه‌های عمیقی در چین دوانیده است، بیشتر چینی است تا هندی و تأثیرات عمیق‌تر آن را می‌توان در ژاپن مشاهده کرد. به منظور درک حقیقی مفهوم ذن، که

زیربنای آن به طرز خاصی چینی است، پیش از هر چیز بهتر آن است که نگاهی اجمالی به تائوئیسم داشته باشیم.

۲ - تائوئیسم

سرچشمه و اصل ذن همانقدر که بودیست است تائوئیست نیز هست. در مراجعه به جامعه چین باستان دو سنت فلسفی کنفوسیوس و تائوئیسم را می‌یابیم که مکمل یکدیگرند. کنفوسیونیس، بر وظایف و کارهای ضروری اجتماعی، با توسل به مقهور کردن شکوفایی ظرفیت‌های ذاتی فرد، در جهت گردن نهادن به قوانین خشک سنتی، تأکید دارد. در حالی که نقش تائوئیسم بی‌اثر کردن زیان‌های اجتناب‌ناپذیر این انضباط است.

یک تائوئیست، هنر به حال خود وا گذاشتن ذهن را به خوبی می‌داند و با نیروی مرموز آزادگی روح قادر است بر بادهای سوار شود. این حالات، رسیدن به نوعی ناخودآگاهی است که اصول ذن را نیز تشکیل می‌دهد. به‌طور کلی، تائوئیسم را به دانشی نسبت می‌دهند که متفاوت با همه چیزهایی است که به شکل قراردادی در رابطه با خودمان پذیرفته‌ایم و پیش از هر چیز، علمی است که ذهن انسان را از انطباق فشرده‌اش با «من» انتزاعی، رها می‌کند. بدون شک کلید آزادی از زندان من و به وقوع پیوستن این رهایی و آزادگی، ذن است.

۳ - ترک اندیشه «من»

بیشتر ذکر شد که گرایش بودایی در هند انقلابی بود بر ضد اندیشه برهمنی و حذف مفهوم «من» از بطن این آیین. ترک اندیشه من و رهایی از عقاید جزئی، مبدأ پیدایش مکتب گسترده بودایی، در هند و خاور دور بود. در کتب بودایی، اغلب «نه من» را گوهر تمام نموده‌ها دانسته‌اند.

آموزه «نه من» می‌گوید: الف، الف نیست و ب، ب نیست و الف می‌تواند ب باشد. این همان چیزی است

که انسان را وادار به جست و جوی درون خویش می‌کند. درک نه من یا ناخود، به گونه‌ای درک مفهوم نپایداری در آیین بودایی است.

۴- تعالیم ذن

میان جان چینی و هندی تفاوت‌های بسیار است. همین تفاوت‌هاست که در چین صورتی از آیین بودا را پدید می‌آورد که «ذن» خوانده می‌شود. چرا که چینی‌ها اهل عمل‌اند و تعلیمات ذن به خوبی با طبیعت عملی آنان سازگار است. علت زوال آیین بودایی هندی نیز در ابتدای قرن هشتم همین عملی نبودن و گرایش مطلق به رویا و تأمل بود. آیین ودا که بر اساس تجربه انسان ساخته شده، نمی‌تواند تنها با تفکر و تأمل فلسفی و بدون رجوع به تجربه عملی، بنیاد وجودی محکمی داشته باشد.

مبانی تربیتی و اخلاقی در ذن

در مبانی تربیتی ذن، در باب آگاهی به هستی، هر کاری که شاگرد می‌کند، باید با فکر خاصی همراه باشد. مثلاً هنگام شستن دست‌ها باید این فکر خاص در دلش باشد: «دست‌هایم را می‌شویم و آرزو می‌کنم که همه عالم دست‌های پاک‌ی داشته باشند تا بتوانند نگهدارنده حقیقت باشند.» وقتی در تالار نگرش نشسته است باید این فکر در سرش باشد: «من در این حال آرزو می‌کنم که تمامی موجودات روی تخت اشراق کامل نشسته باشند و جانشان از هرگونه خطایی پاک باشد.»

این مبانی تربیتی که هر روز باید آن‌ها را به کار بست، حاوی اندیشه‌هایی مشابه است و رهرو می‌تواند آن‌ها را با روزگار خود سازگار کند.

شرط لازم در این آیین، آگاهی است. فیلسوفی از بودا پرسید:

«شنیده‌ام که آیین تو، آموزه‌ای است در باب روشن‌شدگی. روشنی آن در چیست؟ به عبارت

دیگر، روزتان چگونه می‌گذرد؟»

بودا گفت: «راه می‌رویم، غذا می‌خوریم،

دست‌هایمان را می‌شویم، می‌نشینیم و...»

- در این کارها که چیز خاصی نیست. همه راه می‌روند،

غذای خورند، دست‌هایشان را می‌شویند، می‌نشینند و...

- چرا، فرقی هست. وقتی که ما راه می‌رویم، از این

حقیقت آگاهی که راه می‌رویم. وقتی که غذا می‌خوریم

از این حقیقت آگاهی که غذا می‌خوریم، و مانند این‌ها.

اما وقتی که دیگران راه می‌روند یا غذا می‌خورند از

کاری که می‌کنند آگاه نیستند.

این همان راز آگاهی به هستی است که نیروی

تمرکز را در انسان به وجود می‌آورد. آگاهی به هستی

ستون فقرات راه و روش بودایی است و در غفلت به

سر بردن، در واقع همچون مرده زندگی کردن است.

از جمله توانایی‌هایی که تمرکز و ذن بدان اذعان

دارد: به شکوفایی رساندن فرزاندگی و آگاهی بر گفتار و

رفتار و افکار است. ایجاد نیروی تمرکز در آیین بودا به

سه آموزش معروف است: سیله Sila، سمادی

Samadhi، برجن Prajna که به ترتیب مفاهیم سلوک

و تربیت، سیر در عالم درونی و تمرکز و معرفت یا

شناخت و فرزاندگی را دربردارد. در ذن فراشناخت را

نمی‌توان از راه تعقل و مطالعه و تحلیل یافت. ذن‌گر

باید تمامی هستی خویش را ابزار معرفت قرار دهد.

در طریقت بودایی، نه هزار حرکت ظریف هست

که رهرو به منظور تجلی آگاهی، انجام آن اعمال را

هرگز از خاطر نمی‌برد در این حالت هر کاری که شاگرد

انجام می‌دهد و هر چیزی که می‌اندیشد، ذوق و طعم

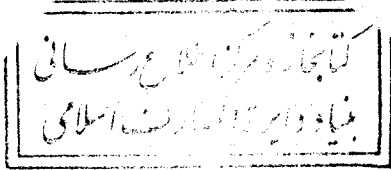
ذن دارد. اگر رهرو ذن را ملامت کنند که در گفتار و

کردارش ذوق ذن ندارد، باید بدانند که از آن رو ملامتش

می‌کنند که بدون آگاهی به هستی، زندگی می‌کند.

۵- نیروی «ت» Te

کسی که آموخته است که ذهنش را راه بگذارد تا از



به طور مطلق بررسی کرد زیرا واقعیت به خودی خود نه ناپایدار است و نه پایدار. و نمی توان آن را در زمره گروه خاصی قرار داد. در کل، تمام مفاهیم این مذهب درست مثل سایه ای هستند که هر چه انسان سریع تر تعقیبش می کند سایه نیز به همان تندی می گریزد.

۷- نیروانا Nirvana

مهم ترین مسأله در ذن، نیروانا یا رها ساختن نفس است که عمل کسی را مجسم می کند که بیهودگی تلاش برای نگهداری نفس و جانش را بارها و بارها تجربه کرده است. زیرا نگهداری نفس مساوی است با از دست دادن آن. نیروانا معادل واژه «موکشا» Moksha به معنی رهایی است. از یک دیدگاه به نظر می رسد که نیروانا، دربردارند مفهوم یأس و ناامیدی باشد، یعنی دل بستن به زندگی چیزی است به بیهودگی چنگ زدن بر ابرها و هیچ حاصلی جز فرسودگی جسم و جان ندارد. اما از دیدگاه دیگر از این یأس و ناامیدی، نوعی خوشی و نیروی آفرینندگی به بار می آید، بدین ترتیب که از دست دادن زندگی در واقع یافتن دوباره آن است. یافتن آزادی عملی است که به وسیله سرخوردگی و اضطراب ذاتی که ناشی از کوشش در نجات و کنترل خویش است، مهار نمی شود.

اگر نیروانا به معنی خاموشی و توقف «نیر» Nir یا گردشها باشد، این اصطلاح، مترادف با کلمه «یوگا» است که به معنی توقف گردشهای ذهن، تعریف شده است. این گردشها، افکاری هستند که موجبات اضطراب را در انسان پدید می آورند. یوگا ورزشی است برای خاموش و متوقف کردن این افکار و آرامش حاصله از یوگا انسان را به جایی می رساند که بیهودگی این جریان را به روشنی حس می کند، به طوری که می تواند با فراموشی افکار پریشان کننده ذهن، حالتی کاملاً طبیعی، آرام و غیر مشوش داشته باشد. «نیروانا» به مفهومی عمیق تر پاک شدن هستی انسان از دایره

طریقی خود به خود و طبیعی، آزادگی نفس بر او متجلی گردد، در واقع به نوعی خاص از پرهیزگاری یا نیرویی به عنوان «ت» دست یافته است. این پرهیزگاری به مفهوم رایج و متداول یعنی راستی و درستی نیست. بلکه به معنی هدفمندی و سودمند بودن به مانند یک گیاه شفا بخش است زیرا پرهیزگاری و پاکدامنی والا و خالص از خودش بی خبر است و مثل تائو، همیشه سعی در سیر کردن دیگران با روحی شفا بخش و ازلی دارد.

«ت» ندانسته هدفمند است. درست مانند مهارت هزارپا در به کار بردن همه پاهایش در یک زمان. «ت»، نیز در مسیر خود نیازی به فلسفه بافی ندارد. توجه ژرف به «ت» زیربنای تمامی فرهنگ خاور دور است. چنانکه اصول کلی و اساسی هر نوع هنر و صنعت را تشکیل می دهد.

۶- «داکا» Duhka

از حقایق اصیل و عالی در ذن، کلمه نامعلوم و مبهم «داکا» است که نه چندان دقیق، به معنی رنج و بیماری بزرگ جهانی است که علاج آن تنها پناه بردن به روش «بودا در مه» Dharma است. آیین بودایی در مورد داکا چنین می گوید:

تولد داکا است. زوال داکا است. بیماری داکا است. مرگ داکا است. همین طور غم و غصه و... محصور بودن در میان چیزهایی که دوستان نمی داریم و جدا شدن از آنچه که دوست می داریم، اینها نیز داکا هستند. به دست نیامدن چیزهای مورد علاقه نیز داکا است... (آلن واتس، طریقت ذن)

اگر به طور کلی داکا را به مفهوم عجز و غم بدانیم در مقابل، کلمه «ساکا» Sukha به معنی خوشی و شیرینی است.

در طبقه بندی دیگری که در تعالیم بودا از داکا می کند. بعضاً از این کلمه به عنوان ناپایداری را نمی توان

۹- کوان Koan

۱۷۰۰ سخن یا گفت و گوی کوتاه میان استادان ذن و شاگردانشان وجود دارد که به آن‌ها، کونگ - آن می‌گویند. که به ژاپنی کوان نامیده می‌شود. استاد ذن باید روحیه شاگردش را به خوبی بشناسد تا بتواند کوان مناسبی که جنبه‌های رمزگشایی داشته باشد به او پیشنهاد کند. کوان به دو دلیل ممکن است که در شاگرد اثری نداشته باشد: نخست اینکه کوان برای او شناخته شده باشد و دوم اینکه هنوز شاگرد آمادگی پذیرش و قبول کوان را در خود حس نکرده باشد.

استادان ذن به منظور اینکه به ذن‌گران یاری کنند تا بتوانند از رود غفلت بگذرند و به ساحل بیداری برسند، چوب بلندی را که همان وسیله ماهرانه است به سوی آن‌ها می‌گیرند که شاگرد باید در لحظه مناسب آن را محکم بگیرد و به سلامت از رود بگذرد. اما اگر چشم و دلش بسته باشد چوب را نمی‌بیند و از پیش رفتن باز می‌ماند.

۱۰- اندیشه تهی بودن

اندیشه تهی بودن یا شونیت (Sunyata)، همان اندیشه ناخود در آیین بودا است. این اصل دلالت بر خالی بودن نداشتن یک چیز و هویت خاص می‌کند نه نبودن یا غیاب.

منظور از تهی بودن همان خالی و عاری بودن از یک هویت پاینده مطلق است که در تمام نمودهای جسمی روانی و فیزیولوژیکی دیده می‌شود. برای توصیف این نکته ناکارجونه در «مهاپرچینا پارمیتا - شاستره» می‌گوید: «از این تهی بودن است که همه نمودها هستی دارند.» [تیک نات‌هان، کلیدهای ذن، ترجمه ع، پاشایی]

در ذن همه چیز متغیر است و هیچ چیزی پاینده نیست. انکار نپایندگی Anitya انکار هستی است پس اندیشه تهی بودن در واقع اثبات‌کننده هستی چیزها

تجسمات است. اما نباید آن را ورود به عالم پوچی دانست، بلکه به‌طور خیلی ساده پیوستن به حالت طبیعی ذهن، به شکل بی‌تعریفی و وصف‌ناپذیری است. لذا حالتی است غیر قابل اندازه‌گیری و لایتناهی. زیرا آن چه که مانند هدف‌های معمول، آرزو کردنی و قابل تصور باشد، «نیروانا» نیست. هرگز ممکن نیست که بتوان آرزوی نیروانا را در سر داشت یا آهنگ رسیدن به آن را کرد. باید توجه داشت که نیروانا فقط به‌طور غیر عمدی و خود به خود متجلی می‌شود. بنابراین، بودا انسانی است بدون ردیف و رتبه. اصل بر قانون دایره است و دور زدن آن است که آنچه بالا می‌رود باید پایین نیز بیاید و بالعکس. ودا بر هر چه دوگانگی است فائق آمده است. لذا دلیلی ندارد که به خودش، به عنوان شخصی مافوق یا کسی که بر نفس خویش مسلط است بیندیشد. (تصویر شماره ۱)

در فرهنگ اصیل بودایی، هیچ واژه‌ای مفهوم مطلق ندارد. حتی نیروانا نیز مفهومی جاری دارد. ذهن در این آیین همواره گوشزد می‌کند که فرم‌ها و اشکال حقیقی که فکر برای تعریفشان در تلاش و تکاپو است، دارای کیفیتی سیال و غیر ثابت هستند و همچون آب از مشت می‌گریزند. لذا، بودا هرگز سعی نکرد که اصول فلسفی ثابت و استواری را بنیان کند، به طوری که وقتی ماهیت نیروانا از او پرسیده شد، بودا سکوت کرد. سکوتی اصیل و عمیق و بازبانی خاموش گفت که این پرسش‌ها بی‌ربط است و هادی رهایی نیست.

۸- بیداری جوهر ذن

وصول به نیروانا با هر تعبیری، بدون شک دست‌یابی به بیداری بودایی است. بیداری جوهر اصلی ذن است. اولین نشانه خاص فرد بیدار اختیار است. او با داشتن این ویژگی هرگز خود را مغلوب تشویش‌ها، پستی‌ها و بلندی‌ها نمی‌کند. انسان ذن‌گر در هستی خویش را تنها به روی حقیقت می‌گشاید.



۲- فرجای (۱۶۵۴-۱۵۶۸) درمه. مرکب روی کاغذ مجموعه شخصی

۳- فرجای. گذشتن درمه از رودخانه. مرکب روی کاغذ مجموعه شخصی

است نه نفی آن‌ها و تمایل ما به جاودانگی و فرار از نپایندگی، امری محال و غیر ممکن است. از آنجا که هیچ چیز در دو کشته Kshana یا لحظه یکسان نمی ماند پس «ناخود» و عاری یا تهی از مفهوم من است. نباید اصل تهی بودن را شالوده یک آموزه اخلاقی منفی دانست و به این منظور که همه چیز نپاینده است دست از تلاش برداشت چرا که چنین برداشتی ثابت می کند که آیین بودا به درستی درک نشده است. مقصد اصلی و روح بودا رسیدن به رستگاری و رهایی است. این رهایی تنها از طریق معرفت و فرزاندگی کسب می شود. اندیشه تهی بودن، آموزه‌ای است که تشویش و نگرانی را در برابر از دست دادن نپاینده‌ها از دل‌ها حذف می کند و نگرستن به گوهر درونی را برای وصول به نیروانا پرورش می دهد.



این عقیده‌اند که هنگامی که انسان از کوه بالا می‌رود، کوه هم به همان اندازه پاهای انسان، در بالا بردن او دخالت دارد. این عقیده کاملاً نشأت گرفته از برابری انسان و طبیعت است در حالی که در فرهنگ غربی انسان مسلط بر همه موجودات طبیعی است. بنابراین این در فرهنگ ذن وقتی که کسی نقاشی می‌کند، قلم‌مو، رنگ و کاغذ هم به همان اندازه ذهن و دست‌های انسان در تعیین نتیجه نهایی کار مؤثر هستند. در واقع انسان ذن‌گر هم عرض با هستی است نه فراتر از آن.

در دیرهای سنت ذن، تصاویری نظیری از بدی در مه به صورت پرده‌های آب مرکبی دیده می‌شود که علی‌رغم زمینی بودن، رهروی هندی را با سیمایی متین و قدرتمند نشان می‌دهد. ابروان، چشمان، نگاه و چانه بدی در مه، مسبین روحی شکست‌ناپذیر است. تصاویری که از بدی در مه در دست است نادره مردی را معرفی می‌کند که بر آن شده تا بر نفس خود غلبه کامل داشته باشد تا آزادی و رهایی خود و پیرامونش را به کمال برساند. او مردی است با قدرتی عظیم که در بالا و پست زندگی به هر چه از شادی و ناشادی است با آرامش مطلق می‌نگرد. جوهر این مرد برگرفته از بینش عمیقی است که به واقعیت زنده دارد. او به اشراق و نگریستن به گوهر درون خود رسیده است. و اندیشه‌های نادرست را در خود فرو شکسته تا ذن متولد گردد. علی‌رغم همه این‌ها چهره بی‌پیرایه او نمایانگر این است که او نیز ناپاینده است همچنان که بودا نیز بین دو درخت مرد. از این مسأله این‌گونه می‌توان برداشت کرد که قوه اشراق بر هر کسی می‌تواند متجلی شود و فقط لازمه این تجلی پیمودن طریقه ذن و آگاهی بر هستی است. بینش و بصیرتی که در بین فرهنگ خاور دور نهفته است می‌گوید متضادها نسبی هستند. لذا همه چیز از پایه هماهنگ است. در نتیجه همچنان که بیشتر ذکر شد، دیدگاه فاعل و مفعول و تسلط هنرمند بر محیط کاملاً در این فرهنگ بیگانه

آموزش ذن، تا سرحد امکان غیر سنتی است و اشاره مستقیم تعلیمات آن بر ذهن انسان است. بیان ذن از طریق هنر، یکی از مستقیم‌ترین روش‌ها برای درک آن است. شکل‌های هنری که ذن آفریده است، شبیه به سایر انواع هنر بودایی، سمبولیک و نمادین نیست. به‌طور کلی هنر ذن‌گر، نزد شاعران و نقاشان، چیزها و امور دنیوی و گاه روزمره است. حتی بودا یا پیشوایان و استادان ذن را به شکلی کاملاً انسانی و زمینی و با صورتی دارای گوشت و استخوان و زنده در میان دیگر موجودات، ترسیم کرده‌اند.

ذنگا، واژه‌ای ژاپنی برای معرفی نقاشی و کالیگرافی راهبان ذن از قرن شانزدهم تا به امروز است. در فرهنگ ذن، نقاشی نه صرفاً به خاطر دیدگاه هنر برای هنر و نه جلب رضایت مخاطبین مرفه و متنفذ صورت می‌پذیرد، بلکه آثار هنری ذن، پلی هستند به سوی هدایت و روشن‌شدگی که موجب تمرکز و مراقبه می‌گردند. نقاشی‌ها و کالیگرافی‌های بی‌پیرایه و ساده ذن، با استفاده از نمودهای آشنای طبیعت، پیامی قابل درک و دور از فلسفه بافی دارند. به گفته «سابرو هازگاو» Sabro Hasegawa (نقاشی ذن در عین سادگی رویدادی کنترل شده است.) [آلن واتسن، طریقت ذن. ترجمه دکتر هوشمندویژه]

هنر ذن، فرایند نوعی رهایی یا نیروانا است، اما نمی‌توان فرم‌ها را به اتفاق محض سپرد. نکته این است که تکنیک هنری انضباطی است در خود به خود بودن و خود به خود بودن است در انضباط.

اختلاف بین هنر خاور دور و غرب در این است که یک اثر هنری در دنیای غرب کاملاً برگرفته از سنن روحی و فلسفی است. «مالرو» Malraux همیشه از هنرمندان به عنوان فاتح مرمر یا فاتح رنگ و... حرف می‌زند. اما از نقطه‌نظر چینی‌ها و ژاپنی‌ها این‌ها حرف‌های بی‌مفهوم و مضحکی هستند. زیرا آن‌ها بر

است، چرا که آسمان و زمین و انسان، هر سه به یک میزان بخشی از طبیعت هستند. از منظر ذن، انسان همانند طبیعت سهل‌گیر و آرام است و شتاب زدگی کشنده و مهلک است.

در ایجاد یک اثر هنری، تسلط و مهارت و توجه لازم به تکنیک، برای وصول هدف ابداً مورد توجه نیست.

استاد ذنگا، باغبانی است که تنها به تماشای رشد و نمو درخت می‌نگرد. به همین ترتیب اثر هنری نیز از خاک سر برمی‌آورد و خود به خود رشد می‌کند. پیر ذن می‌خواهد که شاگردش نیز وضعیت همان درخت را داشته باشد. وضع و حالت رشد و نمو خالی از هدفی که در آن راه میان‌بری وجود ندارد زیرا هر مرحله از راه، هم آغاز است و هم پایان. بنابراین استاد برای خودش بیش از شاگرد مبتدی، به عنوان رسیدن به رتبه‌ای خاص، اهمیت قائل نمی‌شود.

در دیدگاه و هنر ذن فقط، آنگاه که هدف و مقصدی یا چشم‌داشتی آلوده به شتاب و یورش در پیش نباشد، حواس انسان برای دریافت دنیا به خوبی کار می‌کند. به بیانی دقیق‌تر انسان شتابزده نمی‌تواند چیزی را احساس کند. این امر به وضوح در نقاشی چینی قابل درک است.

در رجعت به گذشته چین، درمی‌یابیم که نقاشی و شعر سرودن جزو مقدمات اصلی کار دانشجویان چینی بوده است و از آنجا که در چین، نقاشی هم تا حد زیادی به نوشتن شباهت دارد، نقش دانشجو، هنرمند نقاش و شاعر، هرگز از هم جدا نبوده است. یک دانشجوی چینی فرد متخصصی نبود. بلکه نتیجه نوعی باروری متقاطع و عظیم بود که اشتغال به کارهای فلسفی، مدرسی، شاعری و هنر داشت و احساس ذن و تائوئیسم برای طبیعی بودن، در اعمال او موضع چشمگیری داشت.

نزدیک‌ترین شکل و احساس به ذن، شیوه

کالیگرافیک در نقاشی است. این شیوه با مرکب روی کاغذ یا ابریشم، به همراه شعری کوتاه یا یکی از پیام‌های بودایی با خطی خوش اجرا می‌شود. مرکب چینی می‌تواند به رنگ‌مایه‌های گوناگونی درآید و با تغییر غلظت توسط آب، این امکان وجود دارد که به درجات متنوعی از خاکستری تا سیاه دست بیابیم.

مرکب مورد استفاده، نخست به صورت چوب وجود دارد. برای تهیه مرکب، این چوب را در مقداری آب که در بشقاب سنگی پهنی ریخته شده می‌سایند تا اینکه مایع، غلظت لازم را برای نقاشی و کالیگرافی به دست آورد. هنرمندان چینی به منظور نوشتن یا نقاشی کردن از قلم موی نوک باریکی که دسته آن از جنس نی است استفاده می‌کنند و نحوه اجرای آن به این‌گونه است که قلم‌مو را به صورت عمودی روی کاغذ می‌گذارند و بدون کمترین وقفه‌ای، آن را به شکل بسیار انعطاف‌پذیری حرکت می‌دهند. تماس قلم‌مو بر کاغذ بسیار سبک و نرم انجام می‌شود و باید قلم‌مو به صورت پیوسته‌ای روی کاغذ در حرکت باشد. هنرمند ذنگا تنها یک بار قلم را در مرکب فرو می‌برد و دیگری در پی این کار را انجام نمی‌دهد. به همین خاطر در بعضی از نقاط شاهد غلظت بیشتری نسبت به سایر قسمت‌ها هستیم. (تصویر شماره ۱). استاد ذنگا به جای نوشتن و نقاشی کردن بر روی کاغذ همواره مشغول رقصیدن است. این خود بهترین نمود و وسیله خود به خودی است. «سومی‌یه» Sumi-e نامی است که ژاپنی‌ها به این شیوه از نقاشی داده‌اند. روش سومی‌یه ممکن است در اوائل سلسله تانگ به وسیله استادان نیمه افسانه‌ای به نام‌های «وو تائوتسه» Wu Tao-Tzu و «وانگ وئی» Wang - Wei تکمیل شده باشد. ولی در صحت اعتبار کارهایی که به آن‌ها نسبت داده شده تردید وجود دارد.

اگر چه آن‌ها ممکن است مربوط به قرن نهم و شامل نقاشی‌هایی با ویژگی‌های خالص ذن مانند آبشار

امپرسیونیستی که به وانگ وئی نسبت می دهند باشند، ولی دوره بزرگ شکوفایی به این شیوه، بی شک مربوط به سلسله سونگ Sung است.

منظره نمونه وار سونگ جنوبی، اساساً فاقد قرینه سازی است. ترکیب اثر یاد شده در صفحه دارای خطوط راه راه اریب نقش بسته است و از سه جزء مشخص - پیش زمینه، میان زمینه و پس زمینه - تشکیل می شود. این سه جزء با لایه هایی از غبار از یکدیگر جدا شده اند. جزء اول با یک کوه و تخته سنگ جدا می شود که به علت قرار گرفتنش در پیش زمینه، بر فاصله دو جزء دیگر تأکید می کند. میان زمینه با یک پرنگاه تخت و فواصلش با قله های کوه مشخص می شود که این ها نیز غالباً با آبی کم رنگ به نشانه فضای نامتناهی نشان داده می شوند. کل ترکیب بندی مزبور تجسمی از شیوه هنرمندان دوره سونگ در استفاده از فضاهای خالی بزرگ برای متعادل نگه داشتن احجام تو پر است. این اسلوب، یکی از کمک های بی نظیر چینیان به هنر نقاشی است. بر این ترکیب بندی بنیادی، که تنوعات بسیار نیز داشت، هنرمند پیکره فیلسوفی را می افزود که در کنار شخصی دیگر، در زیر درخت کاج گره دار به تأمل ایستاده بود.

اعتبار استادان دوره سونگ بر این بود که طبیعت، درختان، صخره ها و پرندگان را آنگونه که در تائوئیسم و ذن مطرح است، به تصویر می کشیدند. آنان دنیایی را مجسم می کردند که انسان به آن تعلق دارد ولی بر آن مسلط نیست، خودکفا است زیرا برای کسی ساخته نشده است و از خود هدف و غرضی ندارد. چنانکه سوان چوئه Hsuan - Chuen می گوید: «...برفراز رود، ماه تابان است، لابلای درختان کاج، باد وزان است، تمام طول شب، چنین آرام است، چرا؟ و برای چه کسی؟ [آلن واتسن، طریقت ذن]»

یکی از نقاشان برجسته دوره سونگ، ما، یوان Ma-yuan بود. مهارت او در ایجاد فضاهای تهی،

شگفت آور است. چرا که او به بهترین نحوی مفهوم فضاهای خالی را درک کرده بود. ما، یوان به همان اندازه که به ریزه کاری های درختان می پرداخت به فضاهای خالی نیز اهمیت می داد. (تصویر شماره ۲)

این شیوه با خصیصه های خاص هنر چینی و استفاده از دایره ها، پرندگان، اشکال انسانی، ساقه های بامبو، بارها و بارها به شکل های متنوعی اجراء شده است. (تصویر شماره ۷)

ایره، از جمله اشکالی است که در هنر ذن و افکار متعلق به آن جایگاه ویژه ای دارد و همچنان که در مبحث تفکر ذن نیز ذکر شد، پایه های این تفکر بر دایره است. دایره هایی که توسط هنرمندان ذن گر کشیده شده اغلب به شکل یک بافت پر از خط، همراه با ترشحات اتفاقی مرکب و شکاف ها و اثرات ناشی از قلم های خشن است که هنرمند با قدرت استقرار عالم را بر این فرم، نشان داده است. خشکی قلم در بعضی از نقاط القا کننده چرخشی سریع است که این نیز خود تأکیدی است بر تسلط نداشتن هیچ چیز بر چیز دیگر و بی مفهوم بودن رتبه و درجه در آیین بودایی. (تصویر شماره ۱)

در هنر ذن، در جایی که خلق و خوی منزوی و آرام حاکم باشد، این حالت «سابی» SABI نامیده می شود و هنگامی که هنرمند احساس افسردگی یا غم می کند و نگاهی آبی به چیزی عادی دارد به آن «وابی» Wabi گفته می شود. هنگامی که لحظه های اندوه مثل لحظات غربت شدیدتر می شود و غم ناپایداری دنیا بر هنرمند حادث می گردد. آن حالت «آواره» Aware نامیده می شود. وقتی که هنرمند چیزی ناشناخته را به طرز مرموز آشکار می کند، به این وضعیت هنرمند «یوگن» Yugen گفته می شود. این چهار خلق و خوی اساسی را که در اتمسفر کلی ذن جای دارند، «فورویو» Fuyu می نامند.

یکی از برجسته ترین هنرمندان ذن گر، فوجای



Fugai (1568-1654) بود. تمام نقاشی های فوجای با وسایل ساده ای مثل جوهر، قلم مو و کاغذ انجام گرفته است. (تصاویر ۲ و ۳). ایجاد فضاهاى خالى و عمیق و هم انگیز، او را در بین هنرمندان ذن گر کاملاً ممتاز ساخته است. چشمان فیگورهای او با روح عمیقی که در خود نهفته اند، تداعی گر تسلط و جرأت هنرمند در انتقال احساس درونی بر روی کاغذ هستند. تابلوهای فوجای با دیگر هنرمندان ذن تفاوت های آشکاری دارد، چرا که او در محلی دور از شهر زندگی می کرد و هرگز به مدرسه نرفت. از لحاظ تاریخی او یکی از پیشروترین هنرمندان ذن است و بدون اغراق فوجای را باید بزرگ ترین هنرمند ذن دانست. او تمام احساسات خود را تنها با چند خط رها که ضخامت های مختلفی داشتند بیان می کرد. عمده موضوعات نقاشی های او مربوط به احادیث روحانی ذن و درمه بود. فیگورهای طراحی شده توسط فوجای، اکثراً بدون جزئیات در پس زمینه بودند. روش نقاشی او ریشه عمیقی در گذشته داشت. این مسأله را می توان از ضربه های مرطوب و خاکستری قلم تشخیص داد که گاه با حساسیت خاصی، مقدار بسیار کمی هم رنگ سیاه به کار می برد. این روش کاملاً مطلوب و مورد علاقه آن دسته از نقاشان قدیمی چین بود که به نقاشی روحی می پرداختند. تعدادی از نقاشی های او نیز بر طبق به خوبی جای گرفته اند. بدین وسیله تصویرگری اشعار و استفاده مناسب آن ها در تصویر خود، روشی شد که آیندگان نیز آن را مورد استفاده قرار دادند. فوجای سال ها در پناه کوه ها و در غبار زندگی کرد. تصاویری را که او از درمه کشیده است بیشتر مربوط به این دوره غارتشینی اوست. در فیگورهای درمه کاملاً یک چهره انسانی و زمینی و رنج کشیده را می بینیم. فوجای با استفاده از خاکستری های متفاوت با ضخامت های مناسب در ابروها و چشم ها، عمق خاصی به چهره درمه داده است.

شین اتسو (1639 - 1696) Shin Etsu، راهبی چینی بود. اما از آنجایی که به ژاپن مهاجرت کرد، او نیز جزو هنرمندان ذن‌گر ژاپنی قلمداد می‌کنند. او سال‌ها در دیر به مراقبه و ذن پرداخت تا جایی که تبدیل به یک رهبر مذهبی و معلمی ذن‌گر شد. اما اهمیت او به عنوان یک هنرمند ذنگا بیش از معلمی اوست. او با معرفی هنر و کتب چینی، تأثیرات زیادی روی هنرمندان ژاپنی گذاشت.

تصاویری که او از گذشتن بودا از رودخانه کشیده است، بر جاودانگی این هنرمند افزوده است.

در تابلوهای او چهره بودی درمه به خوبی نمایانگر یک مؤسس و بنیان‌گذار یک ملت است. فرم پیچیده محاسن، چشم‌هایی که با اخم به یک طرف می‌نگرند، پیچش ردا و ضربه‌های موزون قلم، همه بیانگر این حالت هستند. نگاه نگران و عمیق درمه تابلو با چرخش خاصی که به یک سو دارد ما را به یاد نگاه و چهره مجسمه حضرت موسی که توسط میکلا آنژ ساخته شده‌اند می‌اندازد. مهارت شین اتسو در قلم زدن و نمایش تأثیرگذار چهره‌های انسانی و مضامین عرفانی بود. وقار و صلابتی که شین اتسو به فیگورهای خود می‌داد او را از دیگر هنرمندان ذن متمایز کرده است.

یکی از قدیمی‌ترین هنرمندان چینی که او نیز به ژاپن مهاجرت کرد تایهو (1691- 1774) Taiho بود.

او در سن شانزده سالگی وارد دیر شد و از همان هنگام نقاشی ذن را نیز آغاز کرد. مهارت تایهو در تصویرگری اشعار و کالیگرافی بود. او در کشیدن بامبو هنرمندی منحصر به فرد بود. زیباترین تابلو تایهو تصویر بامبو در برف است (تصویر ۴) که با مهارت خاصی به وسیله مرکب سیاه روی ابریشم کار شده است. تایهو برای نشان دادن برف فضاها را ظریفی را خاموش کرده است تا با ایجاد وضوح بیشتر، نمودی از برف را روی ساقه بامبو بیافریند. او با ایجاد تاریکی‌های بیشتر در وسط ساقه‌های مرکزی، به این قسمت قوت بیشتری بخشیده

است. همچنین با استفاده از درجات کمرنگ خاکستری نوعی جلوه خیال‌انگیز را به ساقه‌های بالایی داده است. این تغییر درجات در خاکستری‌ها از دو قسمت کردن تصویر ممانعت به عمل آورده است و در ضمن چشم را به آرامی از پایین به بالا هدایت می‌کند.

تایهو، در این تصویر از خلاقیت‌های ویژه‌ای برای نشان دادن رهایی ساقه بامبو استفاده کرده است. بدین معنی که او با وجود استفاده از تمام فضای کادر، نوعی فضاها را و مبهم نیز در تصویر ایجاد کرده است. هاگونین، چه در معلمی و چه در نقاشی و هنر ذن، تأثیرگذارترین راهب، از پانصد سال پیش تاکنون بوده است. نقاشی‌های او بیشتر جنبه‌های آموزشی داشته است تا آنجا که آموزش‌های ذن او در غرب پیروانی پیدا کرده است.

هاگونین (1685 - 1769) Haka in نقاشی و کالیگرافی را از زمان نوجوانی و حدود شانزده سالگی آغاز کرد. او هشتاد و چهار سال زندگی کرد و تا آخرین لحظه کار هنری و تربیتی خود را رها نکرد. او موضوع‌های جدیدی را در هنر ذن ایجاد کرد که هماهنگ با امور تربیتی بودند. گاه این موضوعات مسائل روزمره زندگی و جهان پیرامون او را شامل می‌شدند. او حتی به بعضی از نقاشی‌های خود جنبه‌های کمیک می‌داد که این خود نگرشی جدید را در هنر ژاپنی پدید آورد. گاه از چهره‌های نیمه حیوانی استفاده می‌کرد که هر کدام حاوی بیان‌های خاصی بود. در تابلوی گذشتن مردان کور از پل (تصویر ۵) هاگونین پلی را به تصویر کشیده است که در نزدیکی محل شوین جی، روی یک دره عمیق و خطرناک وجود داشته است. خود او راجع به این تصویر چنین گفته است: «زندگی درونی و روحی و زندگی پویای خارجی ما هر دو مثل مردان کوری است که از فاصله یک پل می‌گذرند. ذهن در این گذر کردن بهترین راهنما است.»

The Art of Zen-Harry N



۵-ها کوئین (۱۷۶۹-۱۶۸۵) مردان نابینا از پل می‌گذرند. مرکب روی کاغذ، مجموعه شخصی

فقط ذهن است که می‌تواند از پل زندگی عبور کند. روح تاریک، هیچ احساسی از خطرهای این راه ندارد. در این تصویر مردان نابینا با استفاده از لمس کردن پل، اندک اندک و با احتیاط به جلو می‌روند. ها کوئین با همین چند کلمه سیاه خاکستری تمام مفهوم را به بهترین شکلی القا کرده است. او با قطع پل در قسمتی از تصویر از جدا شدن قطعی کادر به دو قسمت پرهیز کرده است، اگرچه این خط نیز تقریباً در $1/3$ کادر قرار گرفته است و خود به‌گونه‌ای مناسب موجب جلب توجه موضوع اصلی می‌شود، و در عین حال نوشته‌های عمودی و خاکستری‌هایی که به عنوان دو لبه پرتگاه به صورت مورب قرار گرفته‌اند، فرم افقی و تیره خط را به طرز هیجان‌انگیزی متعادل می‌کنند.

عمودی بودن کادر نیز در آثار ژاپنی و چینی خود عنصری است که به تعالی و شیوایی بیان دنگاها می‌افزاید.

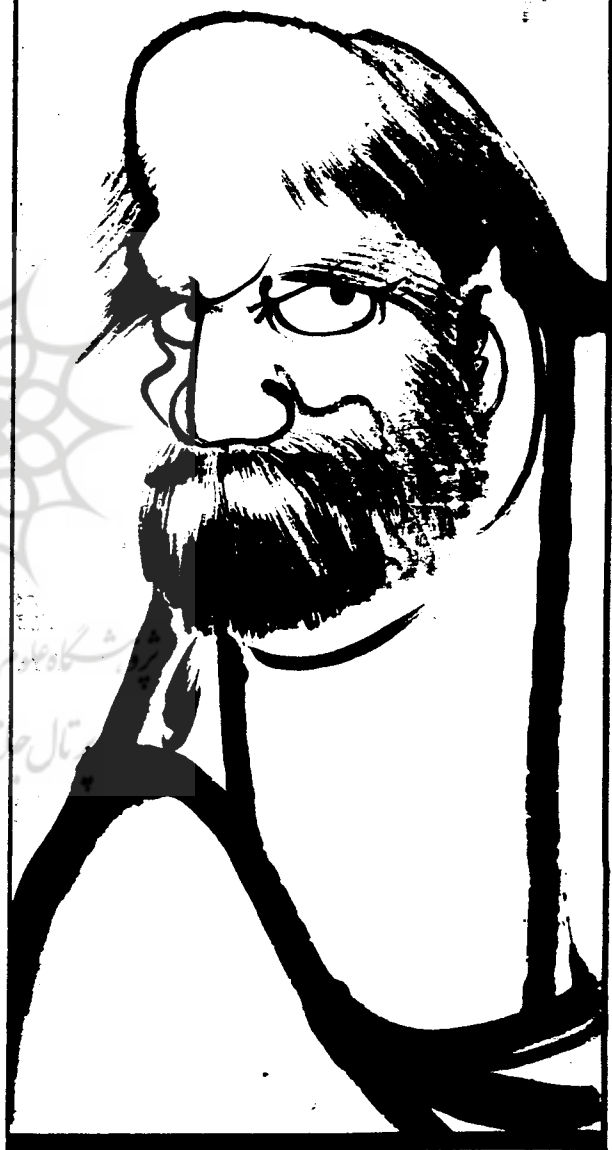
ب - هایکو Haiku

در آغاز قرن هفدهم، هنرمندان ژاپنی شیوه‌ای از نقاشی را با عنوان «هایگا» بر اساس اشعار هایکو به وجود آوردند که پیستر نمونه‌هایی از آن را مورد بررسی قرار دادیم. در فرهنگ ذن، شعر نیز دقیقاً بیانگر همان نوع نگرش «ما، یوان» به نقاشی و استفاده از فضاهای خالی و سکوت‌ها است. همچنان که ما، یوان با چند ضربه قلم به آن سکوت‌ها و فضاهای تهی جان می‌دهد. در شعر نیز همان سکوت در یک دوبیتی بیان

آثار شونسو (Shunso (1750 - 1839)، عموماً پس‌زمینه‌ای یکنواخت دارد. که در همه آثار از یک نوع خاکستری یکدست استفاده شده است. در تصاویری که او از درمه کشیده است، اغلب شاهد یک کاراکتر خاص هستیم. (تصویر ۶) خطوط در آثار او به وضوح قابل دیدن است و خطوطی کاملاً سیاه تمام اطراف

王業
文政戊子墨毫

年
茶
法
自
持
一
美
軍
五



شده است. شاعر برای بیان احساس بی‌آلایش خود با قدرت کامل از سکوت‌ها نیز بهره می‌گیرد. این نوع شعر تنها هفده هجا دارد. برخلاف نخستین تصویری که به ذهن می‌آید، آنچه که هایکو را می‌سازد ذن نیست بلکه اندیشه ذن‌گرایی می‌باید چندان دگرگون شود و تغییر و تبدیل یابد تا با هایکو همساز گردد.

فیلسوفان چینی، همواره به جنبه‌های نظری هایکو توجه داشته‌اند و شاعران به جنبه‌های عملی آن. به همین جهت است که هر هایکو نشان‌دهنده یک راه یا شیوه زیستن روزمره است. هدف هایکو، زیبایی نیست بلکه به سادگی تمام به ما چیزی را نشان می‌دهد که خود نیز همیشه می‌دانستیم، اما بی‌آنکه بدانیم که می‌دانیم. هایکو ما را به این حقیقت متوجه می‌سازد که تا زندگی می‌کنیم، شاعریم.

در هایکوهای ژاپنی، نقش تعیین‌کننده مستقیماً بر عهده اشیاء است و کلام تقریباً نقش واسطه را ایفا می‌کند. در اینجا شعر، عرضه جان انسان و جهان، در امکانات و ظرایف زبان، نیست، بلکه هایکو تنها وجهی از زندگی است.

هایکو، ذره‌ای پیچیدگی ندارد، چرا که آفرینش سیال چیزهایی است که از پیش وجود داشته است. انتظار این نیست که شنونده از شنیدن هایکو هیجان زده شود و به وجد آید. هایکو همانند رنگی به درون استخر ذهن ما پرتاب می‌شود که تداعی‌ها را از غنای خاطر ما بیرون بکشد تا ما نیز به آرامی در جریان خاموش این آب شناور شویم.

نگریستن در گوهر بودایی هر چیز و به عبارتی نگریستن در همه چیز حالتی است که در زبان ژاپنی به آن «ساتوری» Satori گفته می‌شود. این جاست که هایکو و ذن از هم کسب اثر می‌کنند تا هایکو میان جان خود و پیرامونش جدایی و دوگانگی نبیند. با این همه او صفات فردی خود را نیز حفظ می‌کند.

ظهور هایکو تا حد زیادی مدیون کار با شو بود. او

به شکلی بسیار ساده و کودکانه و دور از زبانی ادبی و ثقیل سخن می‌گوید:

تو آتش را روشن می‌کنی

من به تو چیز قشنگی نشون می‌دم

یک توپ گنده برفی [هایکو، شعر ژاپنی از آغاز تا امروز. برگردان احمد شاملو و ع. پاشایی]

هایکو، برخلاف واکا که نوع دیگری از شعر ژاپنی است. جریان زیبایی نیست، بلکه خود به خود نوعی آرامش و زیبایی در آن حس می‌شود. چرا که به زیبایی‌هایی اشاره دارد که تاکنون بی‌تفاوت از کنار آن‌ها گذر کرده‌ایم مثل تیرگی شب، سپیدی برف، بلندی کوه و...

دریا تاریک می‌شود.

صدای مرغابیان وحشی

سپید کم رنگ است.

(شیکی)

ذن، در جان سراینده هایکو به شکل حالاتی تجلی می‌کند که می‌توان آن حالات را با چند عنوان خلاصه کرد:

۱- بی‌خویشی

این همان عامل بی‌واسطه و کافی «پیر خویشی» است. برای رسیدن به آنجا که هایکو سرا بیداند که هیچ چیز از دیگری جدا نمی‌شود و ابتدا و انتها هر دو یک مفهوم را دارند:

چکاوک

مقط آوازش حس می‌شود،

جیزی به جانمی‌گذارد (آم پوو)

در چنین مواردی گاه شاعر به یگانه شدن با انسان‌ها می‌پردازد:

در عمق پاییز

همسایه‌ام

جگونه می‌گذرانند، نمی‌دانم.

(باشو)

۲- تنهایی

در ذن، خاموشی و سخن گفتن، هر دو یک چیز است. تنهایی حالتی از راه یافتن یا نفوذ در سکوت دیگر چیزها است.

آه کانکو دوری،

تو عمق می‌بخشی

تنهایی مرا.

(باشو)

۳- تسلیم و رضا

تسلیم و رضا همان دید فروتنانه است به همراه پذیرش تمام کاستی‌های خود و دیگران و قبول شاکرانه تمام چیزهایی که در دنیای پیرامون شاعر هست.

حتی این‌گونه، این‌گونه،

تسلیم در برابر فراسو

پایان سال.

(ایسا)

۴- بی‌کلامی

در ذن، کلام نه از آن رو بیان می‌شود که چیزی گفته شود بلکه گاه مقصود زدودن چیزهایی است که به نظر می‌رسد حجابی است میان ما و چیزهایی واقعی و غیر قابل تفکیک از ما.

هیچ یک سخنی نگفتند.

نه مبهمان، و نه میزبان

و نه داودی‌های سپید

(ریوتا)

۵- عقل‌گریزی

ذن برای عرضه خود نیازی به تعقل و شهود عرفانی ندارد چرا که در سادگی محض متجلی می‌گردد:

چرا، ماه بود آیا

که فریاد کرد؟

یکی کوکو!

(بای شتسو)

۶- تناقض

ذن، مملو از تناقض است. تناقض‌هایی مثل نیستی و هستی، ابتدا و انتها، گفتار و سکوت، کهنگی و تازگی و...

گاه واژه‌ها نیز به شکلی متناقض به کار می‌روند شاید بتوان گفت که سرشت هر چیز همین‌گونه است که هایکوسرا می‌بیند:

بیر را ماند، با شاخ‌های بسیار، اما.
گاو را ماند. بی‌دم است، اما.

۷- طنز

طنز، عنصر تفکیک‌ناپذیر و پارادوکس‌نازی است که در هر هایکو پنهان است:

ای حلزون

از قله فوجی صعود کن

اما آهسته، آهسته!

(ایسا)

۸- آزادی

آزادی، رهایی از چیزهایی است که دوست داریم و دوست نداریم. بدین ترتیب چیزهای نفرت‌انگیز هم جالب و گاه بامفهوم می‌شوند.

یک شب خزانی،

رؤیایا، خرناس‌ها

جیرجیر جیرجیرک‌ها

منابع

۱- تاریخ جامع ادیان از آغاز تا امروز. تألیف جان ساس، ترجمه علی‌اصغر حکمت. انتشارات بیروز و با همکاری مؤسسه انتشارات فرانکلین، چاپ اول، ۱۳۴۴

۲- طریقت ذن. تألیف آلن واتس، ترجمه دکتر هوشمند ویژه، تهران. انتشارات بهجت. چاپ چهارم ۱۳۶۹.

۳- کلیدهای ذن. تألیف نیک نات هان، تهران. نشر ثالث ۱۳۷۶.

۴- هایکو، شعر ژاپنی، از آغاز تا امروز. برگردان احمد شاملو و ع. پاشایی، تهران، ویرایش دوم، چاپ سوم ۱۳۷۵

۵- هنر در گذر زمان. تألیف هلن گاردنر، ترجمه محمدتقی فرامرزی. انتشارات آگاه چاپ اول پاییز ۱۳۶۵.

6- Stephen Addis, The Art of Zen: Paintings & Calligraphy by Japanese Monks, 1600-1925.

7- Harry N. Abrams Inc. New York, 1989.

۹- اخلاقی نبودن

شاید در این مورد تنها یک هایکو از «تاکاکی گسی»

کافی باشد:

نه یکی سنگ

که به وی سنگ اندازم

ماه زمستانی

آنچه که در هایکو و نقاشی‌های ذن مشهود است

تجلیات ناگهانی طبیعت بر جوهر خود به خودی است.