

Soós Sándor

FILOZÓFIA ÉS PRAXIS – A SHUGYŌ FOGALMA

„Az igazságnak a megismerésben közvetlenül a gyakorlatban megjelenő igazsággá, a praxisban megjelenő igazságnak közvetlenül a megismerésben megjelenő igazsággá kell lennie. A bölcsen és komolyan gondolkodó emberek hibátlanul törekednek arra, hogy a megismerést és az érzést összhangba hozzák egymással.”

(Nishida Kitarō: *Zen no Kenkyū* – részlet)

A távol-keleti gondolkodás és megismerési mintázat egyik jellegzetes eleme a megismerési folyamat buddhizmushoz és taoizmushoz szorosan kötődő, gyakorlaton alapuló rendszere, amelyet a japán hagyomány *shugyōnak* (修行) nevez. A tapasztalaton nyugvó megközelítés<sup>1</sup> számos archaikus keleti megismerési út gerincét képezi, és évezredek átívelő struktúrája összeköti a múltat és a jelent: archaikus, de a harmadik évezredben is megőrizte létjogosultságát. Összeköt kulturális régiókat keleten és nyugaton egyaránt. Mintázatainak ismerete nélkül a keleti gondolkodás sok esetben érthetetlen lesz számunkra, ám megismerése révén közelebb kerülhetünk az ázsiai kultúra legkülönbözőbb területeihez. A *shugyō* kifejezés ugyanis egyfajta jelentésbővülésnek is felfogható értelemben jelenti a test, a lélek és a szellem egyidejűleg történő alakítását, az emberi képességek együttes kifejlesztése révén.

Amikor Nishida Kitarō (西田 幾多郎, 1870–1945) 1911-ben megjelent írásában, a *Zen no Kenkyūban*<sup>2</sup> a filozófia praxisáról beszél, saját életrajzi erede-

---

<sup>1</sup> Ez annyit tesz, hogy a megismerésben nem előre rögzített gondolati mintákat, terveket, hanem a „tisztá” tapasztalatok sorát követve lehet haladni, s a tapasztalattal a megfogalmazás terébe csak később lehet (vagy nem lehet) beemelni.

<sup>2</sup> 善の研究, *A Jó kutatása*, a címben szereplő „zen” nem azonos a buddhista irányzat nevével, pusztán homofónia. A szöveg a nyugati filozófia, elmefilozófia és pszichológia első önálló japán összegzésének tekinthető. Egyik központi fogalma a William James és Wilhelm Wundt eredményei alapján leírt *tiszta tapasztalás*, amelyet Nishida a zen praxis tapasztalatai tükrében mutat be anélkül, hogy a műben közvetlenül buddhista párhuzamokat keresne a nyugati terminushoz. A japán olvasó szemével ez a szöveg Nishida legnyugatibb, leginkább pszichologizáló alkotása.

tű tapasztalatai is átsejlenek szövegének mintázatán. Nishida életének egy fontos szakaszában a talán leghíresebb japán buddhista meditációt, a zent gyakorolta, amely több, szigorúan kötött formájú aszketikus módszeren alapuló megismerési metódus. Testi gyakorlatai között helyet kap az egész testet teljes mozdulatlanágban megtartó *ülőmeditáció*, a *zazen* [坐禪], a hallgatással egybekötött *sétálógyakorlat*, a *kinhin* [經行], vagy az igen jelentős távolságokat ténylegesen bejáró *vándorlás*, *zarándoklat*, a *junrei* [巡礼] is.<sup>3</sup> Mint a buddhista hagyomány része, a zen egyetlen entitásként tekintve, a *test – lélek – szellem* teljes és harmonikus egységét<sup>4</sup> tételezve szólítja meg, próbálja meg és alakítja azt, aki a megismerés útjára lép. A filozófus Nishida a keleti hagyomány talaján állva a *teljes megismerés* gyakorlathoz kötött végzését tartotta természetesnek és magától értetődőnek. Kulturális mintája a hagyomány oldaláról a zen struktúrájában látott elemek sora volt. Az ázsiai megismerési utakra általánosan jellemzően a szigorú, kötött külső minta, az egyéni tapasztalat és a gyakorlati rendszer *jól működésében* elrejtett önmeghaladás szintén szerves egységet alkot. A filozófia e szerint praxison nyugszik, ám a praxis és a legkülönbélebb gyakorlati ismeret elvezet a filozófiához: A hagyományos japán kultúra szerteágazó területeinek egyetlen ága sem tanulható meg és művelhető másképpen, mint az önművelés metódusa által, és megfordítva, bizonyos tekintetben a hagyományos kultúra minden tevékenységi területe a *shugyō* sajátos aspektusa. A művészetek,

<sup>3</sup> E mellett, mint kifejezett *shugyō* gyakorlat, fontos szerepet kap a jéghideg vízesés alatti meditáció mint a szellem és a koncentráció fejlesztését célzó eszköz. Kishimoto kiemelését idézi: Ursula Lytton, in: *Andere Aspekte des Kyudo*, Anthropos, Bd. 84, H. 4./6., 1989, 531–538. p., 536. p. Az ezoterikus buddhizmus hegyi szentélyeihez kötődő remeteéletről, a modern kori aszketikus gyakorlatok leírásáról lásd: Ellen Schattschneider: *My Mother's Garden: Transitional Phenomena on a Japanese Sacred Mountain*, Ethos, Vol. 28, No. 2, Jun., 2000, 147–173. p.

<sup>4</sup> A buddhizmus tanításán belül egy sor összekapcsolt hármasságot említ meg több területen, a *test – szó – elme* hármasságához a gyakorlás és a megvilágosodás aspektusából a *mudra* (test-/kéztartás) – *mantra* (varázsima) – *samádhi* (extázis/színről-színre látás) fogalmait rendeli. A *shugyō* ezoterikus buddhizmushoz kapcsolódó, szintén hármasságot magában foglaló rendszerét a tendai iskolában [天台宗, Tendai Shū] Zhiyi mester (智顓, 538–597) megfogalmazta meg. Lásd: Yuasa Yasuo, Shigenori Nagatomo and Jacques Fasan: *Image-Thinking and the Understanding of „Being“: The Psychological Basis of Linguistic Expression*, *Philosophy East and West*, Vol. 55, No. 2, Apr., 2005, 179–208. p., 193–194. p.

festészet, kalligráfia, szobrászat, ikebana, a harcművészetek legkülönbözőbb válfajai, a hagyományos orvoslás vagy akár a kézműves mesterségek mind egy rendszert alkotnak művelésük ezen jellegzetessége által. A korábban csak a kolostori környezet vagy magányos remeteség keretei között elképzelhető buddhista és taoista életvitel éppen a tradicionális tevékenységek szellemi tartalommal történő átíratása révén válhatott sokak számára járható szellemi úttá, buddhista megfogalmazásban „Nagy Szekérré”.

Nishida a filozófia praxisának igényével kifejezetten a japán hagyomány *shugyō* értelmezését közvetíti számunkra, ám maga a szó természetesen kínai eredetű, az írásjegyek kínai olvasata *xiuxing*. A két fogalomjel együtt, eredeti jelentésében: 'buddhista/taoista praxist, aszkézist folytat, tanul'. Ezzel együtt jelenti a tantrikus buddhizmusban és a hinduizmusban nagy jelentőséget kapó ezoterikus gyakorlatsort, a *sadhanát*. Értelmező szótári jelentésben ezeket a kifejezéseket találhatjuk:<sup>5</sup>

- A megvilágosodás elérése céljából megtanulni szokássá tenni megtisztítani a lelket (szívet) és a testet.<sup>6</sup>
- Törekedni a buddhizmus útján.<sup>7</sup>
- Koldulószerzetes[ként] zarándokutat tenni.<sup>8</sup>
- A tudományban vagy a művészeti, kézműves [harcművészeti]<sup>9</sup> tevékenységben a kifinomodásért, javulásért nagy erőfeszítéssel tanulni.<sup>10</sup>

Az első írásjegy, a 修 (jap.: *shu*, kín.: *xiu*), amelynek jelentései 'javít', 'kijavít', 'feldíszít', 'ír', 'kompilál', 'tanul', 'művel', 'épít', 'felépít', 'megkonstruál'. A szótári jelentések mindegyike igen fontos aspektusra mutat rá a *shugyō* fogalom egészének értelmezésénél.

Párba véve előrevehetjük a *tanul* és a *javít* jelentéseihez kapcsolódó réteget: A *shugyō* rendszere – legyen szó a tanulás bármelyik területéről – ma-

<sup>5</sup> <http://dictionary.goo.ne.jp/srch/all/%E4%BF%AE%E8%A1%8C/m0u>, 2013. 06. 15.

<sup>6</sup> 悟りをめざして心身浄化を習い修めること。[Satori wo mezashite shinshin jōka wo narai osameru koto.]

<sup>7</sup> 仏道に努めること。[Butsudō ni tsutomeru koto.]

<sup>8</sup> 托鉢(たくはつ)・巡礼して歩くこと。[Takuhatsu junrei shite aruku koto.]

<sup>9</sup> Betoldás. A „gigei” [技芸] kifejezés szótárilag nem jelenti a harcművészeteket [武道, budō], ám a kifejezés értelme szerint azokat itt kell említeni.

<sup>10</sup> 学問や技芸を磨くため、努力して学ぶこと。[Gakumon ya gigei wo migaku tame, doryokushite manabu koto.]

gában foglalja a *pontos utánzás* tanulási módszerét.<sup>11</sup> A tanítvány az elsajátítandó tevékenység minden fázisában a lehető legprecízebben követi az előtte felmutatott mintát. A tanulás során mestere mozdulatait figyelve, lépésről lépésre elsajátítja a műveleteket és kijavítja a *pontos utánzás* kivitelezésében felmerülő hibák sorát. Ennek a tanulási szakasznak olyan nagy a fontossága, hogy a harcművészeti iskolák *shugyō* metódusában igen kiemelt hangsúlyt kap, hogy a kezdőkkel és a gyakorlás elején járókkal a legmagasabb fokozatú tanítók foglalkoznak, hiszen az alapok elsajátítása a legfontosabb az egész gyakorlati rendszerben. Ha itt hiba történik, az a későbbiekben nem vagy csak nagyon nehezen korrigálható. Igen fontos a tanulás alapozásának *teljes* elvégzése, amely például a harcművészeti iskolák esetében, mindennapos gyakorlás kivitelezése mellett minimálisan három év időtartalommal bír.<sup>12</sup>

A pontos mintakövetés elengedhetetlen feltétele a mester és tanítvány személyes kontaktusa. Könyvből vagy más írott vagy vizuális forrásból valójában nem lehet megvalósítani a tevékenység tökéletes folyamatát.

A mintakövetés nem egyetlen aspektusa a *shugyō* sajátosságainak: A tanulás képzelet, az egész rendszer legfontosabb elemeként az önátalakításon, átalakuláson nyugszik, amelyre a 'művel', 'felépít' és 'átalakít' jelentéskörzete utal. A tanuló az ismeretszerzés fázisait követve maga is megváltozik, idomul, alakul. Előfeltevés szerint a követett minta kialakításával mintegy önmagára öltve a végzett tevékenység kereteit, azokat saját transzformációja számára felhasználva veszi el régi énjét és alakítja ki új önmagát. A *shugyō* ebben az olvasatban szakrális tevékenység, a szótári jelentés 'aszkezis' fogalmának jelentéskörzetében. A hagyomány bármely irányzatának művelése teljes önfeladást és önátadást követel meg.

---

<sup>11</sup> A *pontos utánzás* a szabálykövetés etológiai terminusához köthető, mint annak igen speciális alete. Az ember szinkronizációs képességének egyik legkifinomultabb megnyilvánulása. Vess össze: Csányi Vilmos: *Az emberi természet*, Vincze Kiadó, Budapest, 2000, 214–219. p.

<sup>12</sup> „Aki a harcművészet útjára lép, annak három évre van szüksége ahhoz, hogy megismerkedjen az alapokkal, ahhoz pedig, hogy elsajátítsa a teljes stílust, harminc évre van szükség.” 大山 倍達: 史上最強の空手を始める人に, [東京], みき書房, 1982, [Ōyama Masutatsu: Shijōsaikyō no karate wo hajimeru hito ni, Mikishobō, (Tōkyō), 1982.], 16. p.

A modern nyugati szemlélet,<sup>13</sup> amely a tevékenységeket főként hasznosságuk szerint ítéli meg, egyfajta vulgáris értelmezésben intakt személyt feltételez, amely belső érintetlenségben sajátítja el az ismereteket, pusztán eszközként kezelve azokat,<sup>14</sup> míg „ö maga” érintetlen marad. Ez a kiindulópont a hagyomány kategóriáitól igen távol áll. A *shugyō* nem pusztán a céljában képvisel értéket vagy hoz eredményt, hanem az egész átalakulási folyamat is azonos az elérendő céllal. Ezért nem lehet például a meditációval és aszkézissel megvalósított „módosult” tudatállapotokat valóban, teljes értékűen elérni kerülőutakon, például tudatmódosító szerek, drogok alkalmazásával. Ez nem lehetséges még akkor sem, ha a tudati élmény leírása sokszor igen hasonló tapasztalatok soráról számol is be. Nem véletlen, hogy a tan meghirdetésekor a Buddha eleve és megkerülhetetlen szigorral kizárta a tudatmódosító szerek használatának lehetőségét a buddhista közösségbe belépő szerzetesek előtt.<sup>15</sup> A tudatmódosító szerek használata lehetetlenné teszi a *teljes* megismerést, mert mint metódus, a *shugyō* egyszerre a valóság igazságtól elválaszthatatlan arculata felé forduló ismeretszerzés is egyben. A teljes megismerés lehetőségét biztosítja, nem egyoldalúan intellektuális vagy fizikális, mechanikus értelemben elsajátított részleges ismeret. Működésében az ember minden aspektusa, testi, lelki és szellemi struktúrája és funkciója szerepet kap és kiteljesedhet. Ez a tett – beszéd – gondolat szintjeinek együttes alakítása.

A konkrét gyakorlat szintjén igen sok eltérő módszert találhatunk a részterületek szerint. Mindegyikre jellemző a figyelem uralása és felfokozott művelése általi egyre finomabb és finomabb felismerések sorozatának tényleges megvalósulása, kibomlása.

---

<sup>13</sup> A kép természetesen csak parabolisztikusan értendő.

<sup>14</sup> Ezzel együtt a praktikus eszközként alkalmazott gyakorlat megjelenik Kūkai (空海, 774-835) esővarázslásának megnevezésekor, mint a funkcionális buddhista mágia eleme (Brian O. Ruppert: Buddhist Rainmaking in Early Japan: The Dragon King and the Ritual Careers of Esoteric Monks, *History of Religions*, Vol. 42, No. 2., Nov., 2002, 143–174. p., 162. p.), illetve éppen a harcművészeti gyakorlás esetében, a magas fokú koncentrációképesség túlélési értéke miatt terjedt el a samurájok között a zen a Japán történelem háborús időszakában hétköznapi gyakorlati okból is.

<sup>15</sup> A buddhizmus etikai alaptörvénye a *pañcasīla*, az öt erkölcsi szabály utolsó tagja szerzetesek és a tanítás világi követői számára egyértelműen megtiltja mindenfajta tudatmódosító szer használatát, legyen szó alkohorról vagy kábítószerrel.

A buddhista aszkézis az éberség és önismeret néha megrendítően éles működését eredményezi. A gyakorló tapasztalatot szerez a test, az érzetek, érzések és emóciók működéseiről, azok törvényszerűségeiről. Az egyre koncentráltabb figyelem átfogja a gondolkodás és az elmeműködés egyéb aspektusainak köznapi értelemben véve rejtett területeit. Az embert mozgató késztetések és kondíciók hálóját egyértelműen láthatóvá teszi. Tapasztalati ismeretet ad a változásnak alávetett *jelenvaló lét* struktúráiról és ráirányítja a figyelmet a lét változatlan, örök igazságaira, szintén tapasztalati síkon megismertette azokat.

Mindezek figyelembevételével válik a *shugyō* a filozófia praxisává, hiszen a buddhista, taoista kontextusban az átalakulás célja kimondottan a bölcsesség megszerzése, elnyerése.<sup>16</sup> A zen buddhista alaptanításokra<sup>17</sup> alapuló rendszere központi szerepet ad a bölcsességnek. A *bölcsesség* a hagyomány, a Sákjamuni Buddha Udánában<sup>18</sup> megfogalmazott szavai szerint tudomás arról, hogy van valami, ami örökkévaló.<sup>19</sup> A *shugyō* szellemében, a praxist végző számára személyes és közvetlen tapasztalat, amely az egy valóság színről-színre látásában csúcsosodik ki, beteljesítve az ember átalakulását. Az örökkévalóról való tudomás teszi értelmessé és értékessé a gyakorlás folyamatát, amely igen sok nehézség és testi-lelki megpróbáltatás kikerülhetetlen keserűségét is jelenti. A zen és harcművészeti *shugyō* rendszerében a testi megpróbáltatás, a fizikai fájdalom elviselése, tűrése erősíti és edzi a szellemet, tudatot és akaratot, az erőssé váló tudat és kézben tartott akarat uralkodik a test felett. Ám végső értelemben, a buddhista és különösen a taoista rendszer, a mindent kiformaló és kialakító ős-entitás,<sup>20</sup> a

<sup>16</sup> Vesd össze: Yamaji Masanori: Sugjó: "Test és lélek edzése". A japán kultúrtörténet egy sajátosságáról, *Keletkutatás*, Kiadja a Kőrösi Csoma Társaság, Budapest, 1993, Ősz, 156–167. p.

<sup>17</sup> Yuasa Yasuo a buddhizmus indiai rendszerében három „praktikus tudásterületet” említ meg: az erkölcsöt (sila), a kontempláció-meditációt (sampatti) és a bölcsességet (prajña). (*The Body – Toward an Eastern Mind-Body Theory*, SUNY Press, Albany, 1987, {94. p.}

<sup>18</sup> Udana 8. 3.,

[http://www.palikanon.com/khuddaka/ud\\_schmidt/udana.htm#ud\\_viii](http://www.palikanon.com/khuddaka/ud_schmidt/udana.htm#ud_viii), 2013. 06. 15.

<sup>19</sup> *Nemszületett* (ajātaṃ), *nemlétesülő* (abhūtaṃ), *nemteremtett* (akataṃ), *nemösszeállított* (asañkhataṃ).

<sup>20</sup> A fogalom fordítására igen sok kísérlet történt, ám egyetlen szóval nem adható vissza jelentése. Életerő, lélegzet, primordiális energia, ősanyag mind beletartoz-

*qi/ki* [氣] működésének és uralásának<sup>21</sup> viszonylatában nem tételezi a test és a lélek drasztikusan szétválasztott kettősségét. A test és a tudat pusztán a *qi* áramlásának intenzitásbeli különbsége.<sup>22</sup> Éppen ezért a megfigyelt és megfigyelő, a tudat és a tudott éles szétválasztása is megszűnik a meditáció tiszta tapasztalásában.<sup>23</sup> Az erről beszámoló adatközlők leírása szerint ennek a tudatállapotnak a megvalósulása a *tapasztalás kiélesedése* és tökéletesé válásának irányában valósul meg.<sup>24</sup> A *ki* uralásának egyik igen fontos megfogalmazása, hogy a gyakorló a gyakorlás során megtanulja a *kit* „áramolni hagyni”,<sup>25</sup> tevékenysége a helytelen kimozdultság tetteinek fokozatos feladása,<sup>26</sup> mozgása, mozdulatai és cselekedetei egyre inkább megfelelnek a *qi* áramlásának törvényszerűségének.

A *shugyō* a szavakkal nem közölhetőhöz vezet el, a csak átéléssel megismerhető valóság-szférához nyit utat.

---

nak jelentéskörzetébe. A *qi* építi fel a mindenséget, áramlása és változása alakítja ki a tapasztalati világot. Folyamatosan változik, áramlik és alakul, két szélső értéke, a *yin* [陰] és a *yang* [陽] között oszcillálva válik tapasztalhatóvá.

<sup>21</sup> Yasuo Yuasa 1986-ban megjelent alapműve, a *Ki – Shugyō – Shintai* [氣・修行・身体, 平河出版社, (Hirakawa Shuppansha)、東京都港区, (Tókyóto, Minatoku), 1986.] valamint Yamaguchi Ichiro *Ki als Leibhaftige Vernunft* [Wilhelm Fink Verlag, München, 1997.] kiemeli a *ki/qi* személyes megismerésének és irányításának módszereinél a testet, figyelmet, érzelmi uraltságot, akaratot és gondolatot együttesen kezelő tanulási technikák kiemelt jelentőségét. A *ki* tudatos, irányított áramoltatása egyedül ezen a tradicionális módszeren keresztül valósulhat meg, amelyben a gyakorló a sorozatosan megjelenő tapasztalatokat tanulja meg megfogalmazni és rendszerezni.

<sup>22</sup> A *test* a *qi* és Merleau-Ponty test-képének összevetését lásd: Seamus Carey: „Supplementing Merleau-Ponty’s Account of the Flesh”, in: *Cultivating Ethos through the Body, Human Studies*, Vol. 23., No. 1., 2000, Jan., 23–42. p., 33–37. p.

<sup>23</sup> Vesd össze: „Non-duality”, in: Akira Sadakata: *Buddhist Cosmology*, Kōsei Publishing Co., Tokyo, 1997, 79–89. p.

<sup>24</sup> Hugo M. Enomiya-Lassalle: *Zen*, Editio M. Kft, 1995, <http://terebess.hu/keletkultinfo/enomiya.html#vilagos>, 2013. 06. 15.

<sup>25</sup> A tradicionális kínai orvoslás a *qi/ki* helytelen áramlásában nevezi meg a betegségek okait.

<sup>26</sup> Ennek az elvnek a legszebb szövegszerű megfogalmazást a filozofikus taoizmus végezte el szövegeiben. Lao-ce, Csuang-ce és Lie-ce szövegei a legismertebb példák jelentik.

Az egész emberi lény megismerésben való jelenlétének szükségességét a nyugati tudatfilozófia reflexiójánál Nishida is megfogalmazza szövegében:

„Közönségesen a szubjektumot és az objektumot egymástól elválasztott független valóságként gondoljuk el, a tudatjelenségeket pedig ennek a két dolognak a működéséből keletkezőként és ezeken alapulóként tekintjük. Ezért mind a tudatos szellemet, mind a testet [a szellemet és az anyagot] elkülönítetten önálló valóságként gondoljuk el, holott ez tévedés. A szubjektum és objektum megkülönböztetése az egy valóság megfigyelésének szemléletbeli variációja, a tudatos szellem és a test megkülönböztetése is ugyan ebből a szemléletmódból keletkezik. A valóságban magában nincs megkülönböztetés. A virág a valóságban nem a tudósok által meghatározott tiszta, önmagában való tárgyként lért virág, hanem színek, formák és illatok birtokosa, gyönyörű és gyönyörködtető virág. Heine a csendes éj csillagait tiszteletből a kéklő égre helyezett arany szegecseknek nevezte. Egy csillagász mosollyal fogadná, ezt az összefüggéstelen költői kifejezést, pedig nem tudhatjuk, vajon a csillagok teljes igazsága nem kerül-e kifejezésre ebben a verssorban. Az igazi valóság ezen független önteljességében, amelyben alany és tárgy még nincsen elválasztva egymástól, a tudás az érzés és akarat teljes egységet alkot. Az igazi valóság nem a hétköznapi módon elgondolt – „hideg” információs alany vagy tárgy. A saját érzéseink és akaratunk formálja és alakítja ki azt. Ugyanis nem csak egyszerűen létezik, hanem jelentéssel, jelentőséggel is bír. Ha a valós világból az érzéseinket és az akaratunkat teljesen eltávolítjuk, az többé már nem a kézzelfogható valóság lesz, hanem egyszerűen egy elvont elképzelés, absztrakt idea. A fizikusok által ismernek mondott világ szélesség nélküli vonalhoz és vastagság nélküli sík felülethez hasonlatos, nincs gyakorlati léte. Ebből a pontból nézve, a művész közelebb jut el a valóság igazságához, mint a tudós. Amit látunk és hallunk, abban mind benne foglaltatik a saját individualitásunk. Az amit „azonos tudatnak” határozunk meg, valójában nem „azonos”. Például, ha egy adott bikát nézünk, egy földműves, egy biológus vagy egy képzőművész által arról alkotott gondolati kép igen különböző tud lenni. Ugyan azt a tájképet a hangulatomtól függően láthatom élénknek és gyönyörűnek, vagy melankolikusnak és szomorúnak. A buddhizmus szerint saját érzéseim függvényében lehet ez a világ mennyei szférával, a Paradicsommal, vagy magával a pokollal egy, vagyis végső soron a mi világunk érzéseinkben és akaratunkban gyökerezve, azokat egybefűzve épül fel. Még ha a tiszta intellektuális ismeret tárgyaként beszélünk is az „objektív világról”, ezt a relációt nem hagyhatjuk figyelmen kívül, ez elől a reláció elől nem térhetünk ki. A tudomány szemlélete szerint a világ a legteljesebb mértékben objektív, és semmiféle mértékben nem tartalmazza az érzéseink és az akaratunk elemeit. Pedig a tudomány eredetileg éppen a túlélésért folytatott harcunk kihívásaira adott válaszként jött létre, szemléletmódja a legkevésbé sincs elválasztva érzéseink és akaratunk teljességének igényeitől. [...] A valóság teljes körű magyarázatának sem az intellektuális ismeretek köve-



*telményeit, sem az érzeti és akarati követelményeket nem szabad figyelmen kívül hagynia.” (Nishida Kitarō: Zen no Kenkyū – részlet)<sup>27</sup>*

A bevezetőben elhangzott, hogy a *shugyō* gyakorlata összeköt kulturális régiókat keleten és nyugaton egyaránt. Ezt többféleképpen érthetjük. Egyrészt igaz a 20. század második felében nyugaton divattá váló keleti tradicionális tevékenységek működésére, más felől kérdések sorát is felveti: A kijelentés tartalma Nishida szemszögéből a praxis igényét fogalmazza meg a nyugati filozófia 20. század eleji japán feldolgozásakor, emellett a gyakorlás mikéntjének vizsgálata felhívja a figyelmet arra is, hogy a test – lélek – szellem együttes művelésével történő önátalakítás nem a kelet kizárólagos sajátja. Minden archaikus tradícióban jelen van, működik, régióktól és szellemi irányzatoktól, vallástól függetlenül.<sup>28</sup> A keresztény hagyomány, az iszlám misztika, sőt még a törzsi jellegű tradíciókat óvó és követő néphagyomány is sajátjának tekinti az egész embert formáló szent cselekményszorozatot. Az imával összekötött cselekvés, az imává alakított testi munka például a következőkben felhozott szövegrészletek mutatják be.

A *shugyō* fogalmán át felvázolt rendszer adott helyi megfelelőjének tekintett metódus természetes jelenlétét az összehangolt társadalmi tevékenység széles területein a nyugati típusú ipari civilizáció vesztette el, a puszta termelésre fókuszáló modern világ ítélte feledésre méltónak és feleslegesnek.<sup>29</sup> Ám a *shugyō* működésére, működtetésére, mint arra szövegében Nishida is utal, mély, a szívből fakadó emberi igény van, amely nem nyomható el. Hiánya válság és beteljesedtlenség képében realizálódik.

Végül álljon itt néhány szöveg, amely megvilágítja a *shugyō* belső lényegét, illetve két példán keresztül párhuzamot von a keleti és a világ más tájain megjelenő, egész embert igénylő szent tevékenység között:

---

<sup>27</sup> A szöveg a szerző fordítása nyomtatott formában eddig nem jelent meg.

<sup>28</sup> A test „művelésének” vallásokban megjelenő aspektusait áttekinti: Lawrence E. Sullivan :Body Works: Knowledge of the Body in the Study of Religion, *History of Religions*, Vol. 30, No. 1, The Body, Aug., 1990, 86–99. p.

<sup>29</sup> Vesd össze: Naoko Saito – Yasuo Imai: In Search of the Public and the Private: Philosophy of Education in Post-War Japan, *Comparative Education*, Vol. 40, No. 4, Special Issue 29: Philosophy, Education and Comparative Education, Nov., 2004, 583–594. p. 590. p.

**Ueshiba Morihei: 63. dōka<sup>30</sup>**

„Az ecset és a  
harcművészet útja két  
sarokkő már rég.  
Edzéssel világosul  
meg a test és a lélek.”

**Csuang Ce: A virágzó délvidék igaz könyve, III. Az életerő táplálása, 2. Ven Huj szakácsa<sup>31</sup>**

„Ven Huj [文惠, Kr. e. 369-Kr. e. 319] fejedelem szakácsa, Ting [丁] ökröt darabolt. Ahogy kezével megfogta, ahogy vállával nekifeszült, lábával hozzányomult, térdével tartotta - ütemre reccsent a bőr, ritmusra sercent a hús kése alatt, hibátlan összhangban és oly dallamosan, akár az »Epres-erdő [桑林] tánca« vagy a »Csing Sou« [經首] muzsikája.

»Milyen remek, milyen pompás! – lelkenedett a fejedelem. – Vajon honnan e tökéletes ügyesség?«

Ting félretette kését, és így válaszolt:

»Szolgád a Taóban [道] leli kedvét. Többet ér az, mint az ügyesség! Kezdetben, mikor ökröt vágtam, csak egész állatokat láttam. Három év múltán aztán nem láttam egyben egyetlen ökröt sem többé. Mostanában pedig nem is bízom magam a szememre, csak szellememet követem. Érzékeim tudása megszűnt, csak szellemem kívánságait követem. Az Ég adta vonalakhöz igazodom: a nagy üregeknél vágok, a nagy réseknél metszek, szigorú rend szerint követem őket. Még az ereket és az inakat is elkerülöm, hát még a nagyobb ízületeket! Az ügyes szakácsok évente köszörülük késüket, mert csak nyesegetnek vele. Egy közönséges szakács minden hónapban megfeni kését, mert összevissza vagdal vele. Én meg ezzel a szerszámmal már tizenkilenc éve dolgozom, fel is daraboltam sok ezer ökröt, az éle mégis olyan, mintha az előbb vettem volna le a köszörűről. Az ízületeknél rések vannak, a kés élének pedig nincs vastagsága. És mivel nincs vastagsága, be tud hatolni a résekbe, hisz mindig lesz elég hely, hogy szabadon járjon bennük. Ezért olyan a késem még tizenkilenc év múltán is,

<sup>30</sup> Ueshiba Morihei – John Stevens: *Az aikido esszenciája*, Szenzár Kiadó, Budapest, 1998, 63. p. Ueshiba (植芝 盛平, 1883-1969) az aikidō harcművészeti ágának megalapítója.

<sup>31</sup> Csuang Ce: *A virágzó délvidék igaz könyve*, Palatinus, Budapest, 1997, 23–24. p. A szöveget az írásjegyek betoldásával idézem.

*mintha most élezték volna, De azért ha egy csomóhoz érek, mindig jól megnézem, mennyire kusza – óvatosan, vigyázva, közben szemem se rebben, kezem alig-alig moccan, Majd egy aprócska mozdulat, s hirtelen darabjaira esik, mintha csak egy göröngy hullott volna a földre. Én meg csak állok ott, kezemben a késsel, úgy pislogok zavartan, de elégedetten, Utána pedig megtisztítom és helyére teszem késemet. «  
»Milyen nagyszerű – kiáltott fel Ven Huj fejedelem –, a szakácsot hallgattam, de az életerő táplálásáról [養生, jang-seng] hallottam!«*”

### Hugo Enomiya Lassalle: Zen (részlet)<sup>32</sup>

*„A megvilágosodás állapota olyan, mintha magasabb szintre ragadnák el az embert. Eltűnik a tárgy, amellyel előzőleg egynek éreztük magunkat. Tökéletes az egység, a nyugalom és a béke. Mintha megszűnne a tudat megszokott árama. Mikor Dogen először tapasztalta ezt, találóan így jellemezte: »testem és lelkem kihullott belőlem«, mire mestere mélyértelműen így válaszolt: »kihullott tested és lelked van«. Ez már sokkal inkább pszichológiai eksztázis, mint a második fok. De, ha a később következő magyarázat helytálló, akkor ezt a harmadik fokot inkább ensztázisnak lehetne nevezni, s némely szerző így is nevezi. Az első és a második foktól világosan megkülönböztethető. Váratlanul jutunk ebbe az állapotba, és közben kiver bennünket a verejték. Úgy érezzük, hogy minden ellentét megszűnt. Nincs már többé különbség igen és nem között. Annak, aki nem élte még át, értelmetlennek tűnik. Nem is gondolhatja másképp. De aki átélte, tudja, miről van szó. Az állapotot úgy jellemeztük, mint valami ürességbe taszítottságot. Ez látszólag megkötöttségre, a szabadság hiányára utal. Való igaz, hogy a »betaszítottság« maga passzív folyamat. Az is igaz, hogy ebben az állapotban megszűnik a dialektikus gondolkodás és a fogalmak taglalása. Sőt, azt kell mondani, hogy maga a megszokott értelemben vett gondolkodás szűnik meg. És mégis, ez éppen az emberi szellem igazi felszabadulása, kilépés az érzékek és a rájuk épülő fogalmak világából. Erre az állapotra Istenhez való viszonyunktól függetlenül érvényes mindaz, amit Thomas Merton az Aufstiege zur Wahrheitban a misztika stádiumába való belépésről mondott: »E pillanatban úgy hullik le rólunk hamis, mindennapi éniünk tudata, mint egy piszkos, szennyezett víztől átitatott, elnehezült ruha. Kiszabadul a mélyebb én, amely a megfontolás és az elemzés számára túl mélyen rejtőzik, és elmerül az isteni szabadság és az isteni béke mélységében. Még árnyéka se marad annak, ami bennünk történik, és még kevésbé annak, ami körülöttünk történik. Túl mélyre távolodtunk attól a felszíntől, ahol gondolkozunk«. [...] Japánban az élményt természetesen nem annyira a lelkiállapot leírásával, mint inkább versekkel, festményekkel, magával a zen művészettel fejezik ki.”*

<sup>32</sup> <http://terebeess.hu/keletkultinfo/enomiya.html#vilagos>, 2013. 06. 15.

### Amadou Hampate Ba: Szájról szájra (részlet)<sup>33</sup>

„A tradicionális afrikai társadalomban az emberi tevékenységeknek sokszor szent vagy okkult jellegük van, főleg azoknak, amelyek az anyagra hatnak és azt átalakítják, mivel minden dolgot elevennek tartanak. Minden kézműves funkcióhoz kapcsolódik egy ezoterikus tudás, melyet nemzedékről nemzedékre adnak tovább, s egy kinyilatkoztatásból eredeztetnek. A kézműves munkája szent volt, mert Maa Ngala művét másolja, a teremtést teszi tökéletesebbé. A Bambara hagyomány ténylegesen azt tanítja, hogy a teremtés nem zárult le, és hogy Maa Ngala, amikor földünket teremtette, befejezetlenül hagyott dolgokat, hogy Maa, a beszélgetőtársa a természetes teljességig tökéletesítse és változtassa őket. A kézműves tevékenység művelését a teremtés misztérium megismérléseként értékelik. Okkult erőt összpontosít, amelyhez mégis szabad közeledni speciális rituális feltételek betartása nélkül. A tradicionális kézművesek rituális énekekkel vagy szakrális ritmikus énekléssel kísérik munkájukat, mozdulataik külön nyelvnek számítanak. És valóban minden mesterség mozdulatai az őseredeti teremtés misztériumát reprodukálják sajátos szimbolikájukkal, és összekapcsolódnak a szó említett hatalmával. Azt mondják: »A kovács kikovácsolja a szavakat, a takács megszövi őket, a varga kikészíti és kisimítja.«”

### A Durham-katedrális másolóihoz intézett szentbeszédéből<sup>34</sup>

86

---

„Az emlékezet pennájával írok a tiszta lelkiismeret pergamenjére, melyet az istenfélelem karcolt, a mennyei vágyakozás habköve simított, a szent gondolatok krétája fehéřített.

Isten akarata szolgál vonalzóként.

A felhasított tollhegy Isten és embertársaink iránti szeretetiünk.

A színes tinták a mennyei kegyelem.

A minta Krisztus urunk élete.”

---

<sup>33</sup> Amadou Hampate Ba: Szájról szájra, Lettre, 18. szám, 1995. Ősz, 12–14. p., <http://epa.oszk.hu/00000/00012/00002/05.htm>, 2013. 06. 15.

<sup>34</sup>Közli: James Burke: *A nap, amely megváltoztatta a világot*, Alexandra Kiadó, Budapest, 1995, 126. p.

## Felhasznált irodalom

- Akira Sadakata : „Non-duality”, in: *Buddhist Cosmology*, Kōsei Publishing Co., Tokyo, 1997.
- Amadou Hampate Ba: Szájról szájra, *Lettre*, 18. szám, 1995. Ősz, <http://epa.oszk.hu/00000/00012/00002/05.htm>, 2013. 06. 15.
- Burke, James: *A nap, amely megváltoztatta a világot*, Alexandra Kiadó, Budapest, 1995.
- Carey, Seamus: „Supplementing Merleau-Ponty’s Account of the Flesh”, in: *Cultivating Ethos through the Body*, *Human Studies*, Vol. 23., No. 1., Jan., 2000.
- Csányi Vilmos: *Az emberi természet*, Vincze Kiadó, Budapest, 2000.
- Csuang Ce: *A virágzó délvidék igaz könyve*, Palatinus, Budapest, 1997.
- Enomiya-Lassalle, Hugo M.: *Zen*, Editio M. Kft, 1995, <http://terebe.hu/keletkultinfo/enomiya.html#vilagos>, 2013. 06. 15.
- Lytton, Ursula, in: *Andere Aspekte des Kyudo*, *Anthropos*, Bd. 84, H. 4./6., 1989. 531-538. p.
- Naoko Saito – Yasuo Imai: In Search of the Public and the Private: Philosophy of Education in Post-War Japan, *Comparative Education*, Vol. 40, No. 4, Special Issue 29: Philosophy, Education and Comparative Education, Nov., 2004.
- Ōyama Masutatsu: *Shijōsaikyō no karate wo hajimeru hito ni*, Mikishobō, (Tōkyō), 1982, [大山 倍達: 史上最強の空手を始める人に, [東京], みき書房, 1982]
- Ruppert, Brian O.: Buddhist Rainmaking in Early Japan: The Dragon King and the Ritual Careers of Esoteric Monks, *History of Religions*, Vol. 42, No. 2., Nov., 2002.
- Schattschneider, Ellen: *My Mother’s Garden: Transitional Phenomena on a Japanese Sacred Mountain*, *Ethos*, Vol. 28, No. 2, Jun., 2000.
- Sullivan, Lawrence E.: Body Works: Knowledge of the Body in the Study of Religion, *History of Religions*, Vol. 30, No. 1, The Body, Aug., 1990.
- The Body – Toward an Eastern Mind-Body Theory*, SUNY Press, Albany, 1987.
- Udana 8. 3., [http://www.palikanon.com/khuddaka/ud\\_schmidt/udana.htm#ud\\_viii](http://www.palikanon.com/khuddaka/ud_schmidt/udana.htm#ud_viii), 2013. 06. 15.
- Ueshiba Morihei – Stevens, John: *Az aikido esszenciája*, Szenzár Kiadó, Budapest, 1998.

Yamaguchi Ichiro *Ki als Leibhaftige Vernunft*, Wilhelm Fink Verlag, München, 1997.

Yamaji Masanori: Sugjó: „Test és lélek edzése”. A japán kultúrtörténet egy sajátosságáról, *Keletkutatás*, Kiadja a Kőrösi Csoma Társaság, Budapest, 1993, Ősz

Yuasa Yasuo: *The Body – Toward an Eastern Mind-Body Theory*, SUNY Press, Albany, 1987,

Yuasa Yasuo – Shigenori Nagatomo – Fasan, Jacques: Image-Thinking and the Understanding of „Being”: The Psychological Basis of Linguistic Expression, *Philosophy East and West*, Vol. 55, No. 2, Apr., 2005. 179-208. p.

Yuasa Yasuo : *Ki – Shugyō – Shintai*, Hirakawa Shuppansha, Tókyóto, Minatoku), 1986. [気・修行・身体, 平河出版社、東京都港区, 1986.]

**Kulcsszavak:** buddhizmus, zen, test-lélek probléma, aszkézis, önművelés, Nishida Kitarō, keleti filozófia, harcművészet