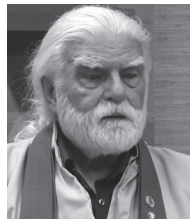
Zen Tükör Magazin 19. szám – 2020. ősz
DOI 10.56328/ZenTukor.19.2020.10

Dobosy Antal

A zen kóan



A kóan a zen irodalom egyik igen sajátos képviselője. Már a múlt században felkeltette a nyugati társadalom értelmiségének figyelmét paradox, sejtelmes és a racionális gondolkodás számára nehezen megközelíthető voltával. Ezek a zen buddhizmushoz kötődő hosszabb rövidebb történetek szokatlanságukkal hamar bevonultak a köztudatba, úgy gondolván, hogy ez valami rejtvény, amit meg kellene fejteni. A közgondolkodás sajnos nagyon leegyszerűsítette ezeknek, az egyébként irodalmi gyöngyszemeknek, a szellemi úton betöltött szerepét és feladatát. Ebben az írásban megpróbáljuk ezt a helyére tenni, és igyekszünk megmutatni, hogy a kóan-gyakorlás hogyan egészíti ki a meditációs gyakorlást, és hogyan segít önmagunk megismerésében.

A kóanokat minden zen irányzat ismeri és használja. A zen tanításokban is gyakran alkalmazzák, tanító-beszédekben idézik, és a zen meditációban a meditáció témájaként is eredményesen használható. Így a hagyománynak is megfelelve a kóanok használata a zen tanulmányoknak igen fontos részét képezi. Gyakran alkalmazzák úgy is, hogy a tanító egy kóant ajánl a tanítványnak, amin az dolgozhat, de időről időre megvizsgálja, hogy a tanítvány mire jutott a kóannal kapcsolatos tanulmányaiban. Ugyanis a tanítvány szellemi fejlődése lemérhető a kóanokra adott válaszok segítségével. Talán ez a tanítási és ellenőrzési módszer vezetett arra a félreértésre, hogy a kóannak „van egy megoldása", egy helyes válasz, amit a tanítványnak meg kellene találnia. Nem így van! A mester nem a válasz helyességét, hanem a tanítványt vizsgálja és annak szellemi fejlődését ellenőrzi. Ez igencsak más szempont ebben a tanulási folyamatban.

Az eddig ismertetett használati módok általánosak a zen iskolákban, azonban a rinzai típusú zen iskolák egy sajátos tanítási módot is kidolgoztak: a személyes kóan tanítást. Ennek alkalmazása magas szintű képzéshez kötött, és csak az a tanító taníthat így, aki kellő gyakorlattal bír, és megkapta feletteseitől a felhatalmazást, az *inká*t. Ehhez a felhatalmazáshoz egy nagyon komoly vizsgát is le kell tenni. Ez a személyes kóan tanítás a rinzai irányzatokban általánosan bevett gyakorlat.

A személyes kóan tanítás szertartásos körülmények között külön teremben történik, amikor egész napos intenzív gyakorlást végeznek a tanítványok (japán szóval *szessin* idején). A tanító a meditációs gyakorlatról egyenként hívja ki a gyakorlókat, és négyszemközt történik a kóan tanítás. Egy kóan felemlítése után a tanítvány kérdéseket kap, amelyre – szinte azonnal – reagálnia illik. A reakciót a tanító elbírálja, és ha úgy ítéli, hogy érdemes folytatni, akkor további kérdésekkel segíti a tanítványt, majd újabb kérdések és válaszok következhetnek.

Azonban ne gondoljuk, hogy ezek egyszerűen logikai vagy nyelvi feladványok, melyekre a megfelelő választ adva a tanító helyeslését megkapjuk. A tanító nem a válaszra, hanem a szellemi haladásra kíváncsi, azt szeretné megtudni, hogy a vele szemben ülő tanítvány mire jutott saját maga megismerésében, átlátásában. A tanító ténylegesen nem a választ bírálja el, az lehet akár logikailag tökéletesen helyes is, hanem a tanítvány tudatát. Ha a tanítvány tudata nem mutatja a fejlődés semmi jelét, akkor természetesen teljes elmarasztalásban részesül. Így talán az is érthető, hogy a zen tanítványok tanulmányaik elején nem értik, hogy mi volt rossz a válaszukban. A hétköznapi gondolkodás számára ennek a kóan tanítási módszernek talán ez az oldala az, ami a leginkább érthetetlenebb.

De akkor mit is kezdjünk a zen kóanokkal? Hogyan foglalkozzunk velük? Milyen kérdésekre keresünk válaszokat? Talán a leginkább úgy lehetne megközelíteni a kóanokkal való helyes foglalkozást, ha azt vizsgáljuk, hogy nekünk milyen kérdéseket vet fel, és ha azt elemezzük, hogy bennünk milyen értetlenségek vannak, mit nem értünk, mihez van vonzódásunk, milyen kérdések idegenek nekünk. Egy zen történet bőségesen ad alkalmat, hogy ezekkel a viszonyulásokkal foglalkozzunk. Például, ha valamit nem értünk, akkor érdemes azt megnézni, hogy

milyen hasonló helyzet adódott egyéni életünkben, amikor hasonló értetlenséggel találkoztunk. Vagy ha például könnyen meg tudunk magyarázni egy helyzetet a kóanban, akkor érdemes megnézni, hogy mi az a gondolkodásunkban, ami olyan egyszerűnek láttatja a problémát. Vagy, hogy hogyan dolgozik egy hallott történet kapcsán erkölcsi megítélésünk, mint amilyen a helyes és helytelen vonatkozások felismerése.

Az eddig említett példákkal azt igyekeztünk megmutatni, hogyan kellene foglalkozni a zen kóanokkal. A fentiekből kiderül, hogy nem megérteni kell ezeket a történeteket, de nem is egy erkölcsi tanulság levonása a feladatunk, hanem leginkább tükörként szolgálnak, mely tükörben teljes tudati magunkat láthatjuk meg – persze csak akkor, ha így nézünk bele –, és segít abban is, hogy elfogulatlan képet kapjunk magunkról. Ilyen értelemben már nem fogunk semmi olyat keresni, hogy „mi a helyes válasz?" Hiszen értelmetlen megkérdezni, hogy „mi a helyes válasz a tükörre?"

„Dzsósú levette szandálját, a fejére tette, és kiment. Nanszen így szólt: – Ha ott lettél volna, a macska megmenekül."
(Kék szikla gyűjtemény, 64. történet)

Azonban van a kóanok használatának más vonatkozása is. Az inspiráció! Az önmegismerésen túl fontos azzal is foglalkozni, hogy mik a mozgató erőink, mik dolgoznak bennünk. Mi inspirál, mi késztet? Életünket, cselekvéseinket, gondolkodásunkat és tulajdonképpen minden mozdulatunkat belső erők mozgatják. Az érdeklődés, a vágyak és a kellemesebb felé való mozdulás határozza meg napjainkat. Ezért fontos tudni, hogy bennünk milyen erők működnek. A kóannak fontos szerepe van abban, hogy segít feltenni ezeket a kérdéseket. Érdemes végiggondolni egy adott kóan kapcsán, hogy mennyire valószínű, hogy mi ugyanazt a kérdést tennénk fel a mesternek, mint amit a kóanban szereplő tanítvány feltesz. Ha belegondolunk, nyilvánvaló, hogy mi nem ugyanazt kérdeznénk! De akkor, vajon mi milyen kérdést tennénk fel? Vajon mi érdekel minket éppen most, és mire szeretnénk választ kapni? És miért ne tehetnénk fel ezeket a kérdéseket? De akkor tegyük is fel! Merjünk kérdezni, és ránézni saját megoldatlanságainkra! Láthatjuk, hogy egy sor kérdés eleve felmerül, de a kóan további kérdések feltevésére is inspirál! Ha így foglalkozunk a kóannal, kiderülhetnek a bennünk működő erők is, nem csak az, hogy milyen helyzetben vagyunk.

A kóan további kutatásokra is kellene, hogy inspiráljon. Előbb-utóbb fel kell merüljön az is, hogy mit szeretnénk megvalósítani, mit szeretnénk, hogy a jövőnk milyen legyen. Felmerülhet a kérdés magunkról a következőképpen is: „Ki legyek?" Az, hogy „Ki vagyok?", abból a szempontból jön számításba, hogy innen indulok, ahol vagyok. Viszont, hogy milyen emberré akarok válni, annak a kidolgozása sokszor nagyon hosszú idő, és egyáltalán nem könnyű feladat. Ha egy kóannal folyamatosan foglalkozunk, újra és újra erőt kaphatunk ennek a feladatnak a kidolgozására, erőt ahhoz, hogy ismételten feltegyük a kérdést, hogy milyen életet szeretnénk magunknak. Persze nemcsak a kérdés feltevése fontos, hiszen a válasz nem jön csak úgy nagyhirtelen! Lépésről lépésre el kell tudni képzelni magunkat a kívánt élethelyzetben, és kitalálni, hogy a megvalósításához mi szükséges. Milyen képességeket kell kifejleszteni ahhoz, mely képességek leépítése vezet el oda, és mely tulajdonságok azok, amelyeknek

a megtartása, netán megerősítése elengedhetetlen a megvalósításhoz. Rá kell jöjjünk, hogy mit kell gyakorolnunk, és hogyan kell gyakorolnunk, ahhoz, hogy tényleg elérjük az általunk elképzelt életminőséget.

Egyetlen kóan is végigkísérheti ezt a folyamatot, de a kóanok minden szinten inspirációt és erőt adhatnak ahhoz, hogy ne hagyjuk abba sem a kutatást magunkban, sem a gyakorlást tudati fejlődésünk megvalósításáért. A kóanra csak akkor nem lesz szükség már, amikor elértük szellemi célunkat, amikor elégedettek vagyunk magunkkal, szellemi helyzetünkkel, és érzelmi stabilitásunk is megfelelő. Ekkor képletesen azt mondhatjuk, hogy „megoldottuk a kóant". Pedig nem a kóant oldottuk meg, hanem magunkat, és így immár teljes életet élünk.

~

A továbbiakban négy magyar nyelven elérhető kóangyűjteményt ismertetünk. Nem csak olvasgatni, de a segítségükkel gyakorolni is lehet. Fontos megjegyezni, hogy a kóanokkal való gyakorlás egy hozzáértő vezető irányításával és egy zen közösség segítségével sokkal hatékonyabb, hiszen hamarabb kiderül, ha eltévedtünk, de hamarabb kapunk megerősítést is, ha jó irányban haladunk.

Kóan gyűjtemények

A Nincs-kapu 無門関 (*kín.* Wúménguān; *jap.* Mumonkan). Ezt a kóangyűjteményt Vumen Hujkaj (1183–1260, *jap.* Mumon Ekai) zen mester állította össze, és ez egyben a legismertebb és gyakorlatilag minden zen irányzatban széleskörűen használt mű. A gyűjtemény 48 zen kóant tartalmaz, melyekhez Vumen egy szöveges kommentárt és egy négysoros verset írt. Nyomtatásban 1229-ben jelent meg először Kínában. Arról nincs feljegyzés, hogy mikor került át Japánba, de ismert egy másolat, mely 1554-ben készült. Nyomtatásban csak 1632-ben adták ki ott. Magyarul először 1983-ban a Buddhista Misszió kiadásában jelent meg Dobosy Antal fordításában.

Kék szikla gyűjtemény 碧巖錄 (*kín.* Bìyán lù; *jap.* Hekigan roku). Ez a zen második legfontosabb kóangyűjteménye. Kínában keletkezett, Hszüedou Csonghszian (980–1052, *jap.* Szecsó Dzsúken) zen mester állította össze, és 100 zen

„Nincs-kapu" 10 részes fali kalligráfia

kóant tartalmaz. Hszüedou minden történethez megjegyzést fűzött, de versben is összefoglalta a tanítás lényegét. Egy évszázaddal később, Jüanvu Kecsin (1063–1135, *jap.* Engo Kokugon) zen mester a kóanokat kiegészítette egy rövidebb előszóval és egy hosszú kommentárral. Ebben a formájában vált később széles körben ismertté. A ma ismert szöveg azonban rekonstrukció, ugyanis az eredeti mű a 12. században megsemmisült, elvesztek Jüanvu hosszú kommentárjai, és az előszavakból is hiányzik néhány. Magyarul először a Helikon Kiadó jelentette meg 1987-ben Miklós Pál fordításában.

Rinzai feljegyzések 臨濟錄 (*kín.* Línjì lù; *jap.* Rinzai roku). A kóangyűjtemény Lin-csi zen mester (?–867) tanításait és viselt dolgait tartal-

mazza, melyet egyik tisztelője gyűjtött össze és foglalt írásba. Ennek a tanítványnak csak a nevét tudjuk, Jen-csaónak hívták. Egy másik tanítványa, Cun-csiang (830–888) később átszerkesztette ezeket a feljegyzéseket. A kéziratban őrzött és hagyományozott munkát 1120-ban nyomtatták ki először Fu-csouban. Magyarul először a Helikon kiadásában jelent meg 1987-ben, Miklós Pál fordításában.

Vasfurulya 鉄笛倒吹 (*jap.* Tetteki tószui). A kóangyűjteményt Genró Órjú (1720–1813), a japán szótó irányzat mestere, 1783-ban állította össze, és adta ki. A gyűjtemény összesen 100 kóant tartalmaz. Genró mindegyik történethez egy magyarázatot és egy verset írt. Utódja, Fugai, a történeteket saját kommentárjaival egészítette ki, és az újabb kiadásokban ezek Genró magyarázataival együtt jelentek már meg. A Vasfurulya magyarul először a Buddhista Misszió kiadásában jelent meg 1982-ben, Hetényi Ernő fordításában.

~

Végezetül egy kóant mutatok be, a Nincs-kapu kóangyűjtemény 8. kóanját Mumon hozzáfűzésével és a saját kifejtésemmel.

Keicsú, a kerékgyártó

Gettan mester mondta:

– Az első kerékgyártó, Keicsú, készített egy kordét, amelynek két kerekében száz küllő volt. Ennek a kordénak mindkét kerekét kiszeditek a tengellyel együtt. Mit kaptok így?

Mumon hozzáfűzése

Ha valaki közvetlenül elsajátítja ezt a problémát, szeme olyan lesz, mint a hullócsillag, lelke pedig olyan, mint a villámfény.

Mumon verse

Mikor a szellem kerekei forognak,
még a mester sem tudja követni.
Minden irányban haladnak: le és fel,
Északnak, Délnek, Keletnek és Nyugatnak.

Tanítás és kifejtés

Gettan mester szép kis bűvészmutatványt ad elő ebben a kóanban. Kiszedeti velünk egy kordé kerekét és tengelyét. Egyszer csak azt látjuk, hogy a kordé kerekek nélkül már nem az, ami volt. Elvarázsoltuk a kordét, de hogy mikor történt meg az átváltozás, nem tudjuk.

A bűvész a színpadon egyre csak azt hajtogatja: csak a kezemet figyeljék. A buddhista tanító, amikor a dolgok olyanságáról beszél, egyre csak azt mondja: csak a tudatot figyeljük. A zen viszont azt mondja: szedjük ki a kordé mindkét kerekét a tengellyel együtt, és figyeljük meg, mit kapunk így. Eközben figyeljük a kezünket is, figyeljük a tudatunkat is! Ráadásul figyeljük meg magát a „kiszedést", a cselekvés egész folyamatát is! Megannyi tanács, megannyi ötlet.

Egy bűvész előadását látjuk akkor is, amikor a valóságot tapasztaljuk. Mindenre figyelünk, csak arra nem, ami fontos lenne a világ és magunk megértéséhez. Nem könnyű megismerni magunkat!

Ránézünk egy ismerős dologra, valamire, amiről pontosan tudjuk, hogy mi az. És nem kérdezzük meg, hogy vajon tényleg jól látunk? Jól tudjuk? Mi igazolja a tapasztalat helyességét? Hányszor előfordult már, hogy félreértettem valamit, és az is, hogy tévedtem. Nyilván olyan is volt már, hogy megváltozott a véleményem vagy az ismeretem arról a dologról. És ebben a megváltozási folyamatban van egy pont, amit érdemes volna meglátni, sőt átélni. Azt, amikor a véleményem éppen változik, amikor új ismeretre teszek szert, amikor rájövök, hogy félreértettem valamit, vagy amikor éppen felismerem a tévedésemet. Ebben a pillanatban átfordul, átváltozik a világ.

Ezt a pontot kereste Arisztotelész is, amikor azt mondta: „Adjatok nekem egy fix pontot, és kimozdítom a világot sarkaiból!" A tévedés felismerése kétségtelenül az egyik ilyen fix pont. A tévedés felett normál esetben úgy siklunk át, hogy még azt sem vesszük észre, hogy tévedtünk. Pedig a tévedés világteremtő folyamat. Egy új világ jön létre, és egy régi eltűnik. És az egész itt zajlik le éppen a szemünk előtt.

Hogy lehet az, hogy éppen a legfontosabb pillanatokat nem vesszük észre? Rossz irányba figyelünk! Úgy véljük, hogy most már az újonnan szerzett tudásunk helyes, az a tudás, ami felváltotta a régit. Pedig azt kellett volna észrevennünk, hogy az új miként váltja fel a régit. Ha erre figyeltünk volna, megláthattuk volna saját szerepünket ebben a teremtésben!