

ZEN-BUDDHIZMUS ÉS PSZICHOANALÍZIS

Az 1957-ben Mexikóban, a Nemzeti Egytemen (Autonomous National University of Mexico), Cuernavacában megtartott s a távol-keleti zen- (csan-) buddhizmusnak és a modern nyugati pszichológiának, azon belül is a pszichoanalízisnek az egybevetésére vállalkozó szeminárium két legfontosabb előadása volt a japán Suzuki professzoré és a német származású amerikai pszichoanalitikusé, Erich Frommé. Mindkét előadó hírnevéhez és nemzetközi tekintélyéhez méltó eszmefuttatással tette emlékezetessé ottani szereplését.

Daisetz Teitaro Suzuki (1869–1960) századunk leghíresebb japán bölcseleje, a buddhista vallásbölcseletnek s azon belül a zen-szekta filozófiájának kitűnő ismerője. Nyugati (európai és amerikai) műveltsége és nyelvtudása segítségével sikerrel kísérte meg a nyugati világban megismertetni ezt a sajátosan távol-keleti tant, történetét, filozófiáját és a japán kultúrában betöltött szerepét – tucatnyi könyve jelent meg angol nyelven (s másfél tucatnyi hazájában, Japánul). Akik ismerték, azt vallják, hogy személyének varázsa is hozzájárult sikereihez „apostoli küldetésében”: a távol-keleti bölcsről kialakult modern nyugati kép – alapos tudás és szerénység, párbeszédre való készség és tolerancia mások nézeteivel szemben – egy kicsit az ő vonásait viseli mindazok körében, akik ismerhették vagy legalább írásaiban lelhetek örömet.





Erich Fromm (1900–1980) a pszichoanalízis harmadik nemzedékének egyik legrangosabb képviselője, a sokféle ágazott freudi tanítások egyik ágának – talán, mellőzve a szakmai terminológiát, szociológiai-filozófiai ágnak nevezhetjük – ma egyik legkorszerűbb s a marxista gondolkodás számára is rokonszenvesnek ítéltető nézeteiről ismert mestere. (Nemrégiben aratott nagy sikert – méltán – első magyarra fordított könyve, *A szeretet művészete*.)

Suzuki előadásában mindenekelőtt összehasonlítja a keleti és a nyugati gondolkodást, pontosabban észjárást és magatartást. Erzéketes példát talál ehhez egy Basó-haiku és egy Tennyson-vers párhuzamba állításával: a japán költő megbámulja a virágot – az angol letépi, s úgy elmélkedik fölötte. Ebből a konkrét magatartáspéldából vezeti le a kétfajta észjárás és magatartás ellentétpárjait. A keleti észjárás szintetikus jellegű – értsd: a virágot is, önmagát is a nagy természet parányi részének tekinti, csak egységben hajlandó ezeket tudomásul venni –, ehhez igazodva magatartása is passzív. A nyugati civilizáció emberének észjárása analitikus – mindent szétboncol s elemeire széjjel-szedve próbálja meg szemügyre venni –, magatartása is ehhez igazodik: aktívan avatkozik bele a természetbe, a világ minden jelenségébe. S az ebből az alapmagatartásból sarjadó ellentétek: a keleti hallgatag – a nyugati ékes-szóló, a keleti ösztöneire hallgat – a nyugati az eszére stb. stb., s a nagyon lényeges megjegyzés: a keleti társadalmi csoportban (kollektívában) gondolkodik – a nyugati individuálisan, és hajlamos akarát másokra ráerőltetni. Ma már közhely a nyugati (európai) agresszív viselkedés a természettel s a világ egészével szemben – s a vele ellentétes keleti tolerancia és harmóniakeresés a természet és a világ



viszonylatában. Suzuki a maga finom ironikus és toleráns módján azzal summázza ezt a gondolatsort, hogy emlékeztet arra: a keleti észjárásnak megszemélyesített példája Lao-ce – aki azonban az európai szemével nézve egyszerűen idióta. Vagy tanítványa, Csuang-ce, akinek a kűgémtől irtózó parasztja – a kényelmét, munkája könnyebbségét is feláldozza, csak hogy ne legyen rajta úrrá a gép! –, a máig érvényes európai normák – s nemcsak a marxista normák – értelmében ostoba reakciós. Ennek a máig érvényesnek látszó értékítéletnek a megkérdőjelezése csak napjainkban kezdődött meg nálunk – Nyugaton lényegesen korábban –, amikor egyre nyilvánvalóbbá válik a gépi civilizáció környezetet, természetet és egyáltalán az emberi világot feltartóztathatatlanul pusztító hatása. A nyugati technikának és civilizációnak ez a negatív megítélése a tradicionális keleti gondolkodás számára magától értetődő: ők kívülről néznek bennünket.

Suzuki a továbbiakban érdemben kizárólag a zen bölcséletét fejtegeti. Kifejti a zen „tudattalan” fogalmának értelmét (a terminológiában igazodva a pszichoanalízishoz). A megismerés tárgyának zen-típusú megközelítése annyit jelent, hogy bele kell hatolni a tárgyba s azt mintegy belülről szemlélni. A tárggyal való ilyenfajta azonosulás nem egyéb, mint az életnek „művészi módon” való megélése – Suzuki megfogalmazása szerint. (Talán nem érdektelen ehhez hozzátenni azt a korábban is kifejtett nézete-
met, miszerint a keleti társadalmak – nyelvi és a nyelv alapján kibontakozott kulturális normák hatására – az artistikumot, mind a vizuális, mind a verbális művészséget előtérbe helyező, magasabbra értékelő formációk.) Nos, Suzuki szerint, az életnek művészi módon való megélése



FROMM: Online

nem egyéb, mint az ember és a természet közti harmóniának a föllelése: élni természetes módon, de teljes önmegvalósításban. Teljes önmegvalósításban, azaz: önmagunk mestereként. A kulcsfogalom itt a „kozmosz tudattalan” megélése, s ez nem más, mint az ismeretlen, a titok – az európai (nyugati) megfogalmazásban a „nem-tudományos” vagy, ha úgy tetszik, a „tudomány előtti megismerés” – átélése és hasznosítása az ember belső tökéletesítésére. Szemléletes példakul kínai és japán anekdoták szolgálnak illusztrációként arra, hogy mit jelent ez a szavakkal nehezen kifejezhető megismerésforma. Suzuki, önmagához következetesen, igyekszik minél kevesebbet használni a nyugati analitikus, fogalmi és logikai magyarázatot – helyette a képes beszédet, az életszagú példát, az anekdotát részesíti előnyben; kivételesen alkot terminusokat is – többnyire tükörfordításként és ezekben is metaforákat villantva, ilyen (szerinte) a tudattalan zen megfelelője: „a nagy tökély tükör tudása”.

Az önmagunk (self) zen-fogalmának kifejtésében még inkább ezzel a kifejtési móddal él, csak itt már gyakrabban fordul a nyugati gondolkodók – vallásbölcselek és életfilozófusok – párhuzamaihoz. Végül is a kínai csan egyik híres mesterének, Lin-csinek (Rinzai) a kulcsszavához fordul, amely nem kevésbé metaforikus: az „ügy nélküli igaz ember” magyarázatát azonban úgy oldja meg, hogy Lin-csi egyik prédikációjának a teljes szövegét idézi – ez a csan/zen-fejtegetés, a szanszkrit és a kínai buddhizmus fogalmaival, archaikus modorával (9. századból származó kínai szövegből van fordítva) igen poétikus módon, azaz inkább sejtetve, mintsem magyarázva próbál útba igazítani bennünket, nyugati olvasókat.



FROMM-Online

Végül Suzuki ismerteti a .kóan (paradoxon, rejtvény a tanítvány útba igazítására) és a mondó (kérdés–felelet hasonló célra) technikák értelmét és hasznát az önmaga és a világ harmóniáját kereső zen-tanítvány lelki épülésében és ezzel kapcsolatban a rejtvényeket, kérdéseket feladó mesterek szerepét a tanításban. Itt az anekdoták mellett gyakran ad történeti információkat is a szekta múltjáról, a módszerek alakulásáról. Befejezésül a lelki „önépítés”, a zen-megvilágosodás Öt Lépcsőjének részletes magyarázatát adja, az anekdoták mellett itt a keleti gondolkodástól – elsősorban az indiaitól – nem idegen táblázatok segítségével.

Fromm tanulmánya már címével is jelzi, hogy kifejezetten a két „rendszer” összevetésére vállalkozik, ami annyit is jelent, hogy a zent pszichológiai rendszernek (és pszichiátriai módszernek) fogja fel. Példásan módszeres – már nyugati szemmel ítélve módszeres – okfejtésében a pszichoanalízisből indul ki. Ez a pszichoanalízis, egy helyütt meg is mondja, a modern elméletnek egyik, általa sajátjának tekintett és humanisztikusnak nevezett teoretikus változata. Történeti és szociológikus látásmódjának megfelelően kiindulási pontnak a nyugati ember és társadalom mai krízishelyzetét választja. Fromm számára ez a krízis abban áll, hogy a mai ember – a görög és héber kultúrák és hitek tradícióját elhagyva – fokozatosan és Descartes óta egyre határozottabban a rációt részesíti előnyben az érzelem rovására, s ennek következtében egyre inkább a „bírní” magatartást érvényesíti a „lenni” elhanyagolásával. A klasszikus vallások és tradíciók legfőbb célja az ember tökéletesítése volt, a civilizációs fejlődés ennek helyébe a dolgok tökéletesítését helyezte; az élet mint olyan célta-



FROMM-Online

lanná vált, megszűnt fő érzékként szerepelni – s éppen ez okozza a mai ember tudathasadásos állapotát. Már csak azért is, mert a nyugati ember ennek az átalakulásnak a folyamán az „atyai gondviselő” (azaz az isten) képzetét is feladta. A keleti vallások, állapítja meg, éppen azért tudnak választ kínálni a nyugatiak számára ebben a krízisszituációban, mert azokból eleve hiányzik ez az „atyaképzet”. Fromm itt arra utal, hogy a buddhizmus tiszta formájában is, zen-változatában is voltaképp isten nélküli vallás: Buddha nem isten, hanem a tökéletesség fokára eljutott ember, amit pedig – Suzuki egy másik helyen kifejtett gondolatát idézve – a nyugatiak a világot teremtő és mozgató akaratként vagy eszmeként valami transzcendensben ragadnak meg, a keletiek számára a világ, a természet immanens része.

Fromm sajátosan jellemzi az értékek és a célok freudi felfogását. Az ő értelmezése szerint Freud fő célja az igazság – azaz a lélektani igazság – optimális megismerése volt. Ebben ugyan megelőzték néhányan, de mindenesetre ő volt az első, aki ezt tudományos alapon kísérlete meg. Fogalmai lényegesen meghaladják a klasszikus betegség- és gyógyításfogalmakat: nála ugyanis a tudás vezet el egy átalakuláshoz, s ez az ő idejében forradalmi újítás volt a pszichológiában. A hagyományos nyugati orvoslást megtagadó freudi módszerek – Freud tudta és szándéka nélkül – a keleti gondolkodással rokonítják felfogását, ilyen mindenekelőtt a szabad asszociációnak mint tudományos eszköznek a felhasználása, de ilyen a kezelésnek az elnyújtása, akár esztendőkre is.

Napjainkban azonban a pszichoanalízis teljesen új helyzettel találja szemben magát. Míg Freud idejében a szó



szoros (és nem pejoratív) értelmében vett tüneti kezelés folyt, napjainkban a kezelésre szoruló vagy kezelést igénylő beteganyag túlnyomó részét nem a „klasszikus” tünetekről panaszkodó lelki betegek, hanem a depressziósok, életuntak teszik, akik maguk sem tudják, mitől szenvednek voltaképpen. Fromm éppen ezért szögezi le, hogy ma a terápia befejezését nem a betegség hiányának, pontosabban a tünetek elmaradásának a megállapítása jelenti; ma a terápia befejezését csakis egy pozitívum megállapítása adhatja meg, ez pedig a jó közérzet („well-being”) megléte. Ami pedig ennek a jó közérzetnek a lényegét illeti, nem egyéb az, mint az ember harmóniája saját természetével. Az örök és újra megfogalmazott kérdésre – hogy ti. miért él az ember? mi az élet célja? – lényegében két felelet-típus adódik Fromm szerint. Az egyik a regressziós válasz, amelyik az emberré levés előtti stádiumok (anyaméh, állati szint stb.) mintáját állítja fel megoldási lehetőségként – ezek éppen a patológikus esetek mind az egyes ember, mind egész társadalmak esetében. A másik választípus a teljes megszületés („fully born”) fogalmában fejezhető ki Fromm szerint, s ez nem más, mint az ember emberi adottságainak a kiteljesítése – ehhez szerinte szüntelenül újjá kell születnünk, fejlődésünk és környezetünk változása miatt újra meg újra meg kell valósítanunk önmagunkat. A pozitív példákat erre a – Fromm sajátos értelmezésében vett – „vallásos” emberek és társadalmak szolgáltatták. Fromm „valláson”, illetve „vallásosságon” egyfajta humanizmust, az emberben, a humánumban való hitet érti. (Kissé zavaró lehet, hogy használja a vallás szót köznapi és történelmi értelmében is, pl. akkor, amikor regresszív megoldást kínáló ősi vallási kultuszokról be-

szél, a német fasizmussal kapcsolatba hozott ősgermán mítosz utalásairól.)

Fromm ezek után a klasszikus pszichoanalitikai fogalmak korszerű kifejtését adja. A tudat esetében megkülönbözteti a funkcionális tudatosság fogalmát (azt ti., amelyik az egyén szubjektív állapotára vonatkozik), a személyiségre vonatkozót s harmadikként a reflektáló intellektust, de ezekhez még egy negyediket is hozzáilleszt, a modern én-tudat (self-consciousness) fogalmát. Hangsúlyozza, hogy minden tudat – tudatosság – szociális szűrők közbeiktatásával működik. Ilyen szociális szűrő a nyelv: amit nyelvileg nem lehet kifejezni, pl. valamely nyelv objektív adottságai miatt, azt nem is tudatosítjuk, esetleg torzítva tudatosítjuk. Ehhez a szűrőrendszerhez tartozik – a nyelvhez kapcsolódva – a társadalmilag érvényesnek tekintett logika; utal az európai, arisztotelianus logikának és a keleti, általa „paradox logikának” nevezett gondolkodásmódnak az ellentéteire. De ilyen szűrő a tapasztalat társadalmi tartalma is, példa rá az a Freud óta jól ismert jelenség, hogy bizonyos élményeket a társadalom törvényei, etikai felfogása nem engednek tudatosítani. A pszichoanalízis alapvető megoldási kísérlete a tudattalan tudatossá tétele, s ez Frommnál az elfojtás feloldását is magában foglalja. A teória különböző értékrendek alapján valósította meg ezt a megoldást: Freudnál a tudattalan bűnökkel volt tele, Jungnál viszont ez volt a kollektív bölcsesség tárháza, végül Frommnál a kettő között nincsen értékkülönbség, nála mindkettő az emberi személyiség értékes és szerves egységet alkotó része. Ezért az ő válasza a totális tapasztalatnak – a tudatosnak és a tudattalannak együttes – megélése: az ember egyetemességének tapasztalati átélése. (Érdemes



megjegyezni, hogy mennyire rokon ez a felfogás, még a terminusokban is, Lukács híres katarzisélmény definíciójával.)

Ezek után tér rá Fromm arra, hogy felvázolja, milyen egyezései, hasonlóságai vannak ennek a humanisztikus pszichoanalízisnek a zen „megvilágosodás” (szatori) elméletével és technikájával – a hasonlóságok hitelét történetileg is megerősíti európai gondolkodók (Eckhart Mester, Heidegger, sőt Hérakleitosz) felidézésével. Voltaképp az az általa jó közérzet (well-being) kifejezéssel illetett eszményi állapot azonos a zen által elérni kívánt megvilágosultsággal. Hangsúlyozza a zen és a saját elmélete közti hasonlóságot az etikai irányultság tekintetében, a tekintélyektől szabadulni kívánó függetlenülés törekvésének közösségében s egy sor kisebb technikai vonás – a hamis tapasztalat megítélése, a gondolkodás szerepének, illetve a mester-tanítvány viszonyának a felfogása – tekintetében. Részletesen megvizsgál néhány terminológiai kérdést is, elsősorban a tudat értelmezésével kapcsolatban, amiket sem megkerülni, sem megnyugtatóan megoldani nem lehet a két rendszer összevetésénél – voltaképp a fentebb említett nyelvi és logikai szűrők eltérő működése miatt.

Fromm végső következtetése az, hogy mind a zen, mind a pszichoanalízis kidolgozott, autonóm módszer, de tanulnia nemcsak a nyugati pszichoanalitikusnak lehet a zentől, hanem, a közfelfogással ellentétben, a zen mai művelőinek is hasznára szolgálhat a pszichoanalízis ismerete.

Suzuki és Fromm tanulmánya együtt, egymás mellé téve értékes igazán. Azon kívül, hogy mindegyik önmagában is szemléletesen példázza okfejtésében és előadásmód-





jában saját módszerét, gondolkodásmódját, s azon túl, hogy mindegyik önmagában is hiteles összefoglalását adja saját rendszerének – „életfilozófiai” jellegű elméletének és pszichológiai vonatkozású ismeretanyagának –, megvilágítják egymást is. Az olvasó itt együtt tanulmányozhat egy keleti „pszichikai autogén tréninget” és egy nyugati „önmegváltás-megvilágosodás technikát” – elméleti megalapozásukkal, rokonságaikkal és különbözőségeikkel együtt. A ma emberének voltaképp nem technikai útmutatásokra van szüksége elsősorban, hanem arra, amit mind a két elmélet és rendszer együttesen és egybehangzóan vall, hogy ti. fölismerje önmagában rejlő értékeit, miképp teljesíthetők ki az ember ember voltának lehetőségei. S ehhez a fölismeréshez mind a két tanulmány meggyőző érveket és rokonszenves szemléletmódot kínál.

S ha az olvasó – európai lévén – további eligazításra vagy épp történeti hitelű információkra is igényt tart, akkor részint Fromm bevezetőben említett könyvéhez (és természetesen az örvendetesen megszorodott Freud-kiadásokhoz) irányíthatom az egyik irányban; a másik irányban pedig *A zen és a művészet* című kis könyvemhez, amelyben a csan/zen-buddhizmusnak történeti fejlődését is megkíséreltem fölvázolni. S remélhetőleg, mire ez a könyv megjelenik, az olvasó már eredetiből fordított csanszövegeket is tanulmányozhat – vagy inkább élvezhet – a költőiségükben is szívet mozdító – európai szójárással: elmemozdító – példázatokban.

Suzuki és Fromm tanulmányához s a zen és a pszichoanalízis témaköréhez jó lélekkel biztathatom elmélyülésre a hazai olvasókat. Ha nem is a mi eszmerendszerünkhöz tartozó, de mindenképpen megismerésre érdemes – oly-

kor esetleg vitatható – s kissé beszűkült szellemi életünkben minden bizonnyal gazdagodást és termékeny eszmecserét ígérő gondolatokat kap itt mindenki, akit mai világunk gondjai és saját személyiségének problémái izgatnak. Attól tartok, sem az egyik, sem a másik nem lehet közömbös számunkra – senki számára.

Miklós Pál

