

A színészetben és a zen gyakorlatban tapasztalható 'ön'definíció

Jelige: BRA511

2023.01.11.

Tartalomjegyzék

1. Bevezetés.....	4
2. A zen buddhizmus kialakulása.....	6
2.1. A Tan megjelenése és formája	6
2.2. Iskolák Japánban	7
2.4. Zen kör.....	12
3. A zen és a színészet kapcsolata	14
3.1. Mítoszok amelyek a színjátszás alapját képezik, japán színházi műfajok	14
3.2. A színészi jelenlét kialakulása, a színészi jelenlétben rejlő zen	19
3.3. Interjú három zent gyakorló színésszel	24
4. Az interjú lényege, az általuk adott válaszok alapján felismerhető szűtrák.....	26
4.1. Szűtrákról röviden	26
5. Összegzés	28
6. Irodalomjegyzék	30

Ábrajegyzék

1. ábra A négy alapelv	9
2. ábra Zen kör.....	13
3. ábra Válaszok a kérdésre táblázat.....	25
4. ábra Szútrák hatás az interjú résztvevőkre	29

1. Bevezetés

Dolgozatom címe: „A színészetben és a zen gyakorlatban tapasztalható ’ön’ definíció”. A japán zen szó jelentése: elmélyülés, meditáció, ami a kínai chan (k: 禪) szó fordítása; ez egyenértékű a kínai szanszkrit dhyāna szóval; elmélyedést, a valósággal való eggyé válást, a tisztán látást jelenti. A nyugati világban elterjedt a zen szó, amely szintén egy buddhista gondolkodási irányzatot képvisel. A zen (meditációs) módszer már a történelmi Buddha (Kr. e. 558-78) előtt is létezett Indiában, a zen irányzat azonban a 8. század közepén jelent meg Kínában Csan néven.

Manapság egyre népszerűbbé válik az a kijelentés, hogy ismered meg önmagad. Fontos és elengedhetetlen, hogy közelebb kerüljünk önmagunkhoz. Feltárjuk és megismerjük belső működéseinket, reakcióinkat. A dolgozatom fő témája mégsem arra a filozófiai témára keresi a választ, hogy ’ki, vagy mi az ember?’ Inkább egy olyan megközelítésre irányul, amelyben a zen által megismerhető önvaló feltárása az első. Ezután következik a tapasztalatok megismerése a színészet által. Valójában nem az a fő kérdés kik vannak a színpadon, és hányan jöttek el az előadásra. Az igazi kérdés az, hogy ki foglalja el a rendezői széket. A zent vizsgálva, kapunk egy nagyon letisztult, olykor paradox és egyszerű tanítást, ami a buddhizmus és a taoizmus együttes működése hatására alakult ki. Amikor valaki ezen tapasztalatok mentén járja az utat, a zen útját járja. Ezen az úton eljuthatunk a valódi megismeréshez, megtapasztalhatjuk a tudat ’tükörszerű’ tisztaságát, a lényeg ilyenségét, az eggyé válást azonosulás nélkül. A gyakorlat által minden illúzió felszámolható.

Tehát a történelmi Buddha tanításának egyik irányzatát a zent és a színészetet vizsgálom. A célom megtalálni azt a közös pontot, ami által az „ön” definíció megnyilvánul. A választott téma által szeretnék egy olyan működő formát bemutatni, aminek az ilyenségét magam is megtapasztaltam. A zen gyakorlata rávilágított arra, hogy amíg bármivel azonosítom azt, amit önvalónak, hívok, addig valójában ugyanazt teszem, mint a színész a színpadon. Azzal a különbséggel, hogy a színész egy-egy darab után kilép a karakter bőréből.

Dolgozatom három fejezetet tartalmaz, amelyek mentén szeretném feltárni azokat az összefüggéseket, amelyeket a zen gyakorlata által tapasztalhatunk, és amik megismerhetők a színészet és színészi játékok közben.

A kínai (k: (...)) és japán(j: (...)) szavak esetében a klasszikus kínai átírást, illetve a japán kandzsikat zárójelben adtam meg.

Színház az egész világ

„Színház az egész világ,
És színész benne minden férfi és nő:
Fellép s lelép: s mindenkit sok szerep vár
Életében, melynek hét felvonása
A hét kor. Első a kisdéd, aki
Dajkája karján öklendezik és sír.
Aztán jön a pityergő, hajnalarcú,
Táskás nebuló: csigamódra és
Kelletlen mászik iskolába. Mint a
Kemence, sóhajt a szerelmes, és
Bús dalt zeng kedvese szemöldökéről.
Jön a párduc - szakállú katona:
Cifra szitkok, kényes becsület és
Robbanó düh: a buborék hírért
Ágyúk torkába bú. És jön a bíró:
Kappanon hízott, kerek potroh és
Szigorú szem és jól ápolt szakáll:
Bölcséket mond, lapos közhelyeket,
S így játssza szerepét. A hatodik kor
Papucsos és cingár figura lesz:
Orrán ókula, az övében erszény,
Aszott combjain tágan lötyög a
Jól ápolt ficsúr - nadrág; férfihangja
Gyerekekessé kezd visszavékonyodni,
Sípol, fütyül. A végső jelenet,
Mely e fura s gazdag mesét lezárja,
Megint gyermekség, teljes feledés,
Se fog, se szem, se íny tönkremenés!”

William Shakespeare

2. A zen buddhizmus kialakulása

2.1. A Tan megjelenése és formája

A mahájána buddhizmus Indiából terjedt tovább, és jutott el Kínába. Innen ered a zen vonal is, amely Kínában a hatodik században alakult ki. A kínai zen buddhizmus első pátriárkája Bódhidharma (k: 菩提达摩), Bodhidharma, 470-534) volt. Létrehozott egy indiai jógán alapuló meditációs rendszert,¹ mellyel az volt a célja, hogy a szerzetesek megfelelő fizikai állapotba kerüljenek. Egyik híres tanítványa Huj-ko (k: 慧可大师)² volt, aki kezdetben vándorszerzetes, később iskolák alapítója volt. Tanítványait Kínába zen kolostorok alapítására kérte. Ezáltal biztosította a zen elterjedését. Szeng-can 3 (k: 鑑智僧璨), mesterétől megkapta a Lankávatára szútrát. (k: 入楞伽經)⁴ Az ő tanítványa Tao-hszin⁵, aki a gyakorlatot, a meditációt tartotta fontosnak, szemben a szent iratok tanulmányozásával. A kolduló életmód, már a gyakorlat részét képezte. A rendjén belül a munkát, a meditáció részeként alkalmazta. A zen következő kínai pátriárkája Hung-zsen (k: 大滿弘忍) volt, aki kezdetben az elmélyedést gyakorolta, később a Szív-szútra és Gyémánt-szútra tanításait használta. Huj-neng-et (k: 六祖大鑒慧[惠]能) beavatta a tanokba, ezáltal ő lett a zen hatodik kínai pátriárkája.

Irányzatok Kínában: Itt két irányzat ismert, amelyeket Sen-Hsziu (k: 神秀) és Huj-Neng alakítottak ki, ezek a Déli és Északi iskolák. Az Északi iskola szerzetesei műveltek voltak, a fokozatos út⁶ elvét vallották. A Déli iskola szerzetesei kevésbé tanultak, és a hirtelen út⁷ követői voltak. Sen-huj⁸, aki ismerte Sen-Hsziu és Huj-Neng tanait, a Déli iskola tanait hirdette. Halálát követően a Déli iskolának számos tanítója maradt. Közöttük volt Ma-Cu⁹ (k: 馬祖語錄), aki tanításaival teljesen új irányt¹⁰ mutatott a gyakorlóknak. Az ő egyik tanítványa volt Huaj-haj (k:

¹ Kung-fu, Csi-kung alapjai

² második zen pátriárka (Komár, 2013, old.: 21)

³ Huj-ko tanítványa (Komár, 2013, old.: 55)

⁴ Szív szútra

⁵ a zen negyedik kínai pátriárkája (Komár, 2013, old.: 50)

⁶ Az elmélyedés tanában a fokozatos út vezet el a megvilágosodáshoz

⁷ A megszabadulást egyetlen pillanat alatt el lehet érni

⁸ 670-762, Taoista tudós majd később buddhista szerzetes (Komár, 2013, old.: 28)

⁹ 709-788, Huj-Neng tanítványa (Komár, 2013, old.: 28)

¹⁰ számos fennmaradt kóan főszereplője, tanítványainak gyakran furcsa válaszokat adott, váratlanul rájuk kiabált, meg is ütötte őket, ezzel megteremtve a hirtelen belátás lehetőségét

百丈懷海)¹¹, aki új szokásokat ¹²vezetett be, mely rendek, a mai napig élnek a zen kolostorokban. Kínában 845-ben tiltották be a buddhizmust¹³, mely során számos iskola tűnt el¹⁴, azonban a zen iskolák, melyek az ország déli területén voltak, túléltek az üldöztetést¹⁵. Az üldöztetést követő időszakban megerősödtek ezek az iskolák, ettől kezdve pedig a kínai buddhizmus a déli zen, a hirtelen út lett.

2.2. Iskolák Japánban

Eisza és Rinza

- Lin-csi¹⁶
- Mjóan Eiszai¹⁸

Dógen és Szótó

Eihei Dógen ¹⁷

Lin-csi: A zen hagyományvonal legnagyobb mestere, aki fiatalkorában vált szerzetessé, Huang-po(k: 黃檗希運)¹⁹ mellett tanult. Halálát követően, Kínában, a XII. század közepéig az ő tanítványi sorából kerültek ki a zen mesterek. Eiszai is az ő tanítványa volt, aki Japánban megalapította a Rinza (k: 臨濟宗) iskolát. Lin-csi (k: 臨濟義玄) a teljes szabadságot tanította, gondolkodás helyett a spontán tetteket hangsúlyozta. Megütötte a tanítványait, ha úgy érezte, hogy ki kell zökkentenie a megszokottból. Szerinte ezáltal nyílik meg a tudatuk a valós természet megtapasztalására. Halálát követően a beszédei kóan formában maradtak fent.

Mjóan Eiszai (k: 明菴栄西): 1168-ban ismerte meg a zen buddhizmust. 1191-ben, a Rinza iskola kolostorában avatták tanítónak. Tanításai főleg a harcosok elitebb köreiben váltak ismertté -> 1202-ben, Kiotóban, szamurájok segítségével alapított kolostort, ahol a tendai(k: 天台宗)²⁰, singon(k: 真言宗)²¹, és zen szerzetesek éltek. 74 évesen halt meg, Kiotóban a Kennin-dzsi (k: 建仁寺) templom kertjében temették el.

¹¹ 720-814, kínai zen mester (Komár, 2013, old.: 31)

¹² A hagyomány szerint ő teremtette meg a kínai teaszertartást

¹³ Vu-Cung, kína akkori császára, több buddhista kolostort leromboltatott, mivel azok adómentességgel rendelkeztek, és ezáltal kevesebb volt az állam bevétele. A lakosság is elítélte a szerzeteseket, mert 'családellenes' életmódot folytattak. (Komár, 2013, old.: 36)

¹⁴ pl: Mennyei Terasz iskolái, és a Virágfüzér iskolák (Komár, 2013, old.: 20-21)

¹⁵ A császár halála vetett véget az üldöztetésnek, Több ezer kolostort raboltak ki és sok ezer szerzetest kényszerítettek vissza a világi életbe.

¹⁶ ?-867, Zen szerzetes

¹⁷ 1200-1253

¹⁸ 1141. május 27. –1215. július 2. A Rinza iskola megalapítója (Komár, 2013, old.: 65)

¹⁹ ?-850, megvilágosodott mester volt, aki úgy gondolta a megvilágosodást szavakkal nem lehet átadni, azt mindenkinek magán kell elérnie.

²⁰ Eiszai élete végéig gyakorolta a tendai szerzetességet és végezte a gyakorlatokat

²¹ A vadzsrajána egyik ismert irányzata

Eihei Dógen(k: 道元希玄): Eiszai tanítványa volt, aki megalapította a szótó zen ²²iskolát.¹³ évesen a tendai kolostor iskolába avatták szerzetessé. Tanítói között volt: Eiszai, Mjózen²³, és Csu-csing (k: 天童如淨) mester. ²⁴Csu-csing mester tanításai által érte el a felébredést. Japánba visszatérve megírta a Fukanzazengint, majd 1236-ot követően, fő művét: Törvény Igazlító Szeme. Halálát megelőzően Edzsót (k: 孤雲懷莽)²⁵ nevezte ki utódjául, majd 1253-ban a Nirvánába távozott.

²² a kínai csao-tung tanításokon alapuló iskola

²³ Eiszai tanítványa, beavatást kapott (Komár, 2013, old.: 66)

²⁴ 1163–1228, a Cao-tung iskola tanítója (Komár, 2013, old.: 66)

²⁵ 1198-1280, Koun Edzsó, 1234-ben lett Dógen tanítványa (Komár, 2013, old.: 67)

2.3. A négy alapelv

A zen hagyományok szerint ez a tanítás Bódhidharma²⁶ nevéhez köthető.



1. ábra A négy alapelv

27

²⁶ A zen buddhizmus 28. indiai, egyben az első kínai pátriárkája. (i.sz. 470–534). (Komár, 2013, old.: 13)

²⁷ Forrás: http://www.zen.hu/a_zen_negy_alapelve.html [Megtekintve:2022.06.23]

Első alapelv: A tanításokon túlmenő átadás

Ezt a részt egy történelmi példával szeretném ismertetni: Huj-neng²⁸, még felavatása előtt elérte a megvilágosodást. A tanítás tudattól tudatig való átadását mutatta fel²⁹, amikor a szerzetes társai elől menekült. Ez a tanítás itt alapszik, amiben nem a formához ragaszkodunk, nem ez irányítja a megismerést bennünk. Ezen tanítás mentén megérthetjük, mi értelme³⁰ a kóanoknak³¹, a hirtelen hangoknak és mozdulatoknak. Ezáltal megtapasztalhatjuk a 'kezdő szellemet'³².

Második alapelv: Nem támaszkodás az írásokra

Bármilyen, amit olvasunk, amiről azt gondoljuk, hogy majd valaminek az alapjául szolgálhat az életünkben az már támaszkodás. Az életünk alapja, az jóval inkább tapasztalatok általi, mint elgondolható, megtanult szabályszerűség. „A tutaj hasonlatával világítom meg a Tant, szerzetesek, amely átkelésre szolgál, nem megőrzésre való. Hallgassátok meg, vessétek jól emlékezetbe, elmondom. - Igen, urunk - válaszolták a szerzetesek tisztelettudóan a Magasztosnak. A Magasztos így beszélt: - Szerzetesek, úgy van ez, mint amikor egy ember hosszú útra kel, és széles, megáradt vizet talál maga előtt. Az innenső part csupa veszély és félelem, a túlsó part biztonságos és nyugalmas, ám nincs hajó, amelyen átkelhetne, vagy híd, amelyen átjuthatna a túlpartra. Ekkor az ember így gondolkodik: „Ez itt széles, megáradt víz. Az innenső part csupa veszély és félelem, a túlsó part biztonságos és nyugalmas, ám nincs hajó, amelyen átkeljek, vagy híd, amelyen átjussak a túlpartra. Legjobb lesz, ha most nádat, fatörzseket, ágakat, leveleket gyűjtök, tutajjából kötöm össze, és a tutaj segítségével, kézzel-lábbal ügyeskedve, épségben átjutok a túlsó partra.” Így ez az ember nádat, fatörzseket, ágakat, leveleket gyűjtene, tutajjából kötné össze, és a tutaj segítségével, kézzel-lábbal ügyeskedve, épségben átjutna a túlsó partra. A vízen átjutva, a túlsó partra érkezve, így gondolkoznák: „Ennek a tutajnak nagy hasznát vettem; ennek a tutajnak a segítségével, kézzel-lábbal ügyeskedve, épségben átjutottam a túlsó partra. Legjobb lesz, ha most ezt a tutajt a fejemre téve, vagy a hátamra véve indulok tovább utamra.” Mit gondoltok, szerzetesek: ha ez az ember így tenne, helyesen járna el a tutajjal? - Semmiképpen sem, urunk. - Hát hogyan járna el helyesen a tutajjal ez az ember, szerzetesek? Ha a vízen átjutva, a túlsó partra érkezve, így gondolkoznák:

²⁸ a zen 6. kínai pátriárkája

²⁹ Az öt üldöző szerzetesek egyike arra kérte Huinenget hogy ne bujkáljon előlük, ők nem az átadási tárgyakért jöttek, hanem tanításért. Huineng előjött és azt kérdezte a szerzetestől: ha nem gondolsz jóra és rosszra, mi az eredeti arcod? A szerzetes ezt hallva elérte a megvilágosodást.

³⁰ a célja, hogy ismerjük fel az önvalónkat

³¹ A japánról fordítva nyilvános ügyet jelent. A zenben a valóságon túlmutató, metaforikus szövegek.

³² egy adott cselekvést pont ugyanúgy végzek minden alkalommal, mint először-ez a jó hozzáállás a zenben

„Ennek a tutajnak nagy hasznát vettem; ennek a tutajnak a segítségével, kézzel-lábbal ügyeskedve, épségben átjutottam a túlsó partra. Legjobb lesz, ha most ezt a tutajt kihúzom a szárazra, vagy pedig a vízre bocsátom, és tovább megyek utamra.” Ha ez az ember így tenne, helyesen járna el a tutajjal. Ugyanígy, szerzetesek, a tutajhoz hasonlóan tanítottalak benneteket a Tanra, amely átkelésre szolgál, nem megőrzésre való. Hogyha megértettétek a tutaj hasonlatát, a helyes tételeken is túl kell lépnetek, nemhogy a téveseken.”³³ A megszabaduláshoz nincs szükségünk arra, hogy bármire támaszkodjunk, mert a Buddha-természet eredendően mindenkiben jelen van.

Harmadik alapelv: Közvetlenül az ember tudatára való irányulás

Az előző tanításól kiindulva, amikor valaki egy adott hitrendszerre támaszkodik, vagy egy adott véleményt akar a sajátjának tudni, az mind 'köztes' tudást eredményezhet. Láthatóvá válik az 'én' és az 'ént' körülvevő világ. Ezeket a tanításokat, gondolatokat elfogadjuk igaznak, és azonosulunk velük. Ez az alapelv azt tanítja, hogy lássunk rá arra, hogy mindez honnan jön. Ezt segítik a kóanok³⁴, amelyeket a hétköznapi gondolkodás által nem tudunk értelmezni. A kóanok által a tanítvány tudata kitisztul, akár egy pillanat alatt. A paradox volta által közvetlen út nyílik az igazi önvaló megismerésére.

Negyedik alapelv: Buddhává válni az ember természetének meglátása által

„Ha fel akarod fogni igaz természetedet, akkor nagy hitre, nagy elszántságra és nagy kérdésre van szükséged. Olyan ez, mint egy háromlábú szék. Ha megvan mind a három lábad, akkor a szék stabilan fog állni; de ha csak egy láb is hiányzik, vagy gyenge, akkor bárki használja e széket, fel fog borulni vele. Ezért nagyon fontos, hogy meglegyen a nagy hit, a nagy elszántság és a nagy kérdés mindhárom lába. Ha ezekre támaszkodva gyakorolsz, akkor fel tudod ismerni igazi önmagadat. Fel tudod ismerni az egyetemes szubsztanciát, és meg tudod valósítani a helyes utadat, és az igazságot, és helyessé teheted az életedet. Akkor segíthetsz minden érző lénynek, hogy kikerüljön a szenvedésből.”³⁵ A zen tisztán kimondja, hogy az önvaló megtapasztalása az egyetlen út. „Az univerzum minden jelensége örök igazsággá válik, ezek az igazi én és a zen igazsága.”³⁶

³³ Vekerdi József. Buddha beszédei 61-62. oldal URL:<https://mek.oszk.hu/01900/01901/01901.pdf> [letöltve: 2022.06.20.]

³⁴ A japánról fordítva nyilvános ügyet jelent. A zenben a valóságon túlmutató, metaforikus szövegek.

³⁵ Seung Sahn.2008. A zen iránytűje (Vekerdi József fordítása) 301 oldal

³⁶ Végh József. Dógen Zen mester magyarul elérhető írásai 43.o. URL:<https://terebess.hu/zen/dogen/Dogen-magyar.pdf>. [Letöltve: 2022.06.20.]

2.4. Zen kör

0°: Ennél a pontnál általában egóból cselekszik az ember. Emiatt csak azt veszi észre, hogy mivel és miben van a hiba. A körülöttünk zajló eseményeket hibáztatjuk, és nem látjuk meg a mi felelősségünket. Mivel az ego mindent elvakít, így nem fogjuk belátni a saját hibáinkat. Mindig a legkönnyebb megoldásra törekszünk. Itt a gondolatainkkal tudunk dolgozni, azokat tudjuk megváltoztatni, de ez még mindig csak az egóból való megoldás. Még nem tettünk semmit.

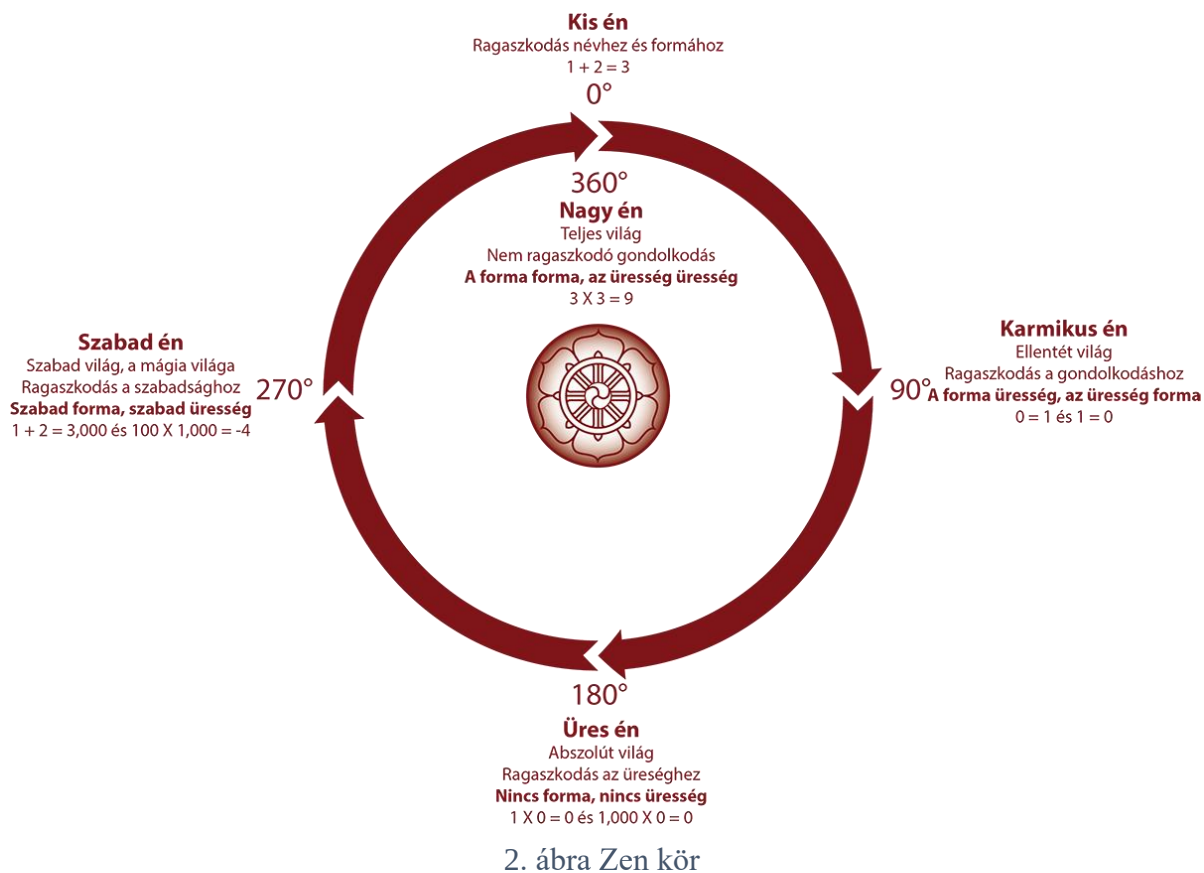
90°: A tapasztalat útja: a cselekvés, a felismerés, a 'tükör megtisztításának kezdete'. Itt van a legnagyobb szükség a kitartásra, a tanítóra és a közösségre.

180°: A gondolkodás még itt is működik, de a tapasztalat által már megláthatjuk az eredeti önvalót, ami még mindig nem azonos velünk. Ez egy teljesen más minőség, mint amit gondoltunk, de a tapasztalat által tudjuk működtetni. Ráláthatunk a karmánkra, a működéseinkre.

270°: A következményekkel való szembenézés, szabadság felelősséggel. Egy mélyebb megismerés lehetősége, de nagyon könnyen vissza tudunk esni az egoizmusba. A szilárd meggyőződéseinket átalakíthatjuk, és a kapcsolatainkat más minőségben élhetjük. A változások teljesek lehetnek.

360°: Visszatérés úgy, hogy már rálátunk, hogy végig jártuk az utat. Ez már nem egoizmus, hanem egy valódi önismeret, az eggyé válás tapasztalata. Ezt pusztán gondolkodással nem lehet elérni.

A zen kör³⁷



³⁷ A zen kör. forrás: <https://www.facebook.com/KvanumZenIskola/photos/934734819955312> [megtekintve: 2022. 06.22.]

3. A zen és a színészet kapcsolata

3.1. Mítoszok amelyek a színjátszás alapját képezik, japán színházi műfajok

A 8. században két, a sintó hiedelemvilágot leíró dokumentum jelent meg: a 712-es Kodzsiki³⁸ (j: 古事記 Régi események feljegyzése) és a 720-as Nihonsoki³⁹. Ez a két könyv Japán legendás őstörténetét írja le, és rögzíti az istenek eredetének mítoszait. Bár a leírt részletek különböznek egymástól, lényegében ugyanazok. E mítoszok szerint az első három istenség neve: Ama no minaka nusi no kami (j: 天之御中主神), Takami muszubi no kami (j: 高皇産靈神) és Kami muszubi no kami (j: 高御産巢日神). Minden tőlük származik⁴⁰. Ők hárman azonban a Takama no hara Takamahara nevű Magas Menny síkjára vonulnak vissza. Ezt követően a mítoszok alig említik őket. Ebben hasonlítanak a deus otiosus (tétlen, rejtőzködő isten) képéhez, amelyet a vallástörténészek több népnél is megtaláltak. A mítosz tovább meséli az ősi három isten eredetét istennemzedékeken keresztül. Két nagyon fontos isten született: a férfi Izanagi (j: 伊弉諾) és a nő Izanami (j: 伊弉冉). A többi isten parancsára Izanagi égi lándzsájával felkavarta a tengert, és lecsepegtette a ragacsos iszapot, amely a japán szigeteket létrehozta. Két ember, egy faoszlopot állított a szigetekre (Ame no mihasira j: 天御柱), és körbejárták. Amikor megfordultak és először találkoztak, a nő (Izanami) előre üdvözölte őket, és két gyermeket nemzett, de nem jól sikerültek. Így másodszor is megkerülték az oszlopot, és most a férfi (Izanagi) előre köszöntötte őket. Megint gyermekeket nemzettek, és már mind a nyolc gyermek⁴¹ jól sikerült. Amikor azonban Izanami megszülte Hi no kagu cusi no kamit (j: 火之迦具土の神), a tűzkamit, égési sérüléseket okozott rajta, Izanami belehalt sérüléseibe és az alvilágban (j: 黄泉の国) (jomi no kuni) kötött ki. Izanaki dühében lefejezte a tűzistent, akinek véréből és testéből új kamik születtek. Később lement az alvilágba, hogy meglátogassa feleségét. Izanami engedélyt kért az alvilág uralkodójától, hogy láthassa férjét, de mielőtt megtette volna, Izanagi rájött, hogy felesége rothadó holttestté változott.

³⁸ (Kazár Lajos, 1982, old.: 4, 17-21, 23-27, 29-30, 34-36, 38-39, 69, 190, 357,)

³⁹ (R.H.P. & J.G., 2004, old.: 28-29, 31, 48-49, 335)

⁴⁰ (Donald L., 2016, old.: 47)

⁴¹ „Awa-Nagi-No-Kamitól kezdve Ame-No-Kupiza-Moti-No-Kamival együtt összesen nyolc isten van. Ez után születték [Izanagi és Izanami] a Szél Istent, akinek fenséges neve Sina-Tu-Piko-No-Kami (Szél Ifjú Isten), majd a Fák Istenét, akinek fenséges neve Kuku-No-Ti-No-Kami (Fatörzsek Szellemének Istene), aztán a Hegyek Istenét, akinek fenséges neve Opo-Yama-Tu-Mi-No-Kami (Nagy Hegyi-Szellem Isten). Aztán született [tőlük] a Mezők Istennője, akinek fenséges neve KayaNo-Pime-No-Kami (? Gyékényes-Rét Istennő), más néven NoDuti-No-Kami (Réték [és] Földek Istennője).” (Donald L., 2016, old.: 54)

Izanami nagyon mérges volt, hogy így látták őt, és üldözni kezdte Izanakit. Izanagi a kardjával védekezett. Szerencsére kiszabadult a halál birodalmából, és áttörte annak kapuját. Izanami fenyegetően üvöltött mögötte: „Ezer embert fogok megölni egy nap!” Izanaki így válaszolt: „Én pedig ezeröttszáz embert szülök majd.” Izanagi ezután megtisztítja magát, hogy lemossa a halálországnak a szennyeződéseit⁴². Fürdés közben Amateraszu Ómikami (j: 天照大神), „Az eget megvilágító nagy kami” született bal szeméből (uralja az eget), jobb szeméből Cukijomi (j: 月夜見), és orrából, Szuszanoo (j: 須佐之男), aki az eget uralja. Gyökérország (j: 根の国) (Ne no kuni) királya lesz. ⁴³További mitológiai történetek is érintik ezeket az isteneket.

Amateraszu a nap istennőjének mítosza: Szuszanoo felment a mennybe, de nem született gyermeke Amateraszuval, végül rossz tetteket hajtott végre: akadályozta a rizsföldek munkáját az égen, Amateraszu trónja alá piszkított, megnyúzta a lovat, felfordította a ló bőrét és a szövőszobába dobta. Amateraszu annyira megijedt, hogy megsértette magát egy kötőtűvel, majd feldühödött és elbújt egy barlangban, így az egész világ sötétségbe borult. Sötétben maradva az istenek összegyűltek a barlang bejáratánál, és megpróbálták kicsábítani őt. A barlang előtt örökzöld kőrisfát állítottak, tükröt és ívelt ékszereket akasztottak. Ekkor egy fiatal női istenség, Ame no uzume (j: 天鈿女) táncolt a barlang előtt. A tánc közben sorra levetette a ruháit, és a jelenlévő istenek nevetésben törtek ki. Amateraszu kíváncsi volt erre, és kidugta a fejét a barlangból. Egy másik isten megragadta és kihúzta. Azóta újra süt a nap. Számos tánc közül a dengaku (j: 田楽) maradt még fent, amit a rizsültetéskor mutatnak be az Isteneknek. Ez a japán színház alapja, amely bővült az idő során. Ez a tánc lett az, amit először bemutattak, mint színházi előadás. Szuszanoo ezt követően megtisztulási rituálén ment keresztül, és visszatért a Földre. Fiakat szült, akik közül az egyik a föld ura lett. Amaterasu unokája, Ninigi (j: 瓊瓊杵) kapott a nagyanyjától egy tükröt (j: 八咫鏡) (jata no kagami), kardot (j: 草薙劍) (kuszanagi no curugi) és görbe ékszereket (j: 八咫瓊勾玉) (jaszakani no magatama). Miután Szuszanoo fia feladta a földi

⁴² „Amikor a női és a férfi princípium életre kelt, akkor lett a "Két (öslény)" minden teremtnének ősatya és ősanja. Ezért ment be (Izanagi) a holtak világába és tért vissza az élőkébe; es szeme mosásakor a Nap-istennő és a Hold-isten keletkezett; és amikor a tengerben le- és felbukott, fenséges testének tisztítása közben égi és földi istenségek termettek.” (Donald L., 2016, old.: 43)

⁴³ „Később, midőn [Izanagi] bal szemét mosta, a fenséges nevű Ama-Terasu-Opo-Mi-Kami (Menny-Derítő Nagy Istennő) keletkezett, mikor pedig jobb szemét mosta, Tuku-Yomi-No-Mikoto ([a] Hold-Számolás Fensége); orra mosása közben támadt Take-PayaSusa-No-Wo-No-Mikoto (? Susai vitéz Gyors Férfi Isten” (Donald L., 2016, old.: 62)

uralmat, a Ninigek alászálltak, hogy uralják a Földet. A mitológia szerint a japán császár ennek a Niniginek egyenes leszármazottja⁴⁴ volt, és rajta keresztül követte Amateraszu Ómikamit. Amateraszu bízta meg őket az uralkodással. Az első császár, Dzsimmu tennó (j: 神武 天皇), (i.e. 7-6. század), a legenda felsorolja az ő leszármazottait is. A japán császár a világ legrégebbi uralkodó családja, és a jelenlegi császár is ennek a családnak a leszármazottja. Ezekben a mítoszokban és legendákban sok elem összeolvadt az idők során. Drámai műfajok is bekerültek, melyek összeolvadtak vallási hagyományokkal, ez volt a bugaku (j: 舞楽). Főleg az arisztokraták körébe vált népszerűvé, de a mai napig adnak elő bugaku darabokat.⁴⁵ A 8.századba került be a köztudatba a sangaku (j: 算額), ezek cirkuszi darabok voltak, melyek népi hagyományokkal olvadtak össze és a 11. századtól kiszorították a bugaku-t.⁴⁶ Maszkban adták elő, szójátékokkal is találkozhatunk, később a 13. századba fix szövegei voltak. Képekkel mesélnek életről és halálról, és ünneplik az élet legyőzhetetlen erejét. Két ősi pap hagyománya nyúlik vissza ehhez: Isze (j: 伊勢) és Izumo (出). Ezt a mítoszt később beépítik a Kodzsikibe és Nihonsokiba. A 8. századra kialakult uralkodói ház próbálta megalapozni a jogigényeit, amely igény a mai napig befolyásolja japán történelmét. A 14. században, Kan'ami Kiyotsugu (j: 観阿弥 清次), egy társulat vezetője hozta létre a sarugaku no-t, fiával Zeami Motokiyo-val (j: 世阿弥 元清).⁴⁷ Így jött létre a No, ami hozzáértést, tehetség-et jelent. Főként a nemesség és az udvar körébe volt jellemző. A No történetei a Japán mitológiából és irodalomból merítenek, de a Genji monogatari-ból⁴⁸ (j: 源氏物語) is vettek át történeteket. Az előadás mód, stilizált volt. Az Edo korban is szintén népszerű volt,

⁴⁴ (Donald L., 2016, old.: 104)

⁴⁵ Joshua Logan 1974. Japanese Theatre, early dance No.3, Bugaku. New York: Hermitage House-„In the 7th century when intercourse between Japan and China had reached a high diplomatic and artistic level, the numerous Japanese envoys to the continent, returned with, among other things, Bugaku (literally, dance-music)... Today there are thirty-seven left dances and twenty-four right dances still remaining.”

⁴⁶ Erika de Poorter 2002. Zeami's Talks on Sarugaku Chapter 1. URL:

https://brill.com/display/book/9789004487581/B9789004487581_s004.xml [letöltve:2022.07.30]-„In the 8th century Sangaku was popular among all social levels of the population. It was presented as a show also at the court after the Kagura, or was linked with the annual court wrestling matches and horse-races.”

⁴⁷ P.G. O'Neill 1958. Early No Drama: Its Background, Characters and Development 1300-1450. London: Lund Humphries 382.oldal -„MR. O'Neill's work is a survey, in some detail, of the historical development preceding the creation of the No drama proper by Kan-ami and his son Zeami in the late 14th and early 15th centuries. A fair number of works on the No have already been written by foreigners, but this is the first to make a such thorough study of its history.”

⁴⁸ Murasaki Shikibu 2000. Genji Monogatari fordította: Suyematz Kenchio URL:

http://www.yorku.ca/inpar/genji_kenchio.pdf [Letöltve:2022.07.30.]-„It was written by a lady, who, from her writings, is considered one of the most talented women that Japan has ever produced.”

ám a Meiji-jidai (j: 明治時代) korban bekerültek nyugati darabok is a színházakba, és valamikor a 19. század végén felkarolták a hagyományos darabokat. 2000 No (j: 能) darabot írtak, de ennek csak azt a részét használják, amik a régebbi időkben a nemesek kedvencei voltak, és érthetőek az emberek számára. Egy No előadás színpadán van baloldalon egy híd, ahol a színészek bevonulnak a színpadra, a tető a színpad felett a No vallására utal. Kevés díszlet jellemzi az előadásokat, szereplő is kevés van a klasszikus darabokhoz képest. A jellemezek selyemből készülnek, de nem olyan látványosak, mint a kabukiban, A főszereplő, a shite (j: 仕手, シテ) előtt maszk (j: 能面 nō-men vagy j: 面 omote) van, ami nagyon díszes, ha síkban viselik egy semleges kifejezést mutat, de attól függően hogy felfelé vagy lefelé fordítják változhat a hangulata. A többi szereplő nem visel maszkot. A színészek mellett az énekeskar is a színpadon van. Az előadás módja: Suriashi: Nem emelik meg a lábaikat és így is mozognak a színpadon, maga a testtartás is meg van határozva, minden mozdulatnak jelentése van.⁴⁹Minden darab része az aikyogen (j: 間狂言), ami arra szolgál hogy magyarázatot adjon a közönségnek. Kyogen-t (j: 狂言) a No szüneteiben adták elő, most már két No előadás között van egy Kyogen. (Nōgaku j: 能楽) Ezek 10-15 perces darabok, témájában komikusak, amiknek állandó karaktereik vannak. A főszereplő vagy egy ravasz szolga vagy több szolga, ennek megfelelően az Edo kori szolgák viseletét mutatják be, szójátékokra is épít, egy korai modern kori japán nyelvet használ. Kizárólag férfiak játszották ezeket a darabokat az 1940-es évekig. Manapság 1-2 nő játszik bennük. A kyogen esetében néha tartanak kurzusokat, ahol el lehet sajátítani a módszert, de ez nem jellemző a nagyobb színházakra. A Kabuki (j: 歌舞伎) feltételezhetően azt jelenti, hogy a normálistól eltérő, tehát egy avantgárd, lázadó próbálkozása volt a 16. századnak. A hagyomány szerint Izumo no Okuni (j: 出雲阿国) papnő Kiotóban felállítatott egy színpadot és egy táncos darabot adott elő a társaival 1603-ban.⁵⁰Hétköznapi témákat dolgoztak fel, nagyon népszerű műfaj lett, több társulat is alakult. Edo városában, a vöröslámpás negyedben, Ukijoban volt a fő központja. A köznép keveredett a nemesi

⁴⁹Tadashi Suzuki 2006. A kultúra a testben lakik. URL:

[/http://epa.niif.hu/03000/03040/00465/pdf/EPA03040_szinhasz_2006_02_56-59.pdf](http://epa.niif.hu/03000/03040/00465/pdf/EPA03040_szinhasz_2006_02_56-59.pdf) [Letöltve:2022.07.29] „...a nódrámák sikló lépései (suri-ashi) a dobantás előkészítő mozdulatainak tekinthetők.”

⁵⁰Barbara Hartley 2018. Izumo no Okuni Queers the Stage URL:

[https://www.degruyter.com/document/doi/10.1525/9780520969971-008/html?lang=de\[letoltve2022.07.29\]](https://www.degruyter.com/document/doi/10.1525/9780520969971-008/html?lang=de[letoltve2022.07.29]) „Izumo no Okuni was a cross-dressing woman whose sensa-tional dance performances took the sophisticated audiences of early 1600s Kyoto by storm. Said to have been a miko (shrine attendant) from the Grand Shrine of Izumo sent with a dance troupe to the capital to raise alms, Okuni was fi rst known for her performance of the nen-butsu odori, a dance based on the prayer for entry to the Buddhist Pure Land.”

réteggel, ezért wakashu kabuki, fiatal férfiak kezdték el előadni a kabukit, de ezt is betiltották. Yaro kabuki, lett jellemző, ami azt jelenti hogy csak férfiak játszottak tovább a kabukiban, de később a 18. században ezt is betiltották.⁵¹A mai kabuki darabok régi előadásokat dolgoznak fel, Chikamatsu Monzaemon (j: 近松門左衛門) híres kabuki és bunraku drámaíró volt, 130 darabot írt.⁵²Japánban jelenleg 3-4-5 órás darabok vannak, de egy-egy felvonást adnak csak elő, vannak angol feliratozott darabok is. A színpadi képet tekintve, van a nézőközönség és a színpad közötti részen -hanamichi (j: 花街) - egy virágos út, ahova néha a szereplők bemennek és a fontos eseményeket itt játsszák el. Amikor fontos érzelmet akarnak közvetíteni, akkor is erre állnak ki a színészek. A forgó színpad is a kabuki színházhoz köthető, nagyon gyorsan változtatják ezáltal a díszleteket. A smink a kumadori (j: 隈取), erős hangulatokat mutat meg⁵³, ezért négy féle színt is használnak. Az alap mindig egy fehér festék, erre festenek fel erős csíkokat, fekete, piros, kék, és barna színeket. A fekete erősebbé teszi a vonásokat, a piros a kék és a barna szimbolikus jelentéssel bír. Elmondja a nézőnek, milyen típusú szereplőt láthatnak. A piros általában a főszereplők, a kék az ellenség színe, valamint az irigység a harag és a düh kifejezésére is alkalmazzák. A barna a természetfelettség színe. A pózok neve, a mie⁵⁴, amikor a színészek túlzóan fejeznek ki érzelmeket, percekig kitarthatják a mozdulatokat. A kerén, a színpad fölött a színészek reptetését jelenti. Vannak kuroko jelmez öltöztetők, akik fekete ruhában vannak, a nézők is látják őket, ők segítenek a színpadon átöltöztetni a színészeket. A bunraku, (j: 文楽) vagyis a japán bábszínház,

⁵¹ Priscilla Chang 2020. Performing Femininity: Exploring Onnagata Kabuki In Japanese Theatre URL: <https://journal.lib.uoguelph.ca/index.php/footnotes/article/view/5951/5841> [Letöltve:2022.08.01] „Kabuki theatre was one of the first theatre forms in Japan that flourished in the Tokugawa period from 1603-1868.1 Kabuki had initially been an inclusive art that involved both men and women performing together on stage. Theatre acting was perceived as an immoral practice by the Japanese government and it was often linked with prostitution, so women, or the onna kabuki, were banned from performing onstage in 1629. The popularity of the onna kabuki, was soon taken over by wakashu - young boys who took the place of women to play the female roles. Soon, this, too, was banned in 1652, as the wakashu were also at risk for being involved in prostitution.”

⁵² Keene Donald 1955. Anthology of Japanese Literature: From the Earliest Era to the Mid-Nineteenth Century New York: Grove Atlantic. „Chikamatsu wrote most of his plays for the puppet stage(...)His plays are of two types- heroic dramas based on historical events and domestic dramas that often revolve around lovers’ suicides.”

⁵³ Tosa, Naoko, Konoike, Ryotaro, Nakatsu, Ryohei 2011. KABUKI-MONO The Art of Kumadori Facial expression for Manga and Cosplay URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/323172203.pdf> [Letöltve:2022.08.01]„Kabuki actors used to make up their faces in a special way, speak exaggeratedly, and over-act, thus appealing to audience. These special behaviors and make up are similar to punk fashion. The makeup, called Kumadori, is like makeup of native Africans and native Americans. These come from a desire to appeal to others. This means that is important to appeal our local culture to the world and share it among people all over the world. That will form a basis of new global culture to understand each other and evolve through mutual integration.”

⁵⁴ Kokubu Tamocu 1984. A japán színház. Budapest: Gondolat Kiadó. 79. oldal

amit ningyo jorurinek (j: 人形浄瑠璃) is neveznek⁵⁵. A joruri-k vándor énekesek voltak, a ningyo pedig bábot jelent, ebből jött létre a bunraki, melynek az eredete a 16. századra nyúlik vissza. Takemoto Gidayu (j: 竹本 義太夫) és Chikamatsu Monzaemon hozta léte a műfajt Oszakában. Avadzsiban is népszerűvé vált, itt alakult meg 1805-ben egy társulat, ami a mai bunraku alapja volt. A színpadjai 2,3-as osztásúak, a színpad előterében ül az énekes és a zenész, aki kíséri a darabot. A narrátor adja a szereplők hangját is, minden szereplő helyett beszél. A bábok működése és működtetése miatt, a fej és a kéz megmunkálását nem bízzák a színészekre. A bonyolultabb bábokokra is jellemző a hirtelen átalakulás, emiatt nagyon nehéz mozgatni őket. Jellemzően egy bábot 3 ember mozgat. ⁵⁶A fő előadó, az omozukai, (j: 主遣い) ⁵⁷a kezeket az hidarizukai, (j: 左遣い) vagy sashizukai (j: 笹塚) mozgatja míg a lábakat az ashizukai (j: 足遣い). Minden színésznek nehéz betanulni a mozdulatokat. A fej mozgatása átlagosan 40 év betanulást jelent. A színészek fekete ruhát viselnek, kivéve, aki a fejet mozgatja, ő nem fedi el a fejét. A bábok mozdulatai nem olyan szimbolikusak, de érdemes utána olvasni a történeteknek. Sok helyen van angol és japán feliratos előadás is.

3.2. A színészi jelenlét kialakulása, a színészi jelenlétben rejlő zen

Egy jó színészi játék elengedhetetlen része a közönség és a színészek jelenléte.⁵⁸ Ugyanakkor több szint is feltárható aszerint, hogy mit értünk színészi jelenlétben: a fő az a felismerés, hogy az utóbbi létfogalmak nem teljesen egyenértékűek a színész fizikai állapotával, más jelentése is van: a fizikai állapota mellett a színész lelki állapotára is utal. További nehézséget jelent a fogalom meghatározásában, hogy a használata egy rejtett normativitáson keresztül jelenik meg: hiába áll ki egy színész a színpadra, nem biztos, hogy elég erős a megjelenése ahhoz, hogy jobb híján "jelenlét"-nek nevezzük. A fogalom normatív jellegét befolyásolja az a több évszázados hiedelem

⁵⁵The national bunraku URL: <https://www.bunraku.or.jp/pdf/about/en.pdf> [Letöltve:2022.08.01]

„The origins of present-day Bunraku date back to the seventeenth century, when older puppet show (ayatsuri ningyo) were integrated with the medieval narratives (joruri) and called ningyo joruri, „puppet narrative”. Its popularity peaked with the works of playwright Chikamatsu Monzaemon and narrator Takemoto Gidayu, and founding of the Takemoto Theatre in Osaka in 1684 ushered in a golden age.”

⁵⁶ Kulatilaka Kumarasinghe 2013. Puppet Theatre-Bunraku in Japan URL: <http://repository.kln.ac.lk/jspui/bitstream/123456789/5525/3/puppet%20theatre.pdf> [Letöltve:2022.08.01] 29-30. oldal

⁵⁷Kulatilaka Kumarasinghe 2013. Puppet Theatre-Bunraku in Japan URL: <http://repository.kln.ac.lk/jspui/bitstream/123456789/5525/3/puppet%20theatre.pdf> [Letöltve:2022.08.01] 30. oldal- „(...)Bunraku uses the technique of having three men work in unison to operate one puppet. The mainstay of the three is called the chief puppeteer(omozukai).”

⁵⁸ Bentley Eric 2005. A dráma élete. Ford.: Földényi F. László. Pécs: Jelenkor old.:123

is, hogy ez a „lét” egyáltalán nem állandó: sem egy adott előadásban, sem a színészi pályafutás során. Ubersfeld volt, aki rámutatott az "itt és most" paradoxonára⁵⁹: Mikor van most? Hol van az itt és most? Az alapkérdése arra a kettősségre mutat rá, amely során a színpadi tér-idő problematikussá válik az előadás idejéhez képest, így egyfajta „nem csak most” -ot és nem csak itt -et hozva létre. Ez azonban csak az egyik rétege a lét fogalmának megértésének. A jelenlét kérdése ugyanolyan fontos a kortárs színháztudományban, mint az azt megelőző években. Egy másik fajta megközelítésben, amelyet Goodall fogalmaz meg; összekapcsolja a színészi jelenlétet az aura fogalmával. Az egészzel megfogalmazásával⁶⁰ jelzés értékűen képviseli mindazt az eszmét, amely évszázadok óta meghatározza a nyugati drámai gondolkodást. Vele szemben jelenik meg Power⁶¹, akinek a kritikája lehetővé tette egy nagyobb elmélet kibontását. Ezzel az elméletével segítséget nyújtott a 21.századi színjátszásban megjelenő jelenlét vizsgálatához. Sarah Bernhard francia színművész a tudatosságot⁶², mint gesztust határozza meg. Ezzel két olyan irányzatra ad magyarázatot, melyek a 20. században meghatározták a színházi gondolkodást. Az egyik irányzat a keleti drámákat népszerűsítette a színészek körében, míg a másik irányzat képviselői vitát folytattak a jelenlétről és a hiány állapotáról. Goodall emiatt kénytelen volt elismerni, hogy a hiánytudat, pontosabban a hiány állapota kiemelkedő szerepet játszhat a jelenlét meghatározására tett kísérletekben.⁶³ A színpadi jelenlét tárgyalásakor szigorúan foglalkozott a színész/előadó jelenlétével, akinek fejlődését és értelmét a személyi kultuszban látta, de ezt nem kötötte szorosán a zsenialitás fogalmához⁶⁴– miközben a mitikus kontinuitásban mégis ezt tette. Valójában Goodall történelmi áttekintést nyújtott az előadás egzisztenciális metaforájáról. Ugyanakkor visszatérő elem a miszticizmus, amelyet ez a megközelítés nem tud feloldani, csak elismerni a létezését. Elemzésének tehát nem feltétlenül az a része a kiugró, ahol a természettudományok terminológiáját alkalmazza a drámai előadásra, hanem amikor az ellenkező irányba indul el, és a drámai elemeket a természettudományos ábrázolás módszerében mutatja be. Ugyanez a "költői darwinizmus" figyelhető meg a színháztörténet vagy az előadóművészek egyes korszakainak leírására használt módszertanokban is, amennyiben az egyes fázisok dinamikája

⁵⁹ (Rosner, A színészi jelenlét és a csend dramatikus-teátrális játéka, 2012, old.: 13)

⁶⁰ Goodall, Jane R. 2008. Stage Presence. London - New York: Routledge

⁶¹ Power, Cormac 2008. Presence in Play, A Critique of Theories of Presence in the Theatre. Amsterdam - New York: Rodopi.

⁶² Goodall, Jane R. 2008. Stage Presence. London - New York: Routledge old.: 109

⁶³ (Rosner, A színészi jelenlét és a csend dramatikus-teátrális játéka, 2012, old.: 16)

⁶⁴ Goodall, Jane R. 2008. Stage Presence. London - New York: Routledge old.: 12-16

hasonló szempontok alapján szerveződik, és a tudományos haladás új metaforákat hoz létre.⁶⁵ Goodallnak köszönhető a jelenlét és a karizma fogalmának időbeli elválasztása.⁶⁶ Ez azért fontos, mert míg Power csak szinonimaként használja, addig a Goodallnál megjelenő folyamat fenttart egyfajta egzisztenciális misztérium érzést.⁶⁷ A színészi jelenlét befolyásolja az egész előadást, sőt fontosabb mint az, hogy a színész mennyire sajátította vagy tanulta meg a szerepét. Beckett úgy vélte; „ha a megszokott beszéd- és gondolkodásmód nem közelebb visz a valósághoz, hanem csak eltávolít tőle, akkor a beszédben és gondolkodásban rejlő sikertörténet visszautasítása, vagyis a „rossz” szó, a „rosszul mondás” valódi esély a valóságra és az igazságra.”⁶⁸ Beckett rendező, költő volt, számos munkáját fordították le magyar nyelve, és adtak elő magyar színházakba. Ebben a mondatban több fontos állítás is van, amit, mint zen gyakorló kiemelnek: a megszokott gondolatokat, megszokott gondolkodással nem lehet megoldani. A tudatban felmerülő gondolataink által nem juthatunk el a végső igazsághoz. Ahogy a színész megtanulja a szerepéhez tartozó szövegeket, magára ölti a karaktert, pont így teszünk mi emberek az életünkben. Ahhoz, hogy egy színész magára tudja öltetni az adott karaktert nem csak a fizikai megjelenés, de a mentális egészség is nagy fontos, hiszen a színész transzparenssé kell váljon a színpadon. Egy előadás esetében az "itt és most" egyrészt garantálja és magában foglalja a hagyomány beágyazását, másrészt a darab hitelességét.⁶⁹ Ahogy a zen gyakorlatában fontos helyet foglal el a pillanat tiszta megélése, úgy szinte minden színészpédagógiában⁷⁰ nagy hangsúly helyeződik a színészi jelenlét⁷¹ gyakorlására. Ami a zenben a fókuszált tudat állapot, az a színészi létben a

⁶⁵ Goodall, Jane R. 2002. Performance and Evolution in the Age of Darwin. London - New York: Routledge.

⁶⁶ Goodall, Jane R. 2008. Stage Presence. London - New York: Routledge old.: 161

⁶⁷ „A színpadi jelenlét tárgyalása során szigorúan a színész/eliadó jelenlétével foglalkozik, amelynek kialakulását és jelentőségét az individuuum kultuszában látja, ám nem köti szorosan a zseni fogalmához (Goodall 2008: 12, 16) – ugyanakkor egyfajta mitikus folytonosságot lát a megjelenésében.” (Rosner, A színészi jelenlét és a csend dramatikusan-teátrális játéka, 2012, old.: 16)

⁶⁸ Cseke Ákos Szóval Élek URL: /https://terebess.hu/gabor/cseke.pdf [Letöltve: 2022.07.30.]

⁶⁹ Benjamin, Walter 1969. A műalkotás a technikai sokszorosíthatóság korszakában. Ford. Barlay László. In Kommentár és prófécia. Budapest: Gondolat kiadó old.: 317

⁷⁰ A tradicionális nő-színházból kiindulva olyan általánosan érvényes színészi technika és gondolkodásmód kifejlesztésén dolgozik, amely egyaránt alkalmazható mind a keleti, mind a nyugati színházi hagyományban. Rosner Krisztina Hogyan tanítható a színészi jelenlét?. URL: http://www.epa.hu/03000/03040/00465/pdf/EPA03040_szinhaz_2006_02_52-56.pdf [letöltve:2022.07.25]

⁷¹ A cél tehát az, hogy a színpadon lévő színész képes legyen úgy szabályozni a koncentrációját, hogy figyelmének a végpontokig kitágított terében is megőrizze a „nyilvános egyedüllét” állapotát. Rosner Krisztina Hogyan tanítható a színészi jelenlét?. URL: /http://www.epa.hu/03000/03040/00465/pdf/EPA03040_szinhaz_2006_02_52-56.pdf [letöltve:2022.07.25] 54. oldal

célpont⁷². A zen a gyakorlás a buddha természetére irányul, a buddha-természet megtapasztalására. A célpont általi esetleges kérdés, hogy kit is alakít a színész a külső célpont által, úgy lesz helyes, hogy ki az, aki szerepet játszik? Mire készíti a színészt az adott szerep? Walter Benjamin filozófus szerint ezen az alapvető viszonyon változtat a reprodukció technikai lehetősége, elsősorban a mozi mint reprodukción alapuló kiemelkedő művészeti formát, valamint a színházhoz, festészethez, építészethez és íráshoz való viszonyát vizsgálva. Ezen a részlegen a színház és a színészművészet az aura megőrzésének, kulturális rituális gyökereinek megőrzésének művészete, ellentétben a filmmel, ahol az aurának ez az aspektusa háttérbe szorul, és átadja helyét a tömegszórakoztatásnak.⁷³ A zent gyakorlók körében is megjelenik ez a fajta megközelítés, ahol megragadható az aura megőrzésének háttérbe szorulása, viszont nem a tömegek szórakoztatása céljából. Amikor a színész egy karaktert alakít, számára nyilvánvaló, hogy az a szerep nem azonos a saját személyével, tisztán tudja ki ő és ki a rendező. Mikor a zent gyakorlók azonosulnak egy karakterrel, nem látják a rendezőt. Összecserélik a személyüket a világ által feléjük közvetített véleményekkel, vagyis mások gondolataira alapoznak ahelyett, hogy helyesen látnák az okozatot. Amikor a zen gyakorló a meditációban tapasztalható buddha-természettel egyé válik, akkor az összes addigi önképe eltűnik. Van viszont valami, ami nem tűnik el, ami közös a zen gyakorlóban és a színészetben; a rendező. A zen gyakorlat által ez a rendezői szerep, ahonnan láthatjuk, hogy mikor cseréljük a filmünk tekercseit, és ezzel a tapasztalattal már nem teszünk fel újabb szalagot, mert már tapasztaljuk a lényegét. Ami nem forma, nem szerepjátszó, csak valami, ami tisztán jelen van. A legmesszebbmenő hatás az, hogy míg a tanulmány a film műfaját sok más művészeti ághoz viszonyítva elemzi, a színházat csak egy aspektusból tárgyalja. A kérdés az, hogy ez a Benjamin által vizsgált aura fogalma⁷⁴ egyenlő azzal a jelenléttel, amit a színész a színpadon tölt? Van a színésznek egyáltalán aurája? Vagy csak akkor van, ha a színpadon van? Esetleg egyik sem, hanem maga a néző tekintete és a színész közötti távolság az aura? Nyilvánvaló, hogy a tárgyalt téma sok kérdést felvet, ugyanakkor a színészek és közönség között megjelenő közvetlen

⁷² Nincs olyan belső dinamó, ami a külső világtól független volna. Nem önmagunkban vagyunk; csakis kontextusban létezzünk. Meggondolatlanság volna azt képzelni, hogy kontextus nélkül is túlélhetünk. A színész csakis annak a dolognak a függvényében tud játszani, ami kívül van, ami a célpont. Declan Donnellan A színész és a célpont. URL: /http://www.epa.hu/02900/02997/00003/pdf/EPA02997_jatekter_2016_3_036-043.pdf [letöltve:2022.07.26.] 39.oldal

⁷³ Benjamin, Walter 1969. A műalkotás a technikai sokszorosíthatóság korszakában. Ford. Barlay László. In Kommentár és prófécia. Budapest: Gondolat kiadó old.: 305

⁷⁴ „az aura Benjamin által bevezetett fogalma viszonyítási pontként szolgál és meghatározza a jelenlétre vonatkozó diskurzust.” (Rosner, A színészi jelenlét és a csend dramatikus-teátrális játékai, 2012, old.: 13)

kapcsolatra is utalhat. Van egy „módszer, amely teret biztosít, hogy a színész olyan érzeteket, belső víziókat találjon meg, amelyeket azután közvetlenül az aktuális karakterének belső életéhez társíthat.”⁷⁵ Ez a módszer Szuzuki, japán rendező módszeréből származik, és ma is használatos rendezői, színészi körökben. Ez a módszer is hasonlatos a zen gyakorlathoz, hiszen a meditáció által juthatunk el helyes belső meglátáshoz, amit az életünkben, a mindennapjainkban helyes cselekedetté tudunk alakítani. Ezzel a módszerrel, hogy átéljük saját karmainkat, vagyis a belső vízióinkat, megtalálhatjuk azt a valódi karaktert, aki a szerepek mögött van és folyamatosan az énképpel azonosítjuk. A közelmúltban a színház és a létezés viszonyáról írt szövegek közül kiemelkedik Power monográfiája⁷⁶, amelyben a szerző a 20. századi létmódszerek kritikai elemzéséről ír.⁷⁷ Szerinte egyrészt a jelenlét fogalmának három, a modernitás szempontjából releváns paradigmáját definiálja, majd megkísérli megadni saját definícióját a jelenlét (és hiány) posztstrukturalista leírásainak felidézésével. Azt állítja, hogy a színház egzisztenciális potenciálja lehetővé teszi számunkra, hogy elgondolkodjunk a „valóság” konstrukcióját a jelenlegi világunkban.⁷⁸ Három fő kategóriát ír le; a jelenvalót, mint a fiktív jelenlét módját, az auratikus létmódot, és a jelenlét szó szerinti jelentését. Ezzel rámutat arra, hogy a legtöbb esetben lehetetlen világos, jól körül határolható jelenlétről beszélni, mert többnyire az előadásokban együtt fordulnak elő. Amikor a színész másokkal interakcióba lép a színpadon egy másik személyként jelenik meg. A rendező viszont semmit nem veszít önmagából. Ez annyira nyilvánvaló, hogy még a személyes megélések, mint reflexek jellennek meg mindenki számára. Viszont végső soron ezt sem tarthatjuk helyes érzékelésnek. A színész ugyanis bekerül egy másik személy, vagyis a karakter állapotába, ezt hívhatjuk úgy is, hogy a tudatunk kereső aspektusa, amely eredményezi azt, hogy később ne maradjon abban a karakterben, amit meg kell formálnia a színpadon. Valójában mi történik ekkor a gyakorlatban? Tapasztalati szinten minden ugyanígy zajlik, előfordulhat, hogy a zavarodottságot úgy értelmezzük, mintha valami ki akarna minket rángatni a formából⁷⁹, az alaktalanságból egy

⁷⁵ Cortes Sebadtián 2018 A színész teste – a színészképzés fizikai módszerei, Doktori értekezés, Színház- és Filmművészeti Egyetem

⁷⁶ Power Cormac 2008. Presence in Play, A Critique of Theories of Presence in the Theatre. Amsterdam - New York: Rodopi

⁷⁷ „Power egyrészt meghatározza a modernitáshoz köthető jelenlét-fogalom három paradigmatiszta módját, majd pedig egyrészt a jelenlét (és hiány) posztstrukturalista leírásainak, másrészt a szemiotika és a fenomenológia megközelítéseiinek áttekintésével megpróbál saját definíciókat adni.” (Rosner, A színészi jelenlét és a csend dramatikus-teátrális játékai, 2012, old.: 19)

⁷⁸ Power Cormac 2008. Presence in Play, A Critique of Theories of Presence in the Theatre. Amsterdam - New York: Rodopi. old.: 9

⁷⁹ (Dobosy, 2022)

másik formába vinni. Viszont minél többet gyakorlunk a zen által, annál egyértelműbb lesz a rendező szerepe. Ez a gyakorlat fontos része, mert bizonyos tapasztalásokat nem tudunk intellektuálisan megoldani. Minden amit így oldunk meg az az elme tevékenysége. Amikor látszólag tisztában vagyunk az elménk működésével, azt is saját személyünk nézőpontjából tesszük. Abból a pontból, amiben az elme működik, de az ember az egész működésnek a gyára. Mind az amit mi megélünk és a személyünk csupán észlelés. A zen egyik tanítása, hogy lássunk rá az elménk dualizált működésére. Ennek a működésnek a része, hogy nem látjuk meg elsőre a dolgok ilyenségét. A tudatosság ott kezdődik, hogy ezt a működést megismerjük. A valódi megismerés, mikor megtapasztaljuk, hogy mi vagyunk az a tudat amelyben a szerepek játszódnak.

3.3. Interjú három zent gyakorló színésszel

Három gyakorló társammal készítettem interjút, akik Magyarország különböző színházaiban színészként dolgoznak. Az interjún feltett kérdéseket a Négy Nemes Igazság⁸⁰ alapján készítettem el. A kérdéseim minden esetben ugyanazok voltak, és egyforma sorrendben következtek. Az alanyokat semmivel nem korlátoztam a válaszaik megadása során, mindenki a saját tempójában, a saját meglátásai és tapasztalatai alapján válaszolt. A színészek nevét és korát direkt nem írom le ebben a részben. Minden színész egy koreai zen közösség tagja. Az 'A' betűvel jelzett színész 2 éve gyakorol egy zen közösségnél. A 'B' betűvel jelzett színész 4 éve gyakorol, kezdetben 2 évet töltött el egy zen közösségben, majd 1 évet egyedül gyakorolt és utána tért vissza egy másik zen közösséghez. A 'C' betűvel jelzett színész 4,5 éve gyakorol egy zen közösségben.

Kérdéseim a következők voltak:

1. Mint zent gyakorló színész, ha egy valamit emelhetnél ki, mire mondanád azt a munkád során, hogy szenvedéssel teli?
2. Mit gondolsz, mi az alapja az általad elmondott állapotnak/helyzetnek?
3. A zen útja számodra segített meglátni, hogy ezek a folyamatok megszüntethetők?
4. „A Buddha sokak javára, sokak boldogságáért, a világ iránti együttérzésből tanított.”⁸¹Te, mint színész, látod magadban a rendezőt?
5. Mit jelent számodra a következő mondat: „Vigyázz a Buddhára, vezesd a bódhiszattvát!”?

⁸⁰ Valpola Ráhula 2014. A Buddha tanítása URL: <https://tereless.hu/keletkultinfo/rahula.pdf> [Letöltve:2022.08.03.] „Buddha tanításának lényege a négy nemes igazság (csattári arijaszaccsáni), amelyet első tanítóbeszédében fejtett ki (...) A négy nemes igazság a következő: 1. Dukkha. 2. Szamudaja: a dukkha keletkezése vagy eredete. 3. Niródha: a dukkha megszűnése. 4. Magga: a dukkha megszűnéséhez vezető út.”

⁸¹ Valpola Ráhula 2014. A Buddha tanítása URL: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://tereless.hu/keletkultinfo/rahula.pdf> [Letöltve:2022.08.03.] - Magga az ösvény

Válaszok a kérdésre		
A	B	C
1, Teljes azonosulás azzal, hogy én színész vagyok, teljes azonosulás azzal, hogy zen gyakorló vagyok. Aztán ezek fordítottja is teljesen megállja a helyét, ha belegondolok.	1, A gyakorlás által megtapasztaltam, hogyha nincs stabilitás az életemben, akkor sehol se tudok stabil maradni. Márpedig, ha ebben a szakmában valami bekapcsol, és szenvedsz miatta, akkor nem csak te vagy bajban.	1, Mikor elhiszem magamról, hogy én vagyok a legjobb és nekem ne mondja meg senki, hogyha hibázok. Annyi ilyen láttam, az elején én is belecsúsztam ebbe. Rettenetes volt.
2, Az azonosulás, az hogy szerepekkel ruházom fel magam. Ezekre semmi szükségem, de néha annyira elszalad velem az elmeroller, hogy a csöndbe maradás is nehézséget okoz.	2, Az én esetemben a kompromisszum hiánya okozta a szenvedéseket. A zen meditáció pedig elhozta a felismeréseket.	2, Most annyi jut eszembe, hogy a kezdő szellem lelkesedése. Szerencsére ez hamar kiégéshez vezet és ha jó úton kap el az ékszíj, akkor az illető eljuthat egy zen közösséghez, mint menedék. Én is így indultam neki.
3, Bárki, aki egy ideje gyakorol a zen útján, ráésszmél önmagára. Visszatalál oda ahol nincs szenvedés, látja, hogy minden, keletkezik és elmúlik. Ahogy Buddha is mondta: „Két csapdát kell elkerülnünk az igazsághoz vezető úton. Az egyik, ha nem megyünk végig, a másik, ha el sem indulunk.” Nekem ez a meglátásom a szenvedés elkerülése kapcsán.	3, Számomra nem az itt és most pillanata mutatta meg igazán, hogy hasznos-e a gyakorlatom, hanem maga a helyzet és a hozzáállásom a templomon kívül. Nem az elvonulások jelentik a kihívást, nem ott fogod megérteni az okokat. Ezek csak mankók, amiket vagy használsz, vagy nem. Én már több ideje visszajárok, tudom, hogy egyszer átfogom adni a mankóimat.	3, Évek kemény belefektetett munkája segített ahhoz, hogy most erre igent tudjak mondani. Ahhoz meg még pár év, hogy javasoljam is valakinek, hogy kezdje el. Számomra ez nem meglátás, hanem ez az egy út létezik, nincs más.
4, Most itt ülünk, te kérdezel és én megpróbálok válaszolni. Most ebben a helyzetben az én rendezőm válaszol a te rendeződnek.	4, Mikor meglátod, hogy egy-egy szerep mit okoz benned, másokban és hiába akarsz kilépni belőle, nem tudsz. Mert már összenőttél vele az évek során. Elvakít és így próbálsz meglátni a rendezőt. Ez a teljes vak vezet világtalant esete. A gyakorlás által megtapasztalhatod magadban, milyen a rendezői szék és milyen a színészek sorsa. Ha ezt sokszor megteszed, garantálom hogy nem akarsz majd újra színészkedni.	4, Előbb magamat tanítanám és meg is fogalmazódott bennem most egy kérdés: Te forogsz a határaid körül, vagy azok körülötted? Csak úgy lesz helyes a válasz és a tanítás is, ha gyakorlok tovább és tapasztalok.
5, Egyfajta következetességet, sokan azért színészkednek, mert nincsenek tisztában azzal az értékkel, amit képviselnek enélkül. ⁸²	5, Elgondolkodtató idézet, engedd meg, hogy hasonló mód válaszoljak: Amikor vigyázol Buddhára megláthatod a bódhiszattvát, de ne akard vezetni, mert megrohamoznak a szerepek, és egyik buddhai-képed a másik után fog megpofozni.	5, Elsőre, hogy ne ragaszkodj az írásokhoz, mindegy hogy mire vigyázol és hogyan vezeted. Csak csináld, csak ülj és figyelj, legyél teljesen jelen és ne akarj semmit. Tudod mennyire felszabadító, hogy leülsz és annyi jön fel, hogy nem tudom? Ülök és nem tudom mi ez.

3. ábra Válaszok a kérdésre táblázat

4. Az interjú lényege, az általuk adott válaszok alapján felismerhető szútrák

4.1. Szútrákról röviden

Gyémánt Szútra: Vadzsracchediká: a gyémánt kard, ezalatt azt a meghaladó bölcsességet kell érteni, ami átvágja az összes téves nézetet. A fő hangsúly az, hogy ne ragaszkodjunk semmihez se, ami a tudatban megjelenik. A 6. pátriárka is ezt a tanítást követte. A szútrában szó esik a ragaszkodás mentes adakozásról. Egy történet mutatja be, melyben Kjong-Ho egyik tanítványával sétál. A tanítvány meglát pár gyereket, akik békákat árultak. Megsajnálta a békákat, ezért megvette az összeset a gyerekektől és elengedte őket a parton. A tanítvány ezután megkérdezte a mesterét: Mit szólsz mester? Mire Kjong-Ho így válaszolt: Azt hiszem a pokolra fogsz kerülni. Mire a tanítvány: De mester most mentettem meg a békákat. Erre Kjong-Ho: Ha így ragaszkodsz és azt hiszed erényt gyűjtesz az már a pokol, elvesztetted a középutat. A Mahájána útja, ahogy a gyémánt szútra is, a középponthoz szeretné visszavezetni az embereket.⁸³

Szív Szútra: A gyémánt Szútra tanítása különböző fogalmak és az a fogalmak ellentétjeiből közelít és próbálja a tanítványt a középutra visszaterelni, addig a Szív Szútra azzal kezd, hogy minden üres. Mindkét Szútrában ugyanaz a végső pont, csak az egyik a középpontból indít míg a másik ehhez a ponthoz tér vissza. A Szútra megismerése által rájöhethetünk, hogyha helyesen látunk, akkor minden észlelésünk, érzékelésünk, a tudatosságunk, mind üres és ezzel minden szenvedést meghaladunk. Ha belátjuk az ürességet akkor nincs szenvedés, minden meghaladható. A Szív Szútra azt próbálja megtanítani, hogy a problémát a gyökerétől kell meglátni és megszüntetni. A bódhiszattva a meghaladó bölcsesség által eléri az üres tudatot és minden szenvedést meghalad, akadálytalan a tudata. Ez a zen kör 180. foka, az üresség teljesség, majd a Szútra azt is mondja, hogy a 3 világ összes buddhája ezáltal a meghaladó bölcsesség által nyeri el az igazságot. Ha minden üres nincs ragaszkodás. A Szútra megadja a meghaladó bölcsesség mantráját, a cselekvés mantrája, talál meg azt, ahogy ez az igazság működik, így segítve másokat is, ezzel elérkezhetünk a zen kör 360. fokához.⁸⁴

Lótusz Szútra: 3 fontosabb tanítást emelnék ki belőle. Az egyik, hogy tanítja az egyhegyű tudatot, a Mahájána, úgy tanít, hogy figyelembe veszi a tanítványt és ennek megfelelően tanít, mindenkinek a mértéke szerint tanít, nem ahhoz kell ragaszkodni ami le van írva. Második fontos

⁸³ (Pine, The Diamond Sutra, 2002, old.: 279)

⁸⁴ (Pine, The heart sutra, 2004)

pont: Minden lény Buddhává válhat, a Buddha élete az végtelen, hiába halt meg a történelmi Buddha, valójában mindig is élt és mindig tanít. Harmadik fontos részét a hasonlatok teszik ki. Pl: az egy kocsi tanítás, az ügyes doktor története és egyéb történetek.⁸⁵

Avatamszaka: Virágfüzér szútra, Ezzel az összes védőistenséget és bódhiszattvát megszólítjuk. Több közösségnek volt ezzel tapasztalata. Mindent a tudat teremt ebben a pillanatban, valójában szokások vannak az elménkbe. Ha sokáig gyakorlunk egyszer csak eltűnik az okunk, hogy újra termeljük a szokásainkat. Ez a gyakorlás egyik állapota, hogy minden berögződést, sémát meglássunk és elmulasszunk. A Szútra végén van egy spirituális útkeresés, melynek főszereplője Szudána, 8 éves kisgyerek. Találkozik Mandzsusival, aki azt mondja neki menjen tanulni. Szudána elindul és találkozik 53 tanítóval. A tanítók között rengeteg féle lény van, ez a Mahajána vízió, mindenki lehet tanító, mindegy a forma, a lényeg ami fontos. Van egy rész, ahol Buddha anyjától tanult, elmondja hogy megjelent neki a Tusita mennyországból Buddha, és minden egyes univerzum megjelent a hasában, ott volt egyhelyben, de minden kitágult és ott volt benne az egész világegyetem, ez a tantien fókusz leírása.

Az interjú célja az volt, hogy régebb óta zent gyakorló színészekről kapjak választ arra, hogy számukra a Buddha tanításai, a zen gyakorlat és a színészet milyen szinten kapcsolódik egymáshoz. Felismerik-e, hogy mely Szútrák hatottak a gyakorlataikra, miket építettek be tudattalan az életükbe. Ezzel az interjúval szerettem volna alátámasztani azon gondolatot is melyet Vekerdy könyvében olvastam: „a színész – az utánzó – minden művész lényének lényegét testesíti meg. Változik és átváltozik; azzá lesz, akit játszik. És így ábrázol belülről olyan világokat, amelyeket csak kívülről ismerhetünk – művészi munka nélkül csak kívülről –; így tár föl ismeretlen bensőtörvényeket.”⁸⁶ Emiatt választottam a Négy Nemes Igazságot az interjú kérdések alapjának, mert úgy gondolom, ezt az idézetet akár úgy is meg lehet fogalmazni, hogy az ember minden felvett szereppel művészien tud azonosulni. Az azonosulásai mentén fog változni, így alakul ki az énség, a személyiség. Ezáltal a belső szűrő által tapasztalja a külvilágot. Viszont, amikor rálát a szerepekre, arra hogy ő azonosult velük, akkor megpróbálja megtalálni a rendezőt, vagy akár a rendezőt próbálja azonosítani. A gyakorlat segít abba, hogy rálásson az ember, hogy

⁸⁵ (Tsugunari & Akira Yuvama, 2009, old.: 12, 24)

⁸⁶ Vekerdy Tamás 1988. A színészi hatás eszközei- Zeami mester művei szerint. Budapest. URL: <https://terebess.hu/keletkultinfo/Vekerdy-Tamas-A-szineszi-hatas-eszkozei-Zeami-mester-szerint.pdf>. [letöltve:2022.06.24.] 26.oldal

a rendezőt nem lehet azonosítani. Valójában csak tapasztalni, ez a zen gyakorlat és a Négy Nemes Igazság lényege, hogy ezáltal táruljanak fel a benső törvények.⁸⁷

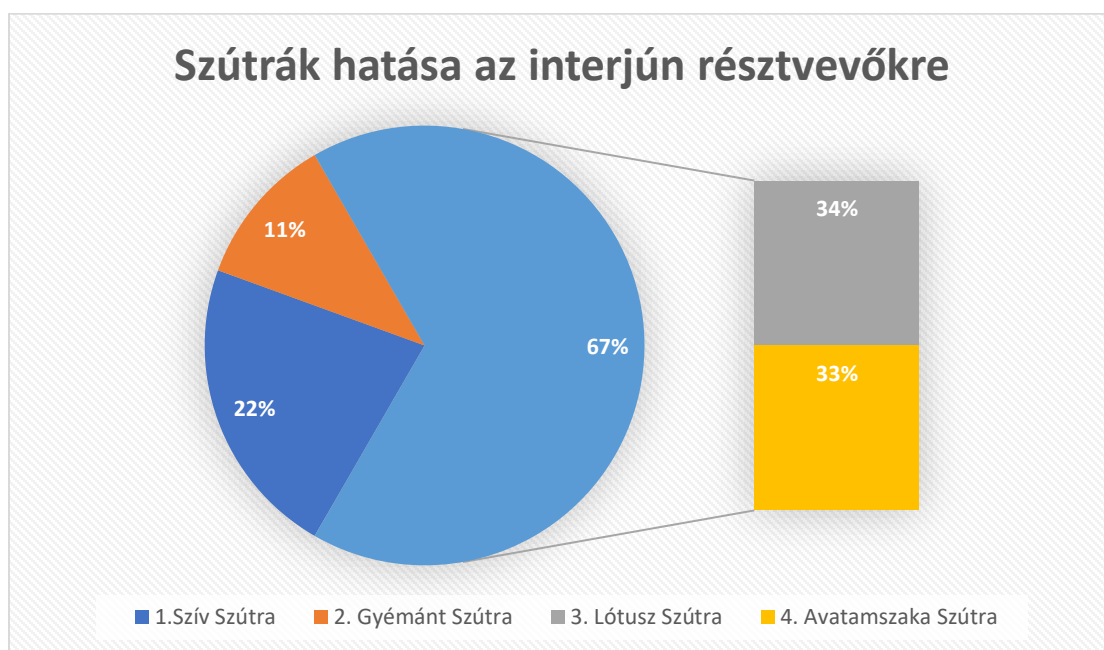
5. Összegzés

A színészekkel készített interjú is bizonyítja azt, hogy az 'én', valójában az, amivel éppen azonosítom magam, mint személyt. Lehet ez mások általi megítélés, magamra aggatott jelzők, mégis, amikor az önvalóról van szó, a megkérdezett színészek a tapasztalóról beszélnek. Aki úgy van jelen az életünk színpadán, hogy sose fedi fel magát. A gyakorlat által viszont tapasztalhatóvá válik. A kérdésekre adott válaszok alapján, valamint ismerve, azt a zen közösséget ahol gyakorolnak, elkészítettem egy kör diagrammot. A diagramm⁸⁸ azt mutatja be, hogy a válaszaik alapján, melyek azok a Szútrák, amelyek tanításait, a gyakorlatok által -akár tudatosan, akár tudat alatt- beépítették az életükbe. Míg a szív szútra tanítása, amely folyamatosan jelen van a közösségben, így tudatosan hat rájuk csak 22%-ban hat ténylegesen a mindennapjaikra. Szemben azzal a tanítással mely tudat alatt, az énekek által hat rájuk; a Lótusz és Avatamszak szútrával amelyek együttesen 67%-ban jelennek meg az életükben. Ezt azért tartom fontosnak így kiemelni, mert egyrészt, minden gyakorlat hatással van ránk, hatással van a tudatunkra. Másrészt, ebből is látszik, hogy tudatosan egyik gyakorló sem tudta volna kijelenteni, hogy melyik Szútra hatott rá és mennyiben. Egyszerűen beépítették a tanításokat és a mindennapjaik részévé vált. Látszólag a gyakorlat teljesen egyszerű: 'legyél jelen', 'csak gyakorolj', 'ébredj fel és segíts másokon'. Valójában a zen gyakorlat akkor lesz teljes, ha a gyakorló ezeket az egyszerű lépéseket, -mint meditáció, éneklés és leborulás-rendszeresen végzi. Nem vár el semmit, nem akar semmit, csak leül és meditál, csak énekel, csak leborulást végez. A zen meditáció alatt megtapasztalható buddha természet, valójában nem egy újkori vízió. A gyakorlatok által visszalehet térni a gondolatok elé, ahol a buddha természet eggyé válik a megismerő tapasztalóval. Ahogy a Buddha tanította, ezt nevezik középútnak. Ahol már nem magunkért fogunk gyakorolni, hanem másokért. Mert megismerve és járva az utat, rájövünk, hogy nincs egyéni megszabadulás. Nincs olyan, hogy 'én' elértem a megvilágosodást. A megismerés ezen pontján belátható, hogy mindent a tudatunkkal teremtünk. Milyen világban szeretnénk élni? Milyen világot teremtünk? A buddha természet nem indít háborúkat a szeretet nevében, nem teszi élehetlenné a világot. A zen gyakorlása által minden

⁸⁷ Thomas Clearly 1993. The Flower Ornament Scripture: A Translation of the Avatamsaka Sutra.

⁸⁸ 4. ábra Szútrák hatás az interjú résztvevőkre

visszatér az egyhez és mindenséggé válik. A színész kilép a szerepéből az előadás után, és elhagyja a színpadot. A gyakorlat fő feladata, hogy lássuk meg milyen szerepeink vannak, tapasztaljuk meg, hogy ezeket a szerepeket, hogyan tudjuk helyesen játszani. Akikkel interjút készítettem, már több éve gyakorolnak zen közösségben. A szútrák észrevétlen módon hatottak rájuk, és beépítették a mindennapjaikba, eszerint cselekszenek a mindennapokban. Tehát a zen nem egy világmegváltó közösség. A zen nem ígér semmit és nem ad semmit. Az ember, a gyakorló az, aki cselekszik. A cselekvő tudat pedig megtapasztalhatja az önvalót. Tehát a színészet és a zen gyakorlat öndefiníciója a cselekvő tudat megtapasztalásában rejlik.



4. ábra Szútrák hatás az interjú résztvevőkre

⁸⁹ Szútrák határa az interjú résztvevőkre

6. Irodalomjegyzék

- Barbara, H. (2018). *Izumo no Okuni Queers the Stage*. Forrás: <https://www.degruyter.com/document/doi/10.1525/9780520969971-008/html?lang=de>[letöltve:2022.07.29]
- Bentley, E. (2005). *A dráma élete*. Pécs: Jelenkor.
- Chang, P. *Performing Feminity: Exploring Onnagata Kabuki In Japanese Theatre*. Forrás: <https://journal.lib.uoguelph.ca/index.php/footnotes/article/view/5951/5841>[letöltve:2022.08.01]
- Cortes, S. (2018). A színész teste-a színészképzés fizikai módszerei. *Doktori értekezés, Színház-és Filmművészeti Egyetem*.
- Cseke, Á. *Szóval Élek*. Forrás: <https://terebess.hu/gabor/cseke.pdf> [letöltve:2022. 07.30].
- Dobosy, A.. *A mély meghaladó bölcsesség szíve szútra*. Forrás: <http://www.zen.hu/szivszutra>. [letöltve:2022. 08.01].
- Donald L., P. (2016). *Kojiki*. Princeton University Press.
- Donald, K. (1955). *Anthology of Japanese Literature: From the Earliest Era to the Mid-Nineteenth Century*. New York: Grove Atlantic.
- Donnellan, D. *A színészet és a célpont*. Forrás: http://www.epa.hu/02900/02997/00003/pdf/EPA02997_jatekter_2016_3_036-043.pdf[letöltve:2022. 07.26].
- Fischer-Lichte, E. (2009). *A performativitás esztétikája*. Budapest: Balassi.
- Fórizs, L. (2008). *Seung Sahn, A zen iránytűje*.
- Goodall, J. (2002). *Performance and Evolution in the Age of Darwin*. London-New York: Routledge.
- Goodall, J. (2008). *Stage Presence*. London-New York: Routledge.

- Hamvas, B. *Zen Tanulmánya*. Forrás:
<https://terebess.hu/keletkultinfo/hamvasbela.html#zen>[letöltve:2022.07.30.]
- Kazár Lajos. (1982). *KO-DZSI-KI 'Régi történetek feljegyzései'*. Forrás: terebess.hu:
<https://terebess.hu/keletkultinfo/kodzsiki.pdf>[letöltve:2022.07.30.]
- Kokubu, T. (1984). *A japán színház*. Budapest: Gondolat.
- Komár, L. (2013). *A zen története. MA-szakdolgozat*.
- Kulatilaka, K. *Puppet Theatre-Bunraku in Japan*. Forrás:
<http://repository.kln.ac.lk/jspui/bitstream/123456789/5525/3/puppet%20thetre.pdf>
[letöltve:2022. 08 01].
- Logan, J. (1974). *Japanese Theatre*. New York : Hermatige House.
- Murasaki, S. *Genji Monogatari* . Forrás: http://www.yorku.ca/inpar/genji_kenchio.pdf
[letöltve:2022. 07 30].
- Nemeshegyi, P. (2020). *A kelet-ázsiai vallások története*. Budapest: L'Hartmann.
- O'Neill, P. (1958). *Early No Drama: Its Background, Characters and Development 1300-1450*. London: Lund Humphries.
- Pine, R. (2002). *The Diamond Sutra*.
- Pine, R. (2004). *The heart sutra*.
- Porter de, E.. *Zeami's Talks on Sarugaku*. Forrás: Chapter 1.:
https://brill.com/display/book/9789004487581/B9789004487581_s004.xml
[letöltve:2022. 07 30].
- Power, C. (2008). *Presence in Play, A Critique of Theories of Presence in the Theatre* .
Amsterdam-New York: Rodopi.
- R.H.P., M., & J.G., C. (2004). *Japán Története*. Forrás: terebess.hu:
<https://terebess.hu/keletkultinfo/mason.pdf>[letöltve:2022.07.28]
- Rosner, K. (2012). *A színészi jelenlét és a csend dramatikus-teátrális játéka*. Budapest: L'Hartmann.

- Rosner, K. *Hogyan tanítható a színészi jelenlét?* . Forrás:
http://www.epa.hu/03000/03040/00465/pdf/EPA03040_szinhaz_2006_02_52-56.pdf[letöltve:2022. 07 25].
- Tadashi, S. *A kultúra a testben lakik*. Forrás:
http://epa.niif.hu/03000/03040/00465/pdf/EPA03040_szinhaz_2006_02_56-59.pdf[letöltve:2022. 07 29].
- Tosa, Naoko, Konoike, Ryotaro, Nakatsu, & Ryohei. *Kabuki-Mono The Art of Kumadori Facial expression for Manga and Cosplay*. Forrás:
<https://core.ac.uk/download/pdf/323172203.pdf> [letöltve:2022. 08 01].
- Tsugunari, K., & Akira Yuvama. (2009). *The Lotus Sutra*.
- Valpola, R. *A Buddha tanítása*. Forrás: <https://terebess.hu/keletkultinfo/rahula.pdf> [letöltve:2022. 08 03].
- Végh, J. *Dógen Zen mester magyarul elérhető írásai*. Forrás:
<https://terebess.hu/zen/dogen/Dogen-magyar.pdf>. [letöltve:2022. 06 20].
- Vekerdi, J. *Buddha beszédei*. Forrás: <https://mek.oszk.hu/01900/01901/01901.pdf> [letöltve:2022. 06 20].
- Vekerdy, T. *A színészi hatás eszközei - Zeami mester művei szerint*. Forrás:
<https://terebess.hu/keletkultinfo/Vekerdy-Tamas-A-szineszi-hatas-eszkozei-Zeami-mester-szerint.pdf>. [letöltve:2022. 06 24].
- Walter, B. (1969). *A műalkotás a technikai sokszorosíthatóság korszakában*. Budapest: Gondolat.