

Noh và Thiền: Khi sân khấu mô tả con đường vượt thoát thực tại

ISSN: 2734-9195 15:43 24/09/2026

Diễn viên Noh kết hợp trải nghiệm thực tại với đồng thời một quá trình trừu tượng hóa và khách thể hóa cái tôi trong một trật tự lớn hơn. Diễn viên đạt được điều đó bằng cách làm chủ những kỹ thuật nội tâm của tâm trí.

Một diễn viên Noh không đơn thuần bước lên sân khấu: họ hiện ra. Và họ cũng không chỉ rời khỏi sân khấu: họ biến mất.

Sự khác biệt ấy không chỉ mang tính thi vị. Noh (là thể loại nhạc kịch truyền thống cổ điển lâu đời nhất của Nhật Bản, được phát triển từ thế kỷ 14) diễn ra trong thực tại sân khấu nơi người sống và người chết có thể gặp nhau, những hồn ma có thể nằm mộng, còn thân thể vật chất của diễn viên dường như gần như tan biến. Phật giáo tham dự một cách sâu sắc vào việc kiến tạo nên thế giới sân khấu kỳ lạ và tuyệt đẹp ấy.

Bài viết về Thiền và Noh nhằm giới thiệu loại hình nghệ thuật đặc biệt này, đồng thời chỉ ra một số phương diện cho thấy Noh cũng như hệ thống động tác của nó đã được Phật giáo định hình sâu sắc như thế nào. Ảnh hưởng của Phật giáo đối với Noh hiện diện trên nhiều bình diện: thực hành, văn bản, nghệ thuật, thi ca, nghệ thuật sân khấu và rộng khắp trong toàn bộ cấu trúc của loại hình này.



Noh chơi Hagoromo . Bản quyền hình ảnh Nhà hát kịch Yamanoto Noh

Không thể đánh giá thấp ảnh hưởng của Thiền đối với Noh, cả trên phương diện tổng thể lẫn những biểu hiện cụ thể.

Sự truyền bá Thiền sơ kỳ tại Nhật Bản chịu ảnh hưởng sâu sắc từ sự giao lưu với Trung Hoa: các thiền tăng Trung Hoa đi sang Nhật Bản, trong khi các tăng sĩ Nhật Bản cũng sang Trung Hoa học đạo. Các học giả, nghệ sĩ, văn nhân và những người tinh thông đời sống tâm linh khi ấy đều có tư tưởng cởi mở, sẵn sàng lên đường; họ tiếp nhận những yếu tố văn hóa Nhật Bản vào Thiền với một tinh thần hào hứng, đồng thời mang theo một trình độ sáng tạo mang tính liên lục địa, vốn còn mới mẻ đối với Nhật Bản.

Đến thời Zeami (khoảng 1363-1443), người đặt nền móng, nhà soạn kịch và lý luận gia lớn của Noh - các thiền tăng đã phần lớn là người Nhật. Tuy nhiên, tinh thần cởi mở và sức sáng tạo được truyền lại từ các thiền tăng Trung Hoa vẫn còn nguyên sức sống. Từ đó hình thành ảnh hưởng mạnh mẽ của Thiền đối với nhiều loại hình nghệ thuật từ mỹ học đến võ thuật cũng như sự xuất hiện của đông đảo tăng sĩ xuất chúng trong các lĩnh vực ấy. Không nghi ngờ gì, môi trường sáng tạo và biểu đạt mà Thiền tạo ra trong nhiều lĩnh vực khác nhau đã có sức hấp dẫn đặc biệt đối với tài năng nghệ thuật của Zeami.



Vở kịch Noh từ Liên hoan Nghệ thuật Hồng Kông lần thứ 53. Trường Noh Hosho. Nguồn: news.artsfestival.org

Cụ thể, tại triều đình của Tướng quân Ashikaga Yoshimitsu (1358–1408), Thiên đã biến đổi một truyền thống vốn đã tinh tế của việc đọc thơ cổ điển và sáng tác thơ mới thành một hình thức vừa thông tuệ, vừa có khả năng chuyển tải những nhận thức tâm linh thông qua các hình ảnh thi ca về thiên nhiên.

Việc đưa Thiên - khi ấy rất thịnh hành vào những sinh hoạt thơ ca và liên ca (renga - thể thơ liên kết của Nhật Bản) vốn có tại triều đình đã tạo nên một phong cách sáng tác tinh tế, hàm súc và giàu tính gợi mở. Bản thân Zeami cũng là một thi nhân tài hoa. Ông đưa thơ cổ điển Trung Hoa và Nhật Bản vào các vở diễn, xây dựng nhiều đoạn kịch dựa trên những câu thơ ấy, qua đó làm giàu thêm sức biểu đạt và chiều sâu của tác phẩm. Điều này nâng cao cả chất lượng tinh thần lẫn giá trị văn chương của Noh.

Zeami học khái niệm hana - “hoa” từ nhà thơ Nijo Yoshimoto, rồi vận dụng lại khái niệm ấy vào Noh. Hana là sự tạo sinh cảm thức mới mẻ xuất hiện ngay trong lòng cái quen thuộc, là sự tỉnh thức tâm linh được biểu đạt bằng phương tiện nghệ thuật.

Quan trọng hơn, Zeami nhìn thấy trong Thiên thực hành một khả năng đặc biệt: đưa những nguyên lý tâm linh vào nghệ thuật, khiến chúng trở thành hiện thực sống động trong nghệ thuật. Theo đó, bản thân sự vật có thể trở thành con đường dẫn đến giác ngộ.

Ông nhận ra rằng chính sân khấu, với tư cách là sân khấu, cũng có thể trở thành một trong những con đường ấy.

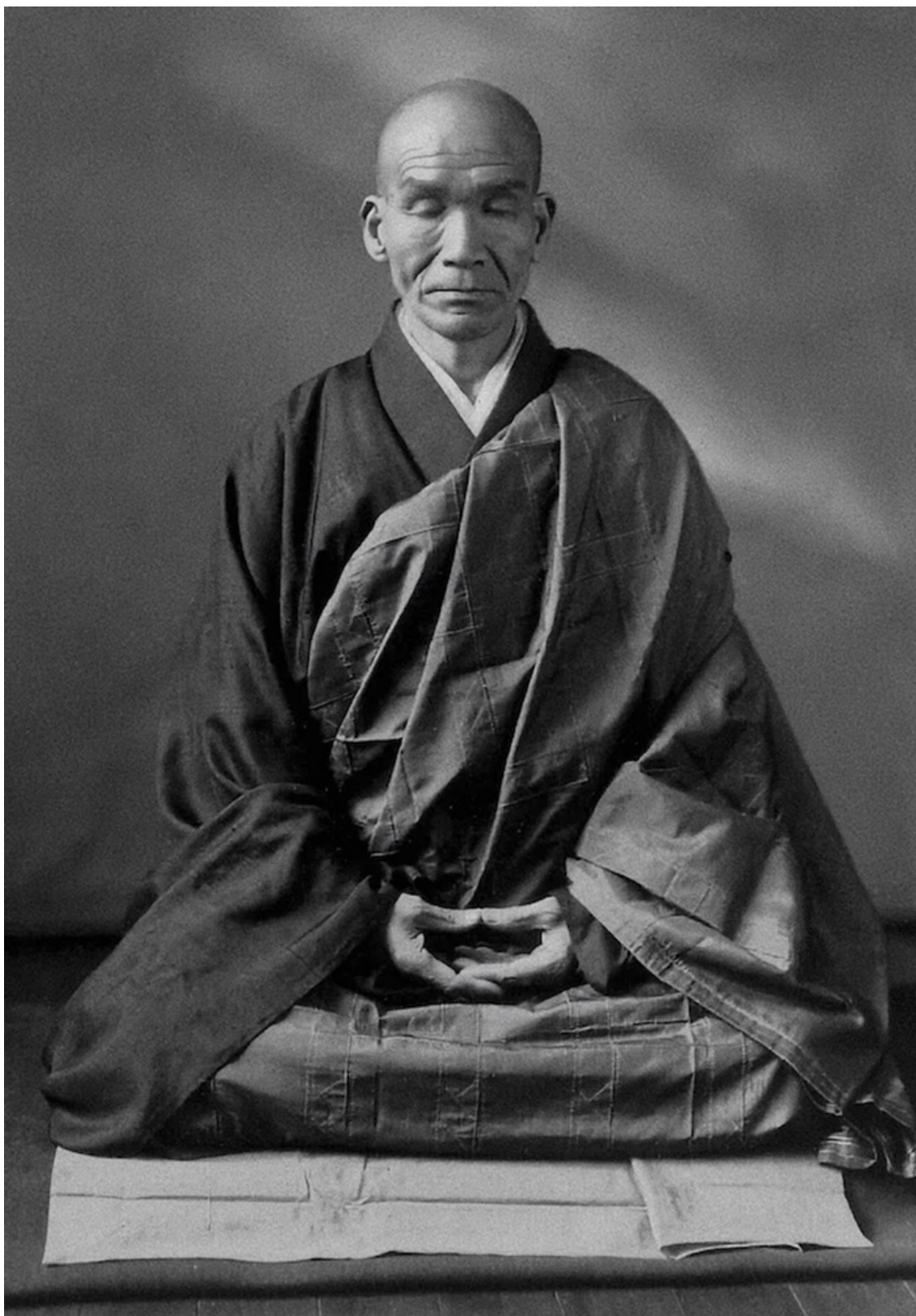
Không cần đến biểu tượng hay những lời giải thích. Zeami dần nhận thấy Noh có thể đem đến một trải nghiệm về cái không thể diễn đạt bằng lời cũng như kinh nghiệm giác ngộ trong thiền định vốn không thể chuyển tải trọn vẹn bằng ngôn từ.

Khuynh hướng tâm linh của Zeami tìm được con đường biểu đạt trong Noh thông qua Thiền. Ông chủ trương phản ánh cung cách ứng xử, sinh hoạt và thị hiếu của triều đình; mà Thiền vốn đã là một phần trong cung cách ứng xử và thị hiếu ấy.

Zeami gần như không có đối thủ về khả năng trình diễn, và hầu như không ai sánh được với ông về phương diện lý luận. Tuy nhiên, ông được biết đến nhiều nhất với tư cách một nhà soạn kịch.

Sự am hiểu sâu sắc của Zeami về các hình thức nghệ thuật Noh, bao gồm cả nghệ thuật cấu trúc và sáng tác, kết hợp với thực hành tâm linh của chính ông trong tư cách một cư sĩ xuất gia, đã trở thành nền tảng cho những trước tác lý luận và các giáo huấn truyền mật của ông.

Vì vậy, các trước tác của Zeami gắn kết không thể tách rời những trạng thái của tâm với sự hiện thân vật chất trong trình diễn. Chúng được viết từ góc nhìn của một người biểu diễn đồng thời là một người sáng tạo. Xét trên phương diện ấy, các tác phẩm lý luận của Zeami có thể là một trường hợp độc nhất trong văn học thế giới.



Kodo Sawaki ngồi thiền Zazen, năm 1920. Nguồn: wikimedia.org

Để hiểu ý nghĩa của một cảnh nang nghệ thuật sân khấu được củng cố bằng những nguyên lý và thực hành tâm linh, có thể tiến hành một so sánh.

Luận thư *Phong cách và Hoa* (Style and the Flower) của Zeami không có tác phẩm tương đương ở phương Tây. Có truyền thuyết cho rằng nhà viết bi kịch Hy Lạp Sophocles - người đồng thời là một vũ công xuất sắc từng viết một tác

phẩm về lý luận trình diễn, nhưng tác phẩm ấy đã thất truyền.

Thi pháp học (Poetics) của Aristotle hoàn toàn không đặt nền tảng trên nghệ thuật trình diễn; hơn nữa, Aristotle chưa từng chứng kiến một buổi biểu diễn mà ông có thể trực tiếp quan sát. Ông cũng không phải là diễn viên.

Trong khi đó, Natyashastra - bộ kinh điển cổ đại của Ấn Độ về nghi lễ và nghệ thuật múa, được quy cho bậc thầy vũ đạo Bharata (hoạt động khoảng thế kỷ II trước Công nguyên thế kỷ II) là một bộ tổng hợp các kỹ thuật múa nghi lễ.

Còn Phong cách và Hoa của Zeami là sản phẩm của một tâm trí, một bàn tay và một đời người.

Một trong những mục tiêu của thực hành Phật giáo cá nhân là vượt thoát cái tôi. Một mục tiêu khác là vượt qua thực tại vật chất vốn mang tính huyền hóa. Cả hai đều tìm thấy một sự tương ứng trực tiếp trong nghệ thuật trình diễn Noh.

Theo nghĩa đơn giản nhất, vượt thoát là trải nghiệm một thực tại nằm ngoài thực tại được xác định bởi nhận thức giác quan.

Thiền tiếp nhận quan niệm quen thuộc rằng thực tại và diện mạo của thực tại là hai điều khác nhau, nhưng đồng thời đưa thêm vào đó một nhận thức đầy sức gợi: tuy điều này đúng, nhưng thực tại và diện mạo của thực tại cũng chính xác là cùng một thứ.

Bậc thầy Noh đương đại của phái Kita, Matsui Akira, giải thích rằng thứ “thư pháp vô hình” mà diễn viên “viết lên không trung” mới là cái chân thực hơn.

Nhà thơ Mỹ Kenneth Rexroth (1905-1982) viết về việc vẫn duy trì sự kết nối với bản thể nguyên sơ của mình trong khi đồng thời thực hiện những công việc khác:

+ Thiền Trung Hoa sẽ hỏi: “Bạn có thể CHẾT và uống một tách trà không?”

+ Trong khi Thiền Nhật Bản sẽ hỏi: “Bạn có thể chết và UỐNG MỘT TÁCH TRÀ không?”

Một trong những điều đầu tiên được vượt qua trong Noh là nhận thức giác quan; đồng thời, chính nhận thức giác quan ấy lại được tôn vinh.

Các kỹ thuật thiền định bao gồm những hoạt động nhằm nuôi dưỡng khả năng tiếp nhận các trạng thái ý thức siêu việt, đồng thời rèn luyện khả năng kiểm soát thân thể. Zeami đã tiếp thu những kỹ thuật này.

Nhận thức giác quan có thể dẫn người tu tập, diễn viên hoặc khán giả đến một trạng thái siêu việt; nhưng một khi đã vượt thoát, thực tại vật chất được buông bỏ: nó vẫn tồn tại, nhưng không còn là thực tại quyết định trải nghiệm.

Sự vượt thoát của diễn viên Noh khỏi tổng thể các hình thức nghệ thuật cấu thành Noh có thể được hiểu theo cách ấy.



Sự biến đổi, che giấu, trừu tượng hóa và vượt thoát thực tại vật chất thông thường xuất hiện dày đặc trong Noh, từ trạng thái hạn chế cảm giác của vũ công trong những bộ trang phục nặng nề cùng chiếc mặt nạ che kín khuôn mặt, cho đến sân khấu hình lập phương trống rỗng, dường như lơ lửng, nơi mọi câu chuyện đều có thể diễn ra.

Chuyển động trong Noh được đặc trưng bởi sự từ chối tính vật chất của thân thể.

Diễn viên, dù đóng vai nam hay nữ, đều mặc những bộ trang phục che khuất vóc dáng. Hình dáng cơ thể mà họ tạo nên không phải là đường nét thực của thân thể mà khán giả nhìn thấy. Trong Noh, các bộ trang phục phủ lên cơ thể con người còn được tạo thêm độ dày và khối lượng mang tính điêu khắc.

Tương tự, ca hát và vũ đạo sử dụng những mô thức bước chân và âm thanh không mang ý nghĩa theo nghĩa đen, vì thế cũng không tạo ra những bản sắc riêng biệt.

Hồn ma và người sống hành động, tương tác, di chuyển và nói năng theo cùng một cách. Nam và nữ cũng nói và chuyển động theo cùng một phương thức. Những biểu đạt của họ không mang tính trực nghĩa hay mô phỏng hiện thực.

Trong Noh, vũ đạo không có giới tính. Các vở Noh diễn ra ở một tầng tồn tại và thực tại khác biệt, nơi người sống và người chết có thể giao tiếp với nhau. Người ta nói các nhân vật “hiện ra” và “biến mất”, thay vì “bước vào” và “bước ra” sân khấu.

Mọi nhân vật trong một vở Noh đều nói, hát và chuyển động theo một cách phi tự nhiên, khác với thế giới đời thường. Họ lướt đi và trôi nổi; họ ngâm xướng và than khóc về số phận tâm linh của mình như những nhân vật đã thoát khỏi thân xác, tồn tại trong một cõi tâm linh nơi tất cả đều di chuyển và trò chuyện theo một phong cách phi thân xác, được cách điệu hóa.

Đó là một thế giới đẹp một cách rõ rệt khác thường, thôi miên người xem. Các nghệ sĩ trống điểm xuyết bầu không khí tinh luyện ấy bằng những tiếng kêu vang những tiếng thét thực sự mang sắc thái của tiếng hú trong nghi lễ shaman.

Con người có thể trôi nổi và bay trong giấc mơ. Zeami đã sáng tạo Noh Mộng (Dream Noh, mugen noh) như một thể loại riêng, trong đó những nhân vật vốn đã phi thân xác lại xuất hiện lần nữa trong giấc mộng của một hồn ma.

Zeami đã hệ thống hóa nhịp điệu, động tác và mô thức ngâm xướng của Noh, tạo nên một phong cách thanh nhã và tuyệt mỹ.

Chủ đề của các vở Noh được chia thành năm loại: kịch thần, kịch chiến binh, kịch người sống, kịch phụ nữ và kịch quý.

Mỗi loại đều xoay quanh những nhân vật phần lớn là người đã chết đang ở trong những trạng thái khác nhau của quá trình giải thoát.

Giống như những linh hồn trong Địa ngục của Dante, các hồn ma bị mắc kẹt và ám ảnh bởi điều mà khi còn sống họ yêu quý nhất, một sự chấp chước mà họ không thể đoạn lìa.

Bi kịch của những hồn ma, những kẻ vĩnh viễn không thể thỏa mãn khát vọng về tình yêu, vẻ đẹp, mất mát, tha thứ hay báo thù, cuối cùng trở thành một cách nhìn lại mang tính tôn giáo đối với câu hỏi: sống là gì, chết là gì và con người thực sự mong muốn điều gì.

Chính trong mối giao hội giữa những cấu trúc siêu hình ấy chẳng hạn việc phủ nhận thực tại vật chất để thiết lập không gian cho câu chuyện với sự dựa vào các kỹ thuật thiền định, bao gồm kiểm soát hơi thở, “buông bỏ tâm” (dropping the mind) và “thu nhiếp năng lượng” vào vùng bụng dưới (hara), mà cơ thể con người của diễn viên thực sự trải nghiệm một sự chuyển hóa của ý thức; đồng thời, những tác động nghệ thuật của sức mạnh ấy cũng được biểu hiện thông qua các hình thức nghệ thuật.

Điều kiện căn bản của thiền định là quan sát và tỉnh thức.

Giống như một hành giả thiền định, diễn viên Noh kết hợp trải nghiệm thực tại với quá trình trừu tượng hóa và khách thể hóa cái tôi trong một trật tự lớn hơn. Diễn viên đạt được điều đó bằng cách làm chủ những kỹ thuật nội tâm của tâm trí.

Cuối cùng, cái tôi được quên đi, một trật tự lớn hơn xuất hiện và thực tại được định hình lại đối với cả diễn viên lẫn khán giả.

Tác giả: **Joseph Houseal**/Chuyển ngữ: **Thiện Pháp**

Nguồn: <https://www.buddhistdoor.net/features/noh-and-zen/>

** Bài viết được chuyển thể từ cuốn Buddhist Dances, Movement & Mind (Vũ điệu Phật giáo, Chuyển động & Tâm thức), Motilal Banarsidass, 2025, của Joseph*

Houseal.

** Đón đọc trong số tới: “Những kỹ thuật chung giữa thiền Thiền tông và chuyển động Noh”.*

** Buddhist Dances: Movement & Mind là khóa học do Joseph Houseal giảng dạy, dựa trên năm chương đầu của cuốn sách, lần lượt về Nhật Bản, Ấn Độ, Nepal, Bhutan và Sri Lanka. Khóa học sẽ được tổ chức thông qua Yangchenma Arts & Music vào mùa thu năm 2026.*