

به نام خدا

بازیگری و دیگر هیچ

نویسنده :

اسرافیل شیرازی

انتشارات ارسطو
(چاپ و نشر ایران)
۱۳۹۹

سرشناسه: شیرازی، اسرافیل، ۱۳۵۴ -
عنوان و نام پدیدآور: بازیگری و دیگر هیچ / نویسنده اسرافیل شیرازی.
مشخصات نشر: مشهد: ارسطو، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری: ۲۳۰ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۳۲۴-۳۴-۲
وضعیت فهرست نویسی: فیفا
موضوع: بازیگری (نمایش) -- راهنمایی شغلی
موضوع: Acting -- Vocational guidance
موضوع: بازیگری (نمایش) -- راهنمای آموزشی
موضوع: Acting -- Study and teaching
رده بندی کنگره: PN۲۰۵۵
رده بندی دیویی: ۷۹۲/۰۲۸۰۲۳
شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۴۴۴۹۱

نام کتاب: بازیگری و دیگر هیچ
نویسنده: اسرافیل شیرازی
ناشر: ارسطو (با همکاری سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۹
چاپ: مدیران
قیمت: ۱۰۰۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۳۲-۴۳۴-۲
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۵۱۱۰۴۴۶۱
www.chaponashr.ir



تقدیم به پزشکان و پرستاران که در این روزهای سخت مقابله با
ویروس خطرناک کرونا با ایثار و از خودگذشتگی زیباترین جلوه ی هنر
را به نمایش گذاشته اند.

فهرست مطالب

عناوین	شماره صفحه
پیش گفتار	۷
فصل اول	۱۰
کشف	۱۱
چه کسانی بازیگر نمی شوند	۱۲
هنر چیست	۱۵
مهارت بازیگری	۱۶
منتقدین	۲۲
فرم	۲۵
عناصر و مهارت ها	۲۸
رها سازی	۳۲
فصل دوم	۳۵
یوگا	۳۶
تکنیک	۳۹
رقص	۴۶
پانتومیم	۵۲
میم	۵۶
اتولوژی یا رفتار شناسی	۶۶
زبان بدن	۷۵

فصل سوم	۹۸
فن بیان بازیگر	۹۹
زبان	۱۰۰
صوت	۱۰۷
واژه	۱۲۰
نقش‌واژگان	۱۲۶
جمله	۱۳۰
صدا	۱۳۴
مهارت تنفس	۱۳۶
خواندن	۱۴۴
فصاحت و بلاغت	۱۵۸
مخاطب	۱۵۹
برخی از اصطلاحات تخصصی سینمایی	۱۷۰
منابع	۲۲۸

پیش گفتار

حکیم بوعلی سینا^۱ میفرماید ((برخی چنان سرگرم میراث علمی گذشتگانند که فرصت مراجعه به عقل خود را ندارند و اگر هم فرصتی دست دهد حاضر نیستند اشتباهات و لغزش‌های آنان را اصلاح و جبران کنند.)).

متأسفانه برخی از روشنفکران و اساتید هنر، دچار این تصور اشتباهند که چیزی نیست که غربی‌ها پیش‌تر از ما درباره‌اش فکر و تحقیق نکرده باشند! این خود کم‌بینی و عدم اعتماد به نفس همراه اشتیاق زندگی پر زرق و برق، از علل تقلید و گرایش به فرهنگ مصرفی است. وجه اصلی آموزش تغییر رفتار و مهارت اندیشیدن است. انسان تنها موجودیست که دارای قوه‌ی تفکر است و میتواند با اندیشه نوع تفکر حاکم بر زندگی‌اش را رصد کرده و اصلاح کند. واجب است تحت تاثیر نگاه، فلسفه و آیینی خاص قدرت آزاداندیشی را از خود سلب نکنیم.

۱. ابوعلی حسین بن عبدالله بن حسن بن علی بن سینا، مشهور به ابوعلی سینا، ابن سینا، پورسینا و شیخ الرئیس زادهٔ ۳۵۹ ه‍.ش در بخارا - درگذشتهٔ ۲ تیر ۴۱۶ در همدان، ۹۸۰-۱۰۳۷ میلادی همه‌چیزدان، پزشک، ریاضی‌دان، منجم، فیزیک‌دان، شیمی‌دان، روان‌شناس، جغرافی‌دان، زمین‌شناس، شاعر، منطق‌دان و فیلسوف ایرانی او از مشهورترین و تأثیرگذارترین فیلسوفان و دانشمندان ایران زمین است که به‌ویژه به دلیل آثارش در زمینه فلسفه ارسطویی و پزشکی اهمیت دارد. وی نویسنده کتاب شفا یک دانشنامه علمی و فلسفی جامع است و القانون فی الطب یکی از معروف‌ترین آثار تاریخ پزشکی است.

وی ۴۵۰ کتاب در زمینه‌های گوناگون نوشته‌است که شمار زیادی از آن‌ها در مورد پزشکی و فلسفه است. جرج سارتن در کتاب تاریخ علم، وی را یکی از بزرگترین اندیشمندان و دانشمندان پزشکی می‌داند. همچنین وی او را مشهورترین دانشمند دیار ایران می‌داند که یکی از معروف‌ترین‌ها در همهٔ زمان‌ها و مکان‌ها و نژادها است. همچنین وی در زمرهٔ فیلسوفان بزرگ جهان قرار دارد. دانشنامهٔ فلسفهٔ دانشگاه تنسی ابن سینا را تأثیرگذارترین فیلسوف جهان پیش از دوران مدرن معرفی می‌کند. کتاب قانون ابن سینا در پزشکی به سال ۱۹۷۳ در شهر نیویورک ایالات متحده آمریکا تجدید چاپ گردیده است.

بوکهارت^۱ معتقد بود ((فرهنگ در اجزای خود متجلی میشود و فلسفه عرصه‌ای مستقل از زایش اندیشه نیست بلکه تابعی از تجلیات فرهنگ است. اندیشه صرفاً بازتاب دهنده‌ی فرهنگی است که در خدمت آن است.))

مهم است که بدانیم در خدمت چه فرهنگ و نگاهی هستیم. هنر وجه پایدار زندگی است و ما باید بدانیم که به پایداری چه نوع نگاهی کمک میکنیم، اگر بینش نداشته باشیم هضم میشویم.

هنر با دین، سیاست، فلسفه، و مذهب کاری ندارد. این فلاسفه، سیاسیون و زعمای دینی هستند که برای ماندگاری و سرایت، هنر را برگزیده اند. خیلی مهم است که بعنوان هنرمند بدانی در خدمت چه فرهنگی، چه مرام سیاسی، مدل اقتصادی، مبنای اخلاقی، دستگاه فلسفی، نگاه دینی، و مذهب یا آیینی هستی.

روزی کشیشی در جمع بچه‌ها سکه‌ای بالا گرفت و گفت: این سکه را به کسی میدهم که بگوید بهترین فرد عالم چه کسی است؟ یکی گفت: میکلائل. کشیش پرسید چرا؟ بچه جواب داد: چون با تصویرگری در کلیسای بزرگ جهنم و بهشت را به ما نشان داد. دیگری گفت: ژاندارک چون در راه مسیحیت جانانه مبارزه کرد. ناگهان بچه‌ای فریاد زد: مسیح. کشیش گفت: آفرین او را خواست و سکه را به وی داد. بچه‌ها اعتراض کردند و گفتند که نباید سکه را به او میدادید چون او یک یهودی است. بچه را آوردند و کشیش از او پرسید چرا گفتی مسیح بهترین فرد عالم است؟ بچه گفت: باید دید سکه رو به چه چیزی میدن.

اگر تحت سیستمی جایزه بگیر و رقابتی تربیت شوید، نگاه و ارزش وجودیتان را که بزرگترین سرمایه و نعمت است با جوایز قراردادی سودا می‌کنید. حال آنکه هنرمند واقعی روحیه‌ی نفع جمعی و رضایت گروهی دارد. اکنون که دانستیم پول و شهرت دست چه کسانی است به تکوین و پرورش استعدادهایمان فارغ از طمع دریافت دستمزد جایزه می‌پردازیم.

وقتی بدانی هنرمند واقعی کارش واجد ارزش و معناست و ناشی از حماقت جماعت مزور نیست اگر شرف داشته باشی کار جعلی نمی‌کنی.

۱. تیتوس بورکهارت، آلمانی سوسی‌تبار، پژوهشگر در زمینه هنرهای اسلامی، معماری و تمدن اسلامی بود و پس از دیدار با فریتهوف شونون به سنت گرایان و اصحاب حکمت خالده پیوست. او کتاب‌های بسیاری به انگلیسی، آلمانی و فرانسوی نوشته‌است که برخی به زبان فارسی نیز ترجمه شده‌است.

کانت معتقد بود ((اخلاق باید بر هنر حکومت کند)).

تاثیر که خیلی ها به آن می بالند در هنر اتفاق بزرگی نیست زیرا حاصل توجه حواس ظاهری است و ماهیتی مادی دارد. با یک کنتراست ساده یا کلیشه‌ی از چیدمان متباینات میشود مخاطب را متأثر ساخت. وقتی سوداگران شرافت و روح را به مسلخ شرارت و خودخواهی می برند، این تو هستی که نباید جهت کسب سود، عافیت طلبی و شهرت با این استدلال که اینکارها برای هنر صورت می گیرد و لازم است، سکوت کنی. هیچ چیز مهم تر از شرافت انسانی ات نیست.



منفعت طلبان سودجو با فاسد کردن ذوق مخاطب، هر مزخرفی را بعنوان کار هنری میفروشند و این فاجعه محدود به دیروز و امروز نیست، مادامیکه کمبوداران نامجو در این عرصه جولان دهند بخش وسیعی از تولیدات سخیف و رکیک رادیو، تلویزیون، سینما و تاتر مشمول این روند فساد انگیز است و نتیجه اش تنزل ذوق و سلیقه‌ی مخاطب می باشد.

یک محصول فرهنگی تنها زمانی موجد تفکر است که نظریات و افکار نو را منتشر و منتقل سازد نه اینکه یک نوع تفکر را بارها و بارها تکرار کرده و جانبداری کند. بعنوان یک بازیگر نباید برای دریافت دستمزد یا جایزه، موجب تنزل سلیقه و فساد در ذوق مخاطب شوید.

شما علاقه مند بازیگری هستید و مشتاقید که در این حرفه دیده شوید، حال آنکه هر چقدر این علاقه‌ی شما با درک و درایت بیشتری نسبت به کار بازیگری همراه شود درمی یابید که هنرمند پرکار نیست بلکه گزیده کار است. زمان می برد تا آن سطح از آگاهی برسید که چه کارهایی را نباید در این عرصه انجام دهید. هنرمند فریب ابداعات دستگاه زر و زور و چاپلوسان موجب بگير را نمی خورد و بزرگترین ویژگی اش عدم تجاهل و خودداری است.



فصل اول

- کشف
- چه کسانی بازیگر نمی شوند؟
- هنر چیست
- مهارت بازیگری
- منتقدین
- فرم
- عناصر و مهارت ها
- رها سازی

کشف

هنرمند بودنی است. استعداد در وجود انسان همچون چشمه‌ای جوشان است. کشف این جوشش درونی و برخورداری از آن، پیش از نظر دیگران، توسط خود شخص تایید میشود. هنرمند، گرفتار نوعی خلجان روحی است که بر شخصیتش سیطره دارد! به همین دلیل است که برخی باور دارند، بازیگری امری ذاتی است و از هر کسی ساخته نیست. فقط افراد معدودی در این مهارت مقبولیت می‌یابند. اگر به استعداد و قابلیت اعتقاد داری به خودت اعتماد کن و تردید مکن، بقول علی ابن ابیطالب ((خواید با علم و یقین به مراتب بهتر از عبادت با شک و تردید است)) وقتی یقین داری نترس، اقدام کن. ((عامل کلیدی تمامی موفقیت‌ها عمل کردن است)). پیکاسو

۱_ (فیلم ستاره ساز Star maker به کارگردانی جوزپه تورناتوره را ببینید)

برای بقیه افرادی که قرائتی متفاوت از بازیگری دارند لازم است با این فرضیه وارد فضای یادگیری و کسب مهارت بازیگری شوند که آیا من یک بازیگر هستم؟

با حضور و ایفای نقش در یک فیلم، پاسخ فرضیه‌ی اول دریافت نمیشود. سینما در زمان ما با زد و بندها و ساختار غلط غیراصولی اش عرصه‌ی سهل الوصولی است! هیچکس با بازی در یک فیلم بازیگر نمیشود. زمان می‌برد و سوابق و کار و تجربیات بسیار لازم است. به قول میکال آنژ ((کارهای کوچک کمال ایجاد می‌کند و کمال هم چیز کوچکی نیست)) برای رسیدن به کمال در این حرفه باید حوصله داشته باشید، سخت کار کنید و بر کمالاتان بیافزایید.

با شرکت در تست‌های بازیگری و تایید ضمنی و تلویحی یک یا دو نفر کارگردان هم شما بازیگر نمیشوید. اگر چه ممکن است بعضی از این تست‌ها ارزیابی دقیقی از خلاقیت، هوش، دقت و جسارت شما را ارائه دهد. برای بازیگر شدن لازم است همت کنید. مطالعه و تحقیق کنید. آموزش ببینید و تمرین انجام دهید که توانایی به منصفه ظهور رساندن ابعاد یک شخصیت را در صحنه پیدا کنید. تنها در اینصورت شما استعداد بازیگری دارید. یادتان باشد، هر کودکی هنرمند است لیکن هنرمند ماندن کار هر کودکی نیست.

از طرفی طبق دستورالعمل‌های ابلاغی دولت‌ها به سازمان‌ها و مراکز آموزشی هر کس که دارای سلامت جسمی و روحی باشد میتواند در دوره‌های آموزشی مهارت بازیگری شرکت کند اما

مسالهی اصلی درک این مهم است که صرفاً با شرکت در کلاس بازیگری یا اخذ گواهینامه و مدرک تحصیلی که متأسفانه برخی از مراکز به صورت دیمی آن را به ثبت نام کنندگان اعطاء می‌کنند، کسی بازیگر نمیشود.

۲- (فیلم مخمسه با بازی آلپاچینو را تماشا کنید)



در مقوله‌ی کشف استعداد و سرمایه گذاری روی مهارت بازیگری باید با دقت و عقلانیت تصمیم سازی شود. مبدا تحت تاثیر احساسات آنی اقدام کنید. مثل خیلی‌ها که از مشاهده‌ی ضعف‌ها و ناتوانی بازیگران فیلمی در سینما یا تلویزیون که اخیراً این نقیصه به تاتر هم کشیده شده است، تحریض میشوند برای بازیگری اقدام کنند. بهترین متناظر برای کشف استعداد شما، ندای درونی و وجدان خودتان است. پیکاسو تعبیر جالبی دارد که اینجا میتواند راهگشا باشد ((بعضی نقاشان هستند که خورشید را به یک نقطه زرد تبدیل میکنند و بعضی دیگر هم یک نقطه زرد را به خورشید)) اگر جزو دسته دوم هستید بی‌درنگ اقدام کنید. برای درخشیدن در دنیای هنر باید فکر و عملکردی درخشان داشته باشید. هنر، نگاه نو و خارق العاده را تنفس کردن است.

چه کسانی بازیگر نمی‌شوند

افراد باری به هرجهت و بی هدف که در مسیر زندگی راه گم کرده اند و اراده‌ی کافی برای ساختن حداقل‌ها را ندارند. مرفهین بی دردی که در کنار تمام داشته‌های مادی و زندگی اشرافی توهم آرتیست شدن دارند و بر این باورند که میشود با پول همه چیز را خرید.

اگر مرد یا زنی مطلقه‌ای که برای جبران مافات و شکست‌های جامانده در گذشته ات، بازیگری را برگزیده‌ای سخت در اشتباهی و راه به کعبه مقصود نخواهی یافت. این مهم شامل افراد سرخورده و مایوس از رابطه سرد زناشویی هم میشود، سینما مکانی برای اغنای کمبودهای جنسی تو نیست.

برخی کلاس بازیگری را برای رفع و تخفیف آلام به افراد افسرده تجویز می‌کنند. در جوامع بسته و متحجر که تربیت افراد تابع نگاه سلبی و مملو از محدودیت است، این فرضیه که رهاسازی در

کلاس بازیگری می‌تواند به ترمیم شخصیت منکوب و از دست رفته‌ی فرد کمک کرده و تسکین واقع شود، قوت می‌یابد، لیکن واقعیت این است که کارآموزش مهارت بازیگری سایکودرام نیست. همانطور که جای مناسبی برای سربه راه کردن نوجوان عاصی و بزهکار یا فراموش کردن یک علقه‌ای ناصواب نمی‌باشد. کلاس بازیگری برای افراد ناتوان در جذب جنس مخالف علیرغم الزامات و محذورات آموزشی، بستر مناسبی نیست، خیلی زود با برچسب هیز و نجسب بودن از جمع کلاس طرد می‌شوی.

۳- (فیلم شاه لیر به کارگردانی گریگوری کوزینتسوف را تماشا کنید)

هر چقدر جامعه‌ای دچار آسیب و بحران شود به همان نسبت هم افراد آسیب دیده و معیوب بیشتری برای اقلای کمبودهای شخصی در لباس متقاضی و علاقه مند به بازیگری بروز می‌کنند. بین اجتماعی معتدل با ریزش و آسیب رابطه‌ی معکوس برقرار است. اگر شخصا به این نتیجه رسیدی که فرد کودنی هستی و نمیتوانی در مسیر تحصیل و کار نتیجه بگیری و یا خودت را کلاهبرداری بالقوه تصور می‌کنی دنبال این مهارت نیا.

جهانگیر الماسی^۱ در سال ۱۳۸۵ مثال جالبی در کلاس آموزش بازیگری آموزشگاه سینمایی آپادانا ارائه داد که مطرح کردنش را در اینجا خالی از لطف نمی‌بینم. ((شاید برای شما هم اتفاق افتاده که برای خرید یک بطری یا پاکت شیر به فروشگاه محله تون رفتید و فروشنده با صمیمیت و مهربونی تمام به شما میگه که، ای وای! همین نیم ساعت پیش آخریشو بردن! نداریم به جون شما! خیلی کوچیکم، خانواده رو سلام برسونین. شما قانع میشی و میری _ پیش خودت فکر می‌کنی، چقدر این فروشنده مهربون و محترمه! بعد از رفتن تو فروشنده یه نیگا به جعبه‌ی شیری که پشت یخچالشه و برای مشتریای خاص پنهن کرده میندازه و پوز خند میزنه. شاید هم پیش خودش فکر میکنه چه بازیگر هنرمندی ام من!؟

این هنر نیست! بازیگری هم نیست. این جعل و دروغ‌گویی! بازیگری جعل کردن و دروغ گفتن نیست. بازیگری سر مخاطب رو شیره مالیدن نیست، بازیگری کم فروشی نیست، زد و بند کردن و

۱. جهانگیر الماسی، زاده ۱۳۳۴، تهران از بازیگران ایرانی است. فارغ‌التحصیل رشته شیمی و فوق لیسانس «حقوق و روابط بین الملل» (۱۳۵۵) است. وی فعالیت هنری خود را در تئاتر از سال ۱۳۴۸ در اهواز آغاز کرد و با بازی در فیلم ریشه در خون به کارگردانی سیروس الوند وارد سینما شد. تشکیل «گروه تئاتر آژیده» با «پرویز بشردوست» (۱۳۵۲)، فعالیت در واحد فرهنگی تلویزیون و انتشار «نشریه نوشین» (۵۹ - ۱۳۵۸) از دیگر کارهای اولیه جهانگیر الماسی بوده‌اند. وی در آخرین قسمت از سریال اغما نیز نقش آفریده بود. وی از اساتید دوره بازیگری در آموزشگاه سینمایی آپادانا مشهد بوده است.

دست بوسی و چپلوسی برای در جایی قرار گرفتن نیست. بازیگری سخت تلاش کردن و فهمیدن، سر درآوردنه، دونستنه، ابلاغ حقیقه (!)

۴_ (فیلم جایی برای پیرمردها نیست No country for old men به کارگردانی برادران کوئن را تماشا کنید.)

اگر فکر میکنی میتوانی با غمزه و ادا مردم را به مانند مادرت برای برداشتن یک برش بیشتر از یک متقاعد کنی، سخت در اشتباهی، زیرا آنچه تو را در گذشته به برشی بیشتر از یک رسانده، حس شفقت و مهر مادرت بوده نه مفروضات غلط ذهنی‌ات که تا به حال به حساب توانایی‌هایت گذاشته بودی. مخاطب با تو سابقه و الفت خویشی ندارد، مچت را می‌گیرد و خیلی بد مقتض می‌شوی.

به موارد بالا افراد رند و خود همه فن حریف پندار را نیز اضافه کنید، اینها همان بازنده‌هایی هستند که همواره علیه مراکز آموزشی در دادگاه اقامه‌ی دعوی میکنند.

((من عاشق بازیگری‌ام، حاضرم برای بازیگر شدن هر کاری بکنم))، ((بازیگری و دیگر هیچ))، ((من از انجام این کار حس خوبی دریافت می‌کنم)) این قسم جملات را ضمن بیست سال گذشته با کمی اختلاف بارها و بارها از خیلی‌ها شنیده‌ام. اشتیاق صرف کافی نیست، باید فکری خلاق و به قول محمد حسین باکیده^۱ ((نگاهی متفاوت)) داشته باشید. شجاعت داشته باشید و واقعیت را بپذیرید اینها فقط توجیه تنفس در مسیری غلط است. به قول پیکاسو ((دشمن اصلی خلاقیت، حس خوب است)). تنزیل هنر به سطحی از التذاذ و هوس، افناع میل شهوانی در لباسی است که وجاهت عام دارد. اصرار و سماجت بی‌مورد شما، امکان موفقیت در حیطه‌ای که خیلی بهترید را سلب می‌کند. بین رویاهاتان و واقعیت زندگی، واقعیت را بسازید.

۵_ (فیلم اشک‌ها و لبخندها به کارگردانی رابرت وایز را تماشا کنید)

۱. محمد حسین باکیده: متولد همدان، بازیگر، فیلمنامه‌نویس، کارگردان سینما و از مدرسین با سابقه و صاحب سبک آموزشگاه سینمایی آپادانا در مشهد است. وی در این آموزشگاه بازیگران شایسته‌ای همچون سحر نظام‌دوست بازیگر سینما و تاتر و تلویزیون را تربیت و معرفی نموده است.

هنر چیست



لئون تولستوی^۱ در کتاب هنر چیست تعبیر بسیار زیبایی از هنر و کار جعلی ارائه نموده که میتواند نقشه راه خوبی برای مخاطبان و علاقه مندان بازیگری باشد. ((گفتن این سخن هراس انگیز است ولی باید گفت، آنچه بر هنر روزگار ما رفته همان است که بر روسپی می‌رود، بدین معنا زنی که باید زیبایی زنانه‌ی خویش را در راه مادر شدن بکار برد آنرا برای لذت بخشیدن به آن‌انکه پذیرای چنین لذتی هستند می‌فروشد. هنر ما عینا نظیر روسپی وقتی نامحدود و چهره‌ای پر بزک دارد به همان گونه نیز فروشی و اغوا کننده و زیان آور است.

محصول حقیقی هنر که میوه‌ی حیات گذشته‌ی هنرمند است بندرت در روح وی تجلی پیدا میکند درست همچنانکه بارور شدن مادر نیز هر روزه صورت نمی‌پذیرد. لیکن کار جعلی تا وقتی که مشتری باشد پیاپی به دست استادان و صنعتگران ساخته میشود.

نتیجه‌ی هنر حقیقی آوردن احساسی نو به جریان عادی زندگیست درست همانگونه که ثمره‌ی محبت زوجه تقدیم انسانی نو به جهان است. نتیجه‌ی هنر تقلبی فساد انسان، سیری ناپذیری لذات و تضعیف قوای معنوی بشر است. تا آن‌زمان که سوداگران از معبد هنر طرد نگشته اند، معبد هنر پرستشگاه نخواهد بود)) کتاب هنر چیست، تولستوی ص ۲۰۳

۱. لئونیکلایوویچ تولستوی به روسی (Лев Никола́евич Толсто́й)؛ (۹ سپتامبر ۱۸۲۸ در یاسنایا پالیانا - ۲۰ نوامبر ۱۹۱۰ در یاسنایا پالیانا) فعال سیاسی-اجتماعی و نویسنده روسی بود. تولستوی از نویسندگان نامی تاریخ معاصر روسیه به‌شمار می‌آید. رمان‌های جنگ و صلح و آنا کارنینا تولستوی از بهترین‌های ادبیات داستانی جهان هستند. تولستوی در روسیه هواداران بسیاری دارد و سکه طلای یادبود برای بزرگداشت وی ضرب شده‌است. تولستوی در زمان زندگی خود در جهان سرشناس ولی ساده زیست بود. نام تولستوی در زبان انگلیسی «لئو تولستوی» نوشته می‌شود. تولستوی در روز ۲۰ نوامبر ۱۹۱۰ در گذشت و در زادگاه خویش به خاک سپرده شد.

۶_ (فیلم در حال و هوای عشق In the mood for love به کارگردانی وونگ کاروای را تماشا

کنید)



با اعتنا به نظر تولستوی درباره هنر حقیقی ، حجاری پنجه بر کپل مرمین یا سینه‌ی بلورین تراشیدن از سنگ یشم هنر نیست. صورت معشوقه‌ی خویش را بر محراب کلیسا در وجه حوری و حواری نقش کردن نیز هنر نیست. قدرت و نفوذ مالی خزانه حکام را در لباس آیات شریفه بر طاق و دیوار مساجد تذهیب کردن هنر نیست.

هنر خوداگاه تعالی یافته‌ای است که به کشف و شهود می‌انجامد و ناخوداگاه رخ می‌نماید. خاستگاهی عقلانی دارد و جلوه‌ای از عشق است. هنر آموختنی نیست همچنانکه سابقا هم آوردیم هنرمند بودن است نه شدنی لذا ما در این کتاب صرفا به آموزش مهارت بازیگری می‌پردازیم .

مهارت بازیگری

بازیگری در کشور ما روز به روز به لحاظ مضمون فقیرتر و از حیث فرم ناموزون تر میشود. زیرا نسبتش را با هنر متعالی از دست داده است. ما کشوری هستیم که نه می‌توانیم محصولات فرهنگی سایر ملل را بدون سانسور و ممیزی استفاده کنیم و نه می‌توانیم محصولی در حد استاندارد و سلیقه‌ی مخاطبان این رشته با حد و نصاب‌های ملی و بین‌المللی تولید کنیم. حساب چند اثری که هزارچندگاه در جشنواره‌ها توفیق می‌یابند از سینما و تلویزیون و تاترمان جداست. کما اینکه فلسفه وجودی این جشنواره‌ها و عملکردشان در مورد گزینش و تقدیر از آثار مورد سوال است. ملاک و معیار گزینش در بیشتر این جشنواره‌ها سیاسی است تا هنری. به دلیل همین انزوا و جدا افتادن از هنر متعالی است که بازیگری در زمان ما به لوده گی و مسخره بازی در فضایی بن بست و تنگ ، تنزل یافته .

در ازدحام این بازار مکاره و اشتیاق روزافزون علاقه مندان به بازیگری ، متأسفانه برخی از همکاران ، حضور در فیلم و یا معرفی به پروژه‌های سینمایی ، را وجهی از تبلیغات خود برای جذب فراگیر قرار داده اند. در واقع اینها صلاحیت هیچکدام از این ادعاها را ندارند. کار آموزش صرفا تربیت نیروی ماهر و کاربلد است و هیچ مرکز آموزشی که از نیروهای متبحر و اساتید مطرح در کادرش

بهره می‌برد، شخصیت و نام خود را با این قسم تبلیغات نادرست مخدوش نمی‌سازد. از طرفی کدام کارگردان کار بلد، که برای کار و اعتبارش ارزش قائل است، سرنوشت کارش را به نیروهای آماتور و ناشی گره می‌زند. پس در انتخاب مرکز آموزشی برای فراگیری مهارت بازیگری با تحقیق و هوشیارانه عمل کنید.

۷- (فیلم ذهن زیبا با بازی راسل کرو را تماشا کنید)

ریچارد بولس لاوسکی می‌گوید: ((بازیگر باید این حقیقت را بپذیرد که حرفه او یک عمر کار مداوم می‌طلبد و به خوبی بداند که دارای حرفه ایست که برایش یک عمر کار مداوم می‌آورد.))

دیدن و شنیدن، مشاهده و مطالعه به دقت گوش دادن و نهایتاً فهمیدن و توانایی و جسارت اجرا کردن در صحنه، اینها چیزهایی است که برای یادگیری مهارت بازیگری در آموزشگاه فرا می‌گیرید.

از هم اکنون مطالعه ادبیات برتر جهان نظیر آناکارینا، اثر لئون تولستوی _ جنایت و مکافات، اثر داستایوفسکی _ عقاید یک دلک، اثر هاینریش بل _ مادر، اثر ماکسیم گورکی _ ۱۹۸۴، اثر جورج اورل _ آهستگی، اثر میلان کوندرا _ بلندی‌های بادگیر، اثر امیلی برونته _ مادام بوواری، اثر گوستاو فلوبر _ تمام داستان‌های کوتاه صادق هدایت و کتاب ناتوردشت، اثر جروم دیوید سلینجر را آغاز کنید.

هوش و خلاقیت را نه می‌توانید بخرید و نه می‌توانید یاد بگیرید. شما در مراکز آموزشی یادمی‌گیرید که چگونه از هوش و خلاقیت خود برای اجرای هرچه بهتر یک کار بهره‌گیری کنید. هیچ آموزشگاه یا دانشگاهی به شما هوش یا خلاقیت نمی‌آموزد. در بهترین حالت نتایج آموزش‌های درست می‌تواند خلاقیتتان را در این حرفه ضابطه مند سازد. ضابطه مندی خلاقیت یعنی نفی کلی گویی و ابهام آفرینی، صحنه جای صدور بیانیه نیست. شما عاشق سینما هستید ولی باید شناخت و مهارت‌های مشاهداتی و اجرایی تان را به حدی برسانید که سینما عاشق شما شود. هوش و خلاقیت ماده‌ی اصلی مهارت بازیگری است.

۸- (فیلم ربه کا به کارگردانی آلفرد هیچکاک را ببینید)

هر هفته یکی از کتاب‌هایی که معرفی کردیم را مطالعه کنید و درباره‌ی موضوع و ماهیت کتاب با افراد آگاه و اهل مطالعه بحث و گفتگو کنید. بگذارید این رویه در شما عادت شود. فایل مطالعاتی

شما میتواند شامل آثار ادبی ، فلسفی ، تاریخی و یا جامعه شناسی باشد مهم است که شناخت پیدا کنید و به تعاریف شخصی درباره‌ی زندگی، انسان و جهان هستی بر اساس دستگاه فلسفی خودتان برسید اگرچه ممکن است خیلی از کارهایی که در عرصه بازیگری انجام می‌دهید تقلید باشد ولی این جمله‌ی فردریش نیچه را همواره مد نظر داشته باشید که ((هنرمند پیوسته شکل و عظمت می‌بخشد و جز این کاری نمی‌کند. او به ویژه به موقعیت‌ها و اشیائی شکل و عظمت می‌بخشد که اصولاً انسان در آنها خود را خوب، بزرگ، سرمست، شاد، مقدس و عاقل می‌پندارد.)) تقلید و کپی کاری واجد عظمت نیست.

۹_ (فیلم آنی هال به کارگردانی وودی آلن را ببینید)

مطالعه، اطلاعات و دایره‌ی فهرست واژه گانی شما را وسعت می‌بخشد . هیچ چیز تصادفی نیست ، کسانی که از دایره واژگان بالایی برخوردارند و در استفاده از کلمات دچار مشکل نمی‌شوند همان کسانی هستند که عادت کتاب خواندن و مطالعه‌ی مدام دارند. دایره واژگان یکی از نکات اثرگذار در مهارت بیان بازیگری است .

سفر کنید و با مردم و فرهنگ‌های دیگر آشنا شوید. شنیدن موسیقی‌های صحیح و اصیل به شما کمک زیادی می‌کند تا در کلامتان آهنگ جریان داشته باشد. به همین اندازه شنیدن موسیقی ضعیف و بی‌وزن شما را از حصول بیانی شیوا و جذاب باز می‌دارد. بهره‌مندی از توانایی آهنگ کلام در آفت و خیز واژه و بیان دیالوگ در سطوح مختلف نقش، قوت بیان بازیگر رانشان می‌دهد. اگر دیالوگ در دهان شما به مانند بنای یادبودی مجلل و ماندگار ادا شود، شنیدنی است و در خاطر می‌ماند. این مهم با تمرین بیان در بازیگری سینما و تئاتر در شما رخنه میکند. موسیقی کلاسیک و فولک گوش بدهید ، موسیقی هر چه عریان تر بهتر. گوش‌تان را از هرزه خوان‌ها دریغ کنید. بازیگری، مهارت در امان نگهداشتن خود از جاعلان حرفه‌ای است.

۱۰_ (فیلم‌های آبی ، سفید ، قرمز به کارگردانی کیشلوفسکی را تماشا کنید)

جغرافیای انسانی‌تان را تغییر دهید، بروید به سمت افرادی که از جنس و شبیه شما نیستند. به هدف‌تان وفادار بمانید. روی انعطاف‌پذیری و توانایی تحمل کردن سلاقی غیر، کار کنید. هیچ چیزی را در لحظه نپذیرید، معارف‌تان باید حاصل تفلسفی شخصی باشد. در کسی ذوب نشوید و هرگز ضمیمه شخصیت دیگران نگردید. نباید باور‌تان در دسترس باشد. حکیم ابوعلی سینا نظر

فوق العاده‌ای در این زمینه دارد)) هر کس عادت کند که به هر دلیل هر حرفی را باور کند از صورت انسانی خارج می‌شود.)). بازیگری، مهارت خودباوری است.

هر روز برای اینکه دچار توهم خودبزرگ بینی و قربانی قدرت و استعداد خود نشوید و به ورطه‌ی تفرعن نیوفتید دایما این موضوع را به خود تذکر دهید که من هنوز در پی یافتن بهترین نسخه‌ی خویشم.

به جای آنکه در عکس کنار دیگران بایستید، عکاسی کنید، نقاشی بکشید و هرزگاهی در جمع بدون مقدمه عبارتی کوتاه را مثل یک رباعی از خیام با صدای بلند بخوانید.

جامی است که عقل آفرین می‌زندش	صد بوسه ز مهر بر جبین می‌زندش
این کوزه گر دهر چنین جام لطیف	میسازد و باز بر زمین می‌زندش

شعر حفظ کنید. اجازه دهید صدایتان ناگهان شنیده شود ولو اینکه دیوانه به نظر برسید. بازیگری نوعی جنون است. هرگز و تحت هیچ شرایطی برای جلب توجه دیگران جنونتان را برملا نکنید. دلک هم باید کارش واجد ارزش و معنا باشد. کمبود توجه، بزرگترین آفت مهارت بازیگری است. اگر شخصیتتان بر جلب توجه بنا شده، با چتر سوراخ در حال سقوط آزاد هستید.

۱۱- (فیلم The goodbye girl به کارگردانی هربرت رز را تماشا کنید.)

بازیگری مهارت فاش سازی است. حقیقتی را که دیگران از سر محافظه کاری و منفعت شخصی پنهان میدارند بازیگر برملا می‌سازد. بازیگر کسی است که می‌تواند ضعف‌ها و کاستی‌ها را نمایش داده و فاش سازد. دیگران طبق عادت و رعایت عرف سعی در پنهان ساختن معایب و خطاها دارند حال آنکه شما بعنوان بازیگر وقتی وظیفه می‌یابید نقش دزد را بازی کنید باید اجزای آن به نحوی باشد که جیب برها شما را تایید بدهند نه فقط بیننده‌ی عادی. به قول دکتر محمد صادقی^۱ ((مشی بازیگر، تحقیق درباره‌ی موضوع، گفتگو و اتکا بر دیالکتیک است)) دنبال چرایی پدیده‌ها باشید. بعنوان یک بازیگر باید تشنه‌ی تحقیق و جستجوگر باشید. روحیه‌ی منطقی و گفتمانی داشته باشید. فیلم‌های هنری و فاخر ببینید و درباره فیلم‌ها با همکلاسی‌هایتان و فیلم بین‌ها و اساتید حرف

۱. دکتر محمد صادقی (متولد ۹ خرداد ۱۳۳۶ در مشهد) بازیگر سینما و تلویزیون ایران است. فارغ التحصیل از دانشگاه ایالتی «ویسکانسین» در مقاطع لیسانس، فوق لیسانس و دکترا در رشته علوم ارتباطات و ارتباطات جمعی و هنرهای ارتباطی است. وی مدرس دانشگاه و از اساتید برجسته‌ی آموزشگاه سینمایی آپادانا در مشهد است که شیوه‌ی متداکینگ را تدریس می‌نماید.

بزنید. دوستی با تضاد شکل می گیرد و با توافق و مراعات امتداد و دوام می یابد. در انتخاب دوست سخت گیرانه عمل کنید، شخص شما نباید برای همه در دسترس باشد.

بامگارتن معتقد بود ((موضوع معرفت منطقی، حقیقت است. موضوع معرفت حسی زیبایی است. زیبایی به مدد احساس شناخته میشود و حقیقت با عقل. خوبی مطلق آن است که از طریق اراده‌ی اخلاقی بدست آید.)) کار بازیگر این است که آنچه را که ممکن است در قالب استدلال و تعقل نامفهوم و دور از دسترس باشد، با بیانی ساده و شیوا برای عموم مردم مفهوم سازد. گرچه گیرایی شعر در آن است که مردم معنایش را به گمان دریابند اما بازیگری مهارت آسان سازی است نه ابهام آفرینی و طمطراق گویی.

۱۲_ ((فیلم رستگاری در شائوشنگ به کارگردانی فرانک دارابونت) را ببینید.

هنر بازیگری نسخه‌های مقبول و ناپسند جامعه را به شما نشان میدهد، اگر شما در سینما کنار مردم به تماشای فیلمی نشسته اید که انسانی وارسته و قهرمانی شایسته در مواجهه با پلیدی و تباهی را نمایش میدهد و مردم از بازی درخشانان به وجد آمده اند در حالیکه در صحنه‌ی زندگی واقعی موجودی کودن، لجوج و احمق هستید!



در این لحظه می‌توانید با خود بیاندیشید. شاید دریابید که راز مقبولیت اجتماعی در زیبایی چهره و بلندی اندام و کش و قوس عضله نیست، بلکه مردم حقیقت را دوست دارند و این حقیقت است که

سرچشمه‌ی اصلی زیبایی است. حال انتخاب حرکت بعدی به نسبت شعور و اراده تان، دشوار خواهد شد، نسخه‌ای بهتر از شخصیتتان را برمی‌گزینید و می‌پذیرید که تغییر کنید و اخلاق را بر خود مسلط سازید یا همچنان با تکیه بر جایزه و شهرت و پولی که همه میدانیم چه کسانی به چه شکلی با چه هدفی اعطاء می‌کنند _ سکه را به یاد آورید_ بر شخص سابقتان اصرار می‌ورزید.

مهارت بازیگری به شما فرصت تغییر میدهد. فرصت مناسبی برای کشف خود و به چالش کشیدن اراده تان. بازیگری، مهارت تبدیل شدن به کسی غیر از خود ماست. کسی که تا مدتی مشخص در ماست و کنش و واکنش مان را رقم می‌زند. بازیگری، مهارت تجربه‌ی حرکت در مسیر ادراک و بهتر فهمیدن دیگران است نه فاصله گذاری و خود برتر پنداری. در نتیجه این یک فرصت