



# بازی - بازیگری

راهنمایی برای کارگاه‌های تئاتر

| لوک دیکسون | حمید هاشمی | مطالعات اجرا (۱): بازیگری |

| PLAY-ACTING | Luke Dixon | Translated by Hamid Hashemi |

## | مجموعه مطالعات اجرا

مجموعه مطالعات اجرا، عنوان مجموعه تازه‌ای است که برای معرفی کتاب‌هایی در زمینه عمل اجرا، و مهارت‌های عملی تئاتر طراحی شده است. برعکس مجموعه‌های بیشتر تئوریک تئاتر، مطالعات اجرای بیدگل رویکردی عملی‌تر را در زمینه تئاتر و اعمال تئاتری در پیش خواهد گرفت. این مجموعه مختص عرضه کتاب در زمینه بازیگری و کارگردانی نیست، بلکه به معرفی و عرضه کتاب‌هایی که به تخصص‌هایی نظیر طراحی صحنه، نور، گریم، و نمایش عروسکی مربوط‌اند نیز خواهد پرداخت.

مجموعه مطالعات اجرای نشر بیدگل، در عین حال، منبعی مفید برای آموزش عملی هنرجویان، مربیان و به خصوص دانشجویان تئاتر خواهد بود.

دبیر مجموعه

علی اکبر علیزاد

لوک دیکسون معلم، کارگردان و چهره‌ای دانشگاهی است که در تمام دنیا او را برای نمایش آثار شکسپیر و کارهای محیطی<sup>۱</sup> می‌شناسند. او در آسیا، آفریقا، امریکای شمالی و جنوبی و نیز سراسر اروپا و انگلیس کارگاه‌ها و برنامه‌های آموزشی برگزار کرده است. تز دکترای او در زمینه اجرای جنسیتی است. او در این زمینه و نیز اجرای چندزبانی و چندفرهنگی کارهای بسیاری دارد. لوک دیکسون مدیر هنری تئاتر خانه به دوش<sup>۲</sup> و جشنواره جهانی کارگاه<sup>۳</sup> است.

1. site specific
2. theatre nomad
3. International Workshop Festival

تقدیم به ہریت، ویل و سید

## | فهرست مطالب |

۱۷

مقدمه

### بخش یک - بدن و صدا

مقدمه

۲۵

۱. پا (از سج به پایین)

۲۷

۲. ارتباط بین استخوان‌ها

۳۵

۳. ستون فقرات

۴۷

۴. راه رفتن

۵۵

۵. فضای تناتری

۶۱

۶. سفر زندگی

۶۷

۷. تناتر خدایان

۷۳

۸. بازی‌های زندگی

۷۹

۹. نفس

۸۷

۱۰. یکی دو کلمه

۹۷

۱۱. بازی چشم‌بندی

۱۰۳

۱۲. تابستان شکسپیر

۱۰۷

۱۳. متن

۱۱۵

۱۴. ریتم

۱۲۱

۱۵. طبل

۱۲۹

۱۶. بازبینی

۱۳۵

## بخش دو - قلب و روح

۱۴۱	مقدمه
۱۴۳	۱۷. حواس و چاکراها
۱۵۳	۱۸. جعبه احساسات
۱۵۹	۱۹. یک، ده و بیشتر
۱۶۵	۲۰. اجرا
۱۷۳	۲۱. هزارتوی نمکین
۱۸۳	۲۲. وقت خواب
۱۹۱	۲۳. تغییر وضعیت
۱۹۷	۲۴. در آینه
۲۰۵	۲۵. تانگو
۲۱۳	۲۶. حیوانات و کهن الگوها
۲۱۹	۲۷. انسان‌های داخل کارت پستال
۲۲۵	۲۸. بازی با جنسیت
۲۳۱	۲۹. لباس
۲۳۷	۳۰. ابریشم‌های جادویی
۲۴۱	۳۱. روزی روزگاری
۲۴۷	۳۲. اجرا
۲۵۳	پایان بندی

## | فهرست تصاویر |

۲۸	استخوان های پا
۳۰-۳۱	نقاط انعطاف
۴۱	استخوان های دست
۴۹	بستون فقرات
۹۰	شش و دیافراگم
۱۴۸	چاکراها
۱۷۰	بازی لی لی
۱۷۴-۱۷۵	هزارتوی نمکین
۲۰۰	پلان های حرکتی

## فصل ۱

### ۱ پا (از مچ به پایین) |

با پا آغاز می‌کنیم، چون معمولاً به آن توجهی نمی‌شود در حالی که در واقع بنیان هر اجرایی است. پا از پیشرفته‌ترین بخش‌های بدن ماست که در جریان تکامل تغییر بسیاری کرده است و مثل دست‌ها عاملی است که ما را از حیواناتی که قبلاً شبیه آن‌ها بوده‌ایم متمایز می‌کند. استخوان‌های پا ما را بر روی زمینی که روی آن زندگی می‌کنیم و صحنه‌ای که روی آن راه می‌رویم استوار می‌دارد. پیچیده‌ترین مجموعه استخوان و مفاصل بدن ما در پاست، ولی ما اغلب آن را ندیده می‌گیریم و از اینکه چگونه کار می‌کند و چه وظایفی دارد اطلاعات کمی داریم. بخش اعظم تمرینات این کتاب با پا انجام می‌شود و ما به همین دلیل زمانی را صرف شناختن آن می‌کنیم.

به تنهایی یا در کنار یک هم‌بازی بایستید.

کف پایتان را بمالید.

بیست و هشت استخوان در کف پا وجود دارد که مجموعه پیچیده‌ای از مفاصل آن‌ها را در کنار هم گذاشته‌اند و حرکت می‌دهند.

چه تعداد از این استخوان‌ها را می‌توانید احساس کنید؟

این استخوان‌ها چگونه حرکت می‌کنند؟

سعی کنید استخوان‌ها را جدا از هم احساس کنید.



این کارگاه در جمعی صمیمی برگزار می‌شود ولی شاید بهتر باشد به جای گروه‌های دونفری، هر کس به صورت فردی کارش را انجام دهد. در عین حال باید توجه داشت که تمام کارهای مربوط به نمایش به صورت گروهی نتیجهٔ بهتری می‌دهد: احساس کردن و احساس شدن، دیدن و دیده شدن، عمل و عکس‌العمل.

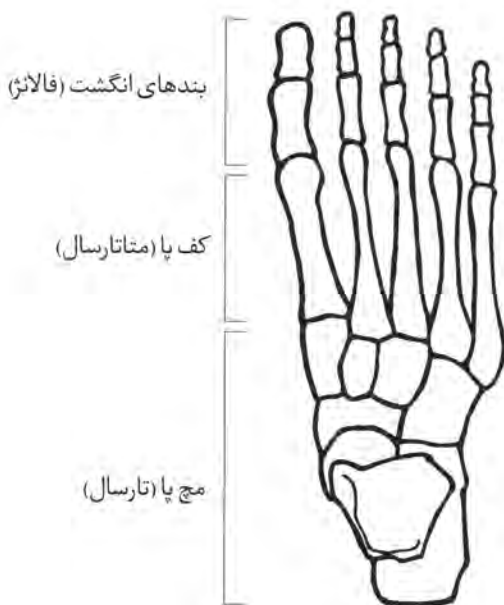
کاغذ و خودکار بردارید.

پای خودتان یا پای هم‌بازی‌تان را انتخاب کنید و طرح آن را روی کاغذ بکشید.

در هر دو طرف طرحی که کشیده‌اید نقطهٔ وسطی را مشخص کنید.

این دو نقطه را به هم وصل کنید.

در پشت پا هفت استخوان تارسال وجود دارد. نیمهٔ جلویی پا استخوان‌های پلندی



استخوان‌های پا



کتابی که پیش رو دارید محصول سی سال تلاش کارگردانی است که با هنرمندانی از کشورهای مختلف در چند گوشهٔ دنیا تئاتر کار کرده و نتیجهٔ مشاهدات و تلاش‌های خود را به کارگاه‌هایی تبدیل کرده است؛ از همین رو است که متخصصین کار عملی تئاتر در هر سطح و سبکی ارزش آن را به خوبی می‌دانند. کارگاه‌های ذکر شده در این کتاب بسیار جزئی، ملموس و عینی هستند، و تا جای ممکن به تمام مسائل مربوط به تنفس، گرم کردن، بیان، داستان‌گویی، آناتومی و غیره می‌پردازند که می‌تواند به عنوان مرجعی برای تربیت بازیگران مورد استفاده قرار گیرد. در این کتاب ایده‌هایی برای گرداندن انواع کارگاه‌ها ارائه شده که بسیار ساده‌اند و در عین حال اگر با دقت و بر اساس توضیحات آن اجرا شود می‌تواند تأثیر شگفت‌انگیزی به همراه داشته باشد.