

# تنهاروی صحنه

«روح الله مال میر»

«تصویرگر: حمید خلوتی»

## نقش هنرهای نمایش تک نفره در شرایط کرونایی و خانه نشینی

دانش آموزان و مربیان علاقه‌مند به هنرهای نمایشی، سلام.

اگر هنوز هم در این شرایط سخت کرونایی درصدد انجام فعالیت‌های نمایشی هستید و می‌خواهید کمی از اوقات فراغت خودتان را به این هنر ارزشمند اختصاص دهید، به شما خدا قوت و خسته نباشید می‌گوییم. اما فراموش نکنید که در این شرایط ناخوشایند پیش آمده که ویروس «کووید ۱۹» خواب و خوراک را از خیلی‌ها گرفته و متأسفانه بعضی از عزیزان را به کام مرگ کشیده است، اولویت اول سلامتی شماست و باید بیش از پیش مراقب گوهر وجودتان باشید.

از آنجا که هنر نمایش فعالیت گروهی است و برای به روی صحنه بردن یک اندیشه ارزشمند، باید تعدادی از دانش‌آموزان هنرمند و مستعد دست‌به‌دست هم بدهند و مدت‌ها تمرین کنند تا به نتیجه‌ای مطلوب برسند، تشکیل یک گروه نمایشی حتی چند نفره ممکن است جان شما را به خطر بیندازد. بدون شک در چنین روزهایی که مدرسه‌ها رو به تعطیلی می‌روند و برای حفظ سلامتی معلمان و دانش‌آموزان، بازار آموزش از طریق مجازی گرم شده است، کار علاقه‌مندی نیست که هر روز تعدادی از دانش‌آموزان در مدرسه و با محیطی دیگر دور هم جمع شوند تا نمایش بازی کنند. حتماً می‌پرسید: پس در چنین شرایطی چگونه می‌توان از اوقات فراغت خود استفاده کرد و از فعالیت در هنرهای نمایشی لذت برد؟ پیشنهاد ما برای شما انجام فعالیت‌های نمایشی تک نفره است. شما به کمک یک مربی آشنا در فضای مجازی و یا نمونه فیلم‌هایی که در این خصوص در فضاهای نمایشی موجودند، می‌توانید به جای تشکیل یک گروه نمایشی، به‌طور انفرادی و با خیال راحت، به تقویت استعدادهای نمایشی خود بپردازید. در ادامه به معرفی بخشی از هنرهای نمایشی که می‌توان به‌صورت تک نفره از آن‌ها بهره برد، می‌پردازیم.



### ۱. پانتومیم

«پانتومیم» یا «ادابازی» به اجرای نمایش بی کلام فقط با استفاده از حرکات بدن گویند [فرهنگ عمید]. پانتومیم را هم به‌صورت تک‌نفره و هم به‌صورت چندنفره انجام می‌دهند. در پانتومیم خبری از صدا و موسیقی نیست. نوعی بازی در سکوت است که در آن بازیگر با استفاده از نشانه‌ها و کدهایی، با تماشاگر ارتباط برقرار می‌کند و مقصودش را به او انتقال می‌دهد. با توجه به ساینه سنگین سکوتی که در این هنر وجود دارد، یکی از سرگرمی‌های جذاب در فضاهای محدود آپارتمان نشینی است.

خوب است بدانید، همان‌طور که زبان تصویر، یک زبان جهانی است و حد و مرز نمی‌شناسد، زبان پانتومیم نیز زبانی بین‌المللی است، چون در هر سرزمینی و با هر زبانی به راحتی می‌توان آن را فهمید. پس برای آنکه خودتان را با یک زبان هنری بین‌المللی توانمند سازید، آستین‌های تلاش و همتان را بالا بزنید.

اصل پانتومیم بر حرکت استوار است. آن هم حرکات‌های بدنی و نه لب و چشم و ابرو. برای آنکه مهارت خود را در پانتومیم بالا ببرید، باید بتوانید با حرکات‌های گوناگون در این هنر آشنایی لازم را پیدا کنید.

### الف) حرکات‌های ساده و ارادی

حرکت‌هایی مثل راه رفتن، دست‌شستن، غذا خوردن و گریه کردن از جمله حرکات‌های ساده در پانتومیم است. بد نیست تمرین‌های خود را با این حرکات‌های ساده شروع کنید.

### ب) حرکات‌های غیر ارادی

این حرکات‌ها پاسخ غیر ارادی بدن به یک محرک خارجی محسوب می‌شوند؛ مثل شنیدن صدای ترکیدن یک بادکنک، برداشتن یک ظرف داغ از روی اجاق، زمین خوردن بر اثر فرو رفتن پا در یک چاله کوچک، و حرکات‌هایی از این قبیل.

### ج) حرکات‌های توصیفی یا تشریحی

تصور کنید در خانه نشسته‌اید و منتظر یک مهمان هستید. در این لحظه‌های سخت چشم‌به‌راهی چه کارهایی انجام می‌دهید؟ مدام به ساعت دیواری و یا ساعت مچی نگاه می‌کنید؟ به پشت پنجره می‌روید و بیرون را نگاه می‌کنید؟ این‌ها موقعیت‌هایی هستند که همه ما در زندگی دیده و یا تجربه کرده‌ایم. در تمرین حرکات‌های توصیفی و یا تشریحی شما از طریق شخصیت (کاراکتر)، موقعیت، و عواطف و احساسات ارتباط محکم‌تری با تماشاگر برقرار می‌کنید و منظور خود را به او انتقال می‌دهید.

### ۲. مونودرام

از اواخر قرن نوزدهم و اوایل قرن بیستم، نوعی از متن نمایشی به نگارش درآمد که تنها یک شخصیت داشت و این شخصیت قابل مشاهده، شخص غایب از صحنه را مخاطب خود قرار می‌داد و واگویه‌های خود را با او در میان می‌گذاشت.

«مونودرام نمایشی است تک پرسوناژ (تک‌شخصیت)، کوتاه و موجز که حول یک موضوع غیرخطی با زمانی سیال و مشحون از تداعی معانی است. متن‌های مونودرام، در مقایسه با دیگر متن‌های نمایشی، ویژگی‌ها و ظرافت‌های خاصی دارند. استاد مسلم متن‌های مونودرام **ساموئل بکت** است که توانست مونودرام‌های ناب و اصیلی را به وجود آورد و مهم‌تر از آن، جوهره مونودرام را در تمامی نوشته‌هایش بگنجاند» [بخت‌آور، پایان‌نامه].

در این تئاتر تک‌نفره، همان‌قدر که شخصیت اصلی حاضر در صحنه مهم و ضروری است، وجود شخصیت غایب از صحنه نیز ضروری و مورد نیاز است که در واقع با نبود غایب حاضر در

تنها ابزار اصلی در آن، بدن و بیان است. البته نقال از ابزاری مثل عصا و چهارپایه نیز می‌تواند استفاده کند. در این نوع نقالی، نقال نقش تک‌تک شخصیت‌ها را خودش بازی می‌کند، به روایت واقعه می‌پردازد و فضاها را در ذهن مخاطب تجسم می‌بخشد.

### نقل از منظر موضوع نیز به چهار دسته تقسیم می‌شود:

۱. حماسی - ملی - اساطیری (داستان‌هایی مندرج در منظومه‌های شاهنامه، اسکندرنامه و بهمن‌نامه)؛
۲. حماسی - مذهبی (از جمله قصه‌های مهم و معروفی چون: حمله‌های حیدری و حمزه‌نامه)؛
۳. داستان‌های عرفانی (از جمله لیلی و مجنون)؛
۴. حکایت‌ها و روایت‌های اخلاقی.

داشتن بیان قوی و استوار، صدای خوش، بدن چابک و آماده، توانایی به کار بردن وسایل و ابزاری چون چوب‌دستی و چهارپایه، حفظ و دانستن داستان و اطلاعات به نحوی که در هر محفل و مکانی بتوان به تناسب وقت و نوع جمعیت آن‌ها را به کار برد، از جمله مهارت‌هایی است که در این رشته باید داشت و یا زیر نظر استاد و با مطالعات زیاد، برای رسیدن به آن‌ها تلاش کرد [امینی، ۱۳۸۶: ۲۲].

خوب است بدانید که رشته نقالی از سال ۱۳۹۳ به مجموعه رشته‌های مسابقه‌های فرهنگی و هنری دانش‌آموزان افزوده شده است. دانش‌آموزان علاقه‌مند به این رشته در دوره‌های اول و دوم متوسطه در این هنر تک‌نفره فعالیت و تا مرحله کشوری با دیگر دانش‌آموزان رقابت می‌کنند.

از آنجا که در کتاب‌های درسی بیشتر پایه‌ها، از جمله هفتم تا دوازدهم، محتوایی با موضوع‌های ملی - اساطیری، حماسی - مذهبی و حکایت‌ها و روایت‌های اخلاقی وجود دارد، از این موضوع‌ها به راحتی می‌توان در تهیه محتوای نقل‌های دانش‌آموزان استفاده کرد تا آنان بتوانند، ضمن یادگیری محتوای آموزشی رسمی، یکی از مهارت‌های نمایشی خود را نیز به منصفه ظهور برسانند.

فراموش نکنید که علاقه‌مندی به نمایش‌های تک‌نفره، همچون پانتومیم، موندرام و نقالی و تمرین آن‌ها، از جمله فرصت‌های جذاب و شیرینی است که می‌تواند روزهای سخت و کسالت‌آور خانه‌نشینی شما را در این شرایط کرونایی، به روزهای شیرین و خاطره‌انگیزی مبدل سازد و پایه‌های هنر بازیگری را در شما تقویت کند.

### پی‌نوشت

1. pantomime 2. monologue

### منابع

۱. عمید، حسن. فرهنگ عمید (۱۳۷۵)
۲. بخت‌آور، پریسا. پایان‌نامه با عنوان «موندرام و بررسی ویژگی‌های آن» (۱۳۸۱)
۳. ناصریخت، محمدحسین (۱۳۸۶). «نقالی در دوره صفویه». مجموعه مقالات نمایش (گردهمایی مکتب اصفهان). به کوشش عسکر بهرامی. انتشارات فرهنگستان هنر. تهران.
۴. امینی، رحمت (۱۳۸۶). «اجرای نمایش‌های مذهبی - ایرانی». مجموعه مقالات نمایش (گردهمایی مکتب اصفهان). به کوشش عسکر بهرامی. انتشارات فرهنگستان هنر. تهران.



صحنه، شخصیت اصلی یا راوی موجود در صحنه نیز نمی‌تواند وجود خارجی داشته باشد.

برای شروع تئاتر تک‌نفره که بر پایه «تک‌گویی» استوار است، می‌توانید از تک‌گویی‌های کلامی وام گرفته از قصه‌های مبتنی بر ادبیات داستانی استفاده کنید. البته از آنجا که در تئاتر دانش‌آموزی متن‌های نمایشی تک‌شخصیتی (تک پرسوناژی) به شدت کم است و منابع قابل‌شمارشی از آن برای استفاده وجود ندارد، برای تقویت مهارت بازیگری و مخصوصاً تمرین هر چه بیشتر و بهتر در فن بیان، می‌توان از شیوه «مونولوگ» بهره برد.

اما مونولوگ چیست؟ در تئاتر، به قسمتی از نمایش که یک هنرپیشه به تنهایی در صحنه ظاهر می‌شود و با خود حرف می‌زند، مونولوگ می‌گویند. «تک‌گویی»، «گفت‌وگو با خود» و «حدیث نفس» از جمله مترادف‌های مونولوگ هستند.

بعضی نمایشنامه‌های مدرن فقط یک شخصیت دارند؛ مثل «آخرین نوار کراپ» (۱۹۵۸) اثر بکت که آن را به‌عنوان «موندرام» یا «درام تک‌نفره» می‌شناسند. در این نمایش، تک‌گویی درونی، اندیشه‌های ناگفته شخصیت داستان را نمایش می‌دهد که گهگاه به‌صورت جریان سیال ذهن او عرضه می‌شود.

### ۳. نقالی

نقالی ایرانی یا افسانه‌گویی ایرانی کهن‌ترین شکل بازگویی افسانه‌ها در ایران است و از مدت‌ها پیش نقش مهمی در جامعه دارد. نقال کسی است که نقل حماسی می‌گوید و مضمون نقل‌هایش بیشتر پیرامون داستان شاهان و پهلوانان ایران زمین است.

نقالی در لغت به معنی کار و پیشه‌ای است که در آن، فردی به نام نقال، کالا و یا چیزی را از جایی به جای دیگر می‌برد و نقل می‌کند. اما در اصطلاح به پیشه و هنر کسی گویند که داستان‌ها و واقعه‌های هیجان‌انگیز و جذابی را که شنیده و یا خوانده است، برای سرگرم کردن مردم نقل و بیان می‌کند.

برخی از صاحب‌نظران هنر نمایش بر این باورند که افزون بر دلایل عدیدهای که برای پانگرفتن نمایشی چون نمایش اروپایی (تئاتر) در تمدن ایران وجود داشته است، «قدرت هنر نقالی، علاقه مردم به آن، و تناسب آن با شرایط سخت اجتماعی و سیاسی را نیز می‌توان به‌عنوان یکی از اسباب در نظر گرفت؛ شرایطی که کار برای هنرهای جمعی را سخت می‌نمود، اما در عوض به هنرهای انفرادی همچون هنر نقالی میدان می‌داد» [ناصریخت، ۱۳۸۶: ۲۹۰].

نقالی معمولاً تک‌نفره اجرا می‌شود و از نظر شکل اجرا و ابزار مورد استفاده در چهار گونه طبقه‌بندی می‌شود:

۱. نقل موسیقیایی؛ ۲. نقل همراه با تصویر؛ ۳. نقل مکتوب؛ ۴. نقل نمایشی.

نقل نمایشی تأثیرگذارترین نوع نقالی است. نمایشی تک‌نفره است که