تکنیکِ بازیگری
سنفورد مایزنر

دنیس لانگ‌ول

با مقدمه‌ی

سیدنی پولاک

مترجم:

منوچهر خاکسار هرسینی

www.ketab.ir

افراز

۱۳۹۱

سرشناسه: مایزنر، سنفورد Meisner, Sanford
عنوان و نام پدیدآور: تکنیک بازیگری/ سنفورد مایزنر، دنیس لانگ‌ول؛ با مقدمه‌ای از سیدنی پولاک؛ ترجمه‌ی منوچهر خاکسارهرسینی.
مشخصات نشر: تهران: افراز، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری: ۳۱۲ ص؛ ۵/۲۱ × ۵/۱۴ س‌م.
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۴۳-۵۷۳-۹
وضعیت فهرست‌نویسی: فیپا
عنوان اصلی: Sanford Meisner On Acting, 1987.
موضوع: بازیگری (نمایش)
شناسه‌ی افزوده: لانگ‌ول، دنیس
شناسه‌ی افزوده: Longwell, Dennis
شناسه‌ی افزوده: پولاک، سیدنی، ۱۹۳۴ - ۲۰۰۸ م. مقدمه‌نویس
شناسه‌ی افزوده: Pollack, Sydney
شناسه‌ی افزوده: خاکسار هرسینی، منوچهر، مترجم
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۰ ٤ د ۲ م/ PN ۲۰۶۱
رده‌بندی دیویی: ۷۹۲/۰۲۸
شماره‌کتاب‌شناسی ملی: ۲۳۵۰۰۱۸

www.ketab.ir

انتشارات افراز
ناشر برگزیده‌ی تئاتر و ادبیات نمایشی
دفتر مرکزی و فروش: فلسطین جنوبی، خیابان وحید نظری، بن‌بست افشار، پلاک ۱، واحد ۵
تلفن: ۶۶۴۰۱۵۸۵
مرکز پخش: ۶۶۹۷۷۱۶۶
وب‌سایت و فروشگاه اینترنتی: www.afrazbook.com
E-mail: info@afrazbook.com

تکنیکِ بازیگری سنفورد مایزنر

دیسی لانگ‌ول
با مقدمه‌ی سیدنی پولاک
مترجم: منوچهر خاکسار هرسینی

نوبت چاپ: اول/ ۱۳۹۱
شمارگان: ۱۱۰۰ نسخه
ویراستار: محسن صلاحی راد
نسخه‌پرداز و نمونه‌خوان: سمیه کارگر
طراحی جلد: یاسین محمدی/ آتلیه افراز
لیتوگرافی/ چاپ/ صحافی: ترنج/ تصویر/ یکتافر

قیمت: ۱۴۹۰۰ تومان

تمام حقوق این اثر برای انتشارات افراز محفوظ است.
هیچ بخشی از این کتاب، بدون اجازه‌ی مکتوب ناشر، قابل تکثیر یا تولید مجدد به هیچ شکلی
از جمله چاپ، فتوکپی، انتشار الکترونیک، فیلم، نمایش و صدا نیست.
این اثر تحت پوشش قانون حمایت از حقوق مؤلفان و مصنفان ایران قرار دارد.

www.ketab.ir

پیشکش به عاشقان تئاتر
مترجم

آرزو داشتم که صحنه به‌باریکی طناب بندبازی بود تا هیچ شخص بی‌کفایتی جرأت نمی‌کرد روی آن گام نهد.

یوهان ولفگنگ وان گوته (۱۷۴۹ـ۱۸۳۲)[1]

مایزنر این گفته‌ی گوته را قاب کرده و از دیوار دفترش آویخته است.

1. Johann Wolfgang von Goethe: *Wilhelm Meisters Lehrjahre*, book 4, chapter 2

www.ketab.ir

فهرست

معرفی به‌قلم سیدنی هاوارد ۹
دیباچه ۱۳
۱/ چیدن صحنه: سرخن چهره‌ی نمد ۱۷
۲/ ساختن یک پایه: واقعیت عمل ۳۱
۳/ نیشگون و آخ ۴۳
۴/ ضربه به در ۵۷
۵/ ورای تکرار ۷۹
۶/ آماده‌سازی: «در اندرونی سرم» ۱۰۳
۷/ بداهه‌سازی ۱۲۵
۸/ آماده‌سازی مجدّد: «سریع مانند شعله» ۱۴۹
۹/ جادوی «انگار که»: شرح دقیق ۱۷۵
۱۰/ «نقش را از آن خود کنید» ۱۹۱
۱۱/ چند دیدگاه دربارهٔ بازیگری و بازیگران ۲۲۳
۱۲/ صحنه‌های پایانی: درعوض، فقط حقیقت ۲۴۵

www.ketab.ir

معرفی

ما او را سندی صدا می‌زدیم، ولی این خطرناک بود و به جرأت نیاز داشت، درست مثل وقتی که شخص شانزده‌ساله‌ای برای این‌که بتواند رانندگی کند، خود را هجده‌ساله جا بزند. سال ۱۹۶۲ بود و من شانزده‌ساله بودم که به‌اشتباه در شهر نیویورک، در «خانه‌ی نمایش نیبرهود»[1] سر کلاسش رفتم. هیچ‌چیز مرا برای سختی این تجربه آماده نکرده بود. ترسی که دیگران از او داشتند، به‌دلیل سخت‌گیری و خشونت طبعش نبود؛ این ترس صرفاً به‌دلیل دقت بسیار زیادش بود. به‌نظر می‌آمد که او از هر فکر، محرک آنی یا احساسی در ذهن شما خبر دارد؛ گویی قادر بود تمام وجود شما را زیر دستگاه اشعه‌ی ایکس بررسی کند و شما مطلقاً جایی برای پنهان شدن نداشتید. هر بار که او درباره‌ی بازیگری صحبت می‌کرد، ایده‌هایی را متبلور می‌ساخت که حتی اگر پیش از آن در ذهن خود تجربه‌ای از آن‌ها نداشتید، به‌نوعی درستی آن‌ها را مسلم می‌شمردید. درست مثل فیزیک‌دانانی که ذره‌ی تازه‌ای را کشف می‌کنند صرفاً به این دلیل خیلی ساده که وجود آن‌ها بسیار زیبا است.

وقتی که سندی صحبت می‌کرد، مخاطب به‌سختی می‌توانست جلوی خودش را بگیرد و برنخیزد بگوید: «خدای من، درست است! باید است! حقیقت محض است!» حیرت‌انگیز بود که او چگونه این صاعقه‌ها را مستقیما به‌درون مغز شاگردانش پرتاب می‌کند. یک بار، یکی از حاضران در کلاس نتوانست جلوی خودش را بگیرد؛ از دهانش پرید: «خدای من، این حقیقت

---

۱. Neighborhood Play House: نام آموزشگاه تئاتری که سنفورد مایزنر در آن تدریس می‌کرد و هنوز هم دایر است. م

www.ketab.ir

دارد!» سندی زیر لب جواب داد: «متشکرم. تو در این لحظه بیست‌وپنج سال سابقه‌ی کار مرا تأیید کردی.»

اساس کار سنفورد مایزنر، ارائه‌ی یک روش منظم برای خلق کردار و رفتار حقیقی و راستین به دانشجویان در شرایط تخیلی تئاتر بوده و هست. مانند معاصرانش در «گروپ تیه‌تر»[1] او چهره‌ی بازی امریکایی را از زمان اولین آشنایی‌اش با عقاید کنستانتین استانیسلاوسکی در سال‌های ۱۹۳۰ تغییر داده است. هرولد کلرمن، لی استراسبورگ، استلا ادلر، بابی لوئیز و سنفورد مایزنر رشد خود را از گروپ‌تیه‌تر آغاز کردند و به‌عنوان مدرسان ممتاز آن‌چه به «متد» معروف است، شناخته شدند: نوعی عنوان سرسری که امروز بیشتر بازی‌های امریکایی را شامل می‌شود. هریک از این مدرسان درواقع روش خودش را ابداع کرده است و طی سال‌ها روشش را شخصی کرده و صیقل داده است. همه‌ی آن‌ها آموزگارانی فوق‌العاده بوده‌اند، ولی روش سندی برای من همیشه ساده‌ترین، مستقیم‌ترین، بی‌مدعاترین و مؤثرترین روش بوده است.

«خانه‌ی نمایش نیبرهود» یک دوره‌ی فشرده‌ی دوساله در تمام زمینه‌های تئاتر عرضه می‌کرد. در هیچ کجا دوره‌ای که با آن برابری کند، برگزار نمی‌شد. هرچند کادر مدرسانش به حضور اساتید درخشان و برجسته‌ای همچون مارتا گرام، جین دادلی و پرل لنگ در ترکیب خود می‌بالید، بازهم کلاس‌های روزانه‌ی سندی بود که «آدرنالین» خون ما را برای دو سال پمپاژ می‌کرد.

در بهار سال ۱۹۵٤ که فارغ‌التحصیل شدم، از من دعوت شد برای ترم پاییز سال بعد به آن‌جا برگردم و در مقام دستیار فعالیت کنم. بنابراین فرصت فوق‌العاده‌ای یافتم تا برای شش سال دیگر ـ تا زمان نقل‌مکانم به کالیفرنیا در سال ۱۹٦۰ برای کارگردانی ـ به یادگیری از او ادامه دهم. من نه آرزوی تدریس داشتم و نه مسلماً کارگردانی، ولی از دست دادن فرصت ادامه‌ی آموزش و مشاهده‌ی مایزنر برایم ناممکن بود. زمانی که درباره‌ی یک هنر، حقایق به‌حدکافی عمیق باشند، درباره‌ی همه‌ی هنرها صدق می‌کنند؛ بر این اساس، اگرچه سندی خودش را فقط در هنر بازیگری صاحب‌نظر می‌شمرد، من بدون این‌که از این نکته آگاه باشم، اساس آن‌چه را به‌طور خاص می‌توانست روش

1. The Group Theatre

www.ketab.ir

رسیدن به کارگردانی باشد، جذب می‌کردم. واقعیت این است که همه‌ی فعالیت‌هایم را در مقام کارگردان ـ از نوشتن و طراحی صحنه و طراحی لباس گرفته تا انتخاب بازیگر و صحنه‌آرایی و سینماتوگرافی و حتی تدوین ـ با تسلط و توجه به اصول و عقایدی انجام می‌دهم که از مایزنر آموخته‌ام.

سندی همیشه می‌گفت: «برای بازیگر شدن، بیست سال زمان لازم است.» در آن دوره گمان می‌کردم اغراق می‌کند. اما بعدها دانستم که این‌طور نیست؛ او به زمانی اشاره می‌کرد که هرگاه فرا رسد، تمام اصول و ایده‌ها می‌توانند درون یک نوع غریزه‌ی بازی، جویده و هضم شوند، تکنیکی که تقریباً خودکار عمل می‌کند. او هرگز خواهان آن نبود که کارش را به تکنیک محدود کند. اگر شما شاگردش بودید، تکنیک را به‌عنوان وسیله‌ای برای رسیدن به پایان راه می‌آموختید، نه به‌عنوان یک هدف. می‌ترسید از تعداد مدرسانی که این نکته را درک نمی‌کنند، تعجب خواهید کرد.

در سال ۱۹۸۱، برای ساختن فیلمی مستند از کلاس‌های مایزنر به نیویورک برگشتم. ما در پایین شهر منهتن، در تئاتر کوچکی که جوزف پپ[1] به ما داده بود، کار می‌کردیم. بیست‌ویک سال از آخرین باری که سندی را دیده بودم، گذشته بود. البته پیر و فرسوده شده بود. او یک عمل لارینگتومی[2] را از سر گذرانده و با یک وانت تصادف کرده بود که منجر به شکستن استخوان لگنش از چند ناحیه شده بود؛ دو بار هم برای آسیب‌دیدگی زیر تیغ عمل جراحی رفته بود و یک عینک ضخیم با یک میکروفون که به جیبش وصل بود، به چشم داشت. سندی آموخته بود با این روش جدید هوا را ببلعد و از طریق بلندگو صدایش را بلند کند، ولی هنوز همان «شور» در کلامش دیده می‌شد. همان تمرکز شدید و حس پیش افتادن در حوزه‌های تازه‌ای از درک و تجربه.

بعضی از هم‌دوره‌ای‌های قدیمی من هم که زحمت سفر را به خود هموار داده بودند تا بار دیگر سر کلاس سندی بنشینند، در این دوره شرکت کرده بودند. آن‌ها در حضور او درست مثل قدیم تشویش داشتند و درست به همان

---

۱. Josef Papp: کارگردان تئاتر و بنیان‌گذار نیویورک‌شکسپیرفستیوال و تئاتر تابستانی در سنترال‌پارک نیویورک. م

۲. Laryngectomy: برداشتن جهاز صوتی. م

www.ketab.ir

اندازه‌ای که در ایام دور از او آموخته بودند، داشتند یاد می‌گرفتند. تنها تفاوت آشکار، به‌نظرم این بود که به‌دلیل وضع تکلم دشوار سندی، واژه‌های کمتری در طول کلاس شنیده می‌شد؛ بااین‌حال وقتی که شاگردان سر کلاس حاضر می‌شدند، مانند عصاره‌های گل، فوران می‌کردند! (همین‌طور که دارم این متن را می‌نویسم، به ماکسیم گورکی می‌اندیشم که درباره‌ی چخوف گفته بود: «در حضور چخوف هر کسی در خود، میل به سادگی، راست‌گویی و خودبودگی را احساس می‌کرد.»)

این کتاب درباره‌ی بازیگری است و درباره‌ی خیلی از چیزهای دیگر، از نگاه مردی که زندگی‌اش را با هنر سن کردن اضافات سپری کرده و کوشیده است تا روند تکوین تخیلات یک بازیگر را روشن کند و به جوهر رفتار او انضباط ببخشد.

اولین چیزی که در این کتاب توجه شما را جلب خواهد کرد، این است که در آن اثری از چرندگویی، رمزگرایی و برخورد نخبه‌گرایانه درباره‌ی نظریه‌ای نیست. بعضی از مباحث آن ممکن است ساده به‌نظر برسد. تکنیک سندی ممکن است در ظاهر اعمال‌کننده باشد، اما ساده نیست؛ این سادگی از صراحتی ناشی می‌شود که او با استفاده از آن، تکنیک خود را ارائه می‌کند. هر کسی که سعی کرده باشد خیلی جدی و ارادی، بر روی صحنه یا در مقابل دوربین کار کند، به‌خوبی می‌داند که انجام دادن این کارها اصلاً آسان نیست، دست‌کم در بیست سال اول.

معتقدم عده‌ی محدودی هستند که می‌توانند حقیقتاً تکنیک بازیگری را یاد دهند. اکثراً مطلع و باهوش‌اند و توانایی‌هایشان را در نظریه‌پردازی و عقلانی کردن یک موضوع با مقوله‌ی صلاحیت و استعداد که سبب رشد واقعی یک بازیگر می‌شود، اشتباه گرفته‌اند. می‌توان گفت کتاب خوبی درباره‌ی بازیگری وجود ندارد. پس باید تأکید کنم کتابی که می‌خوانید، یکی از بهترین‌ها است. من به همه‌ی کسانی که ممکن است برای اولین بار سندی را کشف کنند، غبطه می‌خورم.

سیدنی پولاک

www.ketab.ir

دیباچه

کسانی که عاشق تئاترند ولی در آن فعال نیستند، وقتی می‌فهمند بازیگری تدریس می‌کنم، اغلب می‌پرسند مشتاقان امیدوار در این کلاس‌ها چه می‌آموزند که عاقبت به بازیگرانی تعلیم‌دیده بدل می‌شوند. «البته، طرز بیان خوب.» آنان به تصور کردن ادامه می‌دهند. «و بعد کنترل صدا و حرکت و وقار بدنی؛ ولی دیگر چه؟ و آیا چیز دیگری هم هست؟»

هست. عناصر دیگر در تعلیمات یک فرد که او را یک بازیگر جالب و شاخص می‌سازند، حساس‌ترین عناصری هستند که یک استاد می‌تواند ارائه کند. یک مدرس می‌تواند از اصول رایج و کتاب‌های درسی برای آموزش افراد در زمینه‌های حقوق، طب، معماری، شیمی یا تقریباً هر حرفه‌ی دیگری استفاده کند، ولی در مورد تئاتر این‌طور نیست؛ چون در بیشتر حرفه‌ها، هر متخصص از همان ابزار و تکنیک‌ها که آموخته، استفاده می‌کند. درحالی‌که ابزار اصلی بازیگر خودش است، و ازآن‌جاکه هیچ دو نفری به‌هم شبیه نیستند، هیچ قانون بین‌المللی‌ای دقیقاً با یک روش برای دو بازیگر وجود ندارد.

یک بار چهار ماه فراموش‌نشدنی را در جزیره‌ی پورتوریکو در یک خانه‌ی کوچک ساحلی گذراندم. من در اصل برای نوشتن یک کتاب درباره‌ی این موضوعات به آن‌جا رفته بودم. دو فصل نوشتم. بعد، وقتی که نوشته‌ها را بازخوانی کردم، نتوانستم چیزی از آن درک کنم. با خود فکر کردم که به نقطه‌ی پایان «کتاب» رسیده‌ام. در آن‌جا دریافتم که تلاش برای نوشتن یک کتاب درسی اخلاقی درباره‌ی بازیگری، یک تناقض‌گویی، حماقت و عمل اشتباه است.

www.ketab.ir

بااین‌حال، دوستانی که نظراتشان برایم مهم بود، مرا قانع کردند که تجربه‌ام در تعلیم دادن فن بازیگری به بازیگران جوان باارزش بوده است و شاید به‌کمک یک همکار، عقایدم در این زمینه بتوانند به شکل یک کتاب جمع‌آوری شوند. یک همکار پیدا شد، یک کتاب نوشته شد و من از نتایج آن سخت ناامید شدم. اصول اساسی‌ام در آن لحظه روی کاغذ بودند، ولی به‌شکلی متناقض، شیوهٔ انتقال بی‌مانندِ عقایدم به‌قدر کافی آشکار نبود. نه شاگردانم در آن صفحات بودند و نه کلاسی که ما از اول تا به آخر هفته در آن بر روی یکدیگر تأثیر می‌گذاشتیم، و بالاخره بزرگ‌ترین فقدان، مربوط به درامی بود که در روند فعل و انفعالات ما پدید می‌آمد، روندی که در آن، شاگردانم تلاش می‌کردند آن‌چه را که من تلاش می‌کردم آموزش دهم، بیاموزند. آخر کار، من به این درک رسیدم که روش تدریس من به سیر رشد تدریجی هر دانشجو بستگی دارد.

آن کتاب ویژه هرگز منتشر نشد. غریزهٔ تئاتری‌ام باید دلیلش را درمی‌یافت. حفظ حالت اعتراض برای درازمدت در تئاتر (مکان به‌هم‌آمیختنِ شخصیت‌های انسانی و واقعیت عمل) ناممکن است. وقتی که ما به شخصیتی در یک نمایش می‌اندیشیم، طبیعتاً به آن‌ها برحسب فعالیت و واقعیت فکر می‌کنیم: اودیپ مرد است؛ فندرزن است؛ لیر و «احمق» **از صحنه خارج می‌شوند.**

تمام این تاریخچه که در چند پاراگراف از نظر گذشت، مربوط به توضیح شکل گرفتن این همکاری تازه برای خواننده است که در آن، من نه به‌عنوان «من»، که به‌عنوان «او» ظاهر می‌شود. یعنی من به‌عنوان من هستم: استادی که با دانشجویان مستعدِ هنر دشوار و نهایتاً اسرارآمیز بازیگری احاطه شده است. برنارد شاو، کسی که معتقدم از زمان ارسطو بزرگ‌ترین منتقد تئاتر بوده است، نوشته: «تمام هنر بازیگری، افشای خویشتن است که بزرگ‌نمایی می‌شود تا به سطح بینش تئاتر برسد.» منظور شاو از «افشای خویشتن»، افشای محض و خالی از شرم و خالصانه‌ی درونی‌ترین و شخصی‌ترین بخش هستی بازیگرِ بااستعداد است به یکایک تماشاگران.

در این صفحات، بازیگران دانشجو خودشان را از طریق مشق‌های گوناگون تمرینات افشا می‌کنند، به‌شرط آن‌که به خودآگاهی‌ای دست یابند که لازمه‌ی به‌کار گرفتن اصول اساسی مفاد من دربارهٔ بازیگری است. من نیز

www.ketab.ir

خودم را به‌گونه‌ای در این‌جا افشا می‌کنم، به این معنا که برای آموزش دادنِ هرآن‌چه می‌دانم، مجبورم مقدار بیشتری از خودم را افشا کنم تا جایی که هر مرد محتاطی دوست دارد به کشیش‌اش اعتراف کند.

حرف آخر: اگر من با قرار دادن خودم در مقام شخصیت اصلی در این وقایع‌نگاری، سر قلم انتقادها را به‌سوی خود برگردانده‌ام، این کار را به‌نام خودنمایی در هنر تئاتر انجام داده‌ام، دقیقاً همان نقشی که من در مرکز صحنه، سر کلاسم، ایفا می‌کنم!

سنفورد مایزنر
نیویورک، نیویورک
اکتبر ۱۹۸۶

www.ketab.ir