

تاریخ دریافت مقاله: ۸۹/۱۱/۶

تاریخ پذیرش نهایی: ۹۰/۲/۴

علی (محمدرضا) حاجی‌ملاعلی^۱

از بداهه‌پردازی تا اجرا

چکیده

از بداهه‌پردازی، در هنرهای اجرایی مانند تئاتر و موسیقی و رقص به شیوه‌های گوناگونی استفاده می‌شود. در تئاتر، بداهه‌پردازی برای آموزش هنرجویان یا روی صحنه بردن نمایشنامه‌ای مکتوب و در سال‌های اخیر نیز به عنوان عنصر برانگیزاننده خودجوشی و خلاقیت همزمان بازیگران و تماشاگران به کار می‌رود. اما گروه‌های تئاتر می‌توانند از طریق بداهه‌پردازی به اجرا برسند. این گروه‌ها با استفاده از بداهه‌پردازی و با داشتن تنها یک ایده و فضای تمرین می‌توانند به اجرایی ساختارمند دست یابند. برای این هدف بازیگر بداهه باید قابلیت‌های فردی و گروهی‌اش را تقویت کند. این قابلیت‌ها در تمام حوزه‌های تئاتر که بداهه‌پردازی به گونه‌ای کاربرد دارد نیز کاملاً ضروری و حیاتی‌اند. در واقع بداهه‌پرداز در تئاتر شش مهارت کسب می‌کند: اعتماد کردن، رهایی، پذیرفتن پیشنهاد، گوش سپردن و دقت نظر، داستان‌گویی و برقراری ارتباط غیرکلامی. گروه‌های بداهه‌پرداز در تئاتر می‌توانند با داشتن این مهارت‌ها، اجراهایی خلاق و جذاب تولید کنند. بداهه‌پردازی به ویژه برای هنرمندان نوگرا شیوه‌ای کارآمد است. این مقاله با تعریف بداهه‌پردازی به طور کلی، بداهه‌پردازی در حوزه تئاتر را تعریف می‌کند و به بررسی شش مهارت پیش‌گفته می‌پردازد.

کلیدواژه‌ها: بداهه‌پردازی، مهارت، بازیگر، تئاتر، خلاقیت.

۱. کارشناس ارشد کارگردانی نمایش، دانشگاه هنر، استان تهران، شهر تهران

مقدمه

این مقاله مبتنی بر این فرضیه است که گروه‌های تئاتری می‌توانند با استفاده از بداهه‌پردازی به اجرایی مستقل و منسجم دست یابند. اجرا در تئاتر، هم می‌تواند براساس متنی آماده و از پیش نگاشته شکل گیرد، و هم می‌تواند براساس بداهه‌پردازی گروهی باشد. در شکل کلاسیک، گروه تئاتر ابتدا نمایشنامه‌ای را انتخاب می‌کند، سپس با تجزیه آن به اجزای تشکیل‌دهنده‌اش ابعاد معنایی و قابلیت‌های اجرایی آن را کشف می‌کند و می‌کوشد تا با استفاده از امکانات صحنه‌ای - مانند بازیگر، نور، صوت و طراحی صحنه - نمایشنامه را اجرا کند. در این شیوه بدون نمایشنامه، اجرایی نیز در کار نخواهد بود. در واقع نمایشنامه است که چگونگی اجرا و سبک و نوع آن را تعیین می‌کند. نمایشنامه‌نویس، مستقل از گروه اجرا، به تنهایی و در مقطعی از زمان، نمایشنامه‌اش را می‌نویسد و گروه اجرا ملزم‌اند کم و بیش براساس متن او عمل کنند. اما شکل دیگری نیز برای تولید تئاتر وجود دارد. گروه تئاتر با بهره‌گیری از مهارت‌هایی که به دست آورده است می‌تواند اجرای خود را براساس بداهه‌پردازی شکل دهد. در این شیوه تمام اعضای گروه در ساختن نمایشنامه و شیوه اجرا سهیم‌اند و اجرا ساختار روایی و شکلی ویژه خود را پیدا می‌کند. بسیاری از گروه‌های تئاتر نوگرا و تجربی، اجرای خود را از بداهه‌پردازی‌های گروهی به دست می‌آورند. در واقع گروه‌هایی که می‌خواهند دست به تجربه‌ای نو در حوزه‌های گوناگون شکل و محتوا بزنند، از بداهه‌پردازی استفاده می‌کنند.

برای رسیدن به اجرا از دل بداهه‌پردازی بازیگران باید مهارت‌هایی را کسب کنند. آنها صرف‌نظر از قابلیت‌های فردی‌ای که پرورش می‌دهند، باید مهارت‌های کار گروهی را نیز بیاموزند و بدان عمل کنند. این مهارت‌ها عبارت‌اند از: اعتماد کردن، رهایی، پذیرفتن پیشنهاد، گوش سپردن و دقت نظر، داستان‌گویی و برقراری ارتباط غیرکلامی. این مهارت‌ها نه تنها برای گروه‌های تئاتری که قصد تولید تئاتر به شیوه بداهه‌پردازی دارند مفید هستند، بلکه می‌توانند برای بازیگران و کارگردانان نیز مستقلاً مفید و کارآمد باشند. همه هنرمندان بزرگ تئاتر به نوعی این شش مهارت را دارا هستند. در این پژوهش کوشش می‌شود با تفسیر این شش مهارت، دست‌کم باب اندیشه‌ای را در میان مربیان و هنرجویان تئاتر باز کند تا بلکه در مسیر ایجاد تئاتری خلاق مؤثر افتد. البته لازم به یادآوری است که به شکل گسترده‌ای از تمام مؤلفه‌های پیش‌گفته برای آموزش بازیگری استفاده می‌شود. هدف مربیان آموزش تئاتر، پرورش قابلیت‌های فردی و بالا بردن روحیه گروهی هر بازیگر و برانگیختن و تقویت قوه خلاق اوست.

درباره بداهه‌پردازی، در ایران کتاب‌های محدودی نگارش یافته یا ترجمه شده‌اند. یکی از آنها کتاب «بداهه‌پردازی در تئاتر» اثر فیلیپ برناردی [۱] است، به ترجمه منیژه محامدی. در این کتاب نهصد تمرین در موقعیت‌های گوناگون برای پرورش بداهه‌پردازی نوشته شده است که به ویژه مربیان تئاتر می‌توانند از آنها برای آموزش هنرجویان استفاده کنند. کتاب «بداهه‌پردازی برای تئاتر»، اثر ویولا اسپولین [۲] که او را بنیان‌گذار بازی‌های تئاتری می‌دانند، نیز به ترجمه حسین فدایی حسین منتشر شده است. این کتاب راهنمای آموزش فنون بازیگری و کارگردانی با استفاده از بداهه‌پردازی است.

از میان نظریه‌پردازان بداهه‌پردازی تئاتر، ویولا اسپولین و کیت جانسون [۳] از همه شناخته‌شده‌ترند. کیت جانسون در دو کتاب خود با نام‌های «بداهه» و «بداهه برای داستان‌گویان» بداهه‌پردازی در تئاتر را به تفصیل بررسی می‌کند. او از بنیان‌گذاران تئاتر اسپرت [۴] است و

بداهه‌پردازی را در نقاط گوناگون جهان به شکل کارگاهی آموزش می‌دهد. از دیگر پژوهشگرانی که در این حوزه فعالیت کرده‌اند و کتاب‌های آنان از منابع این پژوهش به شمار می‌روند، می‌توان به اینها اشاره کرد: کت کوپت [۵] نویسنده کتاب «پرورش قوه خلاق»، دن دیگلز [۶] با کتاب «بداهه برای بازیگران»، کین آدامز [۷] با کتاب «چگونه با بداهه‌پردازی یک نمایشنامه بلند بسازیم»، و نوئل گریگ [۸] با کتاب «نوجوانان و تئاتر نو».

تعریف بداهه‌پردازی

در دایرةالمعارف‌ها، در تعریف بداهه‌پردازی چنین آمده است: ایجاد و خلق هر عمل یا هر واکنش در لحظه و در پاسخ به محرک‌های محیطی و احساسات درونی را بداهه‌پردازی می‌گویند. بداهه‌پردازی ممکن است به خلق الگوهای فکری و ساختارها و روش‌های جدید منجر شود. حال، چنانچه بداهه‌پرداز مهارت‌های بیرونی و درونی حوزه بداهه خود را درک کند، این چرخه ابداع به مؤثرترین شکل صورت می‌گیرد.

به لحاظ فلسفی، بداهه‌پردازی از دو مؤلفه تشکیل شده است: ۱- ظهور و بروز آگاهی شخصی بداهه‌پرداز در موقعیت؛ و ۲- درک کامل از عملی که در حال انجام است. ترکیب این «آگاهی» و «درک»، بداهه‌پرداز را به نقطه‌ای می‌رساند که چه بسا بهترین واکنش را در موقعیتی خاص از خود بروز دهد؛ حتی اگر پیش‌تر با آن موقعیت مواجه نشده باشد. مطالعه تکنیک‌ها و مهارت‌های بداهه‌پردازی می‌تواند به گونه‌ای مؤثر در عملکرد هر فرد در تجارت یا زندگی شخصی و به ویژه هنر نیز تأثیرگذار باشد [۹].

در هنر، بداهه‌پردازی در واقع نمود بیرونی و عملی خلاقیت هنرمند است. هنرمند در شرایط خلاقه با رعایت دو اصل آزادی عمل و پایبندی به اصول، همزمان بداهه‌پردازی نیز می‌کند. وظیفه هنرمند شناخت و پی‌گیری تکانه‌های خلاق و اساس خلاقیت و بداهه‌پردازی ایجاد شرایطی برای بروز و جهت‌دهی این تکانه‌های خلاق است. توصیه نویسندگان برای فرایند خلاق چنین است: راه‌هایی را پیدا کنید تا خود برانگیخته شود (ظهور)، سپس هر ایده‌ای را که به ذهن‌تان خطور می‌کند، بیرون بریزید (بروز)، بدون آنکه آن را ارزشیابی کنید؛ بعدها برای ارزشیابی وقت هست (درک). تولید ایده را از ارزشیابی ایده نیز جدا کنید (Kenn, 2007, 35).

جایگاه بداهه‌پردازی در دیگر هنرها

عموماً دو نوع بداهه‌پردازی مطرح است: ۱- بداهه‌پردازی در تمرین؛ و ۲- بداهه‌پردازی در اجرا. هنرمندان در تمرین بداهه‌پردازی براساس اصول هنر خود، شیوه‌های گوناگون اجرایی را آزمون می‌کنند و بهترین را برمی‌گزینند. این به‌گزینی در هنرهای گوناگون متفاوت است. هنرمند نقاش با اتودها و آزمون و خطاهای مستمر ایده‌های خود را بداهه‌پردازی می‌کند؛ و نویسنده به گمانه‌زنی چگونگی چیدمان عناصر داستان و وقایع و روابط شخصیت‌ها می‌پردازد. اما نوع دیگری از بداهه‌پردازی نیز مطرح است که ویژه هنرهای اجرایی مانند تئاتر و موسیقی و رقص است. در این نوع بداهه‌پردازی صرف‌نظر از اینکه ویژگی‌های نوع نخست را دربردارد، در اجرا نیز از بداهه‌پردازی استفاده می‌شود. نوازنده موسیقی، هم چگونگی استقرار نت‌ها و سازها را در کنار یکدیگر بداهه‌پردازی می‌کند، و هم در شرایط اجرایی خاص با حضور تماشاگران به بداهه‌نوازی می‌پردازد. در تئاتر نیز این شیوه از دیرباز مرسوم بوده است. مثلاً در "کمدیا دل آرته" و نمایش

"تخت حوضی" بازیگران با داشتن خط اصلی داستان، نمایشی کم‌دی را در حضور تماشاگران بداهه‌پردازی می‌کردند.

موارد استفاده از بداهه در تئاتر

بسیاری از فنون بازیگری با استفاده از بداهه‌پردازی آموزش داده می‌شوند. عموماً آموزش به وسیله «بازی»‌هایی است که هنرجو بداهه‌پردازی می‌کند. بازی شرایطی را پدید می‌آورد که بازیگر می‌تواند در آن تجربه‌اندوزی کند. این کار روحیه همکاری او را بالا می‌برد و شرایط خودجوشی را برایش فراهم می‌سازد؛ و بدین ترتیب بازیگر در شرایط بازی، برای رسیدن به هدفش آزاد است، و به شرط اینکه قواعد بازی را رعایت کند، می‌تواند هر روشی را برگزیند. فرد در شرایط بازی، خود را در جمع حل می‌کند و به موج می‌سپارد. ذهن و جسم و شهود بازیگر در این میان به کمک او می‌آیند و خلاقیت از آن تراوش می‌کند. به همین خاطر است که کنستانتین استانیسلاوسکی، لی استراسبرگ [۱۰]، استلا آدلر [۱۱] و ویولا اسپولین در آموزه‌های بازیگری خود از بازی استفاده کرده‌اند. به اعتقاد ویولا اسپولین، «عملکرد مربی باید بی‌هیچ ضابطه مسلط بر بازیگر و اینکه به او بگوید چه کند و آن را در چه زمانی و چگونه انجام دهد، باشد. بازیگر آزادانه با قبول قوانین بازی، خود انضباط خود را برمی‌گزیند و در تصمیم‌های گروه با اعتماد و اشتیاق سهیم می‌شود. بنابراین، بازیگر می‌تواند همه نیرویش را مستقیماً بر این امر متمرکز کند، و نه برای خوشایند کسی» (اسپولین، ۱۳۸۹، ۶۵). پس می‌توان گفت که بداهه عموماً در تئاتر دو کارکرد اساسی دارد: ۱) در آموزش؛ و ۲) در تولید. مربیان آموزش بازیگری معمولاً برای آموزش هنرجویان‌شان از فنون بداهه‌پردازی استفاده می‌کنند. بیشتر آموزه‌های ویولا اسپولین و کیت جانسون برای مربیان و هنرجویانی است که می‌خواهند به فعالیت در عرصه تئاتر بپردازند. این توصیه‌ها برای کارگردانان نیز بسیار مفید است، تا حدی که آنان در موارد زیادی از تعبیر مربی - کارگردان استفاده کرده‌اند.

هنرجو (هنرمند) برای بداهه‌پردازی باید مهارت‌ها و فنی‌ها را بیاموزد، که هم فردی‌اند و هم گروهی. می‌توان گفت که بدون کسب این مهارت‌ها اصولاً تئاتری شکل نمی‌گیرد. آموختن آنها برای همه عواملی که در تولید تئاتر سهیم‌اند، لازم و ضروری است؛ چه تئاتر مبتنی بر متنی از پیش تعیین شده باشد و چه ساختار متن و اجرا در بداهه‌پردازی گروهی شکل گیرد.

اما بداهه در تئاتر کارکرد دیگری نیز دارد و آن در تولید اجراست. گروه بداهه‌پرداز با استفاده از مهارت‌های ذکر شده می‌تواند به اجرایی منسجم و جذاب دست پیدا کند؛ اجرایی که همه اجزای آن - از نمایشنامه گرفته تا طراحی صحنه و نور و موسیقی - در شرایط بداهه‌پردازی، نیازسنجی شده و شکل گرفته‌اند. ساختار ویژه این اجرا، از بداهه‌پردازی گروه به دست آمده است. گروه‌های بداهه‌پرداز حتی از این هم فراتر می‌روند و با در دست داشتن خط اصلی داستان، نمایشی را همزمان، با حضور تماشاگران، بداهه‌پردازی و اجرا می‌کنند (تئاتر اسپرت). استفاده از بداهه برای رسیدن به اجرا مستلزم تقویت و پرورش همان شش مهارتی است که پیش‌تر ذکر شد.

مهارت‌های بنیادین برای بداهه‌پردازی در تئاتر

تئاتر، هنری گروهی است. هنرمند تئاتر باید قابلیت‌های فردی و گروهی‌اش را افزایش دهد. همین ویژگی در تئاتر بداهه‌پردازانه اهمیت فراوان دارد. بنابراین بسیاری از مهارت‌هایی که افراد گروه

باید بیاموزند، به منظور ارتقای روحیه همکاری و مشارکت است. این مهارت‌ها تنها با تمرین‌های مستمر و مداوم دست‌یافتنی‌اند. مربی تئاتر و گروه بداهه‌پرداز، هر دو باید با تمرینات گوناگون این قابلیت‌ها را، در هر یک از هنرجویان و نیز در گروه، افزایش دهند.

مهارت‌های بنیادینی که بداهه‌پردازان باید آنها را پرورش دهند، اینها هستند:

۱. اعتماد؛
۲. رهایی؛
۳. پذیرفتن پیشنهادها؛
۴. گوش سپردن و دقت نظر؛
۵. داستان‌گویی؛ و
۶. ارتباط غیرکلامی.

اعتماد

هیچ هنری به اندازه بازیگری، به دیگران وابسته نیست. چنانچه هر بازیگر از همکاری و پشتیبانی دیگر بازیگران محروم باشد، اجرایش فاقد ظنین و عمق، و حرکاتش با نوعی مانع مواجه خواهد بود و در دام مسیری نادرست گرفتار خواهد آمد.

آگوست استریندبرگ

اعتماد اساس هر کار گروهی و خلاقانه است. حتی در حوزه تجارت نیز همکاری افراد در پرتو اعتماد متقابل انجام می‌گیرد. یکی از راه‌های جلب اعتماد بین اعضای گروه بداهه‌پرداز، شناخت آنها از یکدیگر است. چنین شناختی نه تنها سبب می‌گردد که بازیگران به یکدیگر بیشتر توجه کنند بلکه موجب حمایت‌شان از یکدیگر نیز می‌شود. می‌بایست فضایی صمیمی و دوستانه بین اعضای گروه حاکم باشد. آشنایی آنان با زندگی خصوصی یکدیگر، آنها را به هم نزدیک می‌کند. نخستین گام در جلب اعتماد بین اعضای گروه این است که فرصت‌هایی پدید آید تا افراد شناخت بیشتری از هم پیدا کنند. به هر حال انسان به کسی که نمی‌شناسد اعتماد هم نمی‌کند. در زندگی نیز شناخت هر چه بیشتر مردم از یکدیگر، موجب احساس نزدیکی بیشتر می‌شود. صداقت و صمیمیت، دو شرط لازم برای جلب اعتماد به شمار می‌آیند. چنانچه هر فرد به دیگران و نیز به محیط اعتماد داشته باشد، آن‌گاه خطر را پذیرا می‌شود؛ و همین خطرپذیری لازمه بداهه است.

اما برای اعتماد به کسی، ابتدا وی باید توانایی‌ها و مهارت‌های لازم این کار را داشته باشد؛ و آن‌گاه است که می‌توان با او احساس نزدیکی و همدلی کرد. در واقع برای دوست داشتن و احساس همدلی کردن با کسی باید از قابلیت‌های او آگاه بود. گروه باید تمریناتی انجام دهد تا حس همدلی و تفاهم اعضای آن افزایش یابد. هر چه اعضای گروه بیشتر با یکدیگر بازی کنند، میزان اعتمادشان به هم نیز بیشتر می‌شود.

از جمله قوانین بداهه این است که: «به همبازی خود کمک کنید تا به بهترین شیوه عمل کند». این بدان معناست که بازیگر روی صحنه باید متوجه همبازی خود باشد و مسئولیت او را بر عهده بگیرد. مشهور است که «اگر همبازی‌ات نتواند کار خود را به درستی انجام دهد، مسئولیت آن با توست». بازیگر هنگام بداهه‌پردازی با اعتماد کامل پیشنهادی می‌دهد و می‌داند که همبازی‌های او پیشنهادش را می‌پذیرند و آن را پرورش می‌دهند. اگر بازیگر نزد همبازی‌های خود احساس امنیت

نکند، نه تنها نمی‌تواند آزاد و رها باشد و پیشنهادش را مطرح کند بلکه اساساً اعتماد به نفس خود را نیز از دست می‌دهد. در شرایط امن و ایمن است که افراد در جایگاه درست خود قرار می‌گیرند. بنابراین احساس امنیت از دیگر راه‌های جلب اعتماد در گروه است. فرد برای برای اینکه در محیط و فضای خودش باشد و نقش بازی نکند باید احساس امنیت کند. از سوی دیگر وی برای خلاق بودن و فعال‌سازی تکانه‌ها یا انگیزه‌های خلاق خود نیز باید در گروه احساس امنیت کند. رهایی - یا در تنگنا نبودن - تنها در پرتو اعتماد و امنیت و آزادی دست‌یافتنی است.

نکات شاخص: اعتماد از ضروریات هر کار گروهی است / برای جلب اعتماد، به شناخت اعضا از یکدیگر، داشتن توانایی‌های لازم، و محیطی امن و صمیمی نیاز است / اعتماد متقابل اعضا منجر به رهایی (از میان رفتن قید و بندها) می‌شود.

رهایی (از قیود بازدارنده)

وظیفه شما این نیست که مشخص کنید این کار تا چه اندازه خوب یا باارزش است، یا آن را با دیگر چیزها مقایسه کنید. وظیفه شما این است که آن را آشکارا و به روشنی نزد خود حفظ کنید و راه‌ها یا مجراها را نیز باز بگذارید. حتی نیازی نیست که به خود یا به کارتان ایمان داشته باشید. بلکه فقط باید رها باشید و گرایش‌هایی را که به شما انگیزه می‌دهند آزاد بگذارید.

مارتا گراهام

ما از همان کودکی مان آموخته‌ایم که از امیالمان جلوگیری کنیم. ما یاد می‌گیریم که از قوانین پیروی کنیم. اگر آزادانه و بدون محدودیت بیندیشیم و عمل کنیم و حرف بزنیم، چه اتفاقی می‌افتد؟ در این باره ویولا اسپولین چنین گفته است: «کنار گذاشتن خود به خاطر بلهوسی دیگران قبل از آنکه چیزی عرضه کرده باشیم، هر روز ما را در آرزوی جلب محبت دیگران و ترس از رد شدن آواره می‌سازد. دسته‌بندی خوب یا بد از روز تولد (بچه خوب زیاد گریه نمی‌کند) ما را در تارهای تصویب و تقبیح گرفتار می‌کند و خلاقیت ما را فلج می‌سازد. با چشم دیگران می‌بینیم و با بینی دیگران استشمام می‌کنیم.» (اسپولین، ۱۳۸۹، ۶۶).

البته به هر حال قوانین‌اند که انسان را متمدن کرده‌اند. خودسانسوری در زندگی اجتماعی لازم و ضروری است؛ و به راستی چیز خوبی هم هست. چنانچه نتوانیم امیال و قضاوت‌ها و انتخاب‌هایمان را کنترل کنیم، زندگی مان فلج می‌شود. آنگاه نمی‌توانیم خواندن و نوشتن بیاموزیم، با قاشق و چنگال غذا بخوریم، یا رانندگی کنیم. تمدن خود توافق‌نامه‌ای است مبتنی بر محدودیت‌ها که ما اعمال سانسورنشده‌مان را براساس آن می‌شناسیم. اگر چه بهایش را نیز باید پرداخت. چه بسا زمان زیادی صرف می‌کنیم که عضله‌های قضاوت‌مان را پرورش دهیم تا عضله‌های خلاقیت‌مان تضعیف شوند.

هر شخص می‌بایست برای نوآوری و آفریدن، به انگیزه‌های خلاق خود اعتماد کند و ایده‌های به‌ظاهر غیرمنطقی، غیرمعقول و یا «نابخرانه» خود را پی بگیرد. مادامی که قابلیت‌های ارزش‌یابی و انتقاد اهمیت دارند، در صورتی که تعادلی بین آنها و قابلیت‌های اندیشه‌پردازی و خطرپذیری شکل نگیرد (اینها فاقد تعادل و توازن باشند)، متأسفانه جلوی خلاقیت گرفته خواهد شد. در ادامه،

توصیه‌های کت کوپت به هنرجویان برای رسیدن به رهایی، ذکر و تشریح می‌گردد. گروه‌های بداهه‌پرداز با رعایت این توصیه‌ها می‌توانند به رهایی دست یابند. در اینجا گفتنی است که به دست آوردن همه این مهارت‌ها فقط با تمرینات و بازی‌های نمایشی امکان‌پذیر است.

توصیه‌هایی به بداهه‌پردازان برای ایجاد محیط‌هایی به منظور پروراندن خلاقیت یا رهایی

- زمانی را برای تقویت عضله‌های خلاقیت صرف کنید: قبل از هر کار خلاقانه، کلیشه‌ها را از ذهن‌تان بیرون بریزید. به تمرین‌ها و بازی‌های «بی‌محتوا» بپردازید.
- فضایی را پدید آورید که افراد برای جست‌وجو آزادی عمل داشته باشند؛ اما کمی محدودیت نیز در آزادی مفید است. بداهه‌پردازان با محدود کردن گزاره‌ها و تمرکز روی هدفی مشخص، دارای رفتاری اصولی و خلاق خواهند بود. محدودیت خلاقیت می‌آورد، و گاه خود ایده‌های جدید در پی دارد.
- خود را سانسور نکنید: قضاوت‌های درونی ملکه ذهن شده، مانع بزرگی برای فرایند خلاق هستند. اگر چیزی به ذهن‌تان خطور نمی‌کند علتش این است که آنچه را به ذهن‌تان می‌رسد سانسور می‌کنید. گاه پیش می‌آید که ما، بدون اینکه بدانیم، تکانه‌ها یا انگیزه‌های خلاق‌مان را سرکوب می‌کنیم. ما در واقع خود را سانسور می‌کنیم، چون واهمه داریم که مبادا آن چیز، نامناسب و احمقانه و خنده‌دار جلوه کند.

توصیه‌هایی برای خلاق شدن و از بین بردن خودسانسوری

نابخرد باشید: خطرپذیری کاری نابخردانه است. خلاقیت امری است بدیع؛ و به همین خاطر در ایده خلاق باید عوامل قدیمی را کنار گذاشت. افراد خلاق، باهوش نیستند بلکه صرفاً شجاع‌اند. اگر اندیشیدن در خارج از چارچوب‌ها توصیه می‌شود، باید شجاعت بیرون پریدن از چارچوب را نیز داشت، نه اینکه فقط خود را به سمت بیرون خم کرد.

ساده باشید: در فرایند خلاقانه هیچ چیز بدتر از این نیست که بخواهیم خلاق باشیم؛ یا بخواهیم دیگران را شگفت‌زده سازیم و اندیشه‌های آن‌چنانی عرضه کنیم. اگر در پی چیزی نوآورانه و خلاقانه باشیم، آن‌گاه ایده‌های متعددی را صرفاً به خاطر اینکه ساده‌اند، رد می‌کنیم. واقعیت این است که آنچه ساده می‌نماید، بسیار طبیعی است و جزو امیال درونی آدم. با اعتماد کردن به چیزهای ساده و ارائه آنها، دو اتفاق می‌افتد: یا شما آن چیزی را که دیگران اندیشیده‌اند، و جرئت گفتنش را ندارند تصور می‌کنند (مانند کودکی که به پادشاه می‌گوید لباس به تن ندارد)؛ یا چیزی به ذهن‌تان خطور می‌کند که برای خود شما ساده است ولی به ذهن دیگران نرسیده است و نمی‌رسد.

از اشتباهات بهره ببرید: هر اشتباه می‌تواند بابتی را برای خلاقیت‌های بیشتر باز کند. یکی از راه‌های افزایش میزان خلاقیت این است که اشتباهات خود را نیز، درست به مانند هر موفقیت‌تان، تحسین کنید. ممکن است ایده‌ای نو با شکست همراه شود، اما باید آن را به موفقیتی دیگر سمت و سو داد. بسیاری از کشف‌های بزرگ تاریخ، خاستگاه‌شان اشتباهات بوده‌اند. گراهام بل در حال اختراع سمک بود که تلفن را اختراع کرد. اشتباهات موهبت‌اند؛ از دست‌شان ندهید (Koppett, 2001, 25-27).

در بداهه، فرصتی برای ارزش‌یابی نیست. بر حسب تعریف بداهه‌پردازی، در آفرینش در لحظه، امکان یا توان تجدیدنظر وجود ندارد. بداهه‌پردازان تمرین می‌کنند که از خود رها شوند تا بتوانند ایده‌های بدیع و نوآورانه خود را بشناسند و به کار گیرند. آنچه که در زمینه انگیزه‌های خلاقانه رها شده بسیار جالب می‌نماید، این است که بیشتر ایده‌های ظاهراً بسیار خطرناک یا ساده و بدیهی - که ذهن منطقی سانسورشان می‌کند - چه بسا بهترین نتیجه را به بار آورند.

بداهه‌پرداز باید قوانین و اصول و همچنین بایدها و نبایدها را کنار نهد و ایده تولید کند. اندیشه‌پراکنی شیوه بسیار مؤثری در پرورش قوه خلاق و رهایی است. او باید تولید ایده را از ارزش‌یابی آن جدا سازد. ابتدا باید بگذارد که ایده زاده شود، و سپس آن را پرورش دهد؛ آنگاه به جرح و تعدیل آن بپردازد و زوائد آن را بررسی کند. به همین دلیل است که مربیان بداهه‌پردازی، پیش از شروع به کار افراد، آنها را تشویق می‌کنند که تمرینات گرم کردن را انجام دهند. بداهه‌پردازان نیز می‌بایست به مانند ورزشکاران، قبل از تمرکز روی موضوعی خاص، عضله‌های خلاقشان را گرم کنند.

نکته آخر اینکه گاه مربیان برای اینکه بازیگران بتوانند رهاتر و خلاق‌تر باشند و ایده‌هایشان را بروز دهند، از ماسک استفاده می‌کنند. استفاده از ماسک به ویژه برای گروه‌های بداهه‌پردازی که در پی شیوه‌های روایی شکل‌گرا هستند نیز توصیه می‌شود. ماسک، بازیگر را وامی‌دارد تا از حرکات بدنیش برای القای مفاهیم بهره‌گیری. کتاب «تن شاعر، اثر ژاک لکوک» [۱۲] منبع الهام مناسبی برای این گونه افراد خواهد بود.

نکات شاخص: قوانین اجتماعی مانع رهایی می‌شوند / رهایی چونان قلب خلاقیت است / خودسانسوری جلوی رهایی و خلاقیت را می‌گیرد / برای رهایی باید نابخرد بود، ساده بود و از اشتباهات بهره برد / نخست تولید ایده، و سپس ارزشیابی / کمیت بر کیفیت اولویت دارد / باید ایده‌های ساده را پرورش داد / باید قبل از بحث ایده‌ها را ثبت کرد.

پذیرفتن پیشنهادها

هنگامی که انرژی تک‌تک اعضای گروه برای انجام هدفی مشترک هم‌سو گردد، برآیند آن از کل انرژی‌های داده شده بیشتر می‌شود و هر فرد بیش از آن مقداری که انرژی داده است، انرژی دریافت می‌کند.

رابرت بندتی

بداهه‌پردازی سه اصل دارد:

۱. رها باشید: به نخستین ایده‌ای که به ذهنتان خطور می‌کند، اعتماد و براساس آن عمل کنید.
۲. به هم‌بازی خود کمک کنید تا به بهترین شیوه عمل کند: بر هم‌بازی خود متمرکز شوید. ببینید برای موفق شدن به چه چیز نیاز دارد، و آن را برایش فراهم کنید.
۳. همیشه بگویید: "بله و ...": مشتاقانه ایده‌های هم‌بازی خود را بپذیرد و براساس آن عمل کنید (Diggles, 2004, 1).

نخستین گام برای بداهه‌پرداز این است که هرآنچه را که بدن و ذهنش به او پیشنهاد می‌کنند،

پذیرد؛ و دوم اینکه پذیرای پیشنهادهای بیرونی نیز باشد. پیشنهاد شامل هر آن چیزی است که بداهه‌پرداز می‌تواند دریافت کند. پیشنهاد ممکن است فیزیکی، زبانی، مفهومی و احساسی باشد. به‌راستی حجم پیشنهادهای بسیار فراوان است. اینها می‌توانند مورد پذیرش قرار گیرند، نادیده گرفته شوند، یا رد گردند. اگر بازیگری پیشنهاد طرف مقابل را درک و براساس آن عمل کند، بداهه سمت‌وسو خواهد یافت و همکاری آنها به پیش خواهد رفت. بداهه‌پردازی بدون پاسخ مثبت به پیشنهادهای، مانند شنا کردن در رودخانه‌ای است بدون خارج شدن از یکی از مسیرها. هر صحنه زمانی شروع می‌شود که سمت‌وسو پیدا کند.

دلایل رد کردن ایده‌ها ممکن است مواردی از این دست باشد:

- پاسخ مثبت نیاز به عمل کردن دارد.
- ممکن است دیگری به اعتباری بیشتر از ما دست یابد.
- کسی که ما دوستش نداریم چه بسا موفق می‌شود.
- فراگرفته‌ایم که جدل کردن و مخالفت ورزیدن شیوه‌ای است که هوش‌مان را نشان می‌دهد.
- تصور می‌کنیم ایده‌هایی که پیشنهاد شده‌اند، خطرناک / احمقانه / غیرخلاق‌اند.
- ایده خود را بهتر از آنهای دیگر می‌پنداریم.
- ما ایده را درک نمی‌کنیم.
- تضاد ورزیدن با هیجان همراه است.

در زندگی اجتماعی نیز چنین است. اگر پاسخ مثبت بگوییم، خود را وارد حوادث خطرناکی کرده‌ایم. اگر پاسخ‌مان منفی باشد، در امنیت خواهیم بود (مصدق بله و بلا). "نه" گفتن آسان‌تر است و خطر کمتری دارد و نیازمند اندیشیدن و عمل کردن هم نیست. اما اگر فرد به همه پیام‌ها و اطلاعات و روابطی که برای او پیش می‌آیند "نه" بگوید، به نوعی دایره روابط و امکانات بالقوه اجتماعی‌اش را محدود کرده است.

بداهه‌پردازی که روی صحنه می‌رود، دو کار انجام می‌دهد: نخست اینکه هر گونه پیشنهادی را می‌پذیرد، و دوم اینکه از شکست نمی‌هراسد. بداهه‌پرداز خلاق کسی است که از هر چیزی، پیشنهادی می‌سازد و آن را می‌پروراند. هر پیشنهادی تخته‌پرسی برای پیشنهادهای دیگر است. او می‌داند که در امر بداهه هر ایده‌ای بهتر از بی‌ایده بودن است. وی از هیچ، همه چیز می‌سازد. جزء را به کل تبدیل می‌کند. او با تمرکز کامل بر همبازی خود و فضای خلق شده، نکانه‌ها یا انگیزه‌های خلاقانه‌اش را در خدمت استفاده از پیام‌های دریافتی به کار می‌برد. اگر دو بازیگر بداهه‌پرداز پیشنهادهای یکدیگر را بپذیرند، قصه به پیش می‌رود و آن‌گاه می‌توانند با افزودن عوامل دراماتیک، ساختاری منسجم و در عین حال جذاب و هدفمند خلق کنند.

لازمه همکاری موفق، خوش‌بینی و شور و هیجان مثبت است. بازیگران در بداهه به یکدیگر نیرو یا انرژی می‌دهند. خوش‌بینی از اعتماد بازیگران به یکدیگر به دست می‌آید. بدبینی رشته‌های ارتباطی را می‌گسلد و شخص را به درون خود فرو می‌برد. "بله" گفتن باعث اعتماد اعضای گروه به یکدیگر می‌شود. اگر ایده‌های فرد مدام رد شوند، او رو تَرش می‌کند، دلسرد می‌شود و انرژی خود را از کف می‌دهد؛ اما اگر پذیرفته شوند انگیزه‌ها افزایش می‌یابد. همه ما خود نیز تمایل داریم که ایده‌هایمان پذیرفته شوند. بازیگر یا کارگردان، پیش از اینکه دست رد بزند، می‌بایست دلایل خود را کاملاً بررسی کند. از ایده‌های بد می‌توان ایده‌های خوب را آفرید؛ و فقط باید مترصد بود.

نکات شاخص: هر چیزی می‌تواند پیشنهاد باشد / دلایل گوناگونی برای "نه" گفتن وجود دارد / "بله" گفتن اساس هر ارتباطی است / خوش‌بینی راه درست غلبه بر مشکلات و "بله" گفتن مرحلهٔ پس از آن است / رهایی، نوعی پاسخ مثبت به انگیزه‌های خلاقانه (خود و دیگران) است / بداهه‌پرداز باید پیشنهادها را پذیرا باشد و براساس آنها عمل کند.

گوش سپردن و دقت نظر

به عنوان بداهه‌پرداز هرگاه ذهن‌تان دچار رخوت و توقف شد و نمی‌دانستید چه کار کنید و یا چه بگویید، تنها راه همانا توجه کردن به هم‌بازی‌تان است. رفتار و کردار و گفتار او مملو از پیشنهادهایی است که می‌توان آن را پرورش داد. محیط پیرامون و فضا نیز همواره می‌توانند الهام‌بخش باشند.

دن دیگلز

بیش از پذیرش هر پیشنهادی، باید آن را درک کرد. این کار به همان آسانی که به نظر می‌رسد، نیست. در هر لحظه اطلاعات بسیاری بمباران‌مان می‌کنند که ما یا آنها را درک نمی‌کنیم و یا دست به تخریب‌شان می‌زنیم. همان چیزی را می‌پذیریم که بر آن تمرکز کرده باشیم. چه بسیار اطلاعات مهمی که با گوش نسپردن به آنها، بی‌توجهی به بازتاب‌ها، درک نکردن تفاوت و تمایز میان چیزی که بر آن باور داریم و چیزی که وجود دارد، و ندانم‌کاری‌هایی از این قبیل از دست می‌دهیم.

در مجموع، سه چیز از گفتار هر فرد می‌توان دریافت:

۱. اطلاعات: در این میان آسان‌تر از همه، اطلاعات است. آنها محسوس و عینی‌اند؛ نمی‌توان به نادرست آنها را تعبیر کرد؛ و توانایی ما را در دریافت و حفظ اطلاعات ارتقا می‌بخشد و تمرکز و حافظه ما را نیز تقویت می‌کند.

۲. احساسات: دریافت احساسات، کمی دشوارتر است. گاه احساس فرد اهمیتی بیش از اطلاعاتی که عرضه می‌کند دارد. گاهی کلمات چنان ابزار و وسیله‌ای برای ابراز احساسات هستند.

۳. اهداف: مهم‌ترین جنبه هر ارتباط، نقطه عطف یا هدف پیام است. در هر لحظه ما مقدار زیادی پیشنهاد دریافت می‌کنیم و برخی‌شان را نادیده می‌گیریم. فردی که گوش می‌سپارد، دو کار انجام می‌دهد: (۱) گستره اطلاعاتی را که دریافت می‌کند، بسط می‌دهد؛ و سپس (۲) ارتباط ارگانیک آن اطلاعات را به سرعت بررسی می‌کند. برای درک نقطه عطف هر داستان باید بتوان اطلاعات مهم و حیاتی را از اطلاعات حاشیه‌ای تشخیص داد و آنها را از یکدیگر تفکیک کرد (Koppett, 2001, 54).

بنابراین بداهه‌پرداز باید قابلیت‌های گوش سپردن و دقت نظر را افزایش دهد. دریافت اطلاعات هم خودآگاه است و هم ناخودآگاه. مهارت‌های گوش سپردن و دقت نظر، دریافت خودآگاه انسان را تقویت می‌کنند. در هر لحظه اتفاقات و اطلاعاتی وجود دارند که ما به آنها توجه می‌کنیم و تعداد زیادی جزئیات دیگر نیز هستند که در حاشیه قرار می‌گیرند. بهترین کاری که بداهه‌پردازان می‌بایست انجام دهند، این است که بر گسترهٔ دریافت آگاهانه اطلاعات‌شان از فضای پیرامون بیفزایند. این مهارت‌ها در تمرینات گوناگون به دست می‌آیند. مثلاً بداهه‌پرداز با تمرکز آگاهانه

بر جزئیات می‌تواند این قابلیت‌ها را تقویت کند، یا با خیال‌پردازی قدرت تجسم و تصور خود را ارتقا بخشد.

در مجموع، مهارت‌هایی که بداهه‌پردازان پرورش می‌دهند، توانایی دریافت و تفسیر حجم زیادی از اطلاعات است که در لحظه آغازین یا نخست دریافت می‌کنند. تمرین «تبادل داستان» [۱۳] پیچیده بودن فرایند گوش سپردن را نشان می‌دهد و در تقویت عضله‌های گوش سپردن بسیار مفید است. این تمرین، مشخص می‌سازد که چقدر انسان می‌تواند در دریافت اطلاعات ضعیف باشد.

تقویت دقت نظر نه تنها ظرفیت درک اطلاعات را افزایش می‌دهد، بلکه موجب می‌شود انواع اطلاعاتی که دریافت می‌گردد نیز درک شوند. در تمرین تبادل داستان همه روند داستان را کاملاً منتقل می‌کنند، اما اطلاعات جا به جا می‌شوند. اسم‌ها، مکان‌ها و شماره‌ها تغییر می‌کنند (اطلاعات). دومین چیزهایی که تغییر می‌کنند احساسات و رویکردها هستند. نفر نخست داستان را با هیجان و مثبت بازگو می‌کند، در حالی که نفر دوم آن را بی‌تفاوت و به هم ریخته تکرار می‌کند (احساسات). سرانجام بازیگران منظور یا هدف داستان‌ها را به نادرست درک می‌کنند (اهداف).

نکات شاخص: انسان حجم زیادی از اطلاعات را درک نمی‌کند / انسان‌ها از یکدیگر سه نوع پیام دریافت می‌کنند: اطلاعات، احساسات و اهداف / برای اینکه پیشنهادی پرورانه شود، ابتدا باید آن را درک کرد / تقویت قوه گوش سپردن و دقت نظر نه تنها در برقراری ارتباط بسیار مؤثر است، بلکه خلاقیت را نیز افزایش می‌دهد.

داستان‌گویی

خداوند انسان را آفرید، چون عاشق داستان بود.

الی ویسل

همه انسان‌ها از شنیدن داستان لذت می‌برند. داستان احساسات آنان را تحریک می‌کند، با شخصیت‌ها همذات‌پنداری می‌کنند. داستان آنان را وارد جهانی دیگر می‌کند و مواجهه متفاوتی را برای آنان شکل می‌دهد. کاتارسیس (تزکیه نفس) با شنیدن داستان حاصل می‌شود. انسان‌ها از داستان‌ها درس عبرت بیشتری می‌گیرند، تا از اطلاعات خشک و مستقیم. انسان ذاتاً داستان‌گو است.

داستان‌گویی قلب تئاتر است. گروه‌های تئاتری همه مهارت‌ها را می‌آموزند تا بتوانند داستان مهیجی را روایت کنند. قدرت تئاتر در ارائه داستان‌هایی جذاب و محرک و پالاینده است. تماشاگران با دیدن شخصیت‌ها، عاشق‌شان می‌شوند، با آنها می‌جنگند و رشد می‌کنند، نیز با آنان می‌میرند و آواز می‌خوانند. وقتی بداهه‌پرداز رها باشد و سپس پیشنهادها را درک کند و بپذیرد و براساس آنها عمل کند، داستان خود به خود شکل می‌گیرد.

اطلاعات، در ساختاری روایی پرداخت می‌شوند. این اطلاعات محتوایی جدید و تجربه‌ای متمایز برای تماشاگر دارند. مهم این است که تماشاگر آنچه را گفته می‌شود دریافت کند. داستان ظرف مناسبی برای قرار دادن تفکرات و اندیشه‌ها در درون آن و مقبول افتادن برای تماشاگران است. داستان فضا را باورپذیر می‌کند و همدلی را برمی‌انگیزد. داستان هدف نمایش را در چارچوب

مشخصی قرار می‌دهد.

در بداهه‌پردازی، اعضای گروه با کمک یکدیگر داستانی را به پیش می‌برند. برای خلق داستان به شکل گروهی، همه افراد گروه می‌بایست اصول اولیه داستان و درام را بدانند. آنان باید بدانند که کدام مؤلفه را پیروانند و چگونه روابط شخصیت‌ها را گسترش دهند. نیز کدام مسیر را دنبال کنند و بر کدام جزئیات متمرکز شوند. آنان باید انواع ژانرها و شیوه‌های گوناگون تئاتری را بشناسند و ساختار داستان‌شان را بر آن اساس شکل دهند. در این امر مطالعه مداوم و هدفمند کتاب‌های نظری و آثار هنری و تجربه‌های صحنه‌ای دیگران می‌تواند به آنان یاری رساند.

گروه بداهه‌پرداز لازم است به چارچوب یک نمایشنامه خوش‌ساخت کاملاً مسلط باشد؛ و حتی اگر تمایلی هم نداشته باشد، باز هم به آن پای‌بندی نشان دهد. بداهه‌پردازان باید با ساختار ارسطویی، شیوه روایی برشت، ساختار غیرخطی و مدور و شیوه‌های انتزاعی اجرا آشنا باشند. سام اسمیلی [۱۴] در کتاب نمایشنامه‌نویسی خود اصولی را نام می‌برد که باید در طراحی هر نمایشنامه خوش‌ساخت رعایت شوند. بداهه‌پرداز می‌تواند این اصول را جرح و تعدیل یا جابه‌جا کند، اما باید کاملاً به آنها تسلط داشته باشد. این اصول عبارت‌اند از:

۱. تعادل: موقعیت آغازین جهان داستان است که در آن روابطی خنثی و بدون درگیری وجود دارد اما همین‌ها بالقوه قابلیت واژگونی و به هم ریختن دارند.

۲. به هم‌ریختگی: نیرو یا شخصیتی است که اتفاقی مخرب را سبب می‌شود و جهان داستان را از وضعیت تعادل خارج می‌کند. به هم‌ریختگی باعث تغییری محسوس و سریع بین روابط می‌گردد.

۳. قهرمان: شخصیت مرکزی است که به هم‌ریختگی ارتباط مستقیم با او دارد. او کسی است که پیمان می‌بندد تا جهان داستان را به حالت تعادل بازگرداند.

۴. هدف: نتیجه تلاش شخصیت‌ها برای بازگرداندن تعادل است؛ و چیزی است که تنها با سعی و تلاشی مستمر به دست می‌آید. همان چیزی است که هر کس می‌خواهد.

۵. استراتژی: نقشه عملی شخصیت‌ها برای رسیدن به هدف؛ و شناسایی اهداف و بیان تصمیمات است.

۶. تلاش: عمل ارادی شخصیت‌ها در واکنش به محرک‌هاست.

۷. مانع: شیء یا وضعیت یا فردی است که اهداف شخصیت را مختل می‌کند. چیزی است که باید جابه‌جا شود، پشت سر گذاشته شود و یا از سر راه برداشته شود. عموماً چند نوع مانع وجود دارد: الف) موقعیت‌ها یا اشیای فیزیکی: زمان، فاصله، آب و هوا و موقعیت جغرافیایی؛ ب) دیگر شخصیت‌ها: شخصیت منفی، مخالفان، دشمنان، دوستان فضول؛ ج) خود درون شخصیت: مشکلات درونی، ترس‌ها و تردیدهایش؛ و د) سرنوشت: خدایان، شانس، بخت و اقبال.

۸. بحران: زمانی است که شخصیت بر سر دو راهی تصمیم یا کشمکش قرار می‌گیرد و هیجان بالا می‌رود؛ یا زمانی که دو یا چند نیرو با هم مبارزه می‌کنند و نتیجه نامشخص است. در لحظه بحران روند داستان تغییر می‌کند.

۹. کشمکش: رویارویی نیروها یا شخصیت‌ها و یا جنبه‌هایی از یک شخصیت است؛ یا به عبارتی تضادی است که از دشمنی یا مشاجره و مبارزه فیزیکی ناشی می‌شود. موانع نیز خود نوعی کشمکش‌اند.

۱۰. پیچیدگی: محرکی غیرمترقبه (مثبت یا منفی) است که مشکلات یا مخرمه و یا دشواری جدیدی را به وجود می‌آورد؛ و رویدادی است که مسیر کنش را تغییر می‌دهد.

۱۱. داستان فرعی: داستانی است دارای "تنش - بحران - اوج" که یک یا چند کنش ثانویه را در بر می‌گیرد و معمولاً وجه اخلاقی کنش اصلی را منعکس می‌کند.

۱۲. تعلیق: پیش‌بینی روند رخداد خاصی است؛ و معمولاً پیش‌بینی دستاورد، بحران و یا اوج است.

۱۳. اوج: نقطه اوج کنش است، یا لحظه‌ای که بحران زمینه‌سازی می‌شود و به نتیجه می‌رسد. در لحظه اوج در روند داستان چرخش ایجاد می‌شود و شخصیت ویژگی اصلی خود را بروز می‌دهد.

۱۴. گره‌گشایی: جایی است که نتیجه به تصویر کشیده می‌شود، پرسش‌ها پاسخ داده می‌شوند و نقاط مبهم آشکار می‌گردند (Smiley, 2005, 103-105).

بداهه‌پردازان در طراحی داستان براساس بداهه باید ۱۴ مورد پیش‌گفته را همواره مد نظر قرار دهند. موارد مذکور در واقع درام‌پردازی هستند. رعایت عناصر داستان، چه در روایت اجراهای مبتنی بر دیالوگ و چه اجراهای براساس حرکات فرم، ضروری است. همان‌گونه که پیش‌تر ذکر شد، بداهه‌پردازان می‌توانند این عناصر را حذف کنند اما باید آگاه باشند که هرچقدر از این عناصر کم شود ساختار درام آنها از شکل کلاسیک خطی فاصله می‌گیرد. بداهه‌پردازان در کنار شیوه روایت خطی باید به اصول روایت‌های غیرخطی، اپیک، مدور، فرم‌گرایانه و نظایر اینها هم کاملاً مسلط باشند.

اما توصیه‌هایی نیز برای بداهه‌پردازان در حین کار وجود دارد که می‌توان آنها را به ۱۴ مورد اشاره شده اضافه کرد:

۱. از عناصری که قبلاً کاشته‌اید، دوباره استفاده کنید. نخستین قاعده، شکل دادن به روایتی معنادار بین افراد و اتفاقات و اجزاست. دوباره گنجاندن و استفاده کردن از کاشته‌های پیشین، شیوه بسیار مؤثری برای بداهه‌پردازی است که از انتهای داستان خبر ندارند. از هر آنچه که در ابتدای بداهه‌پردازی‌تان می‌سازید، دوباره در انتها استفاده کنید. این یکی از تکنیک‌های نمایشنامه‌نویسی - و حتی فیلمنامه‌نویسی - است. اطلاعات و اتفاقات ساده‌ای که در ابتدای داستان فیلم رخ می‌دهند، کاشته‌های فیلمنامه‌نویس‌اند، تا او از آنها در جایی مناسب برداشت کند. از این تکنیک در فیلم‌های فراوانی استفاده شده است. بداهه‌پردازان با گنجاندن دوباره عناصر پیشین، به داستان ساختار می‌دهند و روایت را منسجم‌تر می‌کنند.

۲. ساختاری محکم و استوار بیافرینید، که بر قواعد و چارچوب خاص خود استوار باشد؛ و علاوه بر آن علاقه تماشاگر را برانگیزد و پرسش‌های او را نیز پاسخ دهد.

۳. به استخوان‌بندی ساختار، عناصری را نیز بیفزایید (همچون گوشت برای استخوان)؛ و کنش‌ها را با احساسات و شخصیت‌ها و جزئیات تزئین کنید. بداهه‌پردازان باید هنگامی که چارچوب کلی ساختار اجرا مشخص شد، اجزای تشکیل‌دهنده ساختار را پردازش کنند. چگونگی این پردازش با توجه به نیاز ساختاری و روایی اجرا مشخص می‌شود.

۴. بین وقایع داستان، رابطه‌ای علت و معلولی برقرار کنید. باید اتفاقی موجب اتفاق دیگر شود، این یکی خود مسبب اتفاق بعدی گردد؛ یا به عبارتی، یکی علت دیگری و دیگری علت بعدی، الی آخر. این کار فرایند داستان را منطقی می‌کند و به ساختار وحدت می‌بخشد و رویدادها را

زنجیروار به هم پیوند می‌زند.

۵. داستان باید دارای درون‌مایه یا تم اصلی باشد. در قلب هر داستان، پرسشی بزرگ نهفته است. مشخص کنید که در پس داستان‌تان چه مسئله یا پرسش مهمی درباره انسان مطرح می‌شود.

منابع داستان

بداهه‌پردازان داستان‌شان را از کجا می‌آورند؟ اقتباس، از جمله راه‌های تأمین داستان برای گروه‌های بداهه‌پرداز است. یکی از منابع بسیار غنی برای گروه‌های بداهه‌پرداز، آثار هنرمندان دیگر است. نمایشنامه، رمان یا داستان یا فیلم تنها برخی از منابع هستند که هنرمند بداهه‌پرداز می‌تواند از آنها برای ایجاد درام خود استفاده کند. نمایشنامه‌های شکسپیر نمونه بارز این رویکرد است. بسیاری از نمایشنامه‌های او تبدیل به آثار ماندگار سینمایی شده‌اند؛ مانند سریر خون، اثر کوروساوا و یا هملت لارنس اولیویه و فرانکو زفی‌ری، و جز اینها. در اقتباس، میزان وفاداری به متن اصلی، نسبی است. گروه بداهه‌پرداز می‌تواند براساس ایده اجرایی و اندیشه مرکزی، خود عناصری را به متن اصلی بیفزاید و یا حذف کند. اما آنچه که اهمیت دارد این است که اثر اقتباسی در واقع اثری جدید به شمار می‌آید و باید ساختار و انسجام خاص خود را داشته باشد.

تعامل و تبادل فرهنگ‌های گوناگون نیز بسا اوقات می‌تواند درام‌هایی جذاب و متفاوت و خلاقانه پدید آورد. معمولاً بداهه‌پردازان به شکل گروهی کار می‌کنند. بازگویی آداب و رسوم یا اعتقادات و تجربیات شخصی - و نظایر اینها - میان اعضای گروه ممکن است منجر به شکل‌گیری داستان‌های بدیعی شوند. خاطره‌ها، روابط، شخصیت‌ها، ضرب‌المثل‌ها و مثل‌ها، همه و همه می‌توانند دستمایه قرار گیرند. این کار برای جهانی شدن نیز بسیار مؤثر است. از جمله مؤلفه‌هایی که درام را (به ویژه در کشورهای آسیایی) جذاب می‌کند، قصه‌ها و داستان‌های فولکلور و بومی است که شکلی دراماتیک به خود گرفته‌اند. تاریخ نیز دستمایه مناسبی برای بداهه‌پردازی و خلق داستان است. بسیاری از نویسندگان ایده‌های خود را از وقایع تاریخی یا روزنامه‌ها و خبرهای روزمره اجتماعی و سیاسی می‌گیرند. هنرمند به هر حال محدود به ظرف مکان و زمان است و آنچه که می‌آفریند، آیینی تمام‌نمای جامعه اوست.

نکات شاخص: گروه بداهه‌پرداز باید با اصول درام آشنایی کامل داشته باشد / داستان‌گویی شیوه پیوند وقایع گوناگون با یکدیگر است / اجرا باید ساختاری منسجم و وحدت‌یافته داشته باشد / اقتباس از آثار هنری دیگر، شیوه‌ای مناسب برای بداهه‌پردازان است / همه مهارت‌های اعتماد، رهایی، پذیرفتن پیشنهاد، گوش سپردن و دقت نظر و حتی برقراری ارتباط غیرکلامی با انجام تمرینات داستان‌گویی محقق می‌شوند.

ارتباط غیرکلامی

حقیقت مسلمی وجود دارد بدین معنا که بدن انسان و روان او روی یکدیگر تأثیر می‌گذارند.

میخائیل چخوف

بداهه‌پردازان وقتی وارد صحنه می‌شوند، هر یک به جای سه نفر عمل می‌کنند. آنان همزمان،

بازیگر و کارگردان و نویسنده‌اند. آنان در مقام نویسنده ممکن است در دام «گفتن به جای نشان دادن» درافتند. برقراری ارتباط بستگی به نشانه‌های غیرکلامی فراوانی دارد. تعداد زیادی از تمرین‌های ویولا اسپولین بی‌کلام هستند، صرفاً به این علت که بازیگران برقراری ارتباط غیرکلامی را تمرین کنند. وقتی بداهه‌پردازان بیاموزند که برای برقراری ارتباط از زبان استفاده نکنند، آن‌گاه از بدن‌شان استفاده خواهند کرد.

سه اصل برقراری رابطه غیرکلامی برای بداهه‌پرداز:

۱. بدن، ابزاری قوی و انعطاف‌پذیر برای بازیگر است.
۲. بازیگر باید در هماهنگ ساختن ذهن و بدن خود بکوشد.
۳. بازیگر باید موقعیت‌های اجتماعی را بشناسد.

اغلب هنرمندان از ابزار - یا ابزارهای - مخصوص به خود در آفرینش هنری‌شان استفاده می‌کنند. آنچه که بازیگر در اختیار دارد، خود اوست. بخش مهمی از آموزش بازیگری، حرکت و بیان و تکلم است. این بدان معناست که مهم نیست بازیگر چه احساسی دارد و از چه کلماتی استفاده می‌کند؛ اگر ابزاری مناسب در اختیار نداشته باشد، نمی‌تواند ارتباط برقرار کند. بازیگران باید بدن‌شان را تربیت کنند. بدن و بیان بازیگران باید انعطاف‌پذیر و قوی باشد. هنگام اجرا، بدن باید رها و آزاد باشد، و صدا نیز رسا و خوشایند و گوش‌نواز باشد؛ و هر دوی اینها باید احساس نهفته در هر کلمه را منتقل کنند. در واقع بازیگر با تمرینات مداوم و مستمر قابلیت‌هایی را در خود شرطی می‌سازد.

حوزه دیگر پرورش غیرکلامی به وسیله بازیگر، ارتباط بدن و ذهن است. بدن همیشه در موقعیت اکنون یا زمان حاضر قرار دارد، در حالی که ذهن مدام به گذشته و آینده می‌رود. بدن انتخابی ندارد، و باید در لحظه حاضر باشد. اگر شخصی بترسد یا خجالت بکشد، نمی‌تواند بلافاصله از اتاق بیرون رود. اما ذهن مدام این کار را می‌کند. بدن نمی‌تواند در یک آن در دو جا باشد، اما ذهن بسیاری از افراد به جاهای گوناگون سفر می‌کند. بنابراین بدن قابل اعتمادتر از ذهن است. بدن با واقعیت اطراف هماهنگ‌تر است و لذا وسیله خوبی برای برقراری ارتباط واقعی است. ما نیز همانند کودکان کاملاً نظام‌یافته هستیم. هنگامی که بدن مان آسیب می‌بیند، گاه از ته دل گریه می‌کنیم تا اینکه دوباره آرام شویم. وقتی عصبانی یا غمگین می‌شویم، بدن و چهره خود را درهم می‌کشیم و گاه نیز سرخ می‌شویم. به هنگام خستگی، می‌خواهیم بدون اینکه نگران فردا باشیم، اما در شرایط متعارف از بروز عکس‌العمل آبی پرهیز می‌کنیم؛ و به همین علت است که منقبض می‌شویم. نیز به همین علت است که کودکان صادق‌ترند و با صدای بلند گریه می‌کنند. بنابراین هرچه خواهیم ذهن و بدن را از هم جدا کنیم، این دو بریکدیگر تأثیر می‌گذارند. هر چه بدن سالم‌تر و آرام‌تر باشد، ذهن بهتر کار می‌کند؛ چون ذهن مغشوش بر حرکات بدنی فرد تأثیر می‌نهد.

اعتماد ما به نشانه‌های دیداری و شنیداری، بیشتر از کلماتی است که افراد به کار می‌برند. وقتی پیام‌ها متضاد باشند ما براساس میزان یا درصدهایی که در ادامه ذکر می‌گردند، تصمیم می‌گیریم که به فرد اعتماد کنیم یا خیر: اینکه ظاهر گوینده چگونه است، ۵۵ درصد؛ چگونگی لحن، ۲۸ درصد؛ و اینکه چه می‌گوید، ۷ درصد. کلمات از مغز پیچیده و خودآگاه ما بیرون می‌آیند؛ اما عکس‌العمل بیانی و فیزیکی ما در برابر هر اتفاق، آبی و بی‌واسطه است و بنابراین کنترل‌شدنی

نیست (Koppett, 2001, 82).

بدین ترتیب، اینکه چه محتوای باارزشی را قرار است منتقل کنیم، اهمیت ندارد؛ بلکه مهم این است که بدن‌مان در تعامل و هم سو با آن محتوای درونی عمل کند. مهم نیست که چه می‌گوییم؛ مهم این است که چگونه می‌گوییم. بازیگر با استفاده از بدن و بیان خود می‌تواند دیگران را تحت تأثیر قرار دهد. او می‌تواند تأثیر ناخودآگاه ذهن بر بدن را کشف کند و به شکل خودآگاه روی صحنه به کار برد.

سومین کاری که بداهه‌پرداز در قالب تمرین حالت‌های غیرکلامی انجام می‌دهد، تمرین «موقعیت‌های اجتماعی» گوناگون است. موقعیت‌های اجتماعی کیفیتی ناپایدارند که همه تعاملات بشر را در بر می‌گیرند. کلمات، رفتار، نوع پوشش، عنوان، تحصیلات و نظایر اینها همگی موقعیت اجتماعی فرد را نشان می‌دهند.

جامعه‌شناسان معتقدند که دو نوع قدرت وجود دارد: قدرت اجتماعی، و قدرت فردی یا به عبارتی، جایگاه اجتماعی فرد و ویژگی‌های شخصیتی او. اختلاف طبقاتی همیشه بوده است و خواهد بود. آنچه فرهنگ‌ها را از هم متمایز می‌سازد این است که موقعیت اجتماعی فرد چه ویژگی‌هایی را به او تحمیل می‌کند. نیز اینکه از افراد در نقش‌های گوناگون اجتماعی چه توقعاتی می‌رود و آنان در موقعیت‌های اجتماعی مختلف چگونه رفتار می‌کنند و چه میزان این نقش‌پذیری‌ها پایدارند و تا چه حد متزلزل؟ جانسون معتقد است موقعیت اجتماعی ما آن چیزی نیست که هستیم، بلکه آن چیزی است که انجام می‌دهیم. ما با رفتارمان به هر فرد جایگاه اجتماعی خاصی می‌بخشیم، یا از دیگران جایگاه اجتماعی خاصی را طلب می‌کنیم. همین تعاملات‌اند که جنبه‌های قدرت را تعریف می‌کنند (Diggle, 2004, 46).

رفتارهای ما در موقعیت‌های گوناگون به شکل پیام، موقعیت اجتماعی والا یا نازل ما را به دیگران می‌رساند. بنابراین بازیگران با تحقیق در مورد نشانه‌های غیرکلامی رفتار انسان در موقعیت‌های اجتماعی گوناگون، می‌توانند این ویژگی‌ها را روی صحنه بازسازی کنند. آنان یاد می‌گیرند که چگونه رتبه اجتماعی کسی را ارتقا بخشند یا آن را تنزل دهند.

به طور کلی افراد دارای موقعیت اجتماعی والا معمولاً در جمع‌ها به آسانی صحبت می‌کنند و به همان آسانی هم می‌توانند گفت‌وگو را قطع کنند. آنان با شوق و رق ایستادن، برقراری ارتباط چشم در چشم و نشان دادن پیام‌هایی با اعتماد به نفس، موقعیت اجتماعی‌شان را به نمایش می‌گذارند. آنان به آسانی حرکت می‌کنند، سرشان را بالا می‌گیرند و رفتاری آرام و مطمئن دارند.

افرادی که موقعیت اجتماعی نازل دارند، جمع و جورتر می‌نشینند و آهنگ صدای‌شان را پایین می‌آورند. مدام می‌گویند «اوم...» یا «آه ه ه ه...». مدام به مو و یا به صورت‌شان دست می‌کشند و سعی می‌کنند تماس چشمی برقرار کنند، اما فوراً جای دیگری را نگاه می‌کنند. آنان رفتاری عصبی و همراه با نوعی عذرخواهی دارند.

رفتارها در موقعیت‌های اجتماعی گوناگون، متغیرند. هر فرد ممکن است در شرایطی جایگاهی والا داشته باشد و در شرایط دیگری جایگاه نازل. بازیگر بداهه‌پرداز باید در رفتارهای خود و دیگران دقت کند، ببیند که افراد در شرایط مختلف چه نقابی بر چهره می‌زنند و چه رفتاری می‌کنند. برخی افراد تمایل دارند همیشه آغازگر باشند و جایگاه برتری داشته باشند؛ اما برخی نیز مایل‌اند پیرو باشند و پشت دیگران حرکت کنند.

بنابراین شناخت تفاوت طبقاتی و چگونگی رفتار هر یک از افراد برای بداهه‌پردازان بسیار مفید

است، زیرا می‌توانند بر اساس آن درام خلق کنند. تغییر مقام اجتماعی جوهرهٔ درام است. در بیشتر آثار نمایشنامه‌نویسانی چون شکسپیر یا چخوف و ایبسن، جایگاه اجتماعی شخصیت‌ها متزلزل می‌شود و در واقع تقابل طبقات اجتماعی مردم، درام را می‌آفریند. تغییر جایگاه اجتماعی فرد، روی صحنه بسیار دراماتیک و جذاب خواهد بود. روی صحنه هیچ چیز جذاب‌تر از جابه‌جایی موقعیت اجتماعی نیست. این جابه‌جایی می‌تواند مانند کمدهای فارس سریع رخ دهد (مانند چارلی چاپلین) یا می‌تواند کل نمایش را در برگیرد (مانند ادیپ شهریار).

وقتی ما ابزار بیانی و فیزیکی خود را تقویت کنیم، ذهن و بدن را هماهنگ سازیم و درک خود را از تأثیر رفتارهای گوناگون افزایش دهیم، آنگاه مهارت‌های ارتباطی‌مان را نیز افزایش داده‌ایم.

نکات شاخص: رفتارهای غیرکلامی مؤثرتر از ارتباط کلامی هستند / جایگاه اجتماعی فرد در موقعیت‌های گوناگون متغیر است / آنچه که ما انجام می‌دهیم، موقعیت اجتماعی ما را آشکار می‌سازد و نه آنچه که ما در واقع هستیم / همیشه چنین نیست که جایگاه اجتماعی بیرونی و ویژگی‌های شخصیتی انسان، هم‌سو با یکدیگر باشند / جایگاه اجتماعی دو نفر هرچه به هم نزدیک‌تر باشد، آنها بهتر با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند / اگر فاصله طبقاتی در کشوری زیاد شود، انقلاب رخ می‌دهد.

نتیجه‌گیری

با استفاده از بداهه‌پردازی می‌توان به اجرایی منسجم و جذاب دست یافت. ایده‌های جدید اجرایی و دغدغه‌هایی که گروه اجرا از عصر یا دورهٔ خود دارد، می‌توانند از طریق بداهه‌پردازی در تئاتر نمود عینی و عملی به خود گیرند. بداهه‌پردازان با تقویت و پرورش این شش مهارت می‌توانند آثار بسیار جالب توجهی به وجود آورند: اعتماد، رهایی، پذیرفتن پیشنهادها، گوش سپردن و دقت نظر، داستان‌گویی و برقراری ارتباط غیرکلامی. البته این مهارت‌ها سریع به دست نمی‌آیند و می‌بایست برنامه‌ای طولانی‌مدت و هدفمند و مستمر برای دستیابی به آنها تدارک دید. تردید نیست که بداهه‌پردازی، شکیبایی و صبوری نکات تک‌اعضای گروه را می‌طلبد. کار گروهی به معنای تحمل انواع رفتارها یا خلق‌و‌خوها و ویژگی‌های مثبت و منفی یکایک افراد است. بداهه‌پردازی در تئاتر هنری است پیچیده و دشوار؛ اما اگر گروه بتواند با شکیبایی قابلیت‌های فردی و گروهی‌اش را تقویت کند، آنگاه به شیوهٔ کارآمد و خلاقیت دست خواهد یافت. بداهه‌پردازی به ویژه برای گروه‌های پیشرو و تجربه‌گرا بسیار مفید است. اگر گروه بداهه‌پرداز از یک‌سو به تمرینات مستمر و مداوم بپردازد و از سوی دیگر مطالعه همه‌جانبه را در دستور کار خود قرار دهد، مسلماً به موفقیت‌های چشم‌گیری نائل خواهد آمد. در شرایط بداهه است که ایده‌هایی باارزش شکل می‌گیرند، که بسیار جذاب و تأثیرگذار خواهند بود.

همان‌گونه که بازیگر روی صحنه در جریان بداهه‌پردازی باید هم بازیگر باشد و هم کارگردان و نمایشنامه‌نویس، این دو نیز می‌توانند از بداهه‌پردازی در روند کار خلاقانه خود استفاده کنند. در فرایند شکل‌گیری اجرا براساس بداهه بازیگر، مسلماً کارگردان و نمایشنامه‌نویس هم می‌توانند حضوری مؤثر و خلاقانه داشته باشند. بازیگر در شرایط بازی، روش‌های مختلف را می‌آزماید و با آنها رو در رو می‌شود. کارگردان با هدایت گروه به سوی ایده‌های ذهنی و نوآورانه خود و

کشف و درک انگیزه‌ها یا تکانه‌های خلاق بازیگران در شرایط خودجوشی و رهایی و جرح و تعدیل آنها، می‌تواند به اجرایی منسجم و ساختارمند دست یابد. نمایشنامه‌نویس نیز در شرایط بداهه، با ایده‌های داستانی خود براساس الگوهای مختلف روایت مواجه می‌شود و آنها را می‌آزماید و بهترین‌ها را برمی‌گزیند. تعامل هدفمند و صبورانه این سه هنرمند، مسلماً اجرایی بدیع و نو به دنبال خواهد داشت.

پی‌نوشت‌ها

1. Philip Bernardi
2. Viola Spolin
3. Keith Johnstone

۴. تئاتر اسپرت (Theatresports) نوعی از تئاتر بداهه است که در آن بازیگران و تماشاگران در شرایطی خودجوش و خلاق دست به تجربه و آزمون می‌زنند. گروه‌های بداهه‌پرداز براساس پیشنهادهایی تماشاگران، صحنه‌هایی را اجرا می‌کنند و به رقابت می‌پردازند. سپس خود تماشاگران و یا گروه داوری - که عموماً مربیان بداهه‌پردازی هستند - اجراها را ارزیابی خواهند کرد. کیت جانسون بنیان‌گذار این گونه اجراست و ایده آن را از مسابقات کشتی گرفته است.

5. Kat Koppett
6. Dan Diggles
7. Kenn Adams
8. Noel Greig

۹. مربیان بداهه‌پردازی تئاتر از تکنیک‌های بداهه، مانند بالا بردن اعتماد به نفس، برقراری ارتباط، رفتار درست اجتماعی و جلب اعتماد دیگران برای آموزش افراد غیرهنری - که مشاغل گوناگون دارند - استفاده می‌کنند.

10. Lee Strasberg
11. Stella Adler
12. Jacques Lecoq

۱۳. در تمرین تبادل داستان بازیگران داستان واحدی را به صورت چرخشی و تکتک برای یکدیگر تعریف می‌کنند. سرانجام نفر نخست داستان اصلی را بازگو می‌کند و نفر آخر به گفتن داستانی می‌پردازد که دهان به دهان چرخیده شده است و اکنون متفاوت از داستان اصلی است. آنچه که در محاوره "یک کلاغ چهل کلاغ" نام دارد، این‌گونه است.

14. Sam Smiley

منابع

- اسپولین، ویولا، (۱۳۸۹) *بدیعه‌پردازی برای تئاتر*، ترجمه حسین فدایی حسین، انتشارات نمایش.
- براکت، اسکار، (۱۳۸۳) *تاریخ تئاتر جهان*، ترجمه هوشنگ آزادی‌ور، ج ۳، انتشارات مروارید، چاپ دوم.
- برن، اریک، (۱۳۸۸) *بازی‌ها، روان‌شناسی روابط انسانی*، ترجمه اسماعیل فصیح، ذهن آوین، تهران.
- برناردی، فیلیپ، (۱۳۸۸) *بداهه‌سازی در تئاتر*، ترجمه منیژه محامدی، امیرکبیر، تهران.
- بندتی، رابرت، (۱۳۸۸) *کار عملی بازیگر*، احمد دامود، سمت، تهران.
- Adams, Kenn, (2007) *How to Improvise a Full-Length Play*, Allworth Press.
- Diggles, Dan, (2004) *Improve for Actors*, Allworth Press.
- Greig, Noel, (2008) *Yong People New Theatre*, A practical guide to an intercultural process, Routledge.
- Johnstone, Keith, (1999) *Improve for Storytellers*, Faber and Faber.
- Koppett, Kat, (2001) *Training to Imagine*, Practical Improvisational Theatre Techniques to Enhance Creativity, *Teamwork, Leadership, and Learning*, Stylus.
- Smiley, Sam, (2005) *Playwriting, The Structure of Action*, Yale University Press.