

جرمایا کومی

هنر بازیگری فیلم

راهنمای بازیگر و کارگردان

ترجمه عباس علی عزتی

www.ketab.ir



www.ketab.ir

- سرشناسه : کامی، جرمایا /Coney, Jeremiah
عنوان و نام پدیدآور : هنر بازیگری فیلم: راهنمای بازیگر و کارگردان / جرمایا کومی؛ ترجمه عباس علی عزتی.
مشخصات نشر : تهران: نشر بلدردچین، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری : ۳۲۶ ص؛ ۲۱/۵×۱۴/۵؛ س.م.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۹۰۵۳۸-۹-۸
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
یادداشت : عنوان اصلی: The art of film acting : a guide for actors and directors
عنوان دیگر : راهنمای بازیگر و کارگردان.
موضوع : بازیگری سینما / Motion picture acting
شناسه افزوده : عزتی، عباس علی، ۱۳۴۷، مترجم
رده بندی کنگره : PN1۹۹۵/۹
رده بندی دیویی : ۷۹۱/۴۳۰۲۸
شماره کتابشناسی ملی : ۹۵۱۵۳۷۷



نشر بلدرچین

نشانی دفتر مرکزی:

تهران، خیابان شریعتی، خیابان صالحی، خیابان نیرومند، شماره ۳۶

تلفن دفتر مرکزی: ۷۷۵۳۲۴۹۱

تلفن مرکز پخش: ۰۹۰۲۵۷۰۵۴۴۱

پست الکترونیک: belderchin.pub@gmail.com

هنر بازیگری فیلم

راهنمای بازیگر و کارگردان

ترجمنده: جرما یا کومی

مترجم: عباس علی عزتی

چاپ اول: ۱۴۰۳

طراح جلد: ع. عزتی

تصاویر روی جلد:

لئوناردو دی کاپریو در مقابل دوربین فیلم بردار فیلم تایتانیک

آل پاچینو و سیمونا استفانی در نمایی از فیلم پدرخوانده

چاپ و صحافی: قشقایی

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۰۵۳۸-۹-۸

حق چاپ و انتشار محفوظ و مخصوص نشر بلدرچین است.

هرگونه اقتباس و استفاده از این اثر منوط به دریافت اجازه کتبی از ناشر است.

فهرست مندرجات

مقدمه ۹

فصل ۱: تمرین ۱۳

خلاصه (۲۰)؛ تمرین بازیگر (۲۰)

فصل ۲: صحنهٔ تئاتر در برابر بازیگری فیلم ۲۱

آماده شدن برای یک نقش (۲۳)؛ خواسته‌های اجرا (۲۴)؛ یک اجرای خوب (۲۵)؛ برنامه‌ریزی (۲۶)؛ نمای نزدیک در فیلم و تئاتر (۲۷)؛ احساسات و احساس (۲۷)؛ زیرمتن (۲۹)؛ دوربین و قاب صحنه (۳۲)؛ شخصیت و شخصیت (۳۴)؛ دیالوگ (۳۸)؛ مونولوگ (۳۹)؛ تجربهٔ فیلم در برابر تجربهٔ تئاتر (۴۰)؛ واکنش نشان دادن (۴۲)؛ خلاصه (۴۴)؛ تمرین بازیگر (۴۵)

فصل ۳: بازیگر بزرگ شدن ۴۷

مسئولیت بازیگر (۴۷)؛ کازابلانکا (۴۷)؛ بازیگری یعنی بودن و آگاهی (۴۹)؛ پنج مهارت بازیگری فیلم (۴۹)؛ قدرت ارتباط (۵۵)؛ بازی «نوک دماغی» (۵۶)؛ به بازیگر مقابلتان گوش دهید (۵۷)؛ بازیگری یک حرفه است (۵۷)؛ خلاصه (۵۸)؛ تمرین بازیگر (۵۸)

فصل ۴: نظر خوانی ۶۳

نظر خوانی چگونه کار می‌کند (۶۳)؛ نظر خوانی و سردخوانی (۶۴)؛ نظر خوانی چه می‌کند (۶۵)؛ چگونه نظر خوانی کنیم؟ (۶۵)؛ اهمیت نظر خوانی (۶۷)؛ پیش‌بینی کردن کارگردان (۶۸)؛ آزمون‌های متعدد (۶۹)؛ یادآوری‌های مفید (۶۹)؛ خلاصه (۷۰)؛ تمرین بازیگر (۷۰)

فصل ۵: مهارت تمرکز ۷۱

تمرکز (۷۱)؛ صدای درون (۷۲)؛ علاقه نقطه کانونی تمرکز است (۷۳)؛ بازخورد (۷۳)؛ احساس (۷۴)؛ شادی، غم، خشم، ترس، عشق (۷۶)؛ فرق گذاشتن میان احساسات (۸۱)؛ تمرکز متمرکز (۸۵)؛ چگونه تمرکز خود را افزایش دهید (۸۶)؛ خلاصه (۸۹)؛ تمرین بازیگر (۸۹)

فصل ۶: مهارت ندانستن ۹۱

همه چیز انگار برای اولین بار اتفاق می افتد (۹۱)؛ قضاوت (۹۲)؛ صمیمی شدن بدون شخصی کردن آن (۹۶)؛ ذهن تازه کار و ذهن منطقی (۹۶)؛ بعد از صحنه فراموشش کن (۹۷)؛ نظرها و باورها نابودتان خواهند کرد (۹۸)؛ شخصیت را بازی کنید، قالب نزنید (۹۸)؛ از قالب‌ها فراتر بروید (۹۹)؛ قضاوت یک تله است (۱۰۱)؛ از آنچه هست آگاه شوید (۱۰۱)؛ از احساسات خود دست بکشید (۱۰۲)؛ خودانتقادی (۱۰۲)؛ از ذهن تازه کار خود برای ندانستن استفاده کنید (۱۰۳)؛ خلاصه (۱۰۴)؛ تمرین بازیگر (۱۰۴)

فصل ۷: نکات بیشتر درباره مهارت ندانستن ۱۰۵

اولین بار (۱۰۵)؛ آنچه را که انتظار دارید تجربه کنید، برنامهریزی نکنید (۱۱۰)؛ اولین خوانش یک صحنه (۱۱۰)؛ بازی بد در فیلم نشانه پیروزی منطقی است (۱۱۱)؛ تاریخ را فراموش کنید (۱۱۲)؛ در امنیت نباشید (۱۱۲)؛ ترس دوست شماست (۱۱۳)؛ هر صحنه‌ای صحنه مرگ و زندگی است (۱۱۳)؛ قدرت ندانستن (۱۱۵)؛ حفظ کردن و ندانستن (۱۱۶)؛ تکرار یک تجربه احساسی (۱۱۷)؛ با تمرکز بر بازیگر مقابل واقعیت‌ها را کشف کنید (۱۱۸)؛ قضاوت بازیگران را خراب می‌کند (۱۲۰)؛ یک تجربه واقعی (۱۲۱)؛ خلاصه (۱۲۲)؛ تمرین بازیگر (۱۲۳)

فصل ۸: باز هم درباره مهارت ندانستن ۱۲۵

پندارهای کارگردان (۱۲۵)؛ پندارها و بازیگرها (۱۲۶)؛ دیدگاه کارگردان (۱۲۷)؛ از بازیگرهای خوب هر کاری برمی آید (۱۳۲)؛ کارگردان‌ها از چیدمان برای گرفتن واکنش استفاده می‌کنند (۱۳۶)؛ کارگردان و آماده کردن صحنه

(۱۳۷)؛ اهمیت مهارت ندانستن (۱۳۹)؛ خلاصه (۱۴۱)؛ تمرین بازیگر (۱۴۲)

فصل ۹: مهارت پذیرش ۱۴۳

پذیرش (۱۴۳)؛ بازی کنید (۱۴۶)؛ به ترن هوایی اعتماد کنید (۱۴۹)؛ لذت بردن (۱۵۰)؛ چیدمان و مکان واقعی است (۱۵۲)؛ خلاصه (۱۵۳)؛ تمرین بازیگر (۱۵۳)

فصل ۱۰: مهارت بده و بستان ۱۵۷

بده و بستان (۱۵۷)؛ بازیگر خودخواه در فیلم (۱۶۳)؛ بده و بستان و زیرمن (۱۶۴)؛ پذیرش مسئولیت (۱۶۵)؛ تمرین ارتباط (۱۶۷)؛ سطوح مختلف احساسی (۱۶۸)؛ هیچ واکنش رسماً تأییدشده‌ای وجود ندارد (۱۷۱)؛ خلاصه (۱۷۲)؛ تمرین بازیگر (۱۷۲)

فصل ۱۱: حواس ۱۷۵

با چشم‌های بدون نقص ببینید (۱۷۵)؛ توانایی‌ها (۱۷۸)؛ گوش‌های رهبر ارکستر (۱۸۰)؛ حس لامسه (۱۸۵)؛ لمس کردن برای ایجاد آرامش (۱۸۵)؛ لمس کردن برای برانگیختن حس (۱۸۶)؛ لمس کردن برای تحریک خنده (۱۸۸)؛ بو و مزه (۱۸۹)؛ خلاصه (۱۹۰)؛ تمرین بازیگر (۱۹۱)

فصل ۱۲: صمیمیت، همدلی و شهود ۱۹۳

اولین عنصر صمیمیت: شما همان‌اید که هستید (۱۹۳)؛ صمیمیت: کیفیت بازیگرهای خوب (۱۹۳)؛ خاطره و ترس: دشمنان صمیمیت (۱۹۴)؛ همدلی (۱۹۷)؛ بازیگرهای بزرگ و همدلی (۱۹۷)؛ صمیمیت و همدلی (۱۹۸)؛ صحنه‌هایی که لایق بازیگر نیست (۲۰۰)؛ کنش‌های جسمانی (۲۰۱)؛ شهود حس ششم شماست (۲۰۳)؛ شهود کاربردی در بازیگری (۲۰۴)؛ کودک درون خلاق (۲۰۵)؛ چگونه کودک درون خود را تحریک کنیم (۲۰۷)؛ کلماتی که از بازیگری خوب جلوگیری می‌کنند (۲۱۰)؛ خلاصه (۲۱۳)؛ تمرین بازیگر (۲۱۳)

فصل ۱۳: آزمون بازیگری ۲۱۵

آماده شدن برای آزمون (۲۱۵)؛ انتخاب بازیگر بر اساس ظاهر بازیگر (۲۱۷)؛ فیلم و انتخاب بازیگر برای تئاتر (۲۱۸)؛ آزمون بازیگری (۲۱۹)؛ کارگردان‌ها (۲۲۰)

آزمون بازیگری برای فیلم (۲۲۲)؛ بازیگری در نمایش (۲۲۳)؛ رویکردهای بازیگری (۲۲۴)؛ جنبه‌های فیزیکی و احساسی شخصیت‌پردازی (۲۲۸)؛ زیرمتن (۲۳۱)؛ انواع بازیگر (۲۳۹)؛ خلاصه (۲۴۱)؛ تمرین بازیگر (۲۴۲)

فصل ۱۴: نکات بیشتر دربارهٔ آزمون بازیگری ۲۴۳

مسئول انتخاب بازیگر (۲۴۳)؛ بازی به مثابهٔ کار (۲۴۴)؛ بازیگری یک شغل است (۲۴۵)؛ بازیگرها چرا قبول نمی‌شوند (۲۵۰)؛ فرق میان تمرین ارتباط و آزمون بازیگری (۲۵۲)؛ مهارت ندانستن (۲۵۳)؛ «کجا» (۲۵۶)؛ متن آزمون بازیگری (۲۵۷)؛ ترس (۲۵۸)؛ آرامش (۲۵۸)؛ فایدهٔ تمرین ارتباط در آزمون بازیگری (۲۵۹)؛ مهارت‌های شرکت در آزمون بازیگری (۲۵۹)؛ آمادگی برای آزمون بازیگری (۲۶۵)؛ بایدهای آزمون بازیگری (۲۶۷)؛ نبایدهای آزمون بازیگری (۲۶۹)؛ بداهه‌پردازی بازرگانی (۲۷۰)؛ بداهه‌پردازی کمدی (۲۷۱)؛ بداهه‌پردازی نمایشی (۲۷۱)؛ خلاصه (۲۷۲)؛ تمرین بازیگر (۲۷۴)

فصل ۱۵: آزمون بازیگری کمدی ۲۷۷

کمدی و بیان (۲۷۸)؛ شخصیت‌پردازی (۲۸۲)؛ موقعیت‌های بی‌معنی و مضحک (۲۸۲)؛ محیط (۲۸۴)؛ طرح‌های کمدی (۲۸۵)؛ آزمون بازیگری برای کمدی (۲۸۵)؛ طنز را پیدا کنید (۲۸۷)؛ عناصر کمدی (۲۸۷)؛ بازیگرهای کمدی (۲۹۸)؛ کمدی فیزیکی یا فارس (۲۹۹)؛ ضرباهنگ، ضرب و گام (۳۰۲)؛ تمرین (۳۰۴)؛ پندارهای احساسی (۳۰۶)؛ آماده شدن برای آزمون کمدی (۳۱۱)؛ در آزمون بازیگری (۳۱۱)؛ خلاصه (۳۱۳)؛ تمرین بازیگر (۳۱۴)

فصل ۱۶: نتیجه ۳۱۵

چگونه اتفاق می‌افتد (۳۱۵)؛ خلاصه (۳۱۹)

مؤخره ۳۲۱

کتاب‌شناسی ۳۲۵

مقدمه

بازیگری فیلم، مثل همه هنرها، نوعی ارتباط است؛ ارتباطی احساسی با یک انسان دیگر. هنر و نسان و نگوگ الهام بخش است، زیرا پرمعنی ترین عناصر را در نقاشی هایش قرار داده است، یعنی خودش را. همان طور که هنرمندان بزرگ خودشان را با هنرشان تعریف می کنند، بازیگرهای با استعداد فیلم هم با کیفیت بازیشان، که از استعدادشان سرچشمه می گیرد، با مخاطب رابطه برقرار می کنند. بازیگری احتمالاً رقابتی ترین کار جهان است، چون همه فکر می کنند می توانند بازی کنند. اگر بخواهید نقاشی کنید، مجسمه بسازید یا موسیقی بنوازید، همه نیاز به استعداد و آموزش را می پذیرند و هیچ آدم عاقلی فکر نمی کند که بدون شروع یادگیری و تمرین از چهار یا پنج سالگی بتوان نوازنده حرفه ای پیانو برای کنسرت شد، اما تقریباً همه فکر می کنند که بازیگری کاری آسان است. البته این طور نیست، ولی همه ما می توانیم بازی کنیم، به شرطی که ابتدا تکلیف خودمان را با خودمان روشن کنیم و تمام موانع اجتماعی و شخصی را که والدین و نزدیکان و جامعه بر ما تحمیل کرده اند، فراموش کنیم. اگر می خواهید بازیگر فیلم شوید، اجازه ندهید کسی شما را از رویایتان منصرف کند، ولی تصور نکنید کاری سهل الوصول و آسان است.

بازیگری یک هنر است و مثل سایر هنرها برای موفقیت در آن به مطالعه و مهارت نیاز دارید. همچنین باید بتوانید احساسات واقعی خود را بروز دهید. وقتی که با محبوبتان دعوا می کنید یا فیلمی گریه آور تماشا می کنید، گریه کردن آسان است، اما گریه کردن در جلسه گزینش بازیگر یا روی صحنه موضوع دیگری

است. باورپذیر بودن و از نظر احساسی صادق بودن در جلو دوربین، می تواند به راحتی گفت و گویی آرام به هنگام صرف قهوه به کابوسی برای یک بازیگر آموزش ندیده تبدیل شود. در زندگی روزمره دشوار است که موانع را فراموش کنید و، مثل یک کودک، خود واقعی‌تان باشید. برای تبدیل شدن به یک بازیگر خوب، باید اجازه دهید دنیا احساسات شما را ببیند. سر لارنس اولیویه، یکی از بزرگ‌ترین بازیگرهای جهان می گفت: «این شغل مناسب بزرگسال‌ها نیست.»

با این حال، ممکن است یک زن پنجاه ساله که تاکنون از بازیگری منع شده است، بدون آموزش قبلی به کلاس من بیاید و در عرض چند هفته یک بازی خوب ارائه دهد. او باید برخی عاداتش را کنار بگذارد و سخت کار کند، اما از طریق «تمرین‌های مربوطه» یاد می گیرد که عقل خود را مهار کند و احساساتش را بروز دهد. در آوردن لباس احساسات و نشان دادن خود واقعی کار آسانی نیست، اما وقتی از شما نمای نزدیک می گیرند، این اتفاق باید بیفتد. تجارب، خانواده، دوستان و هر کسی که تاکنون ملاقات کرده‌ایم، تأثیر شخصی و دائمی بر زندگی درونی ما گذاشته‌اند. ما از طریق دیدن و تجربه تأثیر احساسی بازی بازیگرهای بزرگ نسبت به این روابط و احساسات شخصی بیش پیدا می کنیم.

این کتاب توضیح می دهد که چگونه می توان از بازیگری تئاتر و زندگی روزمره به بازیگری فیلم رسید و خود را در یک موقعیت حرفه‌ای مدیریت کرد. خواندن این کتاب به تنهایی شما را بازیگری بزرگ نمی کند، اما برای شروع خوب است. استفاده مداوم از اصول آن می تواند به شما اعتماد به نفس و مهارتی بدهد که برای نشان دادن استعداد خود لازم دارید.

کتاب را که می خوانید، وقت بگذارید و همه فیلم‌هایی را که مثال زده‌ام، تهیه کنید و ببینید. خود فیلم و بازی‌هایی را که درباره‌شان صحبت کرده‌ام، بررسی کنید. تمرین‌های کتاب را انجام دهید و در کلاس‌ها یا کارگاه‌های دیگر اصول مهارت‌های تمرکز، پذیرش، ندانستن، و بده و بستان را به کار ببرید تا در مهارت ارتباط به شما کمک کند. ارتباط راه شما برای دستیابی به قدرت احساسی است. هر بار که رابطه برقرار می کنید، نیرویی عظیم را آزاد می کنید که منفجر می شود و احساسات رهاسازنده از موانع شما را به لرزه درمی آورد. سپس ضمیر ناخودآگاه

خلاق شما، که سرچشمه همه هنرهای بزرگ است، این احساسات و دیگر احساسات غیرمنتظره را به سطح خواهد آورد و خودتان و هر کسی که کارتان را تماشا می‌کند، این فرایند را هم یک مکاشفه و هم یک الهام خواهید یافت.

قدردانی

خوشحالم که می‌توانم از کمک هاوارد گونگ، که به من مشاوره‌های مداوم و انگیزه‌نویستن این کتاب را داد، قدردانی کنم. از باربارا بوون سپاس گزارم که اجازه داد از صحنه‌هایش برای مطالب کارگاه استفاده کنم؛ همچنین از سامانتا لین که کمک کرد به افکارم سامان بدهم؛ از کریستین مینر برای دانش و حمایت گسترده‌اش؛ از دوستان و معلم‌های همکارم مارک براندون، دان چرناو و رابرت وینلی که با مهربانی اولین پیش‌نویس‌ها را خواندند و در یافتن مسیر کمک کردند؛ از آلن و آلیسیا سرگن و باربارا دِ پریمای برای حمایت مالی از کارگاهم در میامی؛ از آدام استنر، که برای تدریس در آکادمی فیلم نیویورک دعوتم کرد؛ از کُرل همینگوی، جک آنجل، دی‌دی مکالز، رابرت مارکوچی، باب بریسکو و رابرت مک‌کی برای حمایت‌هایشان؛ از هلن رالگ و ویکی یانوتسوس که در آوردن من به نیوزلند، در مقام گیرنده فولبرایت، به منظور کار با نویسندگان و کارگردان‌ها و بازیگرها نقش اساسی داشتند.

می‌خواهم از استادها و معلم‌هایی چون جوی رینالدی، داگ مک‌هیو، دونیا نت، لینباربرا مالر و کلی بنکس، که مرا تشویق کردند تا کتاب را به پایان برسانم، تشکر کنم؛ همچنین از نیا دایگوا، هنرمند بااستعدادی که جلد کتاب را طراحی کرده است و دوست عزیزم پیچ مک‌نزی که از همان ابتدا از تدریس من حمایت کرد. از همه دانشجویهایی هم که از درس دادن به آنها لذت برده‌ام، سپاس گزارم، زیرا در آموختن به من کمک کردند.

من این افتخار را داشتم که محضر چند معلم برجسته بازیگری را، که در سفر شخصی‌ام به من کمک کردند، درک کنم: رودی سولاری، گای استکول، استلا آدلر، شِرمِن مارکس، کوری آلن، و اولین مربی‌ام چارلز کُنراد، که به من در شروع راه معلمی سخاوتمندانه کمک کرد. به‌خصوص می‌خواهم از ویل آدامز، دوست

و مربی ویژه‌ام، تشکر کنم که بدون تخصص و کمک او این کتاب هرگز نوشته نمی‌شد. اما بیش از همه مدیون همسرم جان هستم که عشقش در طول زندگی مرا سر پا نگه داشته و تقویت کرده است.