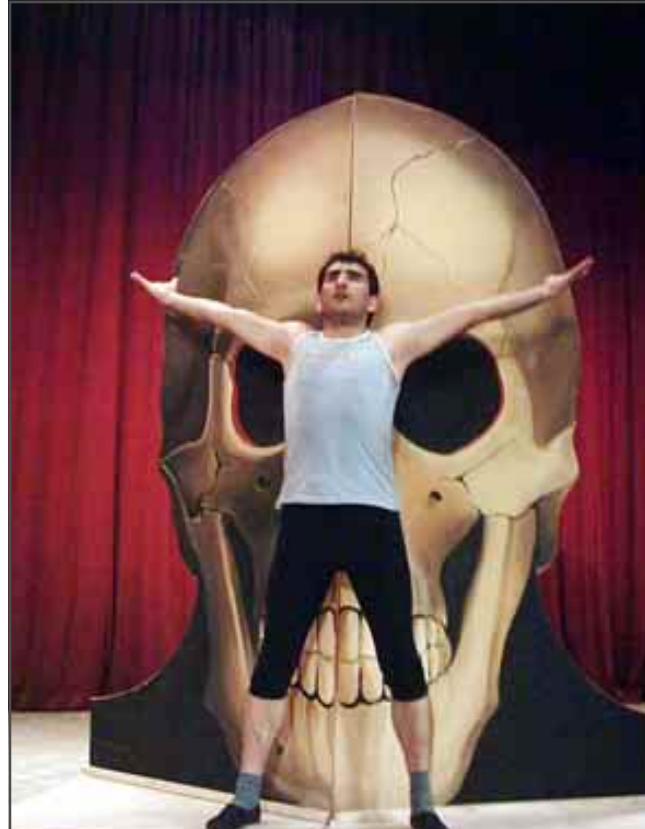


# فن البانتومايم

## نبذة عن تاريخ ظهور فن البانتومايم

بدأ المايم مع تعلم الإنسان القديم الصيد ، إذ كان يشرح لزملائه كيفية اصطياد فريسته عن طريق حركات جسده المبالغ بها ، فغرست اول بذرة للدراما ، التي تعد جزءا من أساسيات المسرح ، و مارس الإغريق القدماء هذا الفن إذ كان الممثلون يقدمون مقدمة للعرض التراجيدي بالتمثيل الصامت وكان الأساس فيها يسمى (اثولوج) ، وكان لديهم نوعان من التمثيل الصامت ، العسكري : أشبه بالرقصات يسمى (بيرهيك) والآخر : تمثيل عراك الفرادى ، وتأثر الرومان بالفن الإغريقي ، ومنه التمثيل الصامت ، فمن الممثلين المشهورين في الرومان (بيلاوس) ، الذي يقدم عروضاً بالتمثيل الصامت ، وكان هناك نوعان من المايم عند الرومان : الأول يسمى بانتومايم الشوارع ، والثاني بانتومايم البيوت وتنوعت أساليبه في طرح الموضوعات إذ كان يتراوح بين المسرحيات القصيرة ، والرقصات ، ومحاكاة تقليدية للحيوانات ، والشعوذة والألعاب السحرية . فأخذ فنناو العصور الوسطى ، من مهرجين ومغنين ، من فناني المايم الروماني .



ازلان، وغيره)، أما لدى العراقيين، فيمكن أن نجد صدى لهذه الأشكال في المواكب الحسينية قديما . أما بداية فن البانتومايم في العراق، فقد كان في عام 1912، بعد أن استخدمه كبار الفنانين مثل الرائد المسرحي صلاح القصب في مسرحية (أحزان مهرج السيرك) واستخدمه كذلك، عدنان نعمة، والفنان الراحل محسن الشيخ، وأكرم كامل وعصام علي، وكذلك سعيد نعيم، وأول فرقة مسرحية لتقديم لعروض الصامته هي فرقة جماعة الديوانية لتمثيل الصامت وقد قدمت سندس علي خيون الصامت في كلية الفنون الجميلة ومعهد الفنون الجميلة في بغداد، وكان لفرقة مردوخ المساحة الأوسع في تقديم فن البانتومايم بإشراف د.جلال جميل، فقدت مسرحيات (ثار من المساء)، و (عطيل)، و(عصفور النار)، وقدمت فرقة مسرح أكييتو بإشراف د.جلال جميل، مسرحيات (فوق تحت تحت فوق)، و (فضاء الروح) ، وغيرها من الأعمال، والفرقتان متخصصتان في الرقص الدرامي .

وفي مدينة الموصل، قدمت كلية الفنون الجميلة أقسم المسرح مسرحية (الجمجمة)، من تأليف حسين رحيم، ومن إخراج عباس عبد الغني في مهرجان الحدياء المسرحي الأول . وكذلك قدم في دهوك عدد عروض مسرحية منها (خطوات مفقودة) من إخراج نياز لطيف ومسرحية (اللغة الجسد) من إخراج بشار محمد طاهر . فمنذ ظهور فن البانتومايم وحتى الآن عرف بتعاريف عديدة منها .البانتومايم هو احد الفنون الأداء التمثيلي هو فعل بلا كلام و يعني بالفعل تتابع من تعبيرات الوجه والإيماءات وحركات اليدين وأوضاع الجسم والحركات التي يلاحظها الممثل

أما في عصر النهضة، فقد اخذ شكلا مميزا، وخاصة في ايطاليا، وفي انكلترا حيث كان للفرق الكوميديية في ايطاليا دورا بارزا في عرض المايم، وخاصة من كوميديا (ديلارتا)، أما في انكلترا، فقد شهدت تأثيرا بالمايم الايطالي، وكذلك في فرنسا الذي طوره فيها احد الممثلين، ويدعى (جان غاسبار ديبورو) إذ تغير التمثيل الصامت من التهريج إلى الدراما ، وكان في الجهة المقابلة، الشرق، مثل الهند، التي اشتهرت بالرقصات، والتي تعتمد الحركات الصامته، ومسرح الكابوكي، ومسرح النو اليابانيين . لكن كل هذا التطور، لم يأخذ شكله الدرامي الخاص به، الأعلى يد (ديكور)، الذي درس في باريس، وكان مهتما بالحركة الدراماتيكية في التمثيل الصامت وبعدها ظهر (مارسيل مارسوا) الذي طور فن البانتومايم لياخذ شكله المسرحي، ويعتبر مارسوا من أشهر ممثلين البانتومايم حيث قدمه عروض مسرحية عديدة و تجولوا في أرجاء العالم، وظهر مدارس عديدة خاصة بهذا الفن، منها الشرقية، والفرنسية، الإيطالية ومن الفرق العالمية للبانتومايم فرقة (فورتسلاف للمسرح الإيمائي البولندي) 1954، التي أنشأها توما ستسفي، وأصبح البانتومايم لغة عالمية، استخدمها كبار فناني المسرح، أمثال مايرهولد، وكوردن كريك، وادولف ايبا، وجان كوبو، أما في الوطن العربي، فتشير بعض المصادر، بأنه ربما كان لدى المصريين القدماء، نوع من التمثيل الصامت، ذي الطابع الديني إن أشكالا احتفالية ظهرت في المجتمع المغربي، وكانت تجسد فيها نشاطات الفرد والجماعة، وتعبّر عنها بالحركة والإيماءة، ومن هذه الاحتفالات(الحلقة، البساط

من خلال هذه الرسائل التعبيرية الموجودة في جسده، أن يعبر عن حالة معينة. إذا الماييم يعتمد بالدرجة الأولى على الحركة أو الفعل. ويقول ستانسلافسكى في ذلك : نظريتي هي أن تأخذ النص بعيدا جدا عن الممثل يعمل فقط مع أفعاله أي انه حتى في المسرحيات الحوارية يستعمل الممثل جسده ويعبر عن انفعالاته الداخلية لكي يصاحب الحوار توصيل المعنى .

إن التأكيد على الحركة شيء مهم في المسرح، والحركات في مسرح البانتومايم هي الحياة التي يعيشها الممثل على المسرح، ومصدر هذا الحركات هو جسده، الذي يحتاج إلى من يحركه بشكل صحيح، معبرا عن حالة معينة وهذا التعبير لاياتي إلا من أفعال . يقول هنريك توماسيفسكى " كل شيء في البانتومايم يبدأ بالتدفق" القصد من هذا القول، هو نزعتنا التشريحية والعقلية، التي تجبر الجسد على أداء فعل محدد، أي انه شيء، مثل النظام الداخلي، وهكذا فالتدفق يكون نوعا من تحريك الجسد الذي يجد تعبيراته في التركيز وفي الاستعداد من قبله ومن قبل العقل، وعمليا بوضع الاستعداد الجسدي نفسه، ضمن أشياء آخر، عن طريق توتر العضلات في منطقة شبكة أعصاب المعدة. وان التوتر العضلي لايعنى التدفق . التدفق الذي تسبقه حاله من الحيادية الكاملة من جانب فنان الماييم الذي يعبر عنه بوسائله المختلفة، وهكذا يبدأ من لاشئ . هنا يجب أن ينشأ التعريف الذاتي لفنان الماييم (أنا أكون) . أنا أكون وأنا أجد نفسي في النقطة المركزية للكون . كل شيء مسيطر عليه، أي مثل كوني أن أكون أنا فنان الماييم مركزه . ومن هنا يمكن لممثل الماييم أن يمر إلى مرحلة ثانية هي تحريك الجسد، ومنه يبدأ التعبير الجسدي، وهو مايسمى بالتدفق الحركي، وهي حالة الاستعداد العقلي والجسدي، فالجهاز العصبي، وترتيب العضلات في منطقة شبكة أعصاب المعدة، هما فقط احد مظاهرها المرئية.

أوالمخرج في الحياة، ويستخدمها استخداماً تخيلياً لقول شيء فيما يتعلق بعناصر الشخصية والمواقف والمكان والجو المسرحي . أو يعرف البانتومايم على انه لغة الفعل أو العرض الصامت Dumb show . وهناك كثير من الشروح للفروق بين الماييم والبانتومايم ويعرف (البانتومايم) على انه كل العروض الكوميديا وان(الماييم) كل العروض الجسادة. ويعرف(البانتومايم) على انه أي شيء يؤدي بأسلوب الحركة الواسعة غير المعقدة و (الماييم) على انه أي شيء يؤدي بأسلوب الحركة الدقيقة . وفي تعريف آخر (للبانتومايم) بأنه أي قطعة بشخصية رئيسية و (الماييم) على انه أي قطعة بدون شخصية رئيسية . أو إن (البانتومايم) أي شيء يؤدي بأسلوب واقعي و (الماييم) أي شيء يؤدي بأسلوب تجريدي.

ويقول سامي عبد الحميد بأن كلمة ماييم Mime أو بانتومايم Pantomime تعني نفس الشيء ويقصد بها التعبير بواسطة الإيماءة عن فكرة وعن عاطفة وعن قصة ولكن من غير استخدام للكلمات.

وهناك تعريف آخر تقول بأن البانتومايم أو الماييم أو التمثيل الصامت : هو فن استخدام الإيماءات والإشارات والحركات الجسدية بادراك حسي مرهف في خلق الشخصية المسرحية .

#### الإدراك الحسي في حركات البانتومايم

البانتومايم نص من دون كلام يعتمد على الحركات الجسدية و الإيماءات. ويعبر عن موقف معين بواسطة حركات الأطراف (اليدين والرجلين) وأوضاع الجسم. وتستخدم هذا العناصر استخداما تخيليا لقول معين أو توصيل شيء معين يتعلق بالشخصية أو الحدث أو بالموضوع . ومواضع التعبير الأساسية لدى الممثل الإيمائي هي : الوجه، الأطراف، الجسد يستطيع الممثل

جسمانية قوية، عندها لا يمكن له أن يؤدي تلك الحركات بشكلها الصحيح.

3- التمارين السويدية: ويطلق عليها تمارين المرونة وتبدأ من الرأس إلى الأطراف السفلى أو من الأطراف السفلى إلى الأطراف العليا والرأس، وتساعد هذه التمارين الممثل من أن يمتلك جسماً مرناً وتبعده من التشنجات والتمزقات العضلية .

4- اليوغا: قبل البدء بالتمارين، على الممثل أن يقوم بتمارين اليوغا لمدة (10-20) دقيقة مما يساعده على التركيز بشكل صحيح . الاسترخاء يهيئ للممثل في ذاته مناخاً أفضل لتقمص الشخصية المطلوبة فوق خشبة المسرح

ويؤثر الجهد العضلي الزائد على جسد الممثل، مما ينتج عنه تشنجات عضلية، ويصعب على الممثل القيام بالحركة أو الإحساس بها بشكل صحيح. يرجع التشنج إلى عدم توزيع الجهد العضلي على أعضاء الجسم توزيعاً يناسب قدرة و تحمل الممثل، أي أن للاسترخاء دور مهم في الإدراك الحركي. وعلى الممثل أن يدرّب جسده على حركات متنوعة لتغذية جسده وحصوله على السيطرة الكاملة على كل جزء من أجزاء الجسم وعلى الجسم كوحدة واحدة. أما الأجزاء الرئيسية للجسم: فهي الرأس بمعزل عن الرقبة وعن الصدر وعن الخصر وعن الحوض، لذلك يجب أن يتحرك كل من الرأس والرقبة والصدر والخصر والحوض، بمعزل الواحد عن الآخر وبكل الاتجاهات، حتى يتم السيطرة عليها. وعلى الممثل في التمثيل الصامت أن يضبط السيطرة على يديه وعلى كل مفاصل أصابعه، إذ أنه بذلك يساعد على توضيح حركات اليد، سواء كان الممثل يمسك بمادة حقيقية أو مادة متخيلة، وعلى الممثل أيضاً، أن يحرك عضلات الوجه، ويتمرن عليها، حتى يكون للمرونة الجسدية في الوجه، الاستعداد في التعبير عن العواطف، وكذلك يمرن الممثل جسمه كقطعة واحدة، أو كوحدة واحدة، في الوقت نفسه، يمرنه على

وليس جوهرها. الجوهر له طبيعة مزدوجة، عقلية وجسدية، والتدفق : هو ماينظم حركة فنان المايم ويحفظه من حالة التوتر، لكي يكون جسده مهيناً لكل الاستجابات . لذا عليه أن يحرر جسده من التوتر والتشنج العضلي، ويكون في حالة ذهنية نشطة، ويؤكد ستانسلافسكي على الحالة الذهنية التي يجب أن تكون طبيعية وان لا تسبب عقبات في التمثيل الأصيل .

يعاني معظم الممثلين من الحالة الذهنية في حياتهم أثناء التمارين، وهي ما يطلق عليها ستانسلافسكي الحالة الذهنية المبدعة ويقول : بأن العباقرة هم يمتلكون دائماً مثل هذه الحالة على خشبة المسرح . أما الممثلون محدودو المواهب، فيحققون الحالة الذهنية بدرجة أقل وان الحالة الذهنية الطبيعية للممثل وما يصاحبها دائماً من حرية كاملة في حركة الجسم هو ناتج الاسترخاء التام للعضلات. إن الجهاز وما فيه يصبح تحت إمرة الممثل ورهن إشارته. ويفضل هذه النظام لتنظيم عمل الممثل انتظاماً دقيقاً، وبذلك يستطيع الممثل ان يعبر عن طريق جسده وإيماءاته عما يشعر به . إذا أصبح للحالة الذهنية دوراً مهماً في الإدراك الحسي في حركات البانتومايم، التي تتطلب استرخاء تاماً لعضلات الجسم، وهكذا يحتاج ممثل البانتومايم إلى القيام بالتمارين الرياضية قبل البدء بالتمارين على الشخصية، ومن هذه التمارين :

1- الهرولة (مطاوله) لمدة (5-15) دقيقة، لأن الهرولة تساعد على مرونة مفاصل جسم الإنسان، وكذلك تنشيط الدورة الدموية، مما يساعد على عمل الدماغ بشكله الصحيح وتمنح الممثل لياقة بدنية عالية .

2- تمارين بناء العضلات: إن الاهتمام بالعضلات وجعلها نشطة وقوية تساعد ممثل البانتومايم في أن يقوم بالحركات الصعبة، لأنه في بعض الأحيان يحتاج إلى القيام بحركة تتطلب جهداً عضلياً، فإذا لم يمتلك عضلات

المتخيلة، وكذلك يمكن استخدام الساق كأنها بندقية، ساحبا الزناد إلى بطنه، ويضرب بالقدم إلى الأمام مع كل طلقة، وقد تتحول إلى كرة تقفز، أو مقبض، أو غسالة، أو ربما قطعة من اللحم تغلي في المقلاة، وعند القيام بتلك الأعمال، فإنه لا يستوعب الفعل الميتافيزيقي للمادة فقط، ولكن الاتجاه الذي تتخذه تلك المادة أيضا كما لو كانت تمتلك الوعي والإدراك، وكذلك على ممثل البانتومايم، أن يدرك، كيف يستعمل الإيهام، الذي يتطلب ادعاءً وشعوراً وإحساساً بالحركة، والإيهام بالمشي يعطي انطبعا للمتلقي بأن الممثل يمشي فعلا كما لو أنه حقيقة علما بأنه ثابت في مكانه وقد يبدو أنه يركض، وقد يبدو وكأنه يتسلق السطح، أو الدرج، أو يمشي على حبل مشدود، أو يرفع جسما ثقيلًا، أو يسحبه، أو يتكئ على سياج، أو يصرع آخر بعنف، أو يركب دراجة هوائية، أو يجذف بالقارب، بينما هو لا يقوم بتلك الأعمال كما هي في الواقع، وإنما يوهم بأنه يقوم بها. والإيهام يحتاج إلى إدراك حسي، وعليه أن يشعر بما يفعله من حركات، وأن لكل حركة معناها الخاص، و مصدرها الخاص وأن يأتي الشعور بالحركة من خلال معرفة الممثل بما يقوم به، وعلى ممثل البانتومايم، أن يأخذ بعين الاعتبار إيصال الصورة الجسمانية للجمهور، إذ ليس له في التمثيل الصامت سوى جسمه، ليروي بواسطته قصة ما، وليس لديه أية وسائل أخرى، كمكبرات الصوت مثلا. وعليه أن ينقل الصورة التي يرسمها بواسطة وجوده الجسماني، وهناك أفعالا عديدة يقوم بها الممثل في التمثيل الصامت لجعل تلك الصورة أكثر وضوحا للمتفرج وهي كما يأتي :

1- أن يكبر كل أفعاله وإيماءاته وحركاته، وردود أفعاله الجسمانية، أي أن تكون أكبر نوعا من حجمها في الواقع، وتلك الأفعال يجب أن يشعر بها الممثل داخليا وتتبع من دوافع داخليه، فالممثل لا يجسد لنا العاطفة ولا يوضحها لنا في

أساس الأجزاء المتفرقة، وعليه أن يكون أشبه باللعبة الخشبية، بحيث تتحرك جميعها بحركة نظام العضلات، ولا يتغير سوى مركز الثقل والسيقان، وعليه أيضا أن يمرن عينيه، لتروي قصة العينان جدا معبرتان على المسرح حيث أن الكثير من الممثلين ينسون هذه الحقيقة، فعندما ينظر الممثل حوله على المسرح، فإن الحركة التي تتم بالعين تكون أكثر دراماتيكية، ونادرا ما نرى الممثل يفعل ذلك، إذا، يجب على الممثل أن يمرن جسمه كاملا، بحيث يستطيع أن يروي القصة مهما كانت. إن هذا النوع من السيطرة الجسمانية، والتعبير الجسماني، يوفر أبعادا وأعمقا إضافية لأداء ممثل البانتومايم والى ذاكرته الحسية.

و يستخدم الممثل ذاكرته الحسية في كل المواضع التي يظهر فيها. أي أن على الممثل أن يتذكر ماهية الموضوع الحقيقي ويشعر به ويسمعه. مثلا عندما يلتقط الممثل قذح ماء أو منشفة أو مطرقة بشكل وهمي، فلا بد أن تتضمن الأداة المستخدمة شكلا ووزنا ولمسا وشعورا حقيقيا، وعليه أن يستخدم كل التوتر العضلي الذي يحتاج إليه عندما يمسك بتلك الأداة . وعندما يمسك بالمطرقة على سبيل المثال، عليه أن يفتح يده بوسع مقبض المطرقة، وأن يتعامل معها كأنها مطرقة حقيقية في يده، ويستعملها الاستعمال نفسه، وأن يعطي الإحساس والشعور بنفسيهما في عملية الطرق. وإذا افترضنا، أنه ينظر إلى بناية أو إلى باخرة أو إلى أي شيء آخر، فكلما استطاع أن يتصورها بصريا، أصبحت الصورة أكثر تجسيدا أمامنا، ونرى هذا المبدأ على أي عرض مسرحي آخر، طالما إن المناظر هي ليست بنايات حقيقية. أن السيطرة ومعالجة المواد المتخيلة تؤدي إلى جعل تناول المواد الحقيقية عملا واضحا. فإذا كان عليه أن يكس تخيليا، فعليه أن يصبح جزءا من المكنسة، ولربما قامت القدم أو الساق بالكس، بينما يمسك الممثل بيده المكنسة

الأجزاء التي عادة ماينم اختيارها واستخدامها في سبيل توصيل المعنى، أو الغرض من الحركة إلى الجمهور. وتنشأ الأوضاع الجسمية والحركات المعبرة عن مشاعر عميقة وصادقة يشعر بها الممثل، من خلال اندماج الممثل في الدور بشكل صادق، وتعتمد لغة التعبير الجسدي في البانتومايم على الإيماءات والحركات الجسدية. إذ يتعلم الإنسان من خلالها، كيف يستخدم وجهه وأطرافه، كوسائط تعبيرية متميزة، وتطور هذا الاستخدام، حتى رسخت لدى كل جماعة بشرية أنواعا من الحركات والإيماءات يفهمها الجميع تلقائيا. وهكذا صار للحركة مكانتها ودورها في حياة الإنسان واستمراره بصفه عامة، الإيماءة هي واحدة من اللازمات الحركية التي يصدرها الإنسان يصغه فواصل أو تعليمات أو حشو ما بين حديثه أو التي يختصر بها الحديث أحيانا "مثل قولنا أو ما برأسه موافقا. بدلا من إن تقول كلمة نعم". فهي إذن واحدة من الصيغ التعبيرية المستقرة والمميزة لكل إنسان. إما في فن المسرح فالإيماءة، هي الحركة التي يقدم بها الممثل جسده إلى الجمهور حاملا فكرة معينة والإيماءة في العرض المسرحي هي الحركة التي بصدرها الممثل أو المؤدي من (الرأس - اليدين - الأصابع) ... أو من إي عضو في جسده كوسيلة معبرة ذات دلالة. إن ممثل البانتومايم يدلنا على التفكير فيه بشكل يختلف عما تقودنا عليه في صورته الحقيقية. عندما يكون على المسرح فهو ممثل، ويمثل شخصية غير شخصية الحقيقية، ويجسد الصورة المجازية والإشارة والإيماءة. إما الإيماءة وبالذات إيماءة الوجه فهي تعبير حركي لكامل جسده. ومن خصائص ممثل البانتومايم، انه يستطيع التعبير عن أعماق نفسه من خلال حركة اليدين، وتعبيرات الوجه، فضلا عن حركة الجسم، من دون الاستعانة بالحوار. لذلك لابد لممثل البانتومايم إن يمتلك مواهب عديدة، فهو لا يكفي

الهواء فقط، وإنما يجب ان يجربها أولا، ويكبرها ثانيا، وبالعكس ذلك لا يستطيع إقناع المتفرج بما يقوم به.

2- عليه أن يكمل الإيماءة التي يقوم بها كلها، قبل أن يبدأ بالإيماءة التالية. خلال التمارين مثلا، عليه أولا، أن يرفع ذراعه، ثم يتوقف، ثم يخفض يده إلى جيبه، ثم يتوقف، وهكذا ن وان تكون حركاته حادة وواضحة وبنبضات قوية.

3- عليه أن يضع لكل فعل من الأفعال نهاية، مثلاً عندما يريد أن ينزل ذراعه إلى الأسفل، عليه أن يحرك الذراع بالاتجاه المعاكس قليلا، بحيث يجعل الإيماءة إلى الأسفل اكبر، وقبل الوصول إلى الأمام، عليه أن يدفع ذراعه إلى الخلف قليلا، ومن ثم إلى الأمام، بذلك يضمن الحركة، وبالتالي يكبر التعبير، ويوفر تدفقا ورقة للإيماءة بحيث تصبح أكثر جمالاً.

كل هذا يعتمد على الإدراك الحسي والشعور بالحركة والانفعالات الداخلية التي يدفع الممثل القيام بها.

### لغة التعبير الجسدي في البانتومايم

يستخدم البشر لغتين منفصلتين تماما لنقل المعلومات وحقائق الأشياء وللتعبير المنطقي وحل المشكلات. إحدى هذه اللغات اللفظية أو المنطوقة، مثل اللغة الانكليزية، أو العربية، أو الفرنسية، أو غيرها من اللغات. واللغة الثانية، والأكثر عمومية، تسمى لغة الجسد. وهي لغة تستخدم بشكل لا شعوري وتعبير عن الجوانب الأكثر حقيقية في ذاتنا، وهي تعبر عن مشاعرنا وانفعالاتنا. وفي المسرح، يمكن التعبير عن الشخصية من خلال الجسد، وتخصيصا في مسرحيات البانتومايم هو ايهامات الشيء. والمائم هو لغة جسدية للتعبير الانفعالي. والإيماءات لدى الممثل : هي عبارة عن حركات مقصورة على أجزاء معينة من الجسم، كاليد، أو حاجبي العينين مثلا. وهي

القوة العضلية المعبرة .

ب - الحركة المبنية على أساس خلق المتفاوتات اللونية للحركة، التي تضفي معاني جمالية على العمل المسرحي .

ت - تنشيط الجهاز العاطفي لدى الممثل المختص بأداء الماييم عن طريق التمرين والتجريب. ليكون باستطاعته أن يصل إلى اعلي مستوى .

عليه، يجب على ممثل البانتومايم أن يمتلك جسدا مرنا، وذكاء في التعامل مع الحركات الجسدية، وإظهار المشاعر الصادقة أثناء قيامه بدوره. وكذلك قابلية التعبير عن الحركات بشكل مفهوم. ولا يمكن لجسد الممثل تحقيق ذلك، إذا لم يكن ذلك الجسد مسترخيا تماما، أي خال من التشنجات العضلية. وكذلك الحالة الذهنية لدى الممثل يجب أن تكون في كامل نشاطه. إذا يحتاج الممثل القيام بتمارين الاسترخاء قبل البدء بالتمارين أو البروفة . ومن ضمن تمارين الاسترخاء :

1- اخذ وضع الاسترخاء الخاص، ومن ثم غلق العين .

2- البدء في التركيز على حركة التنفس، وجعل الزفير أطول من الشهيق .  
وسيلاحظ قدرا ضعيفا من التوتر فيما يتعلق بالشهيق .

3- توجيه الانتباه إلى وضع الجسم الخاص الذي يكون عليه، والشعور بان كل جزء من الجسم مدعوم بواسطة الأريكة أو السرير الذي انوي تسترخي عليه، بالشكل الذي يمكنني أن نرخي عضلاتي كلها لاحقا .

4- بدء البحث في الجسد عن أي علامة من علامات التوتر. حيث تبدأ من القدمين استمرارا إلى الأجزاء العليا من الجسم، وعندما يوجد أي توتر يركز الانتباه عليه. ومن خلال القيام بالزفير يجلب الاسترخاء لهذا الجزء المتوتر .

5- الحفاظ على حالة التنفس البطء، من

بامتلاكه الحس العميق المرهف، بل عليه إن يتعداه إلى ماهر أكثر، مثل المرونة الجسدية على ممثل البانتومايم إن يمتلك الجسم الطبع المرن والذي يمتاز بالدقة كي يكون معبرا أكثر عن تلك المشاعر الفنية المستتر في أعماقه. يعتمد جسد ممثل البانتومايم على ثلاث نقاط جوهرية، ولا يمكن الاستغناء عنها، وهي : حركة اليدين المرهفة الحس، والوجه المعبر، ومرونة الجسم، وقابليته على التعبير، وللممثل الإيمائي معاني ابلغ بكثير مما تحمله الكلمة، التي مهما حاولت، لن تبلغ التالف الذي يمكن إن يصل إليه التمثيل الصامت. وفي أثناء ظهور التمثيل الصامت الفرنسي الحديث أقامت (فرانسوا دل سارتر) دراسة حول البانتومايم كان يلاحظ إن الماييم هو الأساس في سلوك الإنسان أثناء حياته اليومية. فيقتنص أدق المظاهر في اللحظات المعينة، التي يجد الإنسان نفسه مندفعا عفويا بعيدا عن التكلفة والرياء الاجتماعي:

أولا: الأطفال أثناء انغماسهم في اللعب.

ثانيا: المرضى أثناء وجودهم في المستشفيات وهم تحت العلاج .

ثالثا: مراقبة ودراسة الشخص حينما يفاجأ بخبر غير متوقع . واستنادا إلى قاعدته هذه فقد قسم جسم الإنسان إلى ثلاثة مناطق تعبيرية :

1- المنطقة العضلية، وتتنحصر بين الرأس والرقبة .

2- المنطقة العاطفية، وتكون مساحتها الجذع والذراعين .

3- المنطقة الجسدية، وتنحصر فاعليتها في الساقين .

والمناطق هذه كلها، تتأثر بثلاث عوامل، هي : الغطاء المحيط بجسم الممثل، وجسم الممثل، وأخيرا، الدافع الداخلي المحرك لجميع الأحاسيس. وهناك ثلاث أنواع من الحركات :-

أ - الحركة القوية، ويمكن الحصول عليها عن طريق التجارب المبنية على أساس إعطاء الجسم

خلال الأنف، أو البدء بالتفكير أو بإلقاء كلمة واحدة ويقام هذا التمرين لمدة تتراوح بين (5-10) دقائق. وإذا حدث أي نشبت، يعاد التمرين من البداية ويستمر تكرار العملية السابقة مرات عديدة. وبعد عدد قليل من الجلسات، يمكن أن تحل محل الكلمة السابقة كلمة بديلة لها أكثر اقتراباً نحو الاسترخاء، مثل (هذا) .

6- عند انتهاء جلسة الاسترخاء هذه. تفتح الحيوية ويعاد الجلوس ببطء ويعاد التنفس مرة أو مرتين بعمق أكبر .

ليس هناك شك بان الذخيرة الأساسية لأي فنان، هي الإحساس الحي والمرهف بنفسه. إلا أن ممثل البانتومايم بالذات يحتاج إلى أكثر من هذا، انه يحتاج إلى إحساس عال بجسده، أي أكثر من نوع من الأحاسيس، فالي جانب الإحساس الداخلي، هناك الإحساس بالشكل، شكله هو بالذات، أو بمعنى أدق الإحساس الحركي، أي الإحساس بوضع الأطراف وحركاتها بالنسبة إلى الجسم والى بعضها البعض، والى الإحساس بالجهد والمقاومة . إذا لا يوجد إحساس من دون الجسد. وما يحتاجه الممثل، وعملية ضبط وتنظيم تلك الإحساسات والادراكات الذهنية، بحيث يمكن استدعاءها في أي وقت . أي تلك العملية التي تشاهد بها الذات ما يجري في الذهن من إحساسات، بقصد وصفها لا تاويلها . وهناك أيضا عملية التذكير، التي تعمل على استرجاع الذكريات، مصحوبة بشحناتها الوجدانية، ويمكن القول : أن تنظيم العمليات الشعورية والإدراكية للممثل، هي تنظيم ما يقوم به من أفعال مستمرة داخل المشاهد المتابعة. وهو ما يخلق وجوده المحسوس داخل المشهد. أي انه ينظم عمل الممثل ككل / أو طريقة استخدامه لجسده بصورة انفعالية مناسبة للظروف المتخيلة التي تعيشها الشخصية. إن حضور جسد الممثل على خشبة المسرح يعدّ من الأدوات المهمة لديه . لكن المهم في ذلك، هو

الطريقة، أو التقنية، التي سيستخدم بها هذا الجسد في تجسيد الشخصية، ومن هنا تتعدد أدوات الممثل الإبداعية، من تقنيات حركية متنوعة التقنية هي ما تحدد لغة الجسد، باعتباره إشارة إلى شيء آخر غير ذاته. أو غير صاحبه/ الممثل- فالجسد الممثل يشير إلى شخصية أو موقف أو وضع اجتماعي أو حالة سيكولوجية معينة. بل قد يشير أحيانا إلى شيء مادي مثل (زهرة-شجرة...الخ . إلا انه باستخدام لغة المسرح، لغة الجهاز الدرامي، يكون بمقدور الممثل المتحول عن طبيعته الجسدية ، تجسيد الشخصية الجديدة، ومن هنا يقال : أن الممثل يعيش حلما جسديا خاصا. سرعان ما سيفيق منه إلى جسد اليقظة الجديد. ولكل وضع جسما ني على خشبة المسرح، مدلولاته وتعبيراته، فالجسد الجالس يتخذ معنى مختلفا عنه في حالة الوقوف، وبالتالي يختلف في التأثير على الشخصية قوة وضعفا. ولو إن هناك حالات يكون بها الممثل الجالس أقوى من الممثل الواقف، مثل (الملك بين حاشيته. أو قاضي في المحكمة) وهكذا يختلف التأثير الناجم عن وضع جسم الممثل باختلاف أوضاعه واتجاهات حركته، وبالأماكن التي يتم وضع فيها وقوفا أو جلوسا. لقد عملت النظرة الحديثة على إدماج جسد الممثل داخل الرؤية البصرية المادية للعرض المسرحي (سين وجزافيا)، بحيث يصبح عنصرا تشكليا مثله مثل العناصر المادية التي يكون المنظر المسرحي العام. وكذلك تحتاج لغة التعبير الجسدي في البانتومايم إلى دافع الإحساس الموجود داخل المؤدي، الذي تنبع منه حركة المايم. وهو الذي يمهّد الطريق من روح المؤدي إلى روح الجمهور، خالقا بذلك الإحساس داخل كل من المؤدي والجمهور. ويمكن تقسيم الدافع إلى سلسلة متتالية من الأحداث. إن فعالية الدافع في الواقع صعبة، وتعتمد بقدر كبير على المهوبة والتفتح والتفاني والذكاء والتركيز عند المؤدي، ومن تنوع



على أجزاء معينة من الجسم، كاليد، أو حاجبي العينين مثلاً، وهي الأجزاء التي عادة ما يتم اختيارها واستخدامها بشكل واع، من أجل توصيل رسالة معينة إلى الآخرين. لذلك فإن الإيماءات تتسم بكونها متغيرة الدلالة. وفقاً لثقافة خاصة بها وبدرجة جديدة إن نضعها في اعتبارنا. أما الأوضاع الجسدية فإنها تظهر اتساقاً في المعنى عبر الجسد كله. حيث أنها تحيل بأن تكون لا شعورية، فقد تتصارع، أو تتعارض مع الرسائل التي يتم توصيلها من خلال الإيماءات. إن هذا التمييز الخاص، بين الإيماءة والوضع الجسمي، يبدو لنا في جوهره تميزاً متعلقاً بمدى الاندماج الانفعالي، حيث تنشأ الأوضاع الجسدية عن المشاعر العميقة، بينما تعتبر الإيماءات شكلاً من أشكال التخاطب الاجتماعي، التي يمكن استخدامها بدلاً منه، ويمكننا ملاحظة الدليل على عدم الإخلاص في ذلك الفشل، الذي يجعل الإيماءة عاجزة عن أن تكون مدعمة بوضع جسمي منسق، كما هي الحال مثلاً، بالنسبة للابتسامة التي تظهر من الفم فقط، لا في الوجه كله كما في ابتسامة "موناليزا" المغزى. وتعد الإيماءة من نظم العلامات الحركية الأكثر اقتراباً للتعبير عن الكلمة. فالعلامة، يمكن إن تكون طبيعية أو اصطناعية، أنها تظل تستند إلى الوجه مثلاً، كما تلعب العلامات المؤشرة في نظام تعبير الوجه والظاهرة بشكل واضح، دوراً هاماً، فغالباً ما تتضمن (نظرة) أو (إصبع) يشير إلى معلومات أساسية تكمل النص، بمعنى إن إيماءات الوجه لا تكتمل دلالتها، إلا في سياق علاماتي محرض وياتمام عملية التواصل في العرض على أحسن أداء. إن حل شفرة تعبير الوجه والإيماءة وتفسيرها من جانب الجمهور طبقاً لطبيعة نظم العلامات هذه، هو فعل غريزي أكبر بكثير، حتى من تفسير العناصر اللفظية، وعناصر التصميم الإيماءة هي حركة لها كلمة محددة أو مغزى

الصدق الداخلي، الذي يكون عميقاً باعنا طاقة يسمح لها المؤدي، أن تستحوذ عليه، ومن هذا الاستحواذ تنشأ الحركة الجسدية الصادقة، التي تنقل الحقيقة الأساسية إلى المتلقين المنتظرين أن الدافع يحدث حين يشعر المؤدي بما يفعله على المسرح كما لو كان يحدث للمرة الأولى. إن البانتومايم يعتمد بالدرجة الأولى على الجسد، فيستطيع الممثل من خلال الحركات الإيمائية للوجه وحركات الأيدي والأرجل إن يعبر عن حالة معينة أو يحكي قصة عن طريق المهارات الحركية لديه.

### علاقة الإيماءة الحركية والإشارة بالبانتومايم

يعتمد فن البانتومايم بالدرجة الأولى على الحركات والإشارات والإيماءات وتختلف الإيماءة عن الإشارة بالإيماءة حركة تصدر عن أحد أعضاء الإنسان ويتم من خلالها التعبير عن بطريقة سلبية أو ايجابية تحل محل الكلام. وتعرف أيضاً على أنها تقنية من تقنيات المايم التي تتضمن بقدر كبير اليدين والذراعين والتي تجذب انتباه الجمهور إليها. ويعد البانتومايم وسيلة لترجمة الكلمات باستخدام الإيماءة. فالإيماءة حركة لها كلمة محددة أو مغزى مهني، والإيماءة في البانتومايم يجب إن تؤثر وتشير وتقنع. وبما أنها وسيلة عضوية أساسية، فإنها تمتلك السمة الملائمة أولاً، وهي الإقناع، والإيماءة هي حركة موضوعية، لها القدرة على خلق الموضوع، ولابد إن يكون لها دافع أفضل الإيماءات هي أقلها وضوحاً. وكذلك التأكيد على فهم لإيماءة والغاية منها، لأن الفهم يلعب دوراً مهماً في كل شيء نعبّر عنه من خلال التمثيل على خشبة المسرح، ويجب إن نمر بحيزين هما: أوضاع الجسد الكلية والإيماءات النوعية بجزء معين من هذا الجسد. وبما إن الإيماءة مقصودة

استخدام إيماءة الإبهام المرفوع للأعلى، للدلالة على تحقيق الأشياء التي تم التخطيط لها، أو للدلالة على كلمة (OK)، أو جيد أو ممتاز. يحتاج ممثل البانتومايم إلى إتقان كل أنواع الإيماءات، حتى يستطيع التعبير عن الشخصية بشكل أفضل وأوضح، ويوصل الفكرة إلى الجمهور بشكل واضح ومفهوم... أما من الأدوات الأخرى، التي يستعملها ممثل البانتومايم فهي الإشارة، وهي رسالة تواصلية من الشخص لنفسه. ومن الشخص إلى أشخاص آخر، وهي قصديه، والبعض لا يمكن وعيها ذاتيا. لأنها إشارة تواصلية تعبر عن حالة الشخص المزاجية وتتكون الإشارة من عدة حركات إيمائية. مثلا الإشارة إلى أن هناك شخص واقف وراء الباب، ففي التمثيل الصامت يحتاج الممثل إلى عدد من الحركات الإيمائية، لكي يستطيع أن يشير إلى أن هناك شخص وراء الباب. ولكي يلتقط الشخص المقابل أو الجمهور الحاضر معنى الإشارة، ولإنجاح عملية التواصل، لابد أن تتوافق الدلالة التي يرسلها الجسد، مع الدلالة التي تصل إلى ذهن المتلقي. إن الجسد البشري المنفذ من الإشارة الجسدية، يمتلك مهارتي إرسال الإشارة حركة، بواسطة حركات إيمائية، ذلك لأن جسد الممثل يمكنه إرسال إشارة حركية بواسطة حركات إيمائية. كما يمكنه التقاط الإشارة ذهنيا. وكذلك عند الشخص المقابل، فهو يقوم بالتركيز على المرسلات الأشارية الجسدية، ومن ثم استيعابها ذهنيا. ويمكن أن نقسم الإشارة إلى نوعين: الإشارة المكتسبة، ويتعلمها الممثل من خلال التمارين، أو من خلال التكوينات الجسدية، أو من صنع خياله. وهناك إشارات موروثه، أي نابعة من طبيعة الممثل نفسه، مثل الضحك، فهو يشير إلى الفرح، والبكاء الذي يشير إلى الحزن. يستطيع الممثل عن طريق الحركات، أن يشير إلى أشياء معينة. مثلا حركة ضربة الأرض بالقدم مما يشير على الغضب، وكذلك الضغط بالأسنان،

مهني. للإيماءة دور كبير في التمثيل الصامت، فهي تعتبر الأداة الأكثر استخداما في البانتومايم في حالات وانفعالات الشخصية، التي يمرنها الممثل، أثناء أداء دوره وهو في حاجة إلى أداة للتعبير عن تلك الحالات بادق التفاصيل. أي أنه يحتاج إلى حركات جزئية، مثل ملامح الوجه أو حركات الأصابع، وهي من ضمن الحركات الإيمائية. وعند القيام باظهار إيماءة ما، يجب أن تكون واضحة ومفهومة، وتدل على شيء معين. في كثير الأحيان نرى الممثل البانتومايم واقفا لا يتحرك، ولكننا نراه يعبر عن حالة معينة، عن طريق الإيماءة، مثل حالة الحزن، فهو يعطي دلالة الحزن عن طريق ملامح الوجه، والإيماءة، وكذلك في حالة الغضب، أو الفرح، مثال آخر. ممثل جالس وهو يضع يده على الخد، فهذه الإيماءة تدل على أشياء عديدة، ويمكن أن نعدّها في مناسبات أخرى، على أنها توحى بالانتباه والتيقظ من أجل الانتقاد. وتساعد الملامح الخارجية للشخص، في فهم الإيماءات و دلالاتها، التي يصدرها الشخص نفسه، فإذا كان هذا الشخص يشعر بالملل، فانك ستلاحظ ذلك من طبيعة جلسته، وكذلك بالنظر إلى عينيه ووجهه. بينما يمكن تفسير هذه الإيماءة على أنها تعنى التيقظ والحيطة والبحث عن الانتقاد. وكذلك إيماءة وضع اليد على الخد، فتستخدم للدلالة على الشخص، الذي يطلب منه الجواب على سؤال، أو الإدلاء بمعلومات، أو إعطاء القرارات، وغير ذلك. وتمتلك أصابع اليدين قدرة على إنتاج إيماءات مختلفة، وكل منها لها دلالاتها الخاصة بها، مثل أصابع الإبهام والسبابة والخنصر والبنصر والوسطى من أشهر الإيماءات التي تستخدم فيها أصابع اليد هي إيماءة الخاتم والتي يجعل الشخص فيها إصبعية الإبهام والوسطى بشكل خاتم. ولهذه الإيماءات دلالة ايجابية بمعنى أنها تدل على إن الأمور تسير بالشكل المطلوب أو كما هو مخطط لها. وهناك استعمالات أخرى لأصابع اليد، مثل

الجسم، وخاصة الوجه، لأنه المنطقة التي تعد الأكثر أهمية لخلق الإيماءات، وكذلك يحتاج إلى خيال واسع في مجال الحركات الجسدية.

## المصادر

- عبد الحميد، سامي، د. وليد شامل، التمثيل الصامت (ثلاثون درساً في التمثيل الصامت)، بغداد: وزارة التعليم العالي و البحث العلمي، جامعة بغداد كلية الفنون الجميلة، 1999 .
- سعيد، منعم، تاريخ تقنيات فن المسرح الصامت (Pantomime) (البانتومايم بذرة المسرح على الأرض)، موقع خاص لفرقة المسرح الصامت: [www.pantomime.ftiendsofdeocracy.net](http://www.pantomime.ftiendsofdeocracy.net)، 27/2005.
- رولف، بازي، كتابات في التمثيل الصامت، ترجمة، د. سامي صلاح، القاهرة: المجلس الاعلى للثقافة، 2001 .
- لوشكي، مارافين شبارد، كل شيء عن التمثيل الصامت، ترجمة سامي صلاح، القاهرة: المجلس الاعلى للثقافة، 200 .
- بدر، محمد اسماعيل، دراسات في المسرح (فن البانتومايم " التمثيل الصامت / براعة الممثل وخيال المتفرج)، الجامعة الاردنية: [www.ju.edu.ju](http://www.ju.edu.ju)، العدد (63) 2004 .
- مجلة الثقافة، في يوم مسرح العالمي، مجلة الفكر العلمي التقدمي، العددان الثالث و الرابع، بغداد: دار الحرية للطباعة، 1984.
- مراد، مرسى، حول البانتومايم، المسرح، [www.theater.com](http://www.theater.com).

أو رفع الحاجبين، الذي يدل على الدهشة، أو الاستغراب، أو المفاجئة. إن جميع هذه الحركات، هي حركات موروثية، أي أنها من طبيعة الإنسان، وهناك إشارات أولية وإشارات ثانوية. وان كل إشارة جسدية مهما كانت دقيقة، لابد لها أن تكون مشفرة برسالة مرئية. فحركة اليد مثلاً، إشارة أولية، بينما العطس، إشارة ثانوية مرتبطة بمشكلة تنفسية . وحركة ارتكان الرأس من جهة، والشعور بالملل من جهة أخرى. وحركات الوجه بوصفه الناقل لإشارات الجسد غير الملفوظة، معظمها إشارات عفوية تلقائية. وكذلك لغة الصم والبكم، فهي بدورها تعد جزءاً من التمثيل الصامت، وتعتمد على الإشارات. وهذه اللغة تستعمل الإشارات البديلة عن اللغة المنطوقة، فهي تستطيع التعبير عن أي شيء، لكنها إشارات تجريدية منفصلة عن الأشياء التي تعبر عنها باختصار مثلها، مثل لغة الاختزال المستخدمة في الكتابة وهي إشارات اتفاقية تبادلية بين مستخدميها. وهي قدرة مكتسبة بالتعلم. ففي مجال التمثيل الصامت يستعمل الممثل الكثير من الإشارات، للدلالة على الشيء المراد التعبير عنه. ولكن لا توجد إشارة من دون إيماءة، فالإيماء هي التي تخلف الإشارة، مثلاً، في مشهد تمثيلي صامت، يطلب من الممثل أن يشير على أنه يشعر بالمر في بطنه، فهو لا يستطيع أن يشير إلى ذلك، ما لم يستعمل إيماءات حركية متعددة، لكي يعبر على انه يشعر بالمر في بطنه . كل إشارة لابد لها إن تكون كبيرة و واضحة وتنجز مرة واحدة من دون إعادة أو تكرار إلا اذا كان الموقف يتطلب ذلك. إذا الإيماءة الحركية والإشارة، هي من الأدوات المهمة، التي يجب على ممثل البانتومايم أن يتقنها بشكل صحيح . وان التمثيل الصامت، بحد ذاته هو مجموعة من الإيماءات والإشارات الدالة على شيء معين . فممثل البانتومايم يحتاج إلى خبرة واسعة في استعمال جسد مرن ومتدرب، ويحتاج إلى استرخاء تام لعضلات

- مسرح البانتومايم، www.abdalkalikkatan.com .
- دين، الكسندر، أسس الإخراج المسرحي، ترجمة، سعدية غنيم، القاهرة : الهيئة  
- الدروبي، طه كاسب، كيف تحلل شخصية جليساك، طبعة الأولى، عمان : دار علم الثقافة و للنشر  
والتوزيع، 2004.
- لوشكي، مارافين شبارد، كل شيء عن التمثيل الصامت، ترجمة سامي صلاح، القاهرة : المجلس العلى  
للثقافة، 200 .
- ويلسون، جلين، سيكولوجية فنون الأداء، ترجمة، د.شاكر عبد الحميد، الكويت : مطابع الوطن، 2002 .
- رولف، بازي، كتابات في التمثيل الصامت، ترجمة، د. سامي صلاح، القاهرة : المجلس العلى للثقافة،  
2001.
- إبراهيم، ريكاردوس يوسف، توظيف جسد الممثل في العرض المسرحي العراقي، أطروحة دكتوراه غير  
منشورة، بغداد : 2003.
- د. سعد، صالح، الأنا - الآخر، الكويت : مطبعة السياسة و 2001.
- عبد الحميد، سامي، د. وليد شامل، التمثيل الصامت (ثلاثون درساً في التمثيل الصامت)، بغداد :  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي، جامعة بغداد كلية الفنون الجميلة، 1999 .
- التمثيل الإيمائي، مسرح نيت، www.gdli-shcol.net
- رولف، بازي، كتابات في التمثيل الصامت، ترجمة، د. سامي صلاح، القاهرة : المجلس العلى للثقافة،  
2001.
- د.سعد، صالح، الأنا - الآخر، الكويت : مطبعة السياسة و 2001.
- جواد، عبد الله، جريدة الصباح، تمثيل الصامت في فرنسا، صفحة أخبار ثقافية،  
www.alsabaah.com، 2006 .
- ويلسون، جلين، سيكولوجية فنون الأداء، ترجمة، د.شاكر عبد الحميد، الكويت : مطابع الوطن، 2002 .
- لوشكي، مارافين شبارد، كل شيء عن التمثيل الصامت، ترجمة سامي صلاح، القاهرة : المجلس العلى  
للثقافة، 200 .
- رولف، بازي، كتابات في التمثيل الصامت، ترجمة، د. سامي صلاح، القاهرة : المجلس العلى للثقافة،  
2001.
- بينتلي، اريك، نظرية المسرح الحديث، الطبعة الثانية، ترجمة، يوسف عبد المسيح ثروة، بغداد : دار  
الشؤون الثقافية العامة، 1975 .
- الطائف، سلمان، تدريبات مسرحية (التحكم في الجسد و السيطرة عليه) الاسترخاء، مسرح الطائف  
: www.taiftheater.com، 2004 .
- إبراهيم، ريكاردوس يوسف، توظيف جسد الممثل في العرض المسرحي العراقي، أطروحة دكتوراه غير  
منشورة، بغداد : 2003.
- عبد الحميد، سامي، د. وليد شامل، التمثيل الصامت (ثلاثون درساً في التمثيل الصامت)، بغداد :  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي، جامعة بغداد كلية الفنون الجميلة، 1999 .