

گفت‌وگو با مختارآبادی بازیگر دارای معلولیت و مطرح تئاتر «رقص پا»؛

«رقص پا» روایتگر بخش کوچکی از زندگی است

✱ باید از دید قهرمان‌سازی یا ترحم به معلولان خارج شویم ✱ با تئاتر به شناخت عمیق‌تری از توانم و محدودیت‌هایم رسیدم

به او حتماً می‌گویم که مهم‌ترین اصل این است که خودت را باور داشته باشی. باور، خیلی مهم است و باید ظرفیت‌هایی که داری را به درستی بشناسی و از آن‌ها استفاده کنی. راه بسیار سخت است، پر از چالش‌ها و نگاه‌های اشتباه، و نیازمند پشتکار و تلاش فراوان است. اما اگر به خودت ایمان داشته باشی و همیشه دنبال رشد و یادگیری باشی، می‌توانی راه خودت را پیدا کنی. همچنین توصیه‌ام این است که هیچ وقت اجازه نده حرف‌های دیگران تو را از بیان حقیقت و زندگی خودت باز دارد. جامعه نیاز دارد صدای ما را بشنود. قدم‌های اول همیشه سخت است اما ارزشش را دارد.

قدم بردار، برادر و دوست من!
در روند بازیگری، چه تکنیک‌هایی برای بیشتر کاربردی بوده است؟ مثلاً تمرکز روی صدا، نگاه، ریتم، تنفس، و ...

در مسیر بازیگری، تکنیک‌های مختلفی به من کمک کردند، اما تمرکز روی بدن و تنفس برای من اهمیت ویژه‌ای داشت. با کمک و راهنمایی‌های دقیق آقای میرزایی، در تمرینات رقص پا یاد گرفتم چطور باید از تنفس درست برای کنترل حرکت و صدا استفاده کنم. ایشان با تجربه‌ی بالای خود، تکنیک‌ها و تمرین‌های مناسب برای شرایط من را به خوبی هدایت کردند. همچنین نگاه و ریتم اجرا نقش مهمی در انتقال احساسات و پیام‌های نمایش داشتند.

ترکیب این تکنیک‌ها و حمایت‌های درست ایشان باعث شد تا بتوانم حضور قوی‌تر و مؤثرتری روی صحنه داشته باشم.

آیا درک تواز «بدن بازیگر» با تعاریف مرسوم کلاسیک تفاوت دارد؟ این تفاوت‌ها در صحنه چه تأثیری دارند؟

با تعاریف مرسوم و کلاسیک «بدن بازیگر» آشنایی دارم. معمولاً در آن‌ها بدن، به عنوان ابزاری برای حرکات دقیق، ژست‌ها و تکنیک‌های استاندارد دیده می‌شود.

اما تجربه خود من به من یاد داده که بدن فقط ابزار نیست، بلکه زبان اصلی بازیگر برای بیان احساسات و داستان است.

من بیشتر روی ارتباط بین بدن و احساس تمرکز می‌کنم و سعی دارم از هر محدودیتی و ویژگی که در بدنم دارم به عنوان فرصتی برای خلاقیت استفاده کنم.

این تفاوت باعث می‌شود اجراهای من طبیعی‌تر و شخصی‌تر باشد و با مخاطب ارتباط عمیق‌تری برقرار کند.

چطور شخصیت‌پردازی را با امکانات بدنی خودت سازگار می‌کنی؟ آیا این موضوع روی انتخاب نقش تأثیری می‌دارد؟

خودم همیشه در شخصیت‌پردازی بیشتر روی درونیات و احساسات شخصیت‌ها تمرکز می‌کنم تا ظاهر یا ویژگی‌های فیزیکی کاراکتر. بیشتر به لایه‌های درونی تأکید دارم. برای من، بدن وسیله‌ای است برای بیان آن چیزی که در دل شخصیت می‌گذرد. ویژگی‌های بدنی‌ام را به عنوان بخش طبیعی و بخشی از زبان بدن شخصیت می‌بینم که کمک می‌کند آن درونیات را بهتر منتقل کنم.

در انتخاب نقش‌ها هم دنبال آن‌هایی هستم که بتوانم با تمرکز روی عمق و احساسات شخصیت، صداقت واقعی را روی صحنه نشان دهم. و در آخر باید بگویم که به نظر من مهم‌ترین گام در مسیر پیشرفت و عدالت اجتماعی، عادی‌سازی نگاه به معلولین است.

ما باید از دید قهرمان‌سازی یا ترحم خارج شویم و معلولیت را بخشی طبیعی از زندگی انسان‌ها ببینیم. وقتی جامعه بتواند این تنوع و تفاوت‌ها را بپذیرد و افراد معلول را نه به عنوان «موضوع» بلکه به عنوان انسان‌های کامل و فعال ببیند، آن وقت فرصت‌های واقعی برای حضور و مشارکت فراهم می‌شود.

این نگاه عادی‌سازی، جامعه را به سمت همبستگی و درک عمیق‌تر از این افراد هدایت می‌کند.

این نوع بازخوردها برایم بسیار ارزشمند و انگیزه‌بخش بود.

آیا این اجرا برای خود شما هم جنبه‌ی روانی یا راه‌یابی بخش داشت؟ مثل نوشتن یا گفتن یک راز درونی؟

بله، اجرای «رقص پا» برای من فراتر از یک کار حرفه‌ای بود؛ مثل یک فرایند درمان و رهایی‌بخش عمل کرد. گفتن و به تصویر کشیدن این تجربه‌ها، مثل باز کردن یک در قفل شده بود که سال‌ها بسته بود. احساس کردم که بخشی از درونم را به تماشاگران نشان می‌دهم و این باعث شد احساس سبکی و آزادی کنم.

فضای تئاتر ایران رو چقدر برای حضور بازیگرانی با ویژگی‌های بدنی متفاوت (مثل خودتان) باز می‌بینید؟

فضای تئاتر ایران هنوز راه زیادی برای باز شدن و پذیرش بازیگرانی با ویژگی‌های بدنی منحصر به فرد دارد. هرچند که در سال‌های اخیر، در همین کرمان افرادی با تلاش‌های مستمر و حرفه‌ای مثل آقای محسن میرزایی که خودش سال‌ها با این موضوع کار کرده و دغدغه‌مند است، گام‌های خوبی برداشته شده، اما هنوز به شکل واقعی و جامع تنوع بدنی در صحنه دیده نمی‌شود. به نظرم باید جامعه هنری و مخاطبان بیشتر به این موضوع آگاه شوند و پذیرش واقعی نسبت به همه‌ی انواع بدن‌ها و شرایط جسمی ایجاد شود تا هنر ما به سمت تنوع و واقعیت انسانی نزدیک‌تر شود.

به نظر تان چرا هنوز صحنه‌های ما تصویر تنوع انسانی را به درستی نمایش نمی‌دهند؟ به نظر من، بخش بزرگی از این مسئله به دیدگاه‌ها و تجربیات شخصی خودمان برمی‌گردد.

وقتی من وارد دنیای تئاتر شدم، دیدم که خیلی‌ها هنوز نمی‌دانند چطور با بازیگرانی مثل من برخورد کنند یا اصلاً باور ندارند که ما هم می‌توانیم نقشی در هنر داشته باشیم. این ناآگاهی و گاهی ترس باعث شده که فرصت‌های زیادی از دست برود و تنوع انسانی به درستی در صحنه دیده نشود. علاوه بر این، استانداردهای مربوط به «کامل بودن» باعث شده تا بازیگرانی مثل من کمتر دیده شوند. امیدوارم با کارهایی مثل «رقص پا» و تلاش‌های هنرمندانی که دغدغه‌مند هستند، این نگاه تغییر کند و صحنه‌ی تئاتر ما به جایی برای همه تبدیل شود.

تئاتر «رقص پا» توانست این تابو را کمی بشکند. فکر می‌کنید ادامه‌ی این مسیر چطور ممکن است؟

«رقص پا» نقطه‌ی شروعی بود برای باز کردن فضا و شکستن تابوهای مرتبط با حضور افراد دارای معلولیت در تئاتر. ادامه‌ی این مسیر نیازمند حمایت جدی از هنرمندان مختلف، به خصوص کسانی که دغدغه آگاه‌سازی و تغییر نگاه اجتماعی را دارند، است.

همچنین، لازم است که فرصت‌های برابر برای بازیگران با ویژگی‌های منحصر به فرد فراهم شود و فضای هنری ما بیشتر پذیرای تنوع انسانی باشد. این مسیر، علاوه بر تلاش فردی، به همراهی جامعه هنری، رسانه‌ها و مخاطبان نیاز دارد تا به تدریج به یک تغییر واقعی منجر شود. نمایش «رقص پا» توانست تا حدی تابوهای مرتبط با معلولیت را بشکند و نگاه‌ها را به سمت آگاهی و درک بیشتر هدایت کند. از

نظر اجرایی، ما افق بزرگی برای این اثر داریم؛ برنامه‌ریزی شده که این نمایش اجراهای متعددی در شهرهای مختلف ایران و استان‌ها داشته باشد و حتی در کشورهای دیگر نیز به روی صحنه برود. هدف ما این است که پیام نمایش به گستره وسیع‌تری برسد و بتواند تأثیر مثبتی در سطح جامعه‌های مختلف ایجاد کند. اگر بازیگری با شرایط مشابه خودتان را در آغاز راه ببینید، چه چیزی به او می‌گویید و چه چیزی باید بداند؟



در «رقص پا»، بدن شما نه فقط یک ابزار اجرایی، بلکه بخشی از روایت و بیان هنری شده است. چطور به این زبان بدنی رسیدید؟

بدن من همیشه اولین چیزی بوده که مردم قبل از شنیدن صدایم می‌بینند و بر اساس آن قضاوت می‌کنند. به همین خاطر نمی‌توانستم فقط به عنوان یک ابزار به بدنم نگاه کنم. با تمرین تئاتر و کار روی بدنم، به شناخت عمیق‌تری از توانایی‌ها و محدودیت‌هایم رسیدم و یاد گرفتم چطور درست از بدنم استفاده کنم. در «رقص پا» بدنم خودش بخشی از روایت بود؛ زبانی برای بیان احساساتم بدون اینکه همیشه کلمه‌ای گفته شود.

آیا محدودیت‌های فیزیکی برای شما تبدیل به یک ظرفیت خلاقانه در بازی شد؟

قطعاً. محدودیت‌های فیزیکی‌ام نه تنها مانع نبودند، بلکه تبدیل به فرصتی برای خلاقیت شدند. این محدودیت‌ها مرا واداشتند راه‌های تازه‌ای برای بیان احساسات و شخصیت پیدا کنم و زبان بدنی‌ام خاص‌تر و شخصی‌تر شود. به نوعی، این محدودیت‌ها مرا به بازیگری متفاوت و منحصر به فرد تبدیل کردند.

در روند اجرای نمایش، آیا لحظاتی بود که حس کردید بدن‌تان تبدیل به مقاومت یا آزادی شده؟

بله، بدن من در این مسیر گاهی نماد مقاومت بوده و گاهی نماد آزادی. هر حرکت و ایستادگی روی صحنه نشان‌دهنده‌ی مبارزه‌ای است که همیشه در زندگی‌ام بوده است. همچنین، آقای محسن میرزایی با کارگردانی حرفه‌ای‌شان کمک کردند تا این تضاد میان مقاومت و آزادی به بهترین شکل به تصویر کشیده شود و زبان بدن من بهتر روایت شود.

تماشاگران بعد از تماشا، چه واکنش‌هایی به شما و نمایش داشتند؟ بازخوردی بود که به طور خاص در ذهن‌تان ماند؟

بازخوردهای تماشاگران بسیار تأثیرگذار بود. خیلی‌ها از اینکه نمایشی این قدر صادقانه و بدون ترحم درباره‌ی زندگی افراد دارای معلولیت ساخته شده بود، خوشحال بودند و تأثیر گرفتند از اثر. بعضی‌ها گفتند که نگاه‌شان نسبت به این موضوعات عمیق‌تر و انسانی‌تر شده است. یاد می‌آید یک بار بعد از اجرا یکی از تماشاگران گفت که این نمایش باعث شده که واقعاً بفهمم چقدر باید در رفتار و نگاهش نسبت به معلولین تغییر ایجاد کند.

در مراحل اولیه، چه چیزهایی برایتان اهمیت داشت که حتماً در روایت باشد؟

برای من و آقای میرزایی مهم‌ترین نکته صادقانه بودن روایت بود؛ بدون شعارزدگی، اغراق یا ترحم. هدف‌مان این بود که تجربه‌ی مشترک بسیاری از افراد دارای معلولیت را نشان دهیم؛ تجربه‌هایی که معمولاً کمتر درباره‌شان صحبت می‌شود. مهم بود که نگاهی انسانی ارائه دهیم که نه قهرمان‌سازی کند و نه قربانی‌محور باشد، بلکه واقعیتی باشد که تماشاگر بتواند با آن ارتباط برقرار کند.

چطور تصمیم گرفتید مرز بین زندگی واقعی و نمایش را در «رقص پا» کجا قرار دهید؟

یکی از چالش‌های مهم ما همین بود که مرز بین زندگی واقعی و نمایش را کجا بگذاریم. نمی‌خواستیم صرفاً روایت زندگی من باشد یا به یک گزارش مستند تبدیل شود. آقای محسن میرزایی با نگاهی حرفه‌ای این مرز را به دقت مشخص کردند؛ هم در نگارش درام و هم در کارگردانی. به گونه‌ای که روایت صادقانه بماند و جنبه‌ی هنری خودش را حفظ کند. این باعث شد مخاطب بتواند با اثر ارتباط بگیرد.

در طول تمرین‌ها یا شکل‌گیری نمایشنامه، چقدر خودتان در روایت و ساختار اثر دخالت داشتید؟

از ابتدا قرار نبود فقط بازیگر باشم. من در کنار آقای میرزایی در روایت، جزئیات و نحوه بیان بعضی بخش‌ها حضور فعال داشتم. چون این قصه از دل و جامعه‌ای است که من هم جزئی از آن هستم، طبیعی بود که در شکل‌گیری اثر مشارکت داشته باشم. البته هدایت دراماتیک و کارگردانی بر عهده‌ی آقای میرزایی بود، ولی فضای کار کاملاً تعاملی بود و گفت‌وگو و تبادل تجربه میان ما جریان داشت.

چه بخش‌هایی از زندگی‌تان حذف شد یا بازنگری شد و چرا؟

برای ما خیلی مهم نبود که روایت صرفاً شخصی یا مربوط به زندگی من باشد. از ابتدا نگاه‌مان اجتماعی و انسانی بود؛ اینکه از دل تجربه‌ی من و درد مشترک‌مان بتوان درباره وضعیت و زیست بسیاری از افراد دارای معلولیت حرف زد. بنابراین بخش‌هایی که جنبه فردی داشتند و ارتباطی با درد مشترک نداشتند، کنار گذاشته شدند. می‌خواستیم تماشاگر با یک واقعیت جمعی روبرو شود، نه فقط داستان یک فرد.

فاطمه هجینی نژاد

تئاتر، تنها صحنه‌ی بازی و نمایش نیست؛ گاه عرصه‌ی زنده‌ای برای روایت‌های کمتر شنیده شده از زندگی است. تئاتر «رقص پا» به کارگردانی محسن میرزایی و بازیگری حسن مختارآبادی با چنین نگاهی ساخته و پرداخته شده است.

مختارآبادی در این اثر نه تنها در نقش خود، به عنوان فردی که دارای معلولیت است نقش ایفا می‌کند، بلکه در ساختن فضایی انسانی‌تر برای حضور افراد دارای معلولیت در تئاتر، قدمی مؤثر هم برداشته است.

او فعالیت خود را از سال ۱۳۹۲ در دانشگاه پیام نور آغاز کرده؛ پس از آن در زمینه تئاتر کودک با نمایش «گاوی که می‌خواست شیر باشد» و در تئاتر بزرگسال با آثاری مانند «خرگدن» و «روزی روزگاری» تجربه اندوخته است. مختارآبادی چندین جایزه کشوری و بین‌المللی در عرصه بازیگری و موسیقی تئاتر کسب کرده و اجراهای موفق متعددی هم در شهرهای مختلف داشته است.

برای آشنایی با دیدگاه‌های این بازیگر و چالش‌هایی که با آن مواجه است، پای صحبت با او نشستیم؛ هنرمندی که با جسارت، تجربه‌ی زیسته‌ی خود را با همراهی کارگردان این نمایش، به صحنه آورده است.

مختارآبادی تئاتر را وسیله‌ای برای گفت‌وگو با جامعه می‌داند؛ گفت‌وگویی که با بدن، با صدا، با رنج و با امید انجام می‌شود.

گفت‌وگوی من با این بازیگر توانمند و کوشا را در ادامه بخوانید.

از کجا و چطور وارد دنیای تئاتر شدید و اولین باری که احساس کردید بازیگری برای شما جدی شده است؟

من به طور اتفاقی در دانشگاه با دنیای تئاتر آشنا شدم، اما اولین تجربه‌ی حرفه‌ای‌ام در زمینه تئاتر به سال ۹۳ و نمایش کودک «گاوی که می‌خواست شیر شود» برمی‌گردد که به کارگردانی آقای محسن میرزایی و نویسندگی ایمان تاج‌سلیمانی اجرا شد. این اثر با استقبال و موفقیت‌های بزرگی مواجه شد و در جشنواره‌های کشوری و بین‌المللی حضور داشت.

در مسیر بازیگری‌تان، چه تجربه یا لحظه‌ای باعث شد به تئاتر به عنوان زبان زندگی نگاه کنید، نه فقط یک حرفه؟

برای من لحظه‌ای که تئاتر تبدیل به زبان زندگی شد، زمانی بود که فهمیدم می‌توانم با تئاتر، خودم را، بدنم را و ویژگی‌های منحصر به فردم را به نمایش بگذارم. تئاتر در آن لحظه برای من به نقطه امنی تبدیل شد.

آیا از ابتدا دغدغه‌ی روایت شخصی داشتید یا این مسیر به مرور در شما شکل گرفت؟

ابتدا بیشتر تمرکز روی یادگیری بازیگری و تکنیک‌ها بود، اما به مرور دریافتیم که تئاتر ابزاری قدرتمند برای بیان دغدغه‌های زندگی افراد دارای معلولیت و جامعه معلولین است و می‌تواند آگاهی‌بخش باشد. روایت من در نمایش تنها بخش کوچکی از زندگی‌ام است و بیشتر به درد‌ها و مشکلات مشترک بسیاری از افراد دارای معلولیت می‌پردازد. به این ترتیب، دغدغه‌ی روایت شخصی به صدای جمعی تبدیل شد.

ایده‌ی اجرای نمایشی درباره زندگی خودتان چطور شکل گرفت؟ از طرف شما بود یا از طرف کارگردان، محسن میرزایی؟

این ایده از طرف آقای محسن میرزایی بود. ایشان با بیش از ۱۵ سال تجربه در کنار افراد دارای معلولیت، دغدغه‌ی آگاه‌سازی و تغییر نگاه جامعه نسبت به این افراد را داشته‌اند و نگاه جدی و مسئولانه‌ای نسبت به مسائل و آسیب‌های اجتماعی دارند. این ایده بسیار هنرمندانه و حرفه‌ای طراحی شد و با توجه به دغدغه‌های مشترک‌مان، این همکاری شکل گرفت و تبدیل به نمایشی شد که نه فقط روایت شخصی، بلکه نگاهی اجتماعی دارد.