

# تا ارواح زنده شوند

دستورالعملی برای کاربرد هنرها

در فعالیت های اساسی

تألیف: لوئیس لمبرت

(Lois Lambert)

(مغولستان، آوریل ۲۰۰۷)

ترجمه: خسرو دهقانی

## فهرست مندرجات

۲	فصل اول: مقدمه
۶	فصل دوم: هدیه ای از روح القدس
۱۵	فصل سوم: تأثر سایه
۲۲	فصل چهارم: تقویت تجارب یادگیری
۴۱	فصل پنجم: قصه گویی
۴۷	فصل ششم: موسیقی
۵۶	فصل هفتم: نمایش رادیویی
۶۴	فصل هشتم: با هم در سیل خدمت پوییم
۶۶	ضمیمه ی ۱:
۶۶	ضمیمه ی ۲:
۷۷	ضمیمه ی ۳:
۷۸	منابع و مآخذ:

# تا ارواح زنده شوند

دستورالعملی برای کار برد هنرها

## فصل اول: مقدمه

هدف از صفحات آتی ارائه‌ی راهنمایی است در زمینه‌ی کار برد هنر در فعالیت‌های جامعه، برای تمام کسانی که به کار تبلیغ و نیز تسریع سیستماتیک جریان دخول افواج مقلین مشغول هستند. بیت العدل اعظم مکرراً ما را ترغیب نموده اند به کار برد هنرها اهمیت دهیم:

..همچنین از احتیای الهی در خواست می شود در تمامی تلاش‌هایشان برای حصول اهداف نفشه‌ی چهار ساله (در حال حاضر پنج ساله - م)، نه فقط در زمینه‌ی ابلاغ کلمه، بلکه نیز در عرصه‌ی تحکیم و توسعه، توجه بیشتری به کار برد هنرها مبذول دارند. هنرهای تصویری و نمایشی، و نیز ادبیات، در اتساع نفوذ امرالله، نقشی اساسی داشته و می تواند داشته باشد. در سطح هنر توده‌ای یا مردمی، این امکان را می توان در هر جایی از جهان، از روستاها گرفته تا شهرک‌ها و شهرها، پیگیری نمود. حضرت ولی امرالله، به هنرها، به عنوان وسیله‌ای برای جلب نظر به تعالیم الهی، امید فراوان داشتند. در توقیعی که از جانب ایشان خطاب به یکی از مومنان نگاشته شده، آن حضرت اینگونه نقطه نظریات خود را ابراز می دارند: «یومی فرا می رسد که امرالله مانند شعله‌ی آتش گسترش یابد و آن زمانی است که روح و تعالیم امر الهی بر روی صحنه یا به طور کلی، در قالب هنر و ادبیات عرضه گردد. هنر به مراتب بهتر از استدلال سرد و بی روح، به خصوص در میان توده‌ی مردم، می تواند احساسات و عواطف متعالیه‌ی شریفه را بیدار نماید.»<sup>۱</sup>

بسیاری از ما به هنرها، فقط بر حسب کارهای ویژه‌ی نفوس مستعدی چون مجسمه‌سازان، نقاشان، نویسندگان، موسیقی دانان، نمایشنامه نویسان، و هنرپیشگان می اندیشیم و به عبارت «کار برد هنرها» نیز صرفاً به معنی توسل به مهارت‌های این هنرمندان برای ترتیب نمایش‌ها و اجراها و نمایشگاه‌هایی که قدرتمندانه جوهر تعالیم الهی را بیان نماید، فکر می کنیم. اما در گوشه و کنار جهان، تعدادی رو به فزونی از هنرمندان بهایی در حال ظهور است که کارهایشان حاوی بینش‌هایی بدیع و روحانی بوده، قلوب کسانی را که در معرض آنها قرار می گیرند، الهام می بخشند.

اما کسانی از ما که خود را هنرمند نمی دانند، می توانند برای تقویت حیات اجتماعی، جنبه‌هایی از هنرها را که حائز مزایای فراوان هستند، مورد استفاده قرار دهند. یک گروه مطالعه که در منزلی تشکیل شده،

می تواند با استفاده از موسیقی مناسب و ادعیه ای که به هر زبانی، با نوای موسیقی یا به طور معمولی تلاوت شود، و نیز با ترتیبات ابتکاری در فضای محل برگزاری، تا حد زیادی، تقویت و تعالی یابد. یک جلسه ی تأمل و بررسی در یک کلاستر، ممکن است بازنگری فرایند رشد را، با نقش بازی کردن و رقصیدن، به طور زنده تر و گویاتر، اجرا کند و یک جشن و شادی مربوط به یکی از ایام مبارکه می تواند با تأثر عروسکی و سایر انواع روش های داستان سرایی خلاق و ابتکاری، به نحو موثرتر و شادمانه تر برگزار گردد. همه ی ما می توانیم تجارب یادگیری و تبلیغی خود را با کار برد فوننی ساده، که به طرق متنوع، توضیح و تشریح مسائل مورد بحثمان را، روشنی و وضوح می بخشند، تقویت کنیم. یک مربی کلاس اطفال که به بچه ها یاد می دهد یک origami، « پرنده ی در پرواز»، با بال های متحرک درست کنند تا اصل تساوی مردان و زنان را نشان دهند، در سطوحی گوناگون، از تجارب ملموس بهره می گیرد. یک راهنما که با ترسیم تصاویر به مشارکین حلقه ی مطالعه ی خود کمک می کند فقراتی از آثار مبارکه را از بر نمایند، در واقع قوه ی تصور همراهان خود را تحریک می کند و آنان را هدایت می نماید، در مفاهیم دقت نظر بیشتری به خرج دهند.

از آنجا که نقطه ی شروع کار ما، در هر فرایند یادگیری، کلمه ی خلاقه ی الهی است، **فصل ۲** این جزوه، مشتمل است بر مجموعه ای از نصوص مبارکه، که می تواند به عنوان منبعی از هدایت و الهام، برای هم افرادی که مشتاقند با کار برد هنرها، به صورت فردی، به خلق کارهایی بدیع اقدام کنند و هم برای اشخاصی که دوست دارند برای تقویت فعالیت های اجتماعی و تبلیغی، از آنها بهره برند، در نظر گرفته شود. این مجموعه، سرچشمه ی الهام است برای تمامی تلاش های ما، و در آن، برای نمایشنامه نویسان، نویسندگان و نیز موسیقی دانان، در این مورد که خط مشی مطلوب چه باید باشد، هدایات دقیقی موجود است.

**فصل های ۲-۳**، تماماً کار بردی هستند؛ به این معنی که اندیشه ها و روش هایی را که در موقعیت های گوناگون مفید و موثر می باشند، ارائه می نمایند. همه ی این روش ها، در دسترس و قابل اجرا هستند و این امید موجود است که آنها در راستای یادگیری و تبلیغ امرالله، زمینه ای توان بخش و شوق انگیز را فراهم سازند. مواردی از آنها را که بدایتاً، توجهتان را جلب می کند بر گزینید و در موقعیت های مورد نظر خود، امتحانشان کنید. به این ترتیب، خیلی زود مهارت های لازم را به دست می آورید و مشتاق می شوید فنون جدید را نیز بیازمایید و تجربه کنید.

در بیشتر فصل های عملیاتی، تمرین ها و بازی های مناسبی نیز پیشنهاد شده است، که ظرفیت ادراک و کار برد مهارت مورد بررسی را افزایش می دهند. در **ضمیمه ی ۲** نیز تمرین های بسیار بیشتری در نظر گرفته شده است که می توانید از آنها نیز گزینش کنید. بسیاری از این تمرین ها، ابتدائاً، نمایش های

بازی گونه ای بودند که به قصد افزایش مهارت و حساسیت هنرپیشگان، تهیه شده بود. اگر شما در صدد هستید نمایشی برای جامعه ی خود ترتیب دهید، البته باید و می توانید آنها را به همین روشی که ارائه شده اند، اجرا نمایید. یک هنرپیشه ی حرفه ای هر چقدر هم مجرب و ورزیده باشد، باید خود را برای یک اجرا، «گرم» کند، درست همان طور که یک رقصنده و یا ورزشکار، خود را برای فعالیت، آماده می نماید. اما از این تمرین ها، در بسیاری زمینه های دیگری نیز می توان استفاده نمود و هم اکنون، به طور وسیعی، برای توسعه ی توانایی ها و مهارت های متنوع، از جمله، قابلیت های شنیداری، توجه و حساسیت داشتن نسبت به دیگران و احترام گذاشتن به آنان، موافقت و همکاری، تقویت حافظه و فصاحت و اعتماد به نفس، به کار برده می شوند.

**فصل ۳**، توضیح می دهد که تأثر سایه، چقدر آسان می تواند در هر موقعیتی به کار برده شود، چه محیطی روستایی باشد، بدون حتی امکانات الکتریکی و چه سالن یک مدرسه ی شهری باشد برای ایجاد و ارائه ی امکانات وسیع داستان گویی. در حالیکه این نوع تأثر هم می تواند تا سطوحی بسیار عالی از مهارت و توانایی ترقی نماید، حتی شکلی ساده که روی یک پرده، با منبع نوری در پشت آن، ظاهر شود؛ حالتی جذاب و جادویی دارد. این، روشی است ارزان قیمت با امکانات تکنیکی اندک و قابل دسترسی برای هر کسی با هر سن و سالی و از هر زمینه و فرهنگی. **فصل ۴** متمرکز است بر اینکه هنرها چگونه می توانند به عنوان بخشی ضروری از یک تجربه ی یادگیری، به کار برده شوند؛ و **فصل ۵** بررسی می نماید که هنر داستان گویی چگونه می تواند تحول یابد و در زمینه هایی متنوع به کار برده شود؛ و **فصل ۶**، راه هایی را جستجو می کند که بتوان از موسیقی - نه فقط توسط موسیقی دان های متبحر، بلکه توسط همه ی افراد، بدون توجه به سن و میزان تخصص آنها- در حیات اجتماعی استفاده نمود.

فقط **فصل ۷** که توان بالقوه و تکنیک های نمایش رادیویی در آموزش های اخلاقی را بررسی می نماید، تا حدی تخصصی است. این فصل مبتنی است بر موادی که برای یک سری کارگاه های رادیویی، در رادیو بهایی فیلیپین تهیه و اجرا شده است. این فصل از این جهت اضافه شد که از اهل بهاء در بسیاری از کشورهای دنیا دعوت می شود در برنامه ریزی رادیوهای محلی مشارکت کنند و نیز تعدادی رو به فزونی از ایستگاه های رادیو بهایی در اطراف عالم تاسیس شده است. حتی اگر شما قصد نداشته باشید در تولید برنامه های رادیویی شرکت کنید و فقط به نویسندگی و داستان گویی علاقه مند هستید، این فصل هدایاتی در باره ی نمایشنامه و داستان نویسی شامل است که برایتان مفید خواهد بود.

همه ی اندیشه های موجود در این کتاب آزمایش شده و با موفقیت به کار برده شده اند. شما، خواننده ی گرامی نیز، قطعاً ایده های جالبی دارید که امیدواریم آنها را در جلسات تامل و بررسی با سایر دوستان در میان بگذارید؛ و یا برای ما نیز ارسال دارید تا در چاپ های بعدی این راهنما، بگنجانیم.

## فصل دوم: هدیه ای از روح القدس

(توجه: برای دسترسی به صل بیانات مبارکه ای که ذیل آنها کلمه ی «مضمون» نگاشته شده، به فهرست منابع و مآخذ در پایان کتاب مراجعه فرمایید - مترجم)

### قوه ای که عامل بروز هنرها است

حضرت بهاء الله می فرمایند:

هر کلمه ای که از دهان مظهر الهی صادر شود، دارای چنان قدرتی است که می تواند حیات بدیعی در هر کالبد انسانی القاء نماید، اگر شما از کسانی باشید که این حقیقت را ادراک می نمایند. تمامی آثار و کارهای عجیبی که در این جهان می بینید به واسطه ی عمل کرد اراده ی عالی و متعالی و فرمان محکم و بدیع او، به عرصه ی شهود آمده است. به محض صدور صرفاً کلمه ی «صانع» از لب های او و اعلان صفاتش به عالم انسانی، چنان قدرتی آزاد می شود که می تواند در قرون پیاپی، تمامی هنرهای گوناگونی را که دست انسان قادر به خلق آن بوده است، تولید نماید. این، به راستی حقیقتی قطعی است. به محض صدور این کلمه مُشرقه، قوای حیات بخشش، که در نهاد همه ی مخلوقات نهفته است، وسائل و ابزاری را ایجاد می نماید که به وسیله ی آن، چنین هنرهایی می تواند به وجود آید و کمال پذیرد. کلیه ی توفیقات اعجاب انگیزی که اکنون مشاهده می نمایید، نتایج مستقیم ظهور این اسم هستند. (مضمون)<sup>۲</sup>

نیز می فرمایند:

روحي که به امر الهی وفادار مانده باشد و در راه او استقامت ورزیده باشد، بعد از صعود، از چنان قدرتی برخوردار خواهد بود که تمامی جهان هایی که خداوند خلق کرده است، می توانند از آن کسب فیض کنند. چنین روحی، به فرمان سلطان حقیقی و مربی واقعی، به مثابه ی خمیرمایه ی خالص اولیه ای است که عالم وجود را وَرَمی آورد و به آن نیرویی افاضه می نماید که سبب ظهور هنرها و شگفتی های عالم است. (مضمون)<sup>۳</sup>

حضرت عبدالبهاء می فرمایند:

مربیان الهی صاحب نور ذاتی هستند. آنها از همه چیز عالم هستی مطلع و آگاهند. بقیه ی عالم وجود از آنها کسب نور می کند و به واسطه ی آنها است که در هر عصری علوم و فنون (هنرها) زنده و تازه می شود. (ترجمه)<sup>۴</sup>

همچنین می فرمایند:

و نیز از جمله ی آیات او طلوع شمس علم اوست، و سطوع قمر هنرها و مهارت های اوست. (ترجمه)<sup>۵</sup>

و نیز می فرمایند:

جميع هنرها و فنون موهبت روح القدس است. وقتی که این نور در ذهن یک موسیقی دان می درخشد، به صورت نغمات زیبای هماهنگ ظاهر می گردد. هنگامی که به فکر یک شاعر می تابد، به گونه ی شعر زیبا و نثر دلربا دیده می شود. زمانی که نور شمس حقیقت ذهن یک نقاش را الهام می بخشد، تصاویر شگفت انگیز ایجاد می کند؛ و این مواهب وقتی به عالی ترین مقاصد خود نائل می شوند که به ذکر و ثنای خداوند پردازند. (ترجمه)<sup>۶</sup>

#### هنر به عنوان عبادت و خدمت

حضرت عبدالبهاء می فرمایند:

در این دور عظیم، فن و هنر معادل عمل عبادت است؛ و این، نصّ صریح جمال مبارک است. (ترجمه)<sup>۷</sup>

اگر نفسی به تمام قوا به کسب علم و تکمیل هنر مشغول شود، به مثابه ی آن است که در کلیساها و معابد به عبادت حق پرداخته است... چه فضلی عظیم تر از این است که کسب علم به عنوان عبادت حیّ لایموت ملحوظ گردد و جذب هنر به عنوان خدمت به عالم ملکوت تعبیر شود. (ترجمه)<sup>۸</sup>

در این دور عظیم، فن و هنر معادل عمل عبادت است؛ و این، نصّ صریح جمال مبارک است. بنا براین در کسب هنر باید تلاش و فیر صورت گیرد و این مانعی برای تبلیغ نفوس در آن نواحی نخواهد بود. بر عکس، هنر و هدایت باید یکدیگر را معاونت کنند. به عنوان مثال هنگامی که مطالعه ی هنر به قصد اطاعت از حکم خدا باشد، راحت تر انجام خواهد شد و خیلی سریع پیشرفت عظیم در آن تحقق خواهد یافت؛ و نیز زمانی که دیگران رائجی روحانیت را در این قالب احساس کنند، بیدار و هشیار خواهند شد. به همین صورت ترتیب و اجرای هنر، با وقار و آداب، باعث همبستگی و معاشرت می شود و این همبستگی و معاشرت به نوبه ی خود، سبب هدایت دیگران به سمت حقیقت می گردد. (ترجمه)<sup>۹</sup>

در امر بهایی علوم و فنون و هنرها، تماماً عبادت محسوب است...مختصر اینکه هر تلاش و کوششی که انسان از صمیم قلب انجام دهد، و انگیزه ی عالی و میل خدمت به عالم انسانی پشتیبان آن باشد، عبادت است. (ترجمه)<sup>۱۰</sup>

حضرت ولی امرالله می فرمایند:

حضرت ولی امرالله از وقوف بر توفیق «نمایش ملل» که شما خلق نمودید، بسیار مشعوف شدند. ایشان صمیمانه امیدوارند که جمیع نفوس حاضر و شاهد این نمایش، از همان روحی که شما را هنگام خلق آن احیاء نمود، الهام بگیرند. از طریق ارائه ی چنین نمایش هایی است که ما می توانیم توجه تعداد کثیری از نفوس را به روح امر مبارک جلب نماییم. یومی فرا می رسد که امرالله مانند شعله ی آتش گسترش یابد و آن زمانی است که روح و تعالیم امر الهی بر روی صحنه یا به طور کلی، در قالب هنر و ادبیات عرضه گردد. هنر به مراتب بهتر از استدلال سرد و بی روح، به خصوص در میان توده ی مردم، می تواند احساسات و عواطف متعالیه ی شریفه را بیدار نماید. (ترجمه)<sup>۱۱</sup>

#### هنر وسیله ای برای ترقی و تقرب به خداوند

حضرت عبدالبهاء می فرمایند:

هنر پیشه ای از نمایش و تاثیر و نفوذ آن یاد کرد. حضرت عبدالبهاء فرمودند: «نمایش حائز اهمیت عظیم است. در گذشته قدرت آموزشی عظیمی بوده است و در آینده نیز به همین منوال خواهد بود.» و بعد توضیح دادند که چگونه در زمان نوجوانی به تماشای تعزیه ی خیانت به حضرت علی می روند و آنچنان تحت تاثیر عمیق آن قرار می گیرند که می گریند و چندین شب خواب از دیدگانشان می رود. (ترجمه)<sup>۱۲</sup>

و نیز می فرمایند:

موسیقی وسیله ی مهمی است برای تربیت و تعالی عالم انسانی... اما تنها طریق کار برد صحیح آن، به واسطه ی تعالیم الهی است. موسیقی مانند این جام بلورین است... و تعالیم و بیانات الهی مانند آب. وقتی جام یا لیوان کاملاً پاک و نظیف باشد و آب نیز تماماً تازه و زلال، آنگاه حیات بخش خواهد بود... (ترجمه)<sup>۱۳</sup>

و نیز می فرمایند:

گرچه کسب علوم و فنون (هنرها) افتخار عالم انسانی است؛ اما این بدان شرط است که نهر بشریت به بحر عظمت فرو ریزد و از منبع الوهیت الهام پذیرد... قسم به خداوند یگانه، اگر علم و دانایی وسیله ای برای دستیابی به کسی که ظاهر و معلوم است، نگردد؛ نیست مگر خسران مبین. (ترجمه)<sup>۱۴</sup>

بیت العدل اعظم می فرمایند:

موسیقی، هنر و ادبیات... برای این است که شریف ترین احساسات و عالی ترین الهامات را بنماید و القاء کند؛ و باید منبع راحت و آسایش برای ارواح خسته و رنجیده باشد... (ترجمه)<sup>۱۵</sup>

و نیز می فرمایند:

.. از جمله آرزوهای آنها (هنرمندان بهایی) است که با فعالیت های خلاقه ی خود به ستایش خداوند یگانه پردازند؛ تا علوم و فنون (هنرهای) بدیعه، به تدریج، اعتلاء یابد و به غنای یک فرهنگ جدید بیافزاید. (ترجمه)<sup>۱۶</sup>

هنر به عنوان خدمتی شریف و مفید و تعالی بخش به عالم انسانی

حضرت بهاء الله می فرمایند:

تجلی سوم علوم و فنون (هنرها) و صنایع است. علم به منزله ی جناح (بال) است از برای وجود و مرقات (نردبان) است از برای صعود؛ تحصیلش بر کل لازم... صاحبان علوم و صنایع را حق عظیم است بر اهل عالم. یشهد بذلک ام الییان فی المآب..<sup>۱۷</sup>

و نیز می فرمایند:

.. علمی که اثر و ثمر آن ظاهر و سبب راحت و آسایش عباد است، عند الله مقبول بوده و هست.<sup>۱۸</sup>

و نیز می فرمایند:

.. تحصیل علوم و فنون (هنرها) از هر قبیل جایز؛ و لکن علمی که نافع است و سبب و علت ترقی عباد است.<sup>۱۹</sup>

هنر اگر از منظر رابطه ی درست آن با بعد روحانی انسان ملاحظه شود، می تواند

سرشت دانی او را نمایان سازد

حضرت عبدالهه می فرمایند:

.. اشیاء اغلب به اضدادشان شناخته می شوند. اگر تاریکی نبود، نور احساس نمی شد. اگر مرگ نبود، حیات شناخته نمی گشت. اگر نادانی وجود نداشت، دانایی تحقق نمی یافت. روز و شب هر دو باید باشند تا هر کدام شناخته شوند. (ترجمه)<sup>۲۰</sup>

و نیز می فرمایند:

انسان در راستای تحول و تکامل خود باید در مسیرهای گوناگون گام زند و مراحل مختلف را طی کند. او، از لحاظ جسمانی کامل به دنیا نمی آید؛ بلکه مراحل متوالی جنینی، نوزادی، کودکی، بلوغ و پیری را پشت سر می گذارد... اگر از حالت نوزادی عبور نکرده باشی، چگونه می فهمی که این یک نوزاد است در جوار تو؟ اگر خطا نبود، چگونه صواب را درک می کردی؟ اگر به سبب گناه نبود، چطور تقوی را تحسین می نمودی؟ اگر اعمال رذیله نامعلوم بود، به چه نحو اعمال طیبه را تقدیر می کردی؟ اگر بیماری وجود نداشت، چگونه تندرستی را ادراک می نمودی؟ شرّ امری عدمی است؛ فقدان خیر است. بیماری عدم سلامت است. فقر فقدان ثروت است... نبود علم جهالت است؛ لهذا، نادانی فقط، عدم علم است. مرگ عدم زندگی است. بنا براین، ما از یک طرف موجودیت داریم و از طرف دیگر، با نفی و عدم و فقدان وجود، دست به گریبانیم.

مختصر اینکه، سفر روح امری ضروری است. مسیر حیات جاده ای است که به معرفت و قریبت الهی منتهی می شود. بدون تربیت و هدایت، روح هرگز نمی تواند تا ورای حدود و شرایط دانی خود، که نقص و جهالت است، ترقی نماید. (ترجمه)<sup>۲۱</sup>

حضرت ولی امرالله می فرمایند:

آنچه را که می توانی و باید انجام دهی این است که داستان هایت را منبعی برای الهام و هدایت خوانندگان آنها قرار دهی. با چنین وسیله ای که در اختیار داری می توانی روح و نفس تعالیم امرالله را انتشار دهی؛ می توانی شرارت های موجود در جامعه و نیز راه های ممکن برای غلبه بر آنها را نشان دهی. اگر استعداد نگارشی داری باید آن را موهبت الهی بدانی و نهایت تلاش را بنمایی که از آن برای بهبود وضع جامعه، استفاده کنی. (ترجمه)<sup>۲۲</sup>

### قدرت تفکر، منشأ هنرها

حضرت بهاء الله می فرمایند:

منشاء علوم و فنون (هنرها) و صنایع، قدرت تفکر است. سعی بلیغ نمائید که از این معدن عالی آنچنان لئالی حکمت و بیانی ظاهر شود که سبب اعتلاء رفاه و وفاق همه ی اهل عالم گردد. (ترجمه)<sup>۲۳</sup>

حضرت عبدالبهاء می فرمایند:

ای شخص محترم شکر کن خدا را که نغمه و موسیقی آموخته ای و با آوازی خوش به تسبیح و تکریم حیّ قیوم پرداخته ای. از خدا می خواهیم که در کار برد این

استعداد برای ثنا و ستایش، موفق گردی؛ تا نفوس زنده شوند و قلوب مجذوب گردند و جمیع به نار ادراک نفس ناطقه مشتعل شوند. در این ادراک و این قدرت، همه ی نفوس مشترک هستند؛ چه غافل باشند چه متذکر، چه معرض باشند چه مُقبل. این نفس ناطقه مخلوق خداوند یگانه است و بر سایر مخلوقات تفوق و برتری دارد. چون شریف تر و برجسته تر است، بر سایر کائنات احاطه دارد. قوه ی نفس ناطقه حقایق اشیاء را کشف می کند، خصایص اشیاء را درک می نماید و در اسرار وجود نفوذ می کند. همه ی علوم و فنون و عجایب و اختراعات و اکتشافات و موسسات از قوه ی عاقله ی نفس ناطقه ناشی می شود. (ترجمه)<sup>۲۴</sup>

حضرت ولی امرالله می فرمایند:

..تاریخ نبیل صرفاً یک سرگذشت نیست؛ بلکه کتابی است برای تفکر و تعمق. این کتاب، فقط مطلب نمی آموزد؛ بلکه عملاً الهام می بخشد و به کار و فعالیت ترغیب می کند؛ انرژی های نهفته ی ما را بیدار می نماید و بر می انگیزد و ما را به فضایی عالی تر پرواز می دهد. بنابراین، کمک پرارزشی است برای هم شخص تاریخ دان و هم مبلغ و منادی امر حضرت یزدان. (ترجمه)<sup>۲۵</sup>

#### برای شکوفایی استعدادها تلاش لازم است

حضرت عبدالبهاء می فرمایند:

مسرورم از اینکه می شنوم در هنر خود زحمت می کشید؛ زیرا در این عصر اعجاب، هنر عبادت است. هرچه بیشتر بکوشید آن را کامل کنید، بیشتر به خداوند نزدیک می گردید. چه فضلی ممکن است برتر از این باشد که هنر کسی، نفس عبادت پروردگار محسوب شود؟ یعنی وقتی انگشتانت قلم مو را حرکت می دهند، درست مثل این است که در معبد به عبادت مشغولی. (ترجمه)<sup>۲۶</sup>

و نیز می فرمایند:

هنر موسیقی باید به عالی ترین مراحل ترقی و تکامل برسد؛ زیرا یکی از اعجاب انگیزترین هنرها است و در این عصر پر عظمت حضرت احدیت، بسیار ضروری است که به عالی ترین مراتب کمال واصل شود. اما انسان باید بکوشد تا به کمال هنری نائل شود؛ و چون کسانی نباشد که کار را نیمه تمام رها می کنند. (ترجمه)<sup>۲۷</sup>

و نیز می فرمایند:

از جمله ی عظیم ترین خدمات، تعلیم و تربیت اطفال و ترویج و ترفیع علوم و صنایع و هنرها است. شکر خدا را که شما در جهت این مقصد سخت در تلاشید. هر

چه بیشتر در این زحمت پر ضرورت استقامت ورزید، بیشتر تائیدات الهی را مشاهده خواهید کرد؛ آنچنان که خود نیز حیران گردید. (ترجمه)<sup>۲۸</sup>

و نیز می فرمایند:

.. بنا بر این، ای عزیزان الهی، جهد نمایند تا خود مصدر این ترقیات و تائیدات گردید؛ کانون فیض و برکت شوید و مطلع نور وحدت گردید و مروج مواهب و فضائل مدنیت شوید. در آن ارض، حافظان کمالات عالم انسانی شوید و انواع رشته های علم و دانش را به پیش برید و در عرصه ی اختراعات و هنرها، فعال و پیشرو باشید. بکوشید رفتار نفوس را اعتلاء بخشید و سعی کنید در اخلاق و رفتار از جمیع اهل عالم سبقت گیرید. اطفال را از شیر خواری از پستان فیض آسمانی بنوشانید و در گهواره ی فضل و آغوش موهبت، پرورش دهید؛ و از مزایای هر علم سودمندی بهره مند سازید و بگذارید از هر فن و هنر بدیع و نادر و عجیب نصیب بوند. (ترجمه)<sup>۲۹</sup>

حضرت ولی امرالله می فرمایند:

گرچه اکنون تازه آغاز ظهور هنر بهایی است؛ اما دوستانی که حس می کنند از این موهبت برخوردارند؛ باید سعی نمایند استعداد خود را پرورش دهند و به کار گیرند و بکوشند در آثار خود، هر قدر هم ناکافی، آن روح الهی را که حضرت بهاء الله در جهان دمیده اند، منعکس سازند. (ترجمه)<sup>۳۰</sup>

یک هنر مند نباید متمایل به جلب توجه دیگران به خود باشد

حضرت بهاء الله می فرمایند:

.. زیرا که مطلق ذکر، در این مقام، دلیل هستی و وجود است و این نزد واصلان بس خطا؛ چه جای آنکه ذکر غیر شود و قلب و لسان و دل و جان، به غیر ذکر جانان مشغول گردد و یا چشم، غیر جمال او ملاحظه نماید و یا گوش، غیر نغمه ی او بشنود و یا رجل، در غیر سبیل او مشی نماید.<sup>۳۱</sup>

شخصیت های مظاهر مقدسه و یا حضرت عبدالبهاء نباید روی صحنه ی نمایش بیاید

حضرت ولی امرالله می فرمایند:

اما راجع به سوال شما، در مورد به نمایش در آوردن وقایع تاریخی بهایی؛ حضرت ولی امرالله قطعاً تائید می فرمایند و حتی تشویق می کنند که احبا باید در چنین حرفه های ادبی و هنری نیز که بی تردید، می تواند حائز ارزش تبلیغی عظیمی باشد، وارد شوند. آنچه که ایشان مایلند مومنان از آن پرهیز کنند این است که از به

نمایش در آوردن - یعنی به عنوان کاراکتر نمایشی، آنان را روی صحنه ظاهر نمودن - شخصیت های حضرت باب، حضرت بهاءالله و حضرت عبدالبهاء، خود داری نمایند. به نظر ایشان، چنین اقدامی، همانگونه که از قبل نیز متذکر شده اند، کاملاً اهانت آمیز خواهد بود. نفس این واقعیت که آنان روی صحنه ظاهر شوند، نوعی اسائه ی ادب خواهد بود که به هیچ عنوان نمی تواند با مقامات عالیه آنان سازگار باشد. اما پیام آنان و یا سخنان واقعی آنان، مرجحاً توسط حواریون یا شاگردانشان که روی صحنه ظاهر می شوند، می تواند گزارش شود و انتقال یابد. (ترجمه)<sup>۳۲</sup>

### کاربرد زبان نمادین

بیت العدل اعظم می فرمایند:

درک شما مبنی بر اینکه به نمایش در آوردن و به تصویر کشیدن حضرت باب و حضرت بهاءالله در کارهای هنری ممنوع است، صحیح می باشد. حضرت ولی امرالله تصریح نموده اند که این منع، در مورد همه ی مظاهر مقدسه صادق است. شمایل و یا تصویر شمایل حضرت عبدالبهاء ممکن است در کتب چاپ شود؛ اما هیچ تلاشی نباید صورت گیرد که ایشان به عنوان یک «موضوع هنری»، در کارهای نمایشی یا تصویری یا غیر آن، مطرح گردند. اما مانعی در ارائه ی نمادین اینگونه شخصیت های مقدس، موجود نیست؛ مشروط بر آنکه رسم و آئین نشود و نماد به کار رفته، با موضوع ربط منطقی داشته باشد. (ترجمه)<sup>۳۳</sup>

و نیز می فرمایند:

ما، مانعی برای کاربرد پدیده های طبیعی به عنوان نمادهایی برای نمایش منزلت هیاکل مرکزی امرالله و نیز اهمیت قوانین و تعالیم و موسسات نظم اداری آن، نمی بینیم. همچنین تناسب به کارگیری نمادهای بصری را برای بیان مفاهیم انتزاعی، مورد تحسین قرار می دهیم. (ترجمه)<sup>۳۴</sup>

و نیز می فرمایند:

منع نمایش مظهر الهی در نقاشی ها و تصویرها و نیز ارائه های نمایشی، در مورد همه ی مظاهر مقدسه صادق است. البته کارهای هنری بزرگ و اعجاب انگیزی از ادوار گذشته موجود است که بسیاری از آنها مظاهر مقدسه را با روحیه ی عشق و احترام، نمایش می دهند. اما، در این دور مبارک، بلوغ بیشتر بشریت و آگاهی افزون تر آن از رابطه ی میان مظهر کلی الهی و بندگانش، به ما کمک می کند تا عدم امکان نمایش شخص مظهریت را در هر شکل انسانی، چه به صورت تصویر یا مجسمه یا

نمایش، درک کنیم. حضرت ولی محبوب امرالله، در بیان دیدگاه بهایی، به عدم امکان چنین کاری اشاره فرموده اند. (ترجمه)<sup>۳۵</sup>

به نمایش در آوردن شخصیت های مومنان، از عصر رسولی امرالله، مجاز است

حضرت ولی امرالله می فرمایند:

یقیناً صحیح است که روحیه ی آن نفوس قهرمان، بسیاری از هنرمندان را بر خواهد انگیخت تا بهترین آثار خود را خلق کنند. زندگی هایی از همین دست بوده است که در گذشته، شاعران را الهام بخشیده و نقاشان را به حرکت آورده است. (ترجمه)<sup>۳۶</sup>

و نیز می فرمایند:

تا آنجا که می توانی، از ذخیره ی وسیع ثروتی که تاریخ شور انگیز و ارزشمند نبیل شامل است، استفاده کن؛ و بگذار این تاریخ مشعشع، ابزار اصلی دستت باشد که با آن، به آتش شور و اشتیاقی که در قلب هر فرد بهایی شعله ور است، بیافزایی؛ عشق و اشتیاقی که توفیق تلاش های عالی و بی وقفه ات، عاقبت باید بدان وابسته باشد. (ترجمه)<sup>۳۷</sup>

بیت العدل اعظم می فرمایند:

نامه ی شما... شامل تقاضای هدایت در موضوع نمایش بصری شخصیت های مرتبط با عصر رسولی امرالله، در یافت شد. بیت العدل اعظم مایلند بدانید در هدایات حضرت ولی امرالله و نیز بیت العدل اعظم، مطلبی موجود نیست که .... هنرمندان را ... از به تصویر کشیدن حروف حیّ در محیط هایی معین و یا در حین مشارکت در وقایعی که از لحاظ تاریخی دقیق می باشند، باز دارد. بدیهی است علاوه بر دقت و صحت، حفظ شرافت و عزّت شخصیت هایی که قرار است نقاشی شوند نیز، مهم است. (ترجمه)<sup>۳۸</sup>

### جنود الهام الهی

حضرت بهاء الله می فرمایند:

سوگند به حقانیت خداوند، کسی که در این روز لبهایش را به ذکر نام پروردگارش بگشاید، جنود الهام الهی از آسمان نام علیم و حکیم من، بر او فرود خواهند آمد؛ و نیز اهل ملاء اعلی که هر یک صحیفه ای از نور بر افراشته است، بر او نازل خواهند شد. اینچنین مقدر شده است در عرصه ی ظهور الهی، به فرمان کسی که عزیز و قدیر است. (مضمون)<sup>۳۹</sup>

## فصل سوم: تآتر سایه

تآتر سایه شکلی از نمایش است که امروزه در نقاط مختلف دنیا، از جمله در اندونزی، چین، ترکیه و یونان، به صورت سنتی خود، باقی مانده است.

همه ی ما، مجذوب سایه ها می شویم، حال چه سایه ی خودمان باشد که در جلوی پایمان حرکت می کند یا در پشت سرمان گام می زند؛ یا سایه های ردیف درختان یا ستون های آهنی برافراشته در شهر باشد یا سایه ی پرنده ای که روی پرده ی پنجره ی اطاقمان افتاده است. همه ی ما، با دست هایمان ساختن سایه هایی بر دیوار را تجربه کرده ایم؛ و چه کسی از ما، می تواند قبل از آنکه یک اسلاید یا فیلم شروع شود؛ در برابر وسوسه ی بازی با شکلک های سایه گونه ای که در مقابل یک منبع نور سفید، روی یک پرده افتاده است، مقاومت کند؟

یک داستان که توسط شکلک های سایه ای بازگو شود، هر قدر هم که ساده باشد، جذاب و جادویی است. برای واسطه یا ایجاد کننده ی این سایه ها بُعدی روحانی مطرح است؛ زیرا آنچه که ما می بینیم خود شیئی نیست، بلکه فقط سایه ی آن است. این گونه صحنه ها، ورای محدوده ی زبان است؛ چون گرچه در آنها کار برد کلمات هم ممکن است، اما نیازی به آن نیست و می توان داستان را فقط با استفاده از تصاویر و موسیقی و افکت های صوتی (sound effects)، بیان نمود. این صحنه ها، حتی از محدوده ی زمان و مکان هم بیرون می روند. ما می توانیم با حرکت دادن خورشید به سمت عقب و وارد کردن مهتاب در صحنه، روز را به شب تبدیل کنیم؛ یا بچه ای را رشد دهیم و به یک مرد بزرگ مبدل سازیم؛ یا معبدی عظیم را از دل یک صخره بیرون بیاوریم.

تآتر سایه می تواند برای داستان گفتن به کودکان، جوانان و بزرگسالان، از هر زمینه ای، به کار رود. شرکت کنندگان در فعالیت های اساسی؛ یعنی کلاسهای اطفال، گروه های مطالعه ی نوجوانان و حلقه های مطالعه، از فرایند خلاقه ی ایجاد و اجرای یک تآتر سایه، در باره ی آنچه که در دوره های مطالعاتی خود خوانده اند، برانگیخته و به چالش کشیده می شوند. از تآتر سایه می توان به عنوان یک وسیله ی تبلیغ متحرک، چه در منازل خانواده ها، یا میادین روستاها و یا سالن های شهرها، استفاده کرد. همگان از یک تآتر سایه به عنوان بخشی از برنامه ی یک جشن یاد بود و یا ضیافت نوزده روزه، لذت خواهند برد؛ حال مهارت اجرا کنندگان آن در هر سطحی که می خواهد باشد.

عکسها: تصاویر گروه نمایش سایه برای داستان نتیه توبین (Nettie Tobin) وام المعابد، روی پرده ی نمایش

هر کسی مجذوب و مفتون تآتر سایه می شود، حتی رسانه ها. در سین شنند (Sainshand)، از توابع گوبی (Gobi) جنوبی، برنامه توانبخشی نوجوانان، شامل تعدادی گروه نوجوان است که به کمک

نمایش سایه داستان های موجود در کتاب های درسی خود را نشان می دهند. بخشی از فعالیت های خدماتی آنان این است که نمایش های سایه را به کودکان های محلی می برند. یکی از این گروه ها، در یک مدرسه ی محلی فعالیت می کند که اخیراً به خاطر کیفیت آموزش هایش، برنده جایزه افتخار شد. وقتی یک گروه از تلویزیون ملی به مدرسه آمدند، خیلی علاقه مند شدند از اجرای نمایش سایه گون آنها فیلم بگیرند و نتیجه این شد که سایر گروه های تلویزیونی نیز برای گرفتن فیلم به سراغ آنها آمدند.

### برای اینکه تاتر سایه ی خود را برپا کنید به چه چیزهایی نیاز دارید

#### ۱. پرده:

یک پرده برای نمایش سایه در هر اندازه ای می تواند باشد، از یک پرده ی قابل حمل در اندازه ی یک چمدان که می تواند در منازل افراد به کار رود گرفته تا یک پرده ی بزرگ که صدها نفر می توانند آن را ببینند. این پرده، از یک تخته چوبی که در طرف مقابل به بینندگان آن، پارچه ای از جنس کتان سفید، بطور محکم نصب شده باشد، تشکیل شده است. بهتر است همانطور که گفته شد برای زیر ساخت پرده، به جای فلزات از چوب استفاده شود؛ چون اولاً هر وقت لازم باشد می توانید پارچه را بکشید و با پونز آن را روی تخته محکم کنید و ثانیاً فریم چوبی تنومند تر بوده، برای حمل و نقل آسان تر است و در ضمن لبه های تیز خطرناک هم ندارد.

یک پرده ی نسبتاً بزرگ را می توان روی یک پایه پیچ و مهره کرد و برای تعادل آن از تکیه گاه های جانبی استفاده نمود و اندازه ی کوچک تر آن را نیز می شود روی میز نصب کرد و اندازه ی حتی کوچک تر آن، می تواند درب یک چمدان چوبی باشد.

در هر مورد، پرده باید حدود ۳۰ درجه به جلو خم شود تا سایه های عروسک ها (منظور عروسک های سایه ای است - م) بتوانند خوب روی پارچه جا بگیرند و هنگام حرکت کمی کشیده شوند. اگر پرده عمودی باشد عروسک ها شل به نظر می رسند و سایه ها از تیزی لازم برخوردار نمی شوند و چون اصطکاکی نیست، کنترل حرکت آنها مشکل خواهد شد.

از ساختار های موجود هم می توان به عنوان پرده استفاده کرد. مثلاً می شود از یک پنجره ی طبقه اول ساختمان، وقتی پارچه ای را جلوی آن نصب کنیم، استفاده کرد. در این حالت، اگر شب است باید منبع نور را از داخل بتابانیم و عروسک گردانان هم در داخل و تماشاچیان در خارج قرار گیرند و اگر روز است عروسک گردانان در بیرون و بینندگان در داخل مستقر شوند. از دو طرف یک خیمه ی پارچه ای از جنس کرباس یا کتان نیز می توان به همین صورت استفاده کرد.

برای یک پرده ی کاملاً قابل حمل می توانید درب یک چمدان کهنه یا پوشه ی یکی از هنرمندان را به کار برید. فقط مطمئن شوید که منبع نور مناسب و محکم باشد و پرده حدود ۳۰ درجه به جلو خم شود.

عکس: جلو و عقب یک پرده  
تصاویر: مراحل ساختن یک پرده

## ۲. منابع نور :

بسته به اینکه تاتر سایه ی شما کجا می خواهد برگزار شود، منابع نور مختلفی می تواند به کار رود. بهترین مکان برای قرار دادن منبع نور در حد بالای پرده و در حدود یک متر پشت سر عروسک گردانان است. به این طریق دست ها و سرهای عروسک گردانان دیده نخواهد شد. اغلب، سایه ی چوبی که عروسک گردانان به کار می برند روی پرده دیده می شود؛ اما تماشاچیان به زودی آن را می پذیرند و نمودش را فراموش می نمایند.

### • خورشید:

در یک روز آفتابی، خارج از محیط بسته، از خورشید می توان به عنوان منبع نور استفاده کرد. متوجه باشید که جای خورشید مستمراً در آسمان تغییر می کند؛ بنابراین، پرده ی خود را مدتی زیاد قبل از اجرا بر پا نکنید و در نظر داشته باشید که اگر می خواهید برای مدتی طولانی از آن استفاده کنید، در جهت حرکت خورشید تنظیمش نمایید.

### • آتش:

در جایی که برق وجود ندارد، می توان در داخل ساختمان، از یک شمع که پشت پرده ای کوچک روشن شده است، استفاده کرد و در خارج آن، از یک مشعل برافروخته که در پشت پرده ای بزرگ تر قرار داده شده، بهره برد. اما از شعله ی آتش باید در محیطی کاملاً قابل کنترل استفاده کرد و همیشه ظرف آبی در دسترس داشته باشید که در صورت لزوم شعله ی آتش را فرو بنشانید. بلافاصله بعد از روشن شدن شمع عروسک ها را به کار نیندازید؛ شمع باید اول در جایش محکم شود، بعد در بالای سر عروسک گردانان قرار داده شود.

### • چراغ قوه:

می توان برای روشن کردن یک پرده ی کوچک از یک چراغ قوه ی معمولی استفاده کرد. اما اگر پرده نسبتاً بزرگ باشد چندان کار آیی ندارد؛ چون نور نمی تواند در حد کافی، به همه جای پرده برسد.

### • لامپ برق:

می توان در بالای چارچوب پرده، محلی مناسب برای نصب یک لامپ الکتریکی درست کرد. طول کابل وارد به لامپ را می توان به اندازه ی کافی بزرگ در نظر گرفت که به راحتی به پریز برقی که در فاصله ی دوری از پرده قرار دارد، برسد.

در مورد تمام منابع نور، غیر از خورشید، وقتی عروسک ها به آهستگی به طرف منبع نور حرکت داده شوند، سایه ی آنها روی پرده بزرگ تر می شود؛ و هنگامی که به طرف پرده نوسان کنند، سایه ها کوچک تر می گردد.

تصویر: پرده ای که با نور لامپ برقی روشن شده است.

### ۳. عروسک ها :

عروسک ها را می توان به شکل هایی ساده یا پیچیده با اجزایی متحرک، درست کرد. یک عروسک بدون اجزای متحرک که در امتداد لبه ی زیرین پرده، بالا و پایین می پرد، می تواند به طور بسیار قابل، یک مسافر را نشان دهد یا می تواند به نشان شادی، در وسط پرده پشتک بزند و برقصد. عروسک هایی که اعضاء متحرک داشته باشند می توانند آهسته تر و ظریف تر حرکت کنند: مثلاً زانو بزنند و به دعا مشغول شوند، یا با دوستی دست بدهند، یا سازی را بنوازند، یا فردی بیمار را نوازش دهند. در صورتی که چنین کارهایی لازم باشد، فقط کافی است اتصالات متحرک در نظر گرفته شود تا حرکات، ساده و آسان باشد. اجزاء متحرک زیاد، عروسک ها را سنگین و حرکت دقیق آنها را مشکل می سازد. عکس ها: *Duyana* و *Deggii* و *Tsasnaa* و *Oynunbile* در کارگاه سایه ی مربوط به راهنماهای گروه های نو جوانان، در حال طراحی یک نمایشنامه.

تصاویر: نحوه ی بریدن و وصل کردن اعضاء یک عروسک

### ۴. مواد لازم :

الف- مقوا در دسترس ترین و ارزان ترین ماده ای است که می توان در ساختن عروسک ها به کار برد. از جعبه های مقوایی که معمولاً برای حمل غذا یا چیزهای دیگر به کار می برند، می توان استفاده کرد. مغازه دارها خوشحال هم می شوند آنها را به شما بدهند؛ بخصوص وقتی برایشان توضیح دهید و یا با عکس نشانشان دهید که آنها را برای چه کاری می خواهید. از کار برد مقوای موج دار برای عروسک های کوچک خود داری کنید؛ چون نمی شود آنها را به طور دقیق قیچی کرد؛ اما برای شکل های بزرگ تر خوبند. برای قسمت های رنگی عروسک ها می شود از پلاستیک تمیز و روشن و یا از کاغذهای رنگی شفاف که در کارگاه های بسته بندی و شیرینی فروشی ها یافت می شود، استفاده کرد. ژل روشن نیز بسیار مناسب است. توجه داشته باشید که اگر می خواهید بخشی از پرده نیز رنگی باشد، مواد شفاف به کار ببرید. مقوای به کار رفته در ساختمان عروسک ها از هر رنگی که باشد، روی پرده سایه ی سیاه می اندازد.

اگر جمع آوری مبالغی ممکن باشد، می توان از مغازه های مخصوص، مقوا با ضخامت های متفاوت خریداری کرد. اگر می خواهید عروسک هایی درست کنید که به دفعات از آنها استفاده نمایید، این رویه ای مناسب تر است؛ چون کیفیت عروسک ها بهتر و دوام آنها بیشتر می شود.

ب- سنجاق های کوچک بهترین وسیله هستند برای اتصال دادن اجزای متحرک به هم. اگر در جایی که هستید سنجاق گیر نمی آید، می توانید اعضاء متحرک را با نخ معمولی یا نخ چرمی به هم کوک بزنید.

ج- ترکه هایی نازک ولی کوتاه هر یک در حدود ۶۰ سانتیمتر، باید به پشت هر عروسک متصل شود تا حرکت دادن آن را با دست امکان پذیر سازد. ترکه ی نازک گیاه بامبو (bamboo) ایده آل است.

## ۵. ابزار لازم:

چاقوی تیز و قیچی مناسب برای بریدن و قطع کردن اجزاء ظریف و کوچک. یک تخته ی چوبی برای اینکه روی آن قطعات مقوا را ببرید و اندازه کنید. یک سوراخ کن و یا چیزی مشابه آن که بتواند مقوا را سوراخ کند.

هرچند بعضی ها دوست دارند اول نقشه ی یک چیز را رسم کنند و بعد آن را بسازند؛ اما در نظر داشته باشید جزئیاتی که روی پرده می بینید آنچه است که ساخته شده، نه آنچه که رسم شده. همچنین اگر می خواهید عروسک تان اجزاء متحرک داشته باشد، لازم است اعضاء مورد نظر را به طور مجزا و قدری بلند تر بگیریید تا بتوانید دو قسمت را به هم متصل نمایید (بدوزید). نمی شود شکل کلی یک عروسک را کشید و بعد یک دفعه آن را برید و برپا کرد.

عکس: *Baska* در دوره ی آموزشی راهنمایان گروه های نوجوانان، دارد عروسک خود را می سازد. تصویر: اجزای اصلی یک عروسک. لبه های اضافی برای اتصال نیز نشان داده شده است.

## ۶. نوشتن نمایشنامه های سایه:

بسیاری از داستان های موجود در کتاب سوم برای کلاس های اطفال و نیز در کتاب دوم برای دوره ی آموزش نوجوانان، تحت عنوان «پیمایش راه راست» را، می توان به واسطه ی تاتر سایه، به نمایش در آورد.

عکس: اجرای نمایش آندروکلس و شیر (پیمایش راه راست)، توسط نوجوانان

در زیر نمونه ای از یک نمایشنامه ی سایه دیده می شود که شرکت کنندگان در یک دوره ی آموزش راهنمایان نوجوانان، در اولانباتار (Ulaanbaatar) (پایتخت کشور مغولستان-م)، بر مبنای داستان نتیه توبین (Nettie Tobin) و ام المعابد آمریکا، آن را تهیه کرده اند. این داستان نه با کلمات، بلکه با تصاویر روی پرده ی نمایش، در حالی که یک گروه کوچک از سازها با نغماتی موزون و مناسب آن را همراهی می کرد، تعریف شد. مراحل نمایش به این صورت است:

خورشید طلوع می کند و بالا می آید و در گوشه ی سمت راست پرده می ایستد. دو نفر یکی از سمت راست و یکی از سمت چپ وارد می شوند و در وسط پرده همدیگر را در آغوش می گیرند.

آنها با یکدیگر، در باره ی ساختن یک معبد، به گفتگو می پردازند. موضوع مشورت آنها به صورت تصویر یک معبد، در بالای سرهایشان ظاهر می شود.

آنها همچنین در باره ی تاسیس یک صندوق اعانه به مشورت مشغول می شوند (یک صندوق کوچک اعانه در بالای سر آنها ظاهر می شود).

دو نفر، یک صندوق بزرگ اعانه را روی پرده می آورند. افرادی با سنین مختلف و از ملیت های گوناگون یکی پس از دیگری، داخل می شوند و اعانات خود را در داخل صندوق می ریزند. بعد از همه ی آنها، نتیه توبین، دخترک زیبا، وارد می شود و مشتاقانه به درون صندوق نگاه می کند؛ اما بدون اینکه چیزی در آن بیاندازد بر می گردد و اندوهگین و سرافکنده، بیرون می رود.

خورشید غروب می کند (با کشیدن تصویر آن به سمت عقب و به طرف منبع نور که به این ترتیب بزرگتر می شود و تمام پرده را می پوشاند)، و ماه طلوع می نماید (با دور کردن آن از منبع نور به طرف وسط پرده).

نتیه توبین در حالی که در رختخواب آرمیده است و با ظرافت نفس می کشد، دیده می شود. (عروسک طوری درست شده که سینه اش با یک ریتم منظم، بالا و پایین می رود).

او دارد خواب می بیند؛ و تصویر معبد بالای سرش نمودار می شود. بعد معبد محو می گردد و به جای آن یک صخره ظاهر می شود.

ماه و رختخواب نیز از صحنه محو می شوند و دو باره خورشید به درون می خزد.

نتیه توبین از سمت راست پرده نمایان می شود، در حالی که دارد یک گاری را در زمین ناهموار هل می دهد. او سنگ بزرگی پیدا می کند و آن را در گاری خود می گذارد.

او گاری را در راهی طولانی از داخل شهرها و روستاها و از درون گذرگاه ها و دره ها عبور می دهد تا آنکه به یک مزرعه ی گل آلود می رسد و گاریش در چاله ای افتاده، واژگون می شود و سنگ بزرگ بیرون می افتد و در گل می نشیند.

او خم می شود تا آن را بلند کند ولی هرچه تلاش می نماید نمی تواند؛ در نتیجه خسته و غمگین، آن را رها می کند و می رود.

سنگ بزرگ همچنان روی پرده می ماند و کم کم از درون آن معبد زیبای شیکاگو بیرون می آید. افراد زیادی برای تماشای آن می آیند و شگفت زده می شوند و به درونش می روند. بعد از همه نثیه توپین می آید. او دو زانو می نشیند و به دعا مشغول می شود و بعد به درون معبد می رود. یک پرنده پرواز کنان بر فراز معبد می نشیند و بعد از دقایقی شادمانه، به سوی آسمان ها پر می گشاید و می رود.

## فصل چهارم: تقویت تجارب یادگیری در حلقه های مطالعه، گروه های نوجوانان و کلاس های اطفال

بیت العدل اعظم در پیام های خود مرتباً ما را متذکر می دارند که هنرها باید جزئی ناگسستنی از فعالیت های اجتماعیمان باشد. این معهد جلیل، در پاراگراف ۱۱ از رقیمه ی خود خطاب به مشاورین قاره ای، مورخ ۲۷ دسامبر ۲۰۰۶، تاکید می فرماید که:

### وارد کردن ظریف و مناسب هنرها در فعالیت های گوناگون، آن موج انرژی را که

سبب تحرک و پویایی دوستان می شود، افزایش می دهد. (ترجمه)

یکی از نیروهای روحانی که در تمام جنبه های زندگی، از جمله اندیشه های درونی، روابط با یکدیگر و محیط فیزیکی، ما را به سطوحی بالا تر از وجود اعتلاء می بخشد، جذب به زیبایی است. لزومی ندارد یک « هنرمند» باشیم تا به زیبایی پاسخ دهیم. آخرین بخش از واحد « با هم در مسیر خدمت گام برداریم» از کتاب هفتم روحی که متمرکز است بر تقویت روحانی و اخلاقی مومنان، اختصاص دارد به « افزایش کاربرد هنرها در توده ها» و توجه ما را به بیان زیر از حضرت عبدالبهاء جلب می نمایند:

### برای قلب و روح امری طبیعی است که از آنچه نشانی از تقارن و هماهنگی و کمال

دارد لذت و مسرت یابد. مثلاً یک خانه ی زیبا، یک بوستان موزون، یک خط مستقیم،

یک عمل ظریف، همچنین یک کتاب خوش خط یا یک جامه ی مزین - و در

حقیقت همه ی اشیا یی که از موهبت زیبایی برخوردارند برای قلب و روح انسان

مطبوع و خوشایند جلوه می کنند... (ترجمه)

به همه ی کسانی که مایل به کار برد هنرها در مسیر خدمات خود هستند، توصیه ی می شود به دفعات به کتاب هفت روحی مراجعه کنند و با تفکر و تعمق، از آن الهام بگیرند تا بتوانند به تمامها، آن قدرت خلاقه ای را که به هر یک از ما عنایت شده، به کار گیرند. این فصل و آنچه بعد از آن می آید نمی خواهد آموزش کتاب هفت روحی را تکرار کند؛ اما می کوشد، با ارائه ی نمونه های عملی اضافی، نشان دهد که چگونه هنرها می توانند در زمینه های متنوع - که ثابت شده تمامی آنها در مورد بزرگسالان و نوجوانان و کودکان موثر می باشد - تجارب یادگیری را تقویت کنند.

### از حفظ کردن

می دانیم که کلمه ی خلاقه ی خداوند بذاته نوعی قدرت و انرژی است و اینکه ما باید در هر صبح و شام دعا و مناجات تلاوت کنیم و آثار حضرت بهاءالله و حضرت اعلی و حضرت عبدالبهاء را قرائت نماییم. به خاطر سپردن آثار مقدسه زمینه ای بسیار قدرتمند از تحول روحانی ما است. از بر نمودن و

حفظ کردن، عنصری مهم در همه ی دوره های موسسه، بخصوص کلاس های اطفال و برنامه های توان بخشی نوجوانان است.

اما بسیاری از مردم به خاطر سپردن را مشکل و حتی آزارنده می دانند و برای بعضی شرکت کنندگان مانعی چنان عبور نکردنی جلوه می نماید که حتی تلاشی برای آن مبذول نمی کنند. تعدادی رویکرد های مختلف برای حفظ کردن موجود است که مشکلات و زحمات متصوره در این زمینه را رفع می کند و این فرایند را حتی لذت بخش و برانگیزنده نیز می نماید. در این بخش به طور خلاصه، فنونی را بررسی می نمایم که به شرکت کنندگان در حلقه های مطالعه و گروه های نوجوانان و کلاس های اطفال کمک می کند بیانات مبارکه دروس خود را از حفظ کنند و درک عمیق تری از آنها به دست آورند. ذیلا در زمینه ی راه هایی که می توانیم با استفاده از موسیقی به جریان حفظ کردن کمک کنیم، پیشنهاد هایی ارائه می گردد.

شرکت کنندگان را به گروه هایی تقسیم کنید و به هر یک، یک فقره از بیانات مبارکه بدهید تا روی آن یک موسیقی بگذارند. نیازی نیست موسیقی دان ماهری باشیم تا بتوانیم نغمه ای ساز کنیم که با کلمات همراهی داشته باشد. موسیقی مغولستانی از لحاظ چابکی در اوج و حسیض یافتن ملودی ها و نت ها، ممتاز و منحصر به فرد است. اغلب مغولستانی ها آوازه خوانند و بخش های بزرگی از تعداد زیادی ترانه های سنتی را از حفظ هستند. یک گروه در ابتدا می تواند بعضی از نت های آهنگ های آشنا را بگیرد و با کمی تغییر، آن را مناسب با حال و هوای بیان مبارک نماید. از سویی دیگر، نغماتی که فقط از دو یا سه نت استفاده می نمایند، مثل شیوه ی آوازخوانی بودائیان یا نحوه ای که گرجیان سرودهای سنتی مسیحی را می خوانند یا شیوه ی آواز خوانی عربی، می تواند بسیار زیبا و موثر باشد. وقتی اعضاء گروه گرد هم می آیند و فقرات خود را با آهنگی که درست کرده اند برای هم می خوانند، امکان پذیر است که با تغییراتی اندک در نت ها و ریتم ها، آهنگ فقرات مختلف را به یکدیگر اتصال دهیم و از آنها یک آهنگ واحد به وجود آوریم.

از یکی از اعضاء گروه بخواهید بیانی را قرائت نماید، در حالی که سایر اعضاء، یک نت یا نغمه ی ساده را همه با هم و یا در هماهنگی با هم و یا با انعکاسی از صداها درهم، به عنوان زمینه ی قرائت، زمزمه نمایند. این روشی است بسیار موثر و قلوب همه ی کسانی را که می شنوند مجذوب می سازد.

با سازهای کوبه ای به عنوان زمینه ی کار، ریتمی مناسب ایجاد کنید و از همه ی اعضاء گروه بخواهید با همراهی با آن و با صدای بلند، فقره ی منتخب را تکرار کنند. برای این مقصود می توانید از ضرب، دف، تنبک و یا هر نوع ساز یا وسیله ی دیگری که صدای ریتمیک ایجاد کند استفاده نمایید. توصیه ی می شود در ابتدا هماهنگ کنند ی گروه که از پیش ریتم یا آهنگی را تمرین و آماده نموده است، این فعالیت را کنترل و اجرا نماید. بعدا وقتی که شرکت کنندگان با این فن آشنا شدند می توانند خود

شان چنین ریتم هایی را بسازند و بنوازند. کار برد سازهای کوبه ای برای ایجاد ریتم مناسب زیر بنایی، برای قرائت یا تلاوت آیات الهی، در بسیاری از فرهنگ ها از جمله فرهنگ بودایی متداول است. یک فقره ی مطول از آثار مبارکه را می توان به صورت مشارکتی (همخوانی گروهی) به اجرا در آورد؛ به این صورت که فرازهای بیانی را که قرار است به خاطر سپرده شود در میان شرکت کنندگان تقسیم کرد و از آنان خواست به همراهی یک موسیقی زمینه و به طور مرتب، یکی پس از دیگری فراز مربوط به خود را قرائت کنند. این روش به مشارکین کمک می کند هنر دکلمه کردن ادعیه و آیات را به گونه ای فراگیرند که مستمعین را به اهتزاز آورد. صدای دکلمه کننده باید از همه طرف به خوبی شنیده شود و لازم است بدون اینکه توجه مستمعین را به خود جلب نماید با زیر و بم دادن و ریتم بخشیدن به صدایش، آیات را به نحو موثر تلاوت کند. برای مهارت یافتن در این فعالیت، به تمرین و ممارست نیاز است.

در صورت تمایل می توان نتیجه ی کار را توسعه داد و با تمرین بیشتر آن را برای استفاده در ضیافت نوزده روزه و یا جشن ها و مناسبت های دیگر، آماده نمود. در سبیری شرکت کنندگان در حلقه ی مطالعه ی کتاب ۴ روحی، به مناسبت سالگرد تولد حضرت باب، برنامه ریزی کرده بودند که سخنان آن حضرت خطاب به حروف حی را به صورت همخوانی گروهی به اجرا در آوردند و در آغاز و پایان آن نیز ادعیه ای از آن حضرت را به صورت نغمات موسیقی ارائه کنند. متأسفانه درست قبل از شروع برنامه برق رفت. اما آنها درنگی در کار خود ننمودند. هر یک از شرکت کنندگان در تاریکی مطلق، فقره ی محول به خود را از حفظ اجرا کرد که در نتیجه قلب های همه ی حضار از شدت تأثر به تپش درآمد؛ چون همگان به یاد شان افتاد که هیکل مبارک در زندان کوهستانی ماه کوشب ها از هر نوع روشنایی محروم بودند.

همین طور که اجرای فنون فوق تکرار می پذیرد، اعتماد به نفس و قابلیت شرکت کنندگان نیز برای درک موسیقی طبیعی آیات الهی و ارائه ی آن به گونه ی ملودی های روح افزا، افزایش می یابد.

### راه های بیشتری برای حفظ کردن

۱. کارت های تزئینی: به شرکت کنندگان پیش نهاد دهید هر کدام یک فقره از بیانات یا مناجات های مبارکه را طوری تزئین و آماده نمایند که بتواند از دیوار منزل آویخته شود و یا به عنوان هدیه به دوستان تقدیم گردد. برای این کار از مواد و ابزار مختلفی می توان استفاده کرد؛ از جمله جوهر، رنگ، گلاژ، گلدوزی و حتی عکس ها و طرح های رایانه ای. بدین ترتیب، انگیزه ی حاصل از این کار های خلاقه کمک می کند تا کلمات و آیات مبارکه برای همیشه در حافظه ی مشارکین باقی بماند.

۲. معمّای کلمات: راهنمای گروه می تواند پیشاپیش هر یک از کلمات بیان مورد نظر را با رنگ های مختلف و روی نوارهای کاغذی گوناگون بنویسد و آنها را بر عکس ترتیب کلمات در فقره، در وسط

دایره ی متشکل از شرکت کنندگان بگذارد و از آنان بخواهد هر کدام به نوبت و به ترتیب یکی از نوارها را بردارد و بعد همه با هم نوارها را به ترتیب صحیح، طوری که بیان مبارک ظاهر شود در وسط قرار دهند. این کار می تواند به دفعات انجام شود و در هر دفعه به نسبت میزان یادگیری فقره، به سرعت فعالیت افزوده گردد.

۳. ادای متناوب کلمات: کلمات فقره ی مورد نظر در دوایری نوشته می شود و به طور اتفاقی به هریک از همراهان یک واژه داده می شود و از آنان خواسته می شود دایره وار بایستند و با شروع اتفاقی از یک نفر و به طور متناوب، هر فرد کلمه ی خود را در صورتی که ترتیب منطقی جمله های بیان مبارک را ایجاد می کند، با صدای بلند بگوید. این کار را می توان تا هنگامی که کل بیان به نحو صحیح ادا شود، ادامه داد. یک موسیقی مناسب نیز می تواند فعالیت گروه را همراهی کند.

۴. پاک کردن متناوب کلمات: فقره ی بیان را روی تخته سیاه یا وایت برد بنویسید و از همراهان بخواهید آن را با صدای بلند بخوانند. پس از هر بار خواندن یک یا دو واژه ی آن را پاک کنید و به این کار ادامه دهید تا همه ی کلمات محو گردد و بیان مبارک از حفظ خوانده شود.

### نمایش

یک رویکرد که قوای خلاقه و نیز عاقله ی فرد یاد گیرنده را بر می انگیزد، تقویت تجربه ی یادگیری است متناسب با سطوح مختلف توانایی. درخواست از یک فرد بزرگسال برای اینکه یک نقاشی بکشد یا برقصد یا در یک نمایش شرکت کند، این احساس را که می خواهند تشویقش کنند، به او القاء نخواهد کرد؛ مشروط بر آنکه راهنما به قدرت خلاقه ی فعالیت و نیز به توانایی همراهان در بیان اندیشه ی خود با کار برد این روش ها، ایمان داشته باشد و نیز همراهان درک کنند که هدف از این تقاضا این نبوده است که آنان، در هر یک از این زمینه ها، استعداد و مهارت فوق العاده ای به خرج دهند.

نمایش و موسیقی برای نشان دادن مفاهیمی معین، در هر مرحله از فرایند یادگیری، ابزارهای نیرومندی هستند. در کتب روحی بعضی روش های کار برد نمایش ارائه شده است، و بنابراین نیازی نیست که آنها را در اینجا تکرار کنیم.

با وجود این، مثل مورد نقش بازی کردن و ترسیم نمودن، تعداد زیادی تمرین برای نمایش و موسیقی موجود است که می توان از آنها برای انتقال مفاهیم استفاده نمود. این تمرین ها که در ابتدا برای افزایش مهارت ها و حساسیت های هنرپیشه ها طراحی شده بود؛ در حال حاضر، توسط هنرپیشه های حرفه ای برای تمرین و آماده سازی خود جهت یک اجرای جدی به کار برده می شوند؛ درست همانطوری که یک رقصنده یا ورزشکار قبل از شروع فعالیت اصلی، خود را آماده و اصطلاحاً «گرم» می نماید. هم اکنون هم به طور وسیع، از تمرین هایی مشابه، در زمینه های متعدد دیگر و به قصد افزایش توانایی های

گونگون، از جمله مهارت های شنوایی، توجه و احترام به دیگران، تعاون و همکاری، تقویت حافظه، نطق و سخن وری و تقویت اعتماد به نفس، استفاده می شود.

در خلال دوره های روحی و نیز دروس کلاس های اطفال و برنامه های توانبخشی نوجوانان، مفاهیم به نحوی منظم و حساب شده، مطابق ظرفیت های شرکت کنندگان در نظر گرفته شده است. در بخش ۱۳ از واحد «زندگی و مرگ» در کتاب یک، این بیان از حضرت بهاءالله درج شده است: «انسان را چون معدنی در نظر گیرید که پر از جواهرات گران قیمت است. تنها، تربیت است که می تواند باعث شود او گنج های و جودش را ظاهر نماید و نیز عالم انسانی را قادر سازد تا از آن بهره مند شود» (مضمون)<sup>۴</sup> و نیز در بخش ۶ از واحد «بعضی اصول تعلیم و تربیت بهایی»، در کتاب ۳، همراهان تشویق می شوند فهرستی از صفات روحانی یک شخص بهایی تنظیم کنند، و این در حالی است که در واحد «مسیر روحانی» از کتاب ۷، از همراهان خواسته می شود صفات و خصوصیات را تشخیص دهند که به تغییر و تبدیل جامعه کمک می نماید.

تمرین هایی که در زیر ارائه شده اند، به همراهان کمک می کند مفاهیم مورد مطالعه را در یابند و به آنان این اعتماد را می بخشد که ذهنیات خود را شفافاً و علناً ابراز دارند. علاوه بر نمونه هایی که در اینجا پیشنهاد شده است، در بخش ضمیمه نیز تمرین هایی موجود است که ممکن است توجه راهنمایان را جلب کند و آنان را مشتاق سازد در عرصه های مختلف از آنها استفاده نمایند.

#### • حدس زدن یک فضیلت:

یک نفر از اعضاء گروه داوطلبانه از اطاق بیرون می رود و بقیه ی اعضاء دور هم حلقه زده، می نشینند و یک فضیلت، مثل احترام، صداقت، صبر، بخشش، مهربانی، انصاف، اعتدال، تواضع و امثال آن را در نظر می گیرند. بعد شخص داوطلب به اطاق باز می گردد و از یک نفر یا یک گروه کوچک و یا از تمام شرکت کنندگان می خواهد با نقش بازی کردن موقعیت های ساده ای را تجسم بخشند که بر اساس آنها او بتواند فضیلت مورد نظر را حدس بزند. راهنمای گروه می تواند در مراحل اولیه، موقعیت های ساده ای را که نیاز به مهارت های بالایی نداشته باشند پیش نهاد دهد؛ اما با افزایش تجارب گروه در انجام دادن تمرین ها، داوطلبان می توانند خودشان موقعیت هایی را طراحی کنند و بازی گران نیز در همکاری با یکدیگر جهت ارائه ی فضیلت مورد نظر، اعتماد به نفس و خلاقیت بیشتری کسب می نمایند؛ آنگاه قادرند بیشتر محترمانه، صادقانه، صبورانه، با بخشندگی، مهربانانه، معتدلانه، و متواضعانه و غیره، عمل نمایند.

#### • تعویض موقعیت:

دو نفر از اعضاء در میان گروه، صحنه یا موقعیتی را تجسم می بخشند. اگر یک ژست یا واژه ای از آنها یکی از تماشاچیان را به یاد موقعیتی متفاوت انداخت بلند می شود و با زدن روی شانه ی بازیگر مورد

نظر به او می فهماند که بنشیند و خودش با همکاری با بازیگر مقابل موقعیت جدید را به نمایش می گذارند و ادامه می دهند تا کسی دیگر از گروه بلند شود و به همین صورت عمل کند.

• مجسمانه:

همراهان را به گروه هایی تقسیم کنید و از هر گروه بخواهید برای نشان دادن یک فضیلت مثل شجاعت یا مهربانی و امثال آن، حالت مجسمه به بدن خود بدهند. هر گروه مجسمه ی خود را ارائه می دهد و از گروه بزرگ می خواهد صفتی را که نشان می دهد، حدس بزنند.

• تمرین هایی برای فضیلت اعتماد:

سری تمرین های زیر، مفاهیم اعتماد و صداقت را بررسی می نمایند و کمک می کنند میزان حساسیت نسبت به دیگران و توجه به آنان، افزایش یابد.

۱. اعتماد با چشم بسته: همراهان را به گروه های دو نفره تقسیم کنید و از یک نفر از هر زوج بخواهید یکی از دست هایش را، در حالی که کف آن رو به پایین است، به جلو دراز نماید و بعد چشمهای او را با دستمالی ببندید. سپس طرف مقابل نوک انگشتش را در کف دست دراز شده ی او، قرار دهد و مسئولیت هدایت و مواظبت از او را طوری که به دیگر افراد یا اشیاء برخورد نکند، به عهده گیرد. بعد از زمانی معین از آنها بخواهید نقش خود را معکوس سازند؛ یعنی راهنما، چشم بسته شود و چشم بسته، راهنما.

۲. اعتماد به صدا: درست مثل حالت بالا عمل شود؛ مگر اینکه این بار، راهنما دست طرف چشم بسته را لمس نمی کند؛ بلکه با تکرار نامش، او را هدایت می نمایند؛ یعنی وقتی می بیند کسی یا چیزی سر راه او قرار دارد، «آهسته تر» نامشان را تکرار می کند تا بایستد. بعد راهنما به طرفی دیگر می رود و در مسیر جدید هم با تغییر بلندی صدا، نام او را طوری تکرار می کند که بتواند در مسیر جدید حرکت کند و از موانع رد شود.

۳. صداقت گروهی: همراهان را به دو گروه تقسیم کنید و از گروه ها بخواهید در دو صف مقابل هم، با فاصله ای مناسب، بایستند. موانع مختلفی را به طور نامنظم در میان دو صف قرار دهید. از یک داوطلب بخواهید سر یکی از صف ها بایستد و بعد چشم های او را ببندید. حال مسئولیت تمام گروه این است که با تکرار نام فرد چشم بسته، او را به سمت خود هدایت کنند تا بدون اینکه به مانعی برخورد کند، از یک طرف به طرف دیگر برود. افراد صف ها باید دقت کنند که کدامشان و از چه جهتی باید نام فرد چشم بسته را صدا بزنند تا او با حرکت به همان سمت به مانعی برخورد نکند و تا انتهای صف برود.

۴. اعتماد گروهی: از همراهان بخواهید به طور ایستاده، دایره ای بسیار تنگ تشکیل دهند و هر یک دو دستش را بدون اینکه دراز کند کمی به جلو خم نماید. چشم های داوطلب را ببندید و به او بگویید خودش را در دایره دست های دیگران رها کند و اجازه دهد پیکرش، انگار که روی آب شنا می کند یا

با وزش نسیم حرکت می نماید، در این دایره به هر طرف نوسان کند. مسئولیت همگان این است که نگذارند او به زمین بخورد.

تمام تمرین های فوق مستلزم حدّ بالایی از تمرکز و مسئولیت از جانب همراهان است. طی این تمرین ها، آنها در موقعیت هایی واقعی و ملموس، هم به دیگران اعتماد داشتن و هم مورد اعتماد دیگران بودن را به خوبی ممارست و احساس می کنند.

### موسیقی

از آنجا که فصل ششم شامل اندیشه های زیادی در مورد کار برد موسیقی های مفید و مناسب برای تسهیل گران است. (توجه: در این نوشتار واژه ی تسهیل گران که معادل انگلیسی آن *facilitator* می باشد، به عنوان نامی عمومی، برای اشاره به **راهنما** که حلقه ی مطالعه را اداره می کند و **انیمیتور** که گروه نوجوانان را سرپرستی می نماید و نیز **مربی** که کلاس اطفال را اداره می کند، استفاده می شود.) در این بخش به ذکر ایده ها و تمرین های اندکی بسنده می شود. تمرین های زیر برای یادگیری و تجربه ی مفهوم وحدت و یگانگی است:

۱. دایره ی سرود خوانان: از مشارکین بخواهید دست های یکدیگر را بگیرند و حلقه ای تشکیل دهند. از یک نفر شروع کنید و از او بخواهید صدای یک نت را در آورد و با تجدید نفس لازم، همینطور به آن ادامه دهد. بعد از مدتی کوتاه او دست نفر بعدی را می فشارد تا او هم نتی دیگر هم نوا با نت نفر اول را شروع کند و ادامه دهد. این کار ادامه می یابد تا هر نفر نتی را ادا کند و صدای متحد آنها در هم بیچد و موسیقی با شکوهی را به وجود آورد. بعد، نفر اول نت خود را متوقف می سازد و با فشردن دست نفر بعدی از او می خواهد که او نیز نت خود را متوقف کند و همه یکی پس از دیگری، به این کار ادامه می دهند تا فقط نفر آخری بماند که البته او هم بعد از لحظاتی نت خود را خاتمه خواهد داد.

۲. ریتم اتحاد: این تمرین می تواند با دست زدن و یا با تولید صدای انواع آلات کوبه ای که تسهیل گر در اختیار هر یک از همراهان قرار می دهد، انجام شود. تسهیل گر ضربه زدن یا کف زدن آهسته و با فاصله ای را آغاز می کند و بعد، به ترتیب، هریک از همراهان با دقت کافی به نت ها یا کوبش های قبل از خود، ضربه ای هماهنگ با آنها را شروع می نمایند تا در نهایت، همه ی صداها یک کل هماهنگ و موزون را تشکیل دهد.

۳. ماشین هماهنگی: اگر تعداد افراد گروه کم تر از ۱۰ نفر است، تسهیل گر می تواند این تمرین را با تمام اعضاء انجام دهد. اگر گروه مادر، بیشتر از این است، باید آن را به دو یا چند گروه کوچک تر تقسیم کند. تسهیل گر از یک نفر می خواهد به وسط گروه برود و یک عمل معین را به همراه صدایی با ریتم مشخص، تکرار کند. بعد فردی دیگر به وسط می رود و عمل و صدایی دیگر را که با عمل و صدای اول به نوعی هماهنگی داشته باشد و آن را تکمیل نماید، تولید می کند. به همین ترتیب همه ی

اعضاء گروه به نوبت به وسط می روند و اعمال و صداها را خودشان را بروز می دهند تا تمام گروه به ماشینی تبدیل شود که به خوبی کار می کند. تسهیل گر باید نفرات اول را متذکر دارد که عمل و صدای خود را بلند و تند شروع نکنند؛ و الا تا نفرات آخر می آیند به گروه بپیوندند، نفسشان کم می آید و خسته می شوند.

۴. ایجاد مجموعه ای از نمایشنامه ها: در حالیکه سرود های بهایی زیادی موجود است که اصول روحانی را بیان می کند؛ در هر فرهنگی، ترانه های سنتی و امروزی بسیاری نیز وجود دارد که شامل مواضع اخلاقی و معنوی است. توصیه می شود راهنمایان و تسهیل گران مجموعه ای هرچه ممکن است وسیع تر از این شعرها و ترانه های مربوط به آنها را تهیه کنند تا بتوانند در هر زمان مقتضی از آنها در دوره ها و گروه های خود استفاده کنند. هر کسی از ترانه خوانی جمعی لذت می برد؛ هر چند بعضی نفوس (بخصوص در کشورهای غربی) عادت کرده اند از این عمل ناراحت شوند و از همان اول می گویند « من نمی خوانم». اگر کسی مایل به همخوانی نیست، نباید او را تحت فشار قرار داد. شعر را به همه ی اعضای گروه یاد بدهید و با آن تعداد از افرادی که مایلند، آهنگ سرودش را نیز اجرا نمایید. آنهایی هم که همراهی نمی کنند بالاخره شعر و آهنگ به ذهنشان خواهد نشست و ممکن است هنگام دوش گرفتن بطور ناخودآگاه آن را زمزمه کنند و در دفعات بعد به گروه همخوانان بپیوندند. (برای ایده هایی بیشتر در زمینه ی کار برد موسیقی به بخش هفتم مراجعه نمایید).

### رقص و پانتومیم

گرچه در حدی معین، رقص و پانتومیم می توانند مهارت های بسیار پیشرفته ای باشند؛ اما اغلب ما، از حرکت دادن بدن خود با ریتم موسیقی لذت می بریم؛ و به همین دلیل یک تسهیل گر می تواند همراهان را تشویق کند توسط رقص و پانتومیم ساده، یک مفهوم را ردیابی و عرضه نمایند.

حرکات بدنی گوناگونی که در نماز بزرگ موجود است می تواند به زنجیره ای از حرکات هنری تبدیل شود که اگر با یک موسیقی روحانی همراه گردد یک رقص گروهی را به وجود می آورد که حرمت و لذت صلات را به خوبی نشان دهد. (به بخش ششم از واحد دعا و مناجات کتاب یک روحی رجوع کنید).

بسیاری از کارگاه های رقص جوانان در اطراف جهان اثبات کرده اند که چگونه رقص می تواند تعصب، جنگ، اختلاف و اعتیاد را تصویر نماید و چگونه وحدت، تحمل، احترام، بخشش، و محبت می تواند بر این نیروهای منفی غلبه کند.

اگر در وهله ی اول، بیان یک مفهوم با رقص و پانتومیم برای یک تسهیل گر یا یک گروه بسیار مشکل به نظر برسد؛ برای رفع این دیدگاه، تعدادی تمرین های بدنی ساده ای موجود است که هم خوشایند

هستند و هم به گروه کمک می کنند طیف تحرک و جنبش خود را گسترش دهند و نسبت به توانایی خود در کار برد ابتکاری بدنشان، اعتماد لازم را بدست آورند.

۱. تقلید: تسهیل گر از یک نفر می خواهد رهبر گروه شود و به نحو خاصی حرکت کند یا راه برود و از دیگران نیز تقاضا می کند از حرکات و رفتار او تقلید کنند. بعد از مدتی رهبر گروه بر شانه ی کسی دیگر می زند تا مسئولیت رهبری را به عهده گیرد.

۲. تقلید رفتار: مانند بالا عمل شود با این تفاوت که رهبر وقتی حرکت یا عملی را انجام می دهد که ویژگی شخصیت خودش است (یعنی به آن عادت دارد و همیشه انجامش می دهد)، اسم خودش را هم تکرار می کند و دیگران نیز تقلید می نمایند.

### ۳. حرکت و فضیلت:

**الف** - تسهیل گر از یکی از همراهان می خواهد در حالیکه در اطراف اطاق حرکت می کند سعی نماید یک خصوصیت اخلاقی را با ژست های خود نشان دهد؛ تسهیل گر این خصوصیت را با صدای بلند اعلان می نماید (مثلا می گوید: اعتماد، تواضع، تکبر، شادی، ترس، شجاعت، عصبیت و غیره)

**ب** - مانند بالا، با این تفاوت که این بار تسهیل گر، بخش هایی از بدن را نام می برد (مثلا: بینی، شکم، پیشانی، زانو، سینه، ابرو و غیره) و از کسی که راه می رود تقاضا می کند با عضوی که نام برده شده است، عمل « رهبری » را انجام دهد؛ و بعد از همراهان می خواهد حدس بزنند او با آن حرکات چه خصوصیتی را نشان می دهند.

### هنر های دستی

سیاری از ما فکر می کنیم «استعدادی» برای طراحی یا نقاشی نداریم. با این وجود، یک تسهیل گر می تواند همراهان را تشویق کند برای ردیابی و باز نمایی یک مفهوم از هنرهای ترسیمی و کارهای دستی استفاده نمایند و این کار را با ساختن چیزهایی انجام دهند که قوه ی خلاقه را تحریک می کند و در ضمن برای کسانی که اعتماد چندانی به توانای های هنری خود ندارند، چندان چالش برانگیز هم نباشد. چنین فعالیت هایی می تواند شامل طراحی و نقاشی، کلاژ سازی، صحنه آرایبی، نقاشی روی پرده و بلوک های چوبی، مدل سازی با فلز برنج، مجسمه سازی، عروسک و ماسک سازی، تسبیح سازی، خیاطی، و گلدوزی باشد. بعضی ایده های ساده هم برای کار برد هنر گرافیک، در بخش حفظ کردن آیات ارائه شد.

در اینجا بعضی پیشنهاد ها برای فعالیت های بیشتری ارائه می شود که طی آنها، همراهان اشیاء منفردی را درست می کنند که وقتی با هم ترکیب شوند یک طرح یا کلاژ کلی را به وجود می آورند.

۱. دستم را بگیر: همراهان را به گروه های دو نفره تقسیم کنید و به هر گروه کاغذ، مداد و قیچی بدهید تا طرح دست راست یکدیگر را روی کاغذ پیاده کنند (کف دستشان را با پنجه های باز، روی کاغذ

بگذارند و اطراف آن خط بکشند) و از هر نفر بخواهید طرح دست خود را با اشکال و تصاویری که ملهم از فقره یا مطلب در حال فراگیری می باشد، تزیین کند. بعد آنها باید طرح دست خود را با قیچی از کاغذ جدا کنند و آنها را در اطراف فقره ی مورد مطالعه قرار دهند. به این ترتیب مجموعه ای از دست های رنگارنگ حاصل می شود که بیان مبارک را احاطه کرده اند. اگر دست ها را در روغن جلا هم بگذارند، رنگ هایشان درخشان تر و زیبا تر می شود. این سطر از یکی از مناجات های حضرت بهاء الله که می فرمایند: «دستم را در دست قدرت گیر» (ترجمه) و یا سطر اول از سرود زیبای «دستم بگیر عبدالبهاء»، با این فعالیت تناسب بسیار ویژه دارند. (وسائل لازم برای این فعالیت عبارتند از: کاغذ، مداد، قیچی، مداد رنگی، روغن جلا، و چسب)

عکس: نمایش نتیجه ی فعالیت گروه مطالعه ی کتاب ۳ روحی، در اولان اوده (*Ulan Ude*)، از کشور روسیه، در مورد فعالیت «دستم بگیر».

۲. چهل رنگ تزیینی: تسهیل گر یک دایره ی کاغذی در اندازه ی متوسط می بُرد و آن را به تعداد افراد حاضر در گروه، به صورت مثلثی تا می زند. بعد دایره را که در نتیجه ی تا خوردگی ها، به بخش های متعدد و متفاوت تقسیم شده است، باز می کند. حال از هر یک از اعضای گروه می خواهد یکی از بخش های روی دایره را با نقاشی کردنِ شکلی که از مضمون فقره ی مورد مطالعه یا داستان گفته شده، الهام گرفته است، تزیین نماید؛ و البته این کار را با حساسیت نسبت به هماهنگی شکل خود با اشکالی که در بخش های همجوار آن قرار دارند، انجام دهد.

۳. کتیبه ی تزیینی: مشابه بالا عمل شود؛ با این تفاوت که بجای دایره از نوار های مستطیلی استفاده گردد. در این حالت، کار راحت تر است؛ چون می توان روی نوارها بطور مستقل کار کرد و بعد آنها را به هم متصل نمود؛ اما این طوری، وقتی افراد طرح های خود را خلق می کنند، از تجربه گروهی کمتری استفاده می شود. بیان مبارکی که می گوید مبارک است محلی که در آن ذکر الهی انجام می شود، برای این فعالیت، بخصوص در کلاس های اطفال، مناسب خوبی دارد.

۴. نقشه ی اسفار هیاکل مقدسه: تسهیل گر از گروه های کوچکتری از همراهان می خواهد هر کدام قسمتی از نقشه ی مسیر سرگونی حضرت باب یا حضرت بهاء الله را ترسیم و تزیین نمایند. این مسیر را می توان به صورت برجسته یا به گونه ی کلاژ هم درست کرد. وقتی نقشه تهیه شد، از هر گروه خواسته می شود به هر روشی که علاقه مند هستند، داستان آنچه را که در هر یک از مراحل این مسیر رخ داده است، تعریف کنند.

## آزمایش و تجربه با مواد مختلف

یک تسهیل گر حلقه های مطالعه یا گروه های نوجوانان یا کلاس های اطفال، می تواند شرکت کنندگان را تشویق کند کار با کلاژ، نقش برجسته، چرم، گلدوزی و یا هر ماده ای که امکان ایجاد شکل های سه بعدی را فراهم می سازد، تجربه نمایند.

۱. تسبیح برای الله ابهی گفتن: از همراهان دعوت کنید هنگام مطالعه ی نماز ( در کتاب اول روحی)، تسبیح بسازند. در کتاب اقدس به اهل بهاء حکم شده است هر روز رو به قبله بنشینند و ۹۵ مرتبه الله ابهی بگویند. تسبیح وسیله ای است که می توان با آن بدون از دست دادن تمرکز، تعداد ذکرها را شمارش کرد؛ به همین دلیل هدیه ی با ارزش و مناسبی تلقی می شود؛ بخصوص اگر با توجه به شخصیت فرد گیرنده، با دست درست شده باشد.

تسهیل گر می تواند پیشاپیش، به جمع آوری انواع مهره ها، دگمه ها، هسته های با اندازه های گوناگون، نخ های رنگی، نخ های پلاستیکی، پره های کوچک و منگوله های ظریف، اقدام نماید. مهره های چوبی یا هسته های گوناگون را می توان با مواد آکرلیکی رنگ آمیزی کرد و بعد جلا داد. تسبیح های صلات را ممکن است به صورت دایره ای و یا زنجیره ای، از پنج عدد دسته های نوزده تایی مهره ها ( یا دگمه ها یا هسته ها)، که مهره ی نهایی هر دسته، یک دگمه یا مهره ی کوچک تر باشد، و در انتها نیز به پنج مهره ی متفاوت دیگر ختم شده باشد، درست کرد و در انتهای آنها نیز یک منگوله یا پَر مناسب اضافه نمود. (۹۵=۵×۱۹)

۲. پوشش برای کتاب مناجات: یک جلد یا محفظه ی تزئین شده محافظ خوبی است برای یک کتابچه ی مناجات و نیز هدیه ی مناسب و پرمعنایی است برای یک دوست. تمام پیشنهاد های زیر مهارت هایی را مطرح می کنند که از بطن فرهنگ مغولستانی بیرون آمده است و کارهایی با تزئینات چرمی و گلدوزی را معرفی می نمایند. برای کسانی که مایلند توانایی بیشتری در این هنر های دستی کسب کنند، کتاب هایی نیز در دسترس می باشد. اما، همه ی همراهان می توانند بدون توجه به سطح مهارتشان، در لذتِ درست کردنِ یک حفاظ برای کتابچه ی مناجات، سهم شونند. این محفظه ها را می توان از مواد زیر درست کرد:

چرم نرم که در اطراف آن سوراخ هایی برای اتصال دو قسمت به هم با نوار نازکی از همان چرم، ایجاد شده باشد. روی بدنه ی محفظه هم می توان با یک ابزار فلزی که روی شعله ی آتش شده باشد، اشکال مناسبی حک کرد. باید مراقب باشید ابزاری که استفاده می کنید دارای دسته ای چوبی یا پلاستیکی باشد (مانند یک پیچ گوشتی) تا حرارت آن به دستتان سرایت نکند. قطعاتی از موادی که بتوان روی آن اشکال زیبایی را طراحی کرد و بعد آنها را با ماشین خیاطی پیاده نمود.

قلابدوزی. این روش برای یک محفظه در حد و اندازه ی یک کتابچه ی مناجات، خیلی مناسب است که ممکن است بندی هم به آن الصاق گردد تا بتوان به گردن هم آویزان کرد

عکس: تسبیح های نماز و محفظه های چرمی تزیین شده و گلدوزی شده برای کتابچه های مناجات

۳. فانوس: فانوس ها می توانند به روحانیت فضای یک جلسه ی دعا یا یک جشن و مراسم امری که به صورت جلسه ی بزرگی در فضای بسته و یا در محوطه ی خارج از اطاق یا منزل یا آپارتمان تشکیل می شود، بیافزایند. آنها را می شود در طرح ها و شکل های بسیار ساده یا پیچیده درست کرد. مانند سایه ها، در مورد فانوس ها هم این مهم نیست که چقدر ساده و معمولی باشند، زیرا همواره چیزی جادویی حول آنها موجود است؛ چون به هر حال، منبعی از نور هستند.

فانوس ها را طوری می توان ساخت که روی یک سطح بایستند و یا از یک درخت یا سقف آویزان شوند و یا در یک حرکت گروهی در تاریکی با دست حمل گردند. محفظه ی فانوس را باید از مواد شفاف ساخت تا نور شمع درون آن، که باید محل نگهداریش بطور محکم داخل محفظه جا سازی شود، به اطراف بتابد. فانوس ها را می شود به طرق مختلف و از مواد گوناگون درست کرد:

محفظه ی شیشه ای که با رنگ های شفاف یا حتی یک طرح ساده و سیاه، تزیین شده باشد. اگر یک دسته ی نخ یا سیمی به دو طرف بالایی آن متصل گردد، می توان آن را در جای مناسب آویزان کرد یا در یک حرکت شبانه آن را، آویزان بر بالای یک قطعه چوب، همراه برد. یک پایه ی مقوایی ساده با یک کاغذ مخروطی سفید درون آن که با روغن ذرت آمیخته و سفت شده باشد.

با ساقه انعطاف پذیر نی شکر و کاغذ زرورق نیز می توان اشکالی ساده یا پیچیده درست کرد.

با چوب و سیم محکم و پارچه نیز می توان محفظه های ساده ای فراهم نمود.

از قوطی های کوچک که با طرحی معین اطرافشان سوراخ شده باشد نیز می توان استفاده کرد. اگر بجای شمع از گلوله ای پارچه ای که در پارافین گذاشته شده باشد، استفاده شود، می توان آن را برای مدت زمان بیشتر و نیز با نور بیشتر در فضای باز نیز به کار برد.

تصاویر: فانوس های گوناگون، همراه با توضیحات ساده برای نحوه ی ساختن آنها

در مراسم صدمین سال صعود حضرت بهاءالله در سال ۱۹۹۲، چندین هزار نفر از بهائیان که از همه ی کشورهای جهان به ارض اقدس دعوت شده بودند، قبل از آنکه زیارت نامه در ساعت ۳ بامداد، در مقابل در روضه ی مبارکه تلاوت شود، به نشانه احترام، در امتداد راهی که حرم اقدس را دور می زد، حرکت

نمودند. تمامی طول مسیر راه پیمایان با هزاران فانوس که با محفظه های شیشه ای درست شده بودند و در درون هر یک شمعی قرار داشت، نورانی شده بود. همه ی کارکنان ارض اقدس در ساختن این فانوس های ساده، اما بسیار موثر، که بسی به رونق و روحانیت آن مراسم مقدس افزوده بود، مشارکت کرده بودند.

طی سال های متمادی، من، کار برد فانوس ها را به روش های زیر مشاهده کرده ام:  
- دو صف موازی از قوطی های فانوس شکلی که برای خوش آمد گویی به مهمانان، در دو طرف مسیر قرار داده شده بود.

- دایره ای از فانوس های شیشه ای با شمع هایی در درون آنها که سفره ی عقد یک زوج جدید را مزین نموده بود.

- فانوس های مخروطی که برای روشن کردن فضای بیرونی به جهت برگزاری یک جلسه ی دعا یا اجرای رقص و پایکوبی به کار رفته بود.

- دسته ای از قوطی های حاوی شعله ی آتش که برای ایجاد یک شکل معین یا یک کلمه ی مشخص در دامنه ی یک تپه استفاده شده بود.

#### **یک نمونه ی برجسته: کنفرانس بین المللی جوانان در منچستر**

بسیاری از ایده های مذکور در بالا در مراسم پایانی کنفرانس بین المللی جوانان در منچستر به کار برده شد. موضوع کنفرانس عبارت بود از: «نور وحدت آنچهان پر قدرت است که می تواند عالم را روشن نماید.»

در خلال کنفرانس، یک اطاق در اختیار ما گذاشته شد که در آنجا انواع مواد لازم از جمله کارت، کاغذ، روغن، زوروق، رشته ی نخ، سوزن بزرگ، و سیم نازک مهیا نمودیم. پوسترهایی نصب کردیم و در آنها از شرکت کنندگان دعوت نمودیم در زمانی معین از طول کنفرانس داخل اطاق بیایند و یک فانوس ساده ی مخروطی درست کنند. در همین زمان چندین نفر از تیم ما به ساختن هشت فانوس بزرگ از ساقه های انعطاف پذیر ذرت و کاغذ شفاف، به شکل هفت مشرق الاذکار موجود و نیز یک کره ی زمین، مشغول شدند. این فانوس ها را که در هر کدام تعداد زیادی جا شمعی مطمئن تعبیه شده بود، به یک سر ساقه های بلند گیاه بامبو، با طول ۱۲ فوت، محکم بستیم.

در زمانی که آخرین سخن رانی ها و نمایش ها، در عصر روز اختتامیه، اجرا می شد؛ ما به سیم های بلند حصار موجود در سه طرف یک محوطه پارکینگ که در جلوی محل کنفرانس قرار داشت، صدها فانوس را در ردیف های پشت سر هم، محکم بستیم و در سمت چهارم این محوطه نیز با کاغذ آغشته به پارافین یک مجسمه ی بزرگ که با آتش مشعل نورانی می شد، با دو عدد ستاره ۹ پر در روی آن درست کردیم. از یک گروه آماتور موسیقی متشکل از دو عدد ساکسیفون و دو عدد برومبون و یک

طبل هم که نوازندگان آنها، از قبل تمرین های لازم را انجام داده بودند، خواستیم همراه با هشت نفر افراد فانوس به دست، در گوشه ی میدانی که در جوار محل کنفرانس بود، مستقر شوند. هنگامی که شرکت کنندگان گروه گروه از محل کنفرانس خارج می شدند، ناگهان خود را در فضایی جادویی دیدند که مقدماتش توسط آنهایی فراهم شده بود که در ساختن فانوس ها شرکت کرده بودند و از سمتی دیگر چشم و گوششان متوجه ی نزدیک شدن آهسته و موزیکال کره ی زمین و مشارق اذکار هفتگانه ای شد که در نور فانوس گونه می درخشیدند. این گروه در حالیکه از میان صدها نفر که به تماشا آمده بودند، حرکت می کرد، به محوطه ی محصور وارد شد و در برابر دو عدد ستاره ی ۹ پَر توقف کرد. در تمام این مراحل نغمات موسیقی مراسم را همراهی می کرد. ناگهان صدای موسیقی متوقف شد و یک گروه چهار نفره از کشور دانمارک، در حالیکه مشارق اذکار حول کره ی زمین می چرخیدند، به صورت گروهی و بر اساس بیان جمال مبارک که می فرمایند مبارک است محلی که در آن ذکر الهی بلند شود، یک سرود زیبا را اجرا کردند. در پایان، ما، مجسمه های بزرگ حاوی ستاره های نه پَر را با دو مشعل، شعله ور کردیم که در نتیجه ستاره های ۹ پَر، در پس زمینه ی تاریک شبگاهی، نورانی شدند و این در حالی بود که گروه موسیقی هم با نغمات شادمانه همراهی می کرد.

عکس: کنفرانس منچستر به همراه مجسمه ی فروزان، به سبک مغولستانی که مبین وحدت و یگانگی است.

### مواد دور ریختنی

با در اختیار داشتن مجموعه ای از مواد و اشیاء متنوع، از جمله چیز های دور ریختنی و یا مواد ساخته شده در منزل، قوه ی تصور بزرگسالان و کودکان هر دو، برانگیخته می شود. قبل از آنکه چیزی از میان رفتی را دور بیاندازید، بررسی کنید ببینید آیا یک ماده یا وسیله ی بالقوه هست یا نه. به اشکال موجود روی بدنه ی یک جفت کفش ورزشی که می خواهید در سطل آشغال بیاندازید نگاه کنید. آیا نمی شود آنها را رنگ کرد و در یک طرح بزرگ نقاشی مورد استفاده قرار داد؟ در باره ی بندهایشان چطور؟ آیا نمی شود از آنها برای بستن دو قطعه مقوا به یکدیگر استفاده کرد؟ آیا اگر آنها را در یک ظرف حاوی رنگ فرو ببریم و روی کاغذ حرکت دهیم، طرح هایی زیبا به وجود نمی آورند؟

در اینجا فهرستی از مواد دور ریختنی موجود است که به راحتی می توانید آنها را از هر جایی جمع آوری کنید و می توان از آنها در ساختن کلاژ، نقاشی، نقش برجسته، انواع آویز ها و بسیاری چیزهای دیگر، استفاده نمود:

- انواع بال های پرندگان

- قطعات کفش یا لباس

- پوشش های شفاف روی شیرینی ها و جعبه های مخصوص میوه و سبزی جات
- قطعات چوب؛ که می توان آنها را ترشید و به عنوان مُهر یا قالب چاپی به کار برد.
- انواع نخ ها و طناب ها و سیم ها در اندازه ها و جنس های مختلف
- پوشش ها و قسمت های شفاف مجله های قدیمی - می توان صفحات شفاف و روشن آنها را در قطعات کوچک برید و به عنوان پوشش به کار برد یا عکس های آنها را قیچی کرد و برای ساختن کلاژ استفاده نمود.
- جعبه های مقوایی؛ می توان جداره های آنها را به هم متصل نمود و به عنوان یک صفحه ی بزرگ نمایشی از آن بهره برد و یا می شود تعدادی از آنها را روی هم گذاشت تا یک صفحه ی نمایش سه بعدی را شکل دهند.
- روزنامه های قدیمی
- کاغذ دیواری
- قلم مو برای رنگ کاری
- آرد، نمک و آب (برای خمیر درست کردن)
- قوطی های کهنه

تصاویر: طرز بهم متصل کردن قطعات مقوا، برای ساختن یک خانه یا یک عروسک تآتری

### تمنیل های واقعی

حضرت عبدالبهاء اغلب از اشیاء اطراف خود برای آموزش استفاده می کردند. در داستان رُز سیاه، آن حضرت، دستور می دهند برای پسر بچه هایی که در شهر نیویورک، از بووری (Bowery)، به دیدن ایشان آمده بودند، یک جعبه شکلات بیاورند. ایشان بزرگترین و سیاه ترین شکلات را بیرون می آورند و با دست کشیده، به طرف پسرک سیاه پوستی که از ترس پذیرفته نشدن، در کنار در ایستاده بوده، می گیرند. در این حرکت هرچند حضرت عبدالبهاء هیچ حرفی نزده اند، ولی پیامشان روشن بوده و آن این است که این پسرک چقدر سیاه و زیبا و شیرین و دوست داشتنی است. در داستانی مندرج در درس دوم از کلاس اطفال شش ساله در باره ی خانمی می خوانیم که در حین صرف غذا با حضرت عبدالبهاء، در دل تمنا می کند که قلبش از تعلقات دنیوی خالی شود و با عشق و معرفت پر گردد. آن حضرت فوراً از پیش خدمت می خواهند لیوان او را که پر بوده، بیرون ببرد و برایش یک لیوان خالی بیاورد. آنگاه پارچ را بر می دارند و لیوان او را دو باره از آب تازه پر می کنند. آن خانم سریعاً می فهمد که حضرت عبدالبهاء از مکنونات قلبی او آگاهند و به او نشان می دهند که تحقق چنین خواسته ای امکان پذیر است.

راه های زیادی وجود دارد که می توانیم با کاربرد اشیاء مادی فرایند یاد گیری را تقویت کنیم. در بخش «بعضی از اصول تعلیم و تربیت بهایی» (کتاب ۳) از همراهان خواسته می شود با توجه به قوای مکنونه ی شمع یا قلم، که بدون افروزنده یا نویسنده ظاهر نمی شوند، به قوای مکنونه ی انسان بیاندهند؛ و در بخش بعدی از آنان خواسته می شود بگویند که آیا ترجیح می دهند معلمی باشند که مرتباً اطلاعات در ذهن شاگردان انباشته می کند و یا مربی ای باشند که مستمراً، می کوشد گهر های مکنون در درون آنها را کشف نماید.

یک تسهیل گر می تواند از قبل، اشیائی مثل شمع، مداد، قاشق، لیوان، ظرفی پر از آب و یک کیف که در آن اشیاء متنوع جذابی نهان باشد، فراهم کند. تجربه ی مادی پُر کردن لیوان از آب با قاشق و در مقابل آن، تجربه ی دست در کیف بردن و یک شیئی عجیب و کار آمد برای این کار بیرون آوردن، به همراهان کمک می کند مفهومی را که می آموزند کاملاً درونی کنند و همیشه به راحتی به یاد بیاورند. چنین فعالیت هایی، متناسب با حال و هوای کلاس متفاوت است و همواره همراهان را سرحال و آماده نگه می دارد. تسهیل گر می تواند از قبل، همراهان را تشویق و آماده نماید که چنین تجاربی را برای خود انجام دهند. درس دوم از کتاب چهارم روحی، (مظهر الهی)، پر از داستان های مُهیج است از دوران حضرت باب و حضرت بهاءالله که می توان از اشیاء در تفهیم آنها استفاده کرد. یک چمدان بزرگ و سنگین را به کلاس بیاورید تا به همراهان تفهیم شود معنی حمل کردن ۵۶ پوند بار چیست - وزن زنجیری که در سیاه چال، بر گردن حضرت بهاءالله بوده است - و نیز عملاً به آنها نشان دهید که نشستن روی زمین و چسبیدن به یکدیگر در تاریکی مطلق و سر دادن ذکر «هو حسی و حسب کل شیئی...»، چگونه است؟ با حجاب و چادر در حضور دیگران نشستن، چه احساسی ایجاد می کند و مانند طاهره، از پشت پرده با دیگران سخن گفتن، چه معنی دارد؟

### هنرهای دستی در برنامه ی توانبخشی نوجوانان

تمام ایده هایی که تا کنون در این کتاب مطرح شده است می تواند به نحو احسن، توسط انیمیتورهای گروه های نوجوانان به کار برده شود. یادگیری فنون و هنرها عنصری ضروری در برنامه های توانبخشی نوجوانان است. در اینجا تعدادی فنون و هنرهای دستی بیشتری ارائه می گردد که با کار برد اشیاء دور ریختنی، قابل اجرا هستند.

۱. سید سازی: به نظر می رسد که سبدها اولین ظرف هایی بوده اند که بشر برای حمل آب ساخته است! به اطراف سبدها گل می مالیدند تا آب را نگه دارد. یک روز تصادفاً یکی از این سبدهای گلی در آتش افتاد و سرخ شد و در نتیجه کشف شد که گل پخته سفت و محکم می شود و به این ترتیب بود که اولین کوزه ساخته شد!

گرچه هزاران طرح متفاوت سبد بافی در جهان موجود است؛ اما اصول کار همه ی آنها یکسان است و ربط چندانی به طرح یا ماده اولیه ندارد. به جمع آوری نی، شاخه ی بید، ساقه ی ذرت، ترکه ی فندق یا حتی علف های سبز و خشک شده ی سفت از مزارع، پردازید. از علف ها وقتی تازه اند و یا وقتی رطوبتشان گرفته شده است، استفاده کنید. بگذارید کمی چروکیده شوند. با هر تعداد از ترکه ها یا نی های نرم که مایلید، شروع کنید و یک پایه بسازید. با خم کردن نی ها یا ترکه ها به همراه مقادیری از علف ها، دوایری بسازید که مرتب شعاعشان افزایش می یابد؛ بعد پایه ی آماده شده و دایره ها را با تعدادی ترکه که به فواصل مساوی قرار داده شده اند به هم متصل کنید و بعد نی ها را در میان آنها در دسته های تکی یا دوتایی یا سه تایی به هم بیافید و در انتها نیز سر نی ها را با به داخل سبد خم کنید و یا آنها را دور لبه ی بیرونی سبد به هم بیافید.

۲. پارچه بافی: یک چهار گوش چوبی ساده درست کنید. در دو طرف مقابل آن و به فواصل مساوی میخ بکوبید. نخ یا رشته های نازک از مواد کهنه را به میخ های رو بروی هم گره بزنید. فریم را عمودی نگه دارید و از راست به چپ شروع کنید و یک رشته نخ را یکی از زیر و یکی از رو از میان نخ های کشیده شده ی عمودی عبور دهید و بعد با یک شیء مناسب و با ضربه های آهسته، آن را تا حد ممکن به طرف پائین فشرده کنید.

۳. نمد بافی: نمد از دیر زمان، نماد فرهنگی چادر نشینان مغولی بوده است. مغولها به راستی خود را «egsii tuurgatan»، یعنی: «مردمی با دیوارهای نمدین» خوانده اند. انیمیتور ها می توانند به نوجوانان گروه خود پیش نهاد دهند از والدین یا بزرگ والدینشان ( پدر بزرگها و مادر بزرگها) پرسند خانواده های آنها یا دیگر خانواده هایی که می شناختند، چگونه نمد درست می کردند.

با در اختیار داشتن یک جای نسبتاً مسطح و وسیع و محکم در یک اطاق و دسترسی داشتن به آب، می توان قطعات کوچکی از نمد تزینی را درست کرد. قطعه ی نمد را می توان به هر شکلی قالب بندی کرد و بعد آن را خشک نمود تا برای همیشه شکل قالب بندی شده را بخود بگیرد. کاسه ها، ظرف ها، کلاه ها، سرپوش ها و بسیاری اشیاء کوچک نمدین دیگر، به همین ترتیب قالب بندی و ساخته می شوند. به جمع آوری پشم گوسفند از لبه های گیاهان و موانع سر راه آنها مشغول شوید و یا بلوزهای پشمی کهنه را بشکافید. مطمئن شوید که برای زمینه ی کار، رنگ طبیعی سیاه و برای الگوهای تزینی، رنگ طبیعی سفید در اختیار دارید. نخ های پشمی را اصطلاحاً حلاجی کنید تا بازو شکفته گردند. نخ های از هم باز شده را در آب صابون خیس کنید و آنها را روی یک قطعه پارچه، به طور مرتب روی هم بگذارید تا قطری از یک چهارم تا نیم اینچ پیدا کند. برای تزین، از پشم های رنگی که متضاد رنگ سیاه زمینه است استفاده کنید. مجموعه را در نور آفتاب یا کنار بخاری یا رادیاتور (ولی نه روی آنها) بگذارید تا خشک شود.

۴. ساختن یک شکل نمای ساده: سه عدد آینه ی مستطیلی کوچک و هم اندازه را به صورت مثلثی، با نوار چسب به هم وصل کنید. روی آینه ها باید به طرف داخل باشد. یک طرف این لوله ی آینه ای سه گوش را با مقوایی که در وسطش یک سوراخ تعبیه کرده اید، ببندید. به طرف دیگر آن هم یک تکه پلاستیک دو لایه ای کیسه مانند وصل کنید و یک روزنه نیز در انتهای آن ایجاد نمایید. پلاستیک را هم با نوار به آینه ها بچسبانید. در داخل کیسه اشیاء کوچک و درخشان مثل سکه ی زرین، پولک های نورانی، مهره ی تسبیح، زر ورق روی شیرینی، تکه های سیم مسی، تکه های علف و برگ های خشک شده یا هرچیز دیگری که مناسب باشد، بیاندازید و سوراخ انتهای کیسه را ببندید و آنگاه از طرف دیگر در آن نگاه کنید، لوله را تکان دهید و باز هم نگاه کنید!

۵. آشپزی برای جشن ها: مهمان نوازی مغولی شهرتی افسانه ای دارد و پذیرایی با غذا نشانه ی مهمی از ادب و دوستی است. غذاهای سنتی که به نحوی ابتکاری درست شده باشند، مهمانان را مسرور می کنند و یک مراسم عادی، مثل ضیافت نوزده روزه یا تعطیل امری یا تولد را به جشنی واقعی تبدیل می نمایند. در زیر ایده هایی در این زمینه ارائه می گردد.

نان تزیینی: اجزاء لازم را مخلوط کنید و قرص نان را به صورت سنتی مغولی (یا به صورت محل خودتان- م) تهیه نمایید. بقیه ی خمیر را به اشکال گیاهان یا حیوانات قالب بندی کنید و روی نان را هم با مواد مناسب تزیین نمایید. سریع کار کنید و گرنه، اصطلاحاً خمیر قالب بندی شده جوش می آید؛ یعنی باد می کند؛ یعنی خمیر زنده است و حتی وقتی در تنور قرار می گیرد هم منبسط می شود.

بیسکویت های پرنده: اجزاء تشکیل دهنده: ۴ پیمانه آرد؛ ۲ قاشق کره، ۱ تخم مرغ کوچک، یک قاشق شیر، یک زرده ی تخم مرغ (برای لعاب)، دانه ی کنجد و نمک. کره را با آرد مخلوط کنید و آنقدر بزنید تا شبیه نان له شده شود. نمک و بعد تخم مرغ و شیر را اضافه کنید. آن را به هم بزنید تا به شکل خمیر سفت در آید و برای یک ساعت در جایی خنک قرارش دهید. بعد آن را به صورت رول در آورید و با کارد به شکل ساده ی یک پرنده ی در حال پرواز ببرید و نتیجه را در ماهی تاوه ای که حاوی روغن داغ است بگذارید و زرده ی تخم مرغ و دانه های کنجد را روی آن بریزید و به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه در فر اجاق گاز قرار دهید.

تصویر: انواع قرص های نان تزیین شده و نیز بیسکویت های پرنده گونه

۶. گلدوزی سنتی مغولی: (برای راهنما، به کتب موجود در باره ی گلدوزی و بخیه دوزی و طراحی مراجعه نمایید).

۷. طلا کاری سنتی و تسبیح سازی: (به کتب موجود در این زمینه مراجعه کنید).

## عروسک سازی

در بخشهای قبلی مطالبی در باره ی کار برد عروسک ها در قصه گویی و کارهای نمایشی ارائه شد. در اینجا پیشنهادهایی در مورد نحوه ی ساختن آنها عرضه می گردد. یک دستکش کهنه پیدا کنید. به هر یک از انگشتان آن یک عروسک کوچک با فرم متفاوت بدوزید. در طرفِ گردِ یک میخ چوبی صورتی نقاشی کنید و روی سر آن مو، و به بدنش لباس بچسبانید. یک جوراب کهنه (و البته تمیز!) پیدا کنید و در انتهایش اجزاء صورت و سر و موی صاف یا فر دار، بدوزید.

یک جوراب سبز بلند وسیله ای عالی است برای ساختن یک مار یا یک تمساح.

یک تیوب لاستیکی پیدا کنید. تکه ای از آن را ببرید و با پارچه یا خمیر کاغذ برای آن یک سر درست کنید و از گردن آن، یک لباس بلند به آن بپوشانید. از این، می توانید به عنوان یک عروسک دستکش مانند (برای به دست کردن و نقش بازی کردن) استفاده نمایید.

جعبه ای به اندازه ی سر خود پیدا کنید و روی طرف بیرونی آن صورتک نقاشی کنید و در بالایش مو بچسبانید و یک کلاه هم روی سرش بگذارید. توی صورتش دماغ و در طرفین آن گوش بچسبانید. سوراخ هایی هم در جلویش تعبیه نمایید که بتوانید بیرون را ببینید و نفس بکشید. حال اگر لباسی مناسب هم به تن کنید، یک عروسک بزرگ و کار آمد حاصل می شود.

با ساقه های انعطاف پذیر نی شکر هم می توانید اسکلت کلی یک سر عروسکی بزرگتر و پیچیده تر را درست کنید و با کاغذ روزنامه و کاغذ دیواری اجزاء آن را تکمیل نمایید.

عکسها: عروسک هایی با اندازه ها و کار بردهای مختلف

تصویر: طرز ساختن سرهای عروسکی بزرگ

## فصل پنجم: قصه گویی

قصه گویی یک فعالیت هنری آسان، اما قدرتمند است. همه ی افراد، چه کوچک چه بزرگ، گوش دادن به قصه ای را که با مهارت گفته شود، دوست می دارند؛ حتی اگر قبلا آن را شنیده باشند. قصه گویی از فجر تاریخ بشری، هم نوعی فعالیت هنری و هم ابزاری برای تعلیم و تربیت انسانی بوده است. هم حضرت بهاءالله و هم حضرت عبدالبهاء، برای ایضاح حقایق روحانی و القاء نشاط و شادمانی، به قصه گویی متوسل می شده اند. اگر یک بار داستان عاشقی را که سال ها در جستجوی معشوق بوده و حضرت بهاءالله آن را در هفت وادی نقل نموده اند؛ یا داستان لیلی و مجنون یا داستان عروسک های نمایشی را که در دیگر آثار خود ذکر فرموده اند، بخوانیم یا بشنویم دیگر هرگز فراموش نخواهیم کرد. نیز داستان های منقول توسط حضرت عبدالبهاء را، از جمله داستان بانویی که به او گفته شد برود و تمام پرهایی را که از مرغش در روز قبل کنده و پراکنده نموده بود جمع آوری کند، که به قصد متذکر داشتن او نسبت به نتایج غیبت نقل شده است؛ یا داستان سه پسر سلطان که چگونه جنگ و دعوا با هم را کنار گذاشتند و از پدر حمایت کردند (به ضمیمه ی ۱ مراجعه شود)، هیچوقت فراموش نمی کنیم.

خانم آگنس پارسونز (Agnes Parsons) در خاطرات خود می نویسد وقتی حضرت عبدالبهاء در آمریکا تشریف داشتند، در جایی به مهمانی شام دعوت بودند. در یک موقعیت، مهماندار آن حضرت داستانی خشن از کشور هند تعریف می کند. یکی از مهمانان تقاضا می کند آن حضرت هم داستانی بگویند. خانم پارسونز می گوید: «من تمنا کردم قصه ی Ios را که تنها داستانی بود که از آن حضرت شنیده بودم، تعریف کنند. این، داستانی زیبا با نتیجه ی اخلاقی خوبی بود که ایشان خیلی عالی تعریف می کردند و دیگران هم خیلی دوست می داشتند. وقتی این قصه را تمام کردند، فرمودند: «حال بگذارید یک قصه ی عربی برایتان تعریف کنم که البته قصدم موعظه نیست». قصه را شروع کردند و در خلال آن، شلیک خنده نه یک بار نه دو بار، بلکه چندین بار، فضای مجلس را پر کرد. نیازی نیست گفته شود که آن حضرت همه ی ظرایف موجود در داستان را با استادی تمام عیان و درخشان نمودند. تصویر ذهنی حاصل از سیمای این شرقی دوست داشتنی، هنگامی که با شور و حال قصه گویان کهن، داستان تعریف می کرد، هرگز از خاطر محو نخواهد شد.»

چه قصه هایی که توسط هیاکل مرکزی امرالله تعریف شده و چه داستان هایی که در باره ی حیات مبارکشان مطرح است، همه، ذخیره ی ارزشمندی را در اختیار ما می گذارد که می توانیم به طور پیوسته از آن بهره ببریم. یادگیری کار برد این داستان ها به نحوی موثر و سازنده، همچنین به ما کمک می کند این توانایی را در خود پرورش دهیم که قوه ی نهفته در حوادث و اتفاقات زندگی خودمان را نیز به عنوان داستان هایی که می تواند به دیگران الهام بخشد، مشاهده کنیم.

حضرت ولی امر الله، قدرت موجود در داستان ها را در مسیر تبلیغ امر الهی، تاکید فرموده اند:

آنچه که می توانی و باید انجام دهی این است که داستان هایت را منبعی برای الهام و هدایت خوانندگان آنها قرار دهی. با چنین وسیله ای که در اختیار داری می توانی روح و نفس تعالیم امرالله را انتشار دهی؛ می توانی شرارت های موجود در جامعه و نیز راه های ممکن برای غلبه بر آنها را نشان دهی. اگر استعداد نگارشی داری باید آن را موهبت الهی بدانی و نهایت تلاشت را بنمایی که از آن برای بهبود وضع جامعه، استفاده کنی. (ترجمه)<sup>۴۱</sup>

هر فرهنگی رسم و آیین قصه گویی خود را داراست. در مغولستان برای این فن، شیوه ای قدیمی موجود است که در آن قصه گو، داستان را به آواز می خواند و خودش هم حرکات و حالات مربوطه را روی صحنه نمایش می دهد. ما، از این فن در یک فیلم آموزشی در باره ی تازه جوانان (نوجوانان در حال بلوغ) استفاده کردیم. در این فیلم، نوازنده یا قصه گوی جوان، تعریف می کند که تازه جوانان، دنیای پیرامون خود را چگونه می بینند. هرچند در بسیاری از کشورها رسانه های گروهی جایگزین سنت قصه گویی شده اند؛ اما این فن شریف هنوز در بعضی از نقاط دنیا قویاً مرسوم است. حتی در ممالک غربی، هنرمندانی هستند که می کوشند این سنت را زنده نگاه دارند و اغلب، تحت حمایت بنیاد های هنری دولتی نیز قرار می گیرند. می توان این افراد را در حالیکه در موقعیت های گوناگون، از سالن ها و جشن های روستایی گرفته تا مراکز هنری و کتابخانه های بزرگ شهری، برنامه اجرا می کنند، مشاهده نمود.

به هر حال این شکلی از هنر است که همه ی ما می توانیم انجام دهیم، چه استعداد های ویژه ی هنری داشته باشیم چه نه؛ مشروط بر این که بدانیم میزان موفقیتمان بیشتر منوط است به عمل و افزایش فنون و مهارت هایمان در نفس جریان داستان گویی.

در کتاب های ۳ و ۷ روحی بعضی مهارت های لازم را برای اینکه بتوانیم به طور موثر قصه بگوییم، فرا می گیریم. در این مسیر، در حالیکه باید بتوانیم برای برانگیختن تصورات مستمعین، به جزئیات توجه نماییم؛ نیز لازم است روی موضوع اصلی داستان و عناصر اصلی آن متمرکز شویم. در پاراگراف های زیر بعضی فنون مطرح می شود که به ما کمک می کند مهارت های خود را در این زمینه بهبود بخشیم.

### فنون برای قصه گویی

داستان های نوشته شده ی فراوانی موجود است که می توان آنها را پایه و اساس داستان گویی قرارداد. اگر به عنوان اساس کار، از یک داستان نوشته شده استفاده می کنید، توصیه می شود شیوه ی خود را برای تعریف آن به کار برید و سعی نکنید همان کلمات نوشته شده را به خاطر آورید؛ مگر اینکه این

کلمات عین گفته های یکی از کاراکترهای داستان باشد. تلاش نمایید الگوی کلی داستان را بفهمید و بعد در هر موقعیت جدیدی، آن را هرگونه که حس می کنید بهتر است، ارائه دهید. اگر چنین کنید به تدریج زبانی را به کار خواهید برد که مناسب حال شنوندگانتان باشد و حس می کنید خودتان نیز کاملاً درگیر شرایط داستان شده اید.

جزئیات دیگری به متن داستان بیافزایید تا حالات کاراکترها را زنده تر نشان دهد. مثلاً توضیح دهید که احساس کسی که دارد در جوار دیگری قدم می زند، چیست و یا حالات کودکی که دارد با گروهی از بزرگترها صحبت می کند، چگونه است. با این حال، باید دقت کنید از موضوع اصلی داستان خارج نشوید و عناصری انحرافی را که مستقیماً به موضوع محوری ارتباط ندارد، مطرح نکنید.

داستانمان هر چقدر هم که عالی باشد، بعید به نظر می رسد اگر تندی و کندی و زیر و بم صدایمان را متناسب با حال و هوای آن تغییر ندهیم، شنوندگان کاملاً مجذوب و راضی بمانند. حرکاتی که انجام می دهیم و حالاتی که به سرو صورت خود می گیریم عواملی بسیار موثر هستند. یک ژست معین که در صحنه های مناسب داستان تکرار کنیم؛ نیز حرکاتی که به چشمان خود می دهیم، تا حد زیادی تاثیر گذار می باشند. اینها فونونی هستند که معمولاً در جریان عمل آموخته می شوند.

یک قصه، هنگامی که در آن فقط از صدا و حرکت استفاده شود، می تواند بسیار قدرتمند باشد. با وجود این، قصه گوها می توانند عوامل متنوع و انگیزنده ی دیگری را نیز به فرایند قصه گویی خود اضافه نمایند. من مشاهده کرده ام که قصه گوهای حرفه ای چه فنون زیادی را به کار می برند؛ از جمله کسی را دیدم که گفتن داستانش را با هنر قدیمی قیچی کردن کاغذ همراهی می کرد؛ به این ترتیب که به ازای ظاهر شدن هر کاراکتر جدید در داستان، خیلی دقیق و سریع قطعه ی کاغذی را قیچی می کرد؛ یا کسی را به یاد می آورم که مجموعه ای از قطعه سنگ هایی جذاب و زیبا در اختیار داشت و از هر یک از آنها برای نقطه ی شروع یک قسمت از داستان استفاده می نمود.

راه های متعددی موجود است که اگر بخواهید می توانید به وسیله ی آنها بُعدی فیزیکی و ملموس به قصه ی خود بدهید. در اینجا بعضی ایده هایی ارائه می شود که می توانید آنها را امتحان کنید.

۱. استفاده از اشیاء: یک یا دو شیء ساده را در بعضی مراحل معین داستان خود مورد استفاده قرار دهید. مثلاً می توان برای تعریف داستان سه تا بچه ماهی که می خواستند از یک دیوار بالا بروند؛ که در درس ۱۴ از کلاس اطفال شش ساله مطرح است، از یک ماهی ساده واقعی استفاده کرد؛ یا برای تجسم بخشیدن به داستان حاجی محمد شکارچی، در درس ۱۳، که نمی توانست به هیچ یک از پرندگان که در جلوی او بودند شلیک کند، یک پرده ی کاغذی را به کار برد؛ یا برای نشان دادن داستان خانمی که با حضرت عبدالبهاء غذا میل می کرد و مایل بود بداند چگونه می تواند قلبش را از تمایلات دنیوی پاک سازد، از دو لیوان و یک پارچ پر از آب استفاده نمود؛ و یا برای تعریف داستان رُز سیاه (حضرت

عبدالبهاء و پسران بووری)، یک جعبه ی شکلات واقعی را وارد صحنه کرد و در آخر کار هم آنها را میان بینندگان تقسیم نمود.

تصویر: نحوه ساختن یک پرنده ی کاغذی در حال پرواز

۲. کار برد پوشیدنی ها: هنگام تعریف داستان، اگر تدارکات کافی در اختیارتان نیست، از حد اقل پوشیدنی هایی که با شرایط داستان تناسب دارند، استفاده کنید. مثلاً استفاده از یک روسری، با کمری که اندکی خمیده باشد، می تواند قصه گو را به یک پیر زن تبدیل نماید؛ یا یک کلاهی که با ورق کاغذ درست شده باشد، می تواند یک ژنرال متکبر را نشان دهد؛ یا با به دست کردن یک دستکش تکی بلند می شود یک خانم ظریف شهری را نشان داد و با زدن عینک می توان یک معلم مدرسه را مجسم ساخت.

۳. استفاده از سایه ها: می توانید برای تجسم بخشید به بعضی بخش های داستان خود، از سایه های کوچک متحرکی استفاده نمایید که با دست یا چیزی دیگر روی یک صفحه ی مقوایی یا روی در یک چمدان کهنه ایجاد می کنید. یک سفر سایه گونه در امتداد کوه ها و دریاها و صحراها؛ یا یک دخترکی که ناگهان به یک زن بالغ تبدیل می شود، می تواند بسیار جالب و جذاب باشد. (به بحث تأثر سایه در فصل سوم مراجعه نمایید)

۴. عروسک های انگشتی: با یک دستکشی که عروسک های کوچک، هر یک با کاراکتر مخصوص خود، به انگشتان آن دوخته شده باشد، می توان تمام صحنه های یک داستان را نشان داد. با افزایش انگشت مربوط به هر یک از این کاراکترها می توانید آن را وارد صحنه نمایید. توجه کنید که باید در هر زمان، در هر یک از دست های خود، یک کاراکتر آماده داشته باشید که با هم روی صحنه، تعامل داشته باشند.

۵. عروسک های دستکشی: با استفاده از خمیر کاغذ یا پارچه ی مناسب می توان سری درست کرد که روی یک لوله ی مقوایی مربوط به یک رول کاغذ توالی یا آشپزخانه، نصب شده باشد؛ به طوری که پوششی مناسب نیز به عنوان «لباس عروسک»، دست عروسک گردان را بپوشاند. خمیر کاغذ را می توان با ترکیب آرد و آب و تکه های روزنامه و یا با ترکیب پاره های کاغذ دیواری و چسب مایع و تکه های کاغذ، درست کرد.

۶. عروسک خیمه شب بازی: شخص قصه گو می تواند با ساختن و بر سر گذاشتن یک ماسک مخصوص، در قالب یک عروسک خیمه شب بازی، ظاهر گردد.

۷. افکت های صوتی (sound effects): در بعضی بخش های داستان می توان از بینندگان دعوت کرد، به طریقی که خیلی پیچیده و مشکل نباشد، در فرایند تعریف آن مشارکت نمایند. مثلاً وقتی بینندگان کودک هستند بسیار مناسب است که از آنان خواسته شود در ایجاد صداهای موثر شرکت کنند. از جمله، آنها می توانند با زدن آهسته ی کف دست های خود به زانوهایشان، صدای دوییدن به وجود آورند و با آهسته زدن به گونه های خود صدای چک چک باران تولید نمایند و با مالیدن کف دست هایشان به یکدیگر، صدای آب جاری درست کنند و یا با دمیدن نفس های خود به بیرون، صدای باد به وجود آورند.

۸. مشارکت مخاطبان: می توان از گروهی از کودکان مخاطبِ قصه دعوت کرد در ارائه ی بخشی از آن همکاری کنند. در داستان سوار شدن حضرت عبدالبهاء در اتوبوسِ شلوغ، بجای گرفتن یک تاکسی، برای رفتن به عگا، می توان بچه ها را به طور فشرده به هم، روی نیمکت ها نشاناد؛ طوری که معرف اتوبوس پر از کودکان باشد و یکی از آنها را هم به عنوان راننده تعیین کرد که اتوبوس را به شدت متحرک و متوقف می نماید و دیگری را به عنوان زن فقیری در نظر گرفت که حضرت عبدالبهاء به او مبلغی اعانه می دهند. تعریف قصه باید طوری باشد که خود به خود راهنمایی لازم را به این «هنرپیشه های» خود جوش، ارائه دهد. گرچه مجاز نیست در حین اجرا، شخصیت حضرت عبدالبهاء نشان داده شود؛ ولی قصه گو می تواند به سخنان و اعمال آن حضرت اشاره نماید. (به فصل دوم مراجعه شود)

### مجموعه ی قصه های خود را تهیه نمایید

برای ایجاد مخزن یا مجموعه ی قصه های خودتان، یک دفترچه ی یاد داشت با خود داشته باشید و در آن، تمام داستان هایی را که حضرت بهاءالله و حضرت عبدالبهاء تعریف کرده اند و نیز همه ی قصه هایی را که در باره ی زندگی هیاکل مرکزی امرالله و نیز مومنین اولیه شنیده اید، یاد داشت کنید. همچنین کلیه ی قصه هایی را که خودتان ساخته و پرداخته اید یا از فرهنگ های دیگر شنیده یا دیده اید و به خاطر می آورید و یک خصلت روحانی یا اصل اخلاقی را تاکید می کنند، ثبت نمایید. هر وقت با یک داستان جدید و مناسب مواجه می شوید، آن را نیز به مجموعه ی خود بیافزایید و بلافاصله، تعریف کردن آن را به موثرترین حالت، برای اعضاء خانواده یا گروه همراهان خود، تمرین نمایید.

### راه های تقویت اعتماد به نفس در قصه گویی

بهترین راه رسیدن به این هدف، گفتن و تعریف کردن نفس قصه و توجه به نحوه ی واکنش شنوندگان است. آیا آنها با دقت گوش می دهند؟ یا در بعضی قسمت های داستان حواسشان جای دیگر می رود؟ چه وقتی به خنده یا گریه می افتند؟ هرچه قدر بیشتر یک قصه را تعریف کنید، در ارائه ی آن موفق تر خواهید بود. همیشه به خاطر داشته باشید این، نحوه ی تعریف یک قصه است که از شما یک قصه گوی

خوب می سازد. تمرین های زیر به شما و همراهانتان کمک می کند مهارت قصه گویی خود را افزایش دهید.

۱. تأثر داستانی: یک دایره بسازید. یک نفر قصه گو می شود و شروع می کند به همراه حرکات مناسب صحنه ها، یک داستان را تعریف نماید. بعد از دقایقی دستش را روی سر نفر بعدی می گذارد که وارد میدان شود و از خودش، ایده هایی را به کار نفر قبلی بیفزاید و آنها را با تکلم و حرکت نشان دهد. این نفر دوم هم بعد از لحظاتی دستش را روی سر فرد دیگری می گذارد که به وسط بیاید و با اقدام به همین صورت، به تکمیل صحنه ی نمایش کمک کند.

۲. مبادله ی قصه ها: در گروه های دو نفره، هر نفر برای طرف مقابل خود، یک داستان تعریف می کند. بعد گروه ها تغییر می کنند و مجدداً هر نفر داستان قبلی خود را برای طرف جدیدش تعریف می نماید. و به این کار ادامه داده می شود تا تمام اعضاء گروه، تعداد زیادی داستان تعریف کنند.

۳. قصه ی رادیویی: مثل بالا عمل شود ولی این بار هر زوج، پشتشان را بهم بدهند و قصه ی خود را تعریف کنند. به طرز بیان و زیر و بم آن و نیز به بلندی و کوتاهی و ریتم های متغیر صداها، دقت شود.

۴. مانند فوق: اما این بار هر زوج یکی از قصه های گفته شده ی خود را انتخاب می کنند و برای زوجی دیگر تعریف می نمایند و زوج مقابل نیز همین کار را می کنند. بعد این گروه چهار نفره (متشکل از دو زوج اول-م) عیناً همین عمل را در مورد یک گروه چهار نفره ی دیگر انجام می دهند و بالعکس. و گروه های هشت نفره ی بعدی هر کدام از بین داستان های خود یکی را انتخاب می نمایند و به آنها چند دقیقه ای وقت داده می شود تا آن را برای گروه بزرگ به اجرا در آورند.

## فصل ششم: موسیقی

کشور مغولستان، در آواز خواندن، تلاوت کردن و آلات موسیقی نواختن سنت های موسیقایی منحصر به فردی دارد. مغولستانی ها ترانه ها و آوازهای زیادی از حفظند و بسیاری از آنها در خواندن آواز های سنتی زیبا و پیچیده و طولانی، مانند خومیل (khoodil) و ترانه های مردمی، از توانایی و اعتماد به نفس بالایی برخوردارند. در هر جایی تعدادی از نوازندگان و آوازه خوانان متبحری هست که می توانند با استانداردی بالا، در ارکسترهای محلی و ملی و حتی بین المللی، برنامه اجرا کنند.

بسیاری از موسیقی های سنتی، موضوعاتی روحانی را پوشش می دهند و می توان از آنها به همان صورت سنتیشان در نمایش ها و جشن ها و جلسات دعا، استفاده کرد. بعلاوه آهنگ مجرد این موسیقی ها را، می توان با کلمات مقدسه نیز همراه نمود.

در فصل چهارم، در بخش حفظ کردن آثار، تعدادی نظریات برای همراه کردن موسیقی با کلمات الهی ارائه شد. تا کنون هم بسیاری از مناجات های مبارکه و نیز فقرات آیات الهیه که مرتباً در ضیافت نوزده روزه و جلسات دعا خوانده می شوند، توسط گروه هایی از هنرمندان در دوره های موسسه، با موسیقی همراه شده است.

### موسیقی نیایشی زنده یا ضبط شده

در ساده ترین سطح، می توان از موسیقی های ضبط شده که به دقت انتخاب شده باشند، بطور مرتب، در طول یا در ابتدای جلسات دعا یا حلقه های مطالعه ی آثار، برای ایجاد فضایی تمرکز آمیز استفاده نمود؛ که در امتداد آن، شرکت کنندگان تشویق شوند افکار خود را از امور جاری زندگی روز مره رها سازند و قلوب و اذهانشان را به سمت قوای روح القدس متوجه و مفتوح نمایند.

اگر در جامعه ی شما فردی (یا گروهی) موجود است که می تواند ساز مناسبی را بنوازد، می توان از او دعوت کرد در بخش خاصی از برنامه، یک موسیقی تمرکز آمیز اجرا نماید. تناسب ساز مورد نظر، مربوط می شود به گنجایش فضای جلسه و نیز میزان توانایی نوازنده. بسیاری از ما که نواختن سازی را می دانیم، قادریم آهنگی خیلی شادمانه برای رقصیدن یا تفریح کردن بنوازیم؛ اما (هنوز!) کنترلی بر خود نداریم که بدون تلاش در جلب توجه دیگران به خودمان یا به نحوه ی نواختنمان، نوایی آرام و تمرکز آمیز تولید کنیم.

### سرود خوانی گروهی یا گُر

اما چه نوازنده ای آماتور باشیم چه نه، راه های زیادی وجود دارد که می توانیم به کار برد موسیقی برای تقویت فضای هر جلسه، چه برای دعا و نیایش باشد و چه برای جشن و شادمانی، کمک کنیم. یک

فعالیت گروهی نشاط انگیز، گروه هم سُرایان بدون آلات موسیقی است که تک تک یا در هماهنگی با هم می خوانند. اگر در گروه، یک (یا دو نفر) خوش صدا حضور داشته باشد، می تواند فزاینده‌ای از یک شعر را به تنهای بخواند (با هم بخوانند) و گروهی دیگر در پس زمینه و با همسُرایی، او (آن دو) را همراهی کنند و سپس تمام گروه به هم پیوندند و به صورت گُرال آواز را ادامه دهند.

تعدادی سرودهای بسیار زیبای بهایی به زبان مغولی موجود است که بعضی اوقات افراد، هارمونی‌هایی هم به آنها اضافه می کنند. علاوه بر این، یک مجموعه ی غنی از ترانه های مغولی در باره ی مواضع روحانی، از جمله زیبایی های محیط زیست، نیز وجود دارد. سی دی ها و نوارهای کاست زیادی از سرودهای بهایی از سراسر دنیا، در دسترس است. موسیقی های ضبط شده از کنگره ی جهانی بهایی در نیویورک، در سال ۱۹۹۲، و نیز از مراسم افتتاحیه ی طبقات مقام اعلی، در سال ۲۰۰۳، موجود است که منبع عظیمی از الهام می باشند. همچنین سی دی ها و نوارهایی از سرودهای بهایی از آفریقا، ایران، کشورهای آمریکای لاتین، هندوستان، اندونزی، اروپا، کانادا و آمریکا وجود دارد که می توانیم به آنها گوش دهیم و ایده هایی را برای ذخیره ی سرودهای دست جمعی خود، از آنها استخراج کنیم. ترتیب یا ترکیب ظاهری یک گروه گُر یا گروه همسُرایان، از اهمیت زیادی برخوردار است و می تواند به طرق مختلف انجام شود، از جمله:

صدای افراد را در گروه همسُرایان به سوپرانو (soprano)، تنور (tenor)، آلتو (alto) و باس (bass) و نیز به صدای زنان و مردان تقسیم کنید؛ زیرا صداهای مذکر و مونث، چه متحدانه بخوانند یا هماهنگ، می توانند در هم آمیزند و تنوع زیبا و جذابی را به وجود آورند.

به شکل ظاهری گروه همسُرایان توجه نمایید که می تواند به طرق گوناگون ترتیب یابد؛ مثلاً دو صف موازی و مستقیم، یک نیم دایره، یا دو صف به صورت نیم دایره. می توانید سطوح مختلفی را برای ایستادن در نظر بگیرید؛ مثلاً از صف عقبی خوانندگان بخواهید روی نیم کت ها یا میزها بایستند.

نحوه ی ایستادن سرود خوانان را می توان بر حسب ارتفاع قامت آنها مرتب نمود. می شود ترتیبی داد که روی همه ی آنها مستقیماً به سمت جلو یا کمی به سمت یکدیگر و دست هایشان نیز در طرفین بدنشان باشد.

امکان دارد بعضی حرکت ها را نیز از آنها بخواهید؛ مثلاً این که بدن هایشان با هماهنگی، به طرفین نوسان کند؛ یا سرهایشان یا بازوهایشان در بعضی فزاینده های سرود، در هماهنگی و با ظرافت کامل، حرکت نماید.

هماهنگی در رنگ های البسه ی همسُرایان نیز به زیبایی ظاهری گروه می افزاید. می توان از همه ی آنان خواست لباس سیاه و سفید، یا آبی و سبز، بر تن کنند؛ همچنین می شود به هر سرود خوان مونث، روسری الوان و به هر سرود خوان مذکر نیز، حمایل خوش خط و نشان پوشاند.

### ترانه سرایی

برای رسیدگی به هنر ترانه سرایی (تهیه ی شعر یا متن سرود) راه های مختلفی موجود است: روی یک فقره از آثار مبارکه آهنگ و موسیقی تنظیم کنید. عبارات و کلماتی از هیاکل مقدسه ی مرکزی امرالله، حضرت ولی امرالله، یا بیت العدل اعظم را زیر بنای موسیقی خود قرار دهید. ابتدا شعری بسرایید و خود یا دیگری روی آن موسیقی بگذارید. ابتدا با نگاهی به آهنگی که می خواهید به کار ببرید، شعر یک سرود را بنویسید و بعد با زمزمه ی شعر مورد نظر، روی آهنگ کار کنید. سرودها را می توان با تکرار بسیار ساده ی بعضی عبارات ایجاد کرد. سرودهای ضبط شده از این دست زیاد در اختیار داریم؛ از جمله: بعضی از اذکار از حضرت اعلی و نیز سرود یا بهاءالابهی یا سرود الله ابهی. اما سرود هایی غیر امری نیز موجود است که از همین تکنیک تکرار استفاده می کنند. یک نمونه ی خوب، سرود آفریقایی زیر است:

Babala gumbala, gumbala havisa (x4)  
O nana nana havisa(x4)

این سرود را می توان به زبان مغولستانی یا انگلیسی یا بسیاری از زبان های دیگر تکرار کرد. شیوه ی ساده ی خواندن آن، ریتم زنده و شکل ساده ی آن، باعث می شود که بسیاری از مردم اطراف عالم به راحتی آن را یاد بگیرند و کلماتی را از زبان خود روی آهنگ آن بگذارند. در زیر معدل انگلیسی و نیز فارسی آن (از منظر مترجم - م) ارائه می گردد:

Now it is a good time, the time for, the harvest  
The harvest of the souls.

هنگام نیکویی است، هنگام، خرمن ها ( تکرار ۴ بار)  
خرمن های ارواح ( تکرار ۴ بار)

سرودها را می توان با تکرار تعدادی سوال در فراز اول و پاسخ دادن به آنها در فراز دوم، درست کرد. نمونه ای از این نوع سرود، به زبان های انگلیسی و فارسی (از دید مترجم)، چنین است:

Would you give your heart to Bahauallah? (x2)  
Would you be a flame of fire, a river of life?  
Give your heart to Bahauallah?

Yes I'll give my heart to Bahauallah (x2)  
I'll be a flame of fire, a river of life,  
Give my heart to Bahauallah.

آیا قلبت را به بهاءالله می دهی؟ (دو بار تکرار)  
آیا شعله ی آتش، و رود زندگی می شوی؟  
آیا قلبت را به بهاءالله می دهی؟

آری، قلبم را به بهاءالله می دهم. (دو بار تکرار)  
شعله ی آتش و رود زندگی می شوم،  
قلبم را به بهاءالله می دهم.

### همراهی صوتی

۱. اصوات دهانی: می توان سرود را با پس زمینه ای از اصوات دهانی همراهی کرد؛ همانگونه که در سرود های آفریقایی مرسوم است. در فرهنگ مغولستانی اورتندواو (oortenduu) (آواز بلند) و خومیل (khumil) (آواز گلوبی)، و نیز ترانه های سنتی مردمی، همه از اصوات دهانی به عنوان زمینه ی آواز استفاده می کنند. اگر به سرود های مذهبی مسیحی یا به موسیقی اولیه ی rock and roll نیز توجه کنید، این اصوات زمینه ای را می شنوید.

۲. بدن به عنوان یک ابزار موسیقی: در بسیاری از فرهنگ ها از بدن به عنوان ابزاری برای ایجاد ملودی های موسیقی استفاده می کنند. در فرهنگ های آفریقایی، اسپانیولی، و خاورمیانه ای رقص هایی را مشاهده می کنید که در آنها پا به زمین کوبیدن، کف زدن و بشکن زدن، جزئی از جریان موسیقی است. صداهای متنوع و گسترده ای را می توان با بدن ایجاد کرد. امتحان کنید و ببینید با بدنتان چند نوع صدا می توانید تولید کنید. آنها را یاد داشت نمایید و بعد بطور مرتب ایجاد نمایید. با چهار انگشت دست خود بطور ردیفی روی یک سطح سفت بزنید تا صدای یورتمه رفتن اسب یا صدای قطار در بیاورید. با کف دست ها آهسته روی سینه یا بازوها یا ران ها بزنید تا صداهای گوناگون تولید شود. کارگاه های رقص جوانان از نوعی رقص مخصوص آفریقایی استفاده می کنند که در آن خود جریان رقص، نواهای کوبه ای مورد نیازش را تعیین می نماید.

### کاربرد آلات کوبه ای

گرچه بسیاری از ما اعتماد چندانی به توانایی های خود نداریم؛ اما هرکسی که تا به حال رقصیده است یا دست زده است یا پا بر زمین کوبیده است، می داند که احساسی از ریتم یا آهنگ در وجودش هست.

به خاطر می آورم که در یک کارگاه طبل نوازی آفریقایی شرکت کرده بودم. آن کارگاه با سخنان جناب قانایان (ghanaian)، طبل نواز مشهوری که مربی ما بود، اینچنین آغاز شد: «در انگلستان وقتی کودکی با قاشقش روی یک میز می زند، مادر فوراً دستش را می گیرد و قاشق را از آن بیرون می کشد. اما در آفریقا، مادر هم یک قاشق بر می دارد و با کودک به هم نوازی می پردازد.»

از سازهای ضربه ای (کوبه ای)، می توان هم به عنوان یک موسیقی مستقل که البته حق آن هم هست، استفاده کرد و هم به عنوان پس زمینه ای برای سرود خوانی و یا ریتمی برای رقص و پایکوبی. به همه ی آلات کوبه ای که تا کنون شنیده اید فکر کنید: tambourine, drums, triangle, cymbals, guiro castanets, marimbas, zylophones و بسیاری دیگر. خیلی عالی است، اگر هم اکنون یکی از آنها را در اختیار دارید و گاهی هم می کوشید به طرق مختلف به کارش بگیریید.

اما سازهای کوبه ای اغلب گران قیمت هستند؛ بنا بر این، مطلوب چنان است که بتوانید از اشیاء دور ریختنی ابزار بسازید که همان اصوات را ایجاد کند. گروه هایی از جزایر کارائیب با ظرف های استوانه ای فلزی که برای حمل نفت و امثال آن استفاده می شود، سازهای دستی کوبه ای درست می کنند که وقتی با میله هایی که سر آنها با پارچه پوشیده شده است، به آنها می نوازند، طیفی گسترده از نت های زیبا و جذاب به وجود می آورند. در رقص سنتی موریس (Morris) از کشور انگلستان، رقصندگان از تخته های محکمی که ردیفی از سر بطری های فلزی به نحوی که بتوانند بازی کنند، با میخ، در امتداد آنها نصب شده است، استفاده می کنند. آنها صدایی را که از کوبیدن این تخته ها به زمین ایجاد می شود، جزئی از یک رقص و پایکوبی (اکثراً مردانه) محسوب می دارند. آفریقایی ها سر بطری ها و یا میله های کوچک فلزی را به طول های متفاوت، به اطراف یک تخته ی دوآر چوبی آویزان می کنند، به نحوی که با حرکت دادن تخته نت های ظریف گوناگون تولید می شود (که به آن marimba می گویند). گروه هایی از آمریکای لاتین محفظه های استخوانی و تو خالی بدن پستانداری به نام armadillo را به عنوان جعبه ی سازهای زهی خود به کار می برند. در دهه ی ۱۹۵۰ گروه هایی در اروپا و آمریکا از قوطی های چای برای درست کردن آلت موسیقی تک زهی و از زدن تخته های کهنه ی لباس شویی به یکدیگر برای ایجاد صداهای مناسب، استفاده می کردند. (در این زمینه، کار گروهی که به استومپ «stomp» مشهور است، دیدنی است - م)

### ساختن سازهای ضربه ای با اشیاء دور ریختنی

ساختن سازهای ضربه ای با اشیاء و مواد دور ریختنی می تواند یک فعالیت گروهی لذت بخش باشد. امتحان کنید ببینید می توانید با ضربه زدن آهسته به ظروف موجود در آشپزخانه ی خود یا با مالیدن آنها

به یکدیگر، صداهای جذاب و گیرا ایجاد کنید یا نه. بر هم زدن یا بر هم خراشیدن اشیای مختلف، مثل قاشق های چوبی، سطوح پلاستیکی و غیره را امتحان نمایید.

- وقتی با یک قطعه چوب مناسب یا یک میله ی فلزی نازک یا یک میله ای که در یک سر آن پارچه پیچیده شده، به انتهای یک بوکه ی پلاستیکی یا قابلمه بزنید، صداهای متفاوت و جالبی تولید می شود.

- اگر برنج یا نخود یا لوبیا در یک قوطی فلزی یا پلاستیکی بریزید و درب آن را بسته، تکانش بدهید؛ می بینید به ازای هر یک از این حبوبات، صدای متفاوتی تولید می شود.

- ردیفی از بطری های شیشه ای مساوی را با مقادیر متفاوتی از آب پر کنید. وقتی با یک قاشق یا ترکه ی کوچک به آنها بزنید، نت های متفاوتی ایجاد می کنند.

اکنون به حیات خانه خود یا به خیابان بروید و ببینید چه امکانات دیگری در این راستا موجود است:

- از یک تویی لاستیک اتومبیل می توان یک cymbal بزرگ درست کرد.

- یک بوکه ی پلاستیکی بزرگ یا یک درام پلاستیکی وقتی آهسته به ته آن زده شود، صداهای زیبایی تولید می کند.

- وقتی دو قطعه ی ریل پرده یا دسته های دو تا جاروب به هم زده شوند، صداهای جالبی تولید می کنند.

- یک تخته ی لباس شویی چوبی یا فلزی قدیمی، وقتی از جای نصب شده اش بیرون آورده شود و تخته ی چوبی یا فلزی دیگری روی آن کشیده شود، صداهای متفاوتی ایجاد می کند.

### کاربردهایی برای اصوات ضربه ای

۱. گروه سازهای کوبه ای: یک گروه از نوازندگان سازهای کوبه ای می تواند جزیی بسیار شادی بخش از یک رژه ی خیابانی باشد؛ یا می تواند توجه افراد زیادی را به یک کنسرت یا نمایش جلب نماید. وقتی در صدد ایجاد وسیله ی سر هم بندی شده ی موسیقی می باشید، توجه کنید که باید چیزهای مختلفی را امتحان نمایید تا صدای مورد نظر خود را بیابید. صدای اشیای انتخاب شده باید هماهنگ و گوش نواز باشد. هر قابلمه یا بوکه ی پلاستیکی یا تویی لاستیک صدای مطبوع تولید نمی کند. شما نمی خواهید با ابزار سر هم بندی شده ی خود، فقط به اصطلاح «تَلَقُّ و تُلُوق» راه بیاندازید که هر کسی بخصوص نوازندگان را خیلی زود خسته می کند. به یادتان باشد که می خواهید واقعا موسیقی بنوازید.

۲. همراهی با نمایش: سازهای کوبه ای وقتی به تنهایی نواخته می شوند، برای کارهای تآتری، چه تآتر سایه باشد چه نمایش زنده، بسیار مفید و موثرند؛ زیرا به راحتی می توانند جوئی متفاوت به وجود آورند. یک طبل بزرگ مبین تنش یا اقدام اساسی یا تراژدی است؛ یک سنج (cymbal) می تواند انتظار یا ابتکار را برساند؛ یک زنگ (gong) را می توان برای بیان تغییر ناگهانی در جو یا عواطف، به کار برد؛

از صدای تنها و خفه ی یک زنگ بزرگ می توان برای بیان مشئومیت و تنهایی استفاده کرد؛ و یک زنگوله ی کوچک می تواند گویای بروز یا ظهور چیزی جادویی باشد.

### تنظیم صدای سازهای کوبه ای

هر کسی می تواند «زمان را نگهدارد»؛ به این معنی که یاد گرفتن سازهای کوبه ای تا سطحی فنی چندان مشکل نیست. وقت زیادی نمی برد تا یک نفر یاد بگیرد چگونه بهترین صدا را از چنین سازی در بیاورد و اینکه چطور با تغییر محل ضربه زدن ریتم و صدا را تغییر دهد و یا با دست دیگر صدا را خفه و خاموش نماید. با وجود این، ساختن یک قطعه موسیقی کوبه ای، حتی برای یک مناسبت ساده، نیازمند آن است که افراد نوازنده از آمادگی و برنامه ریزی و کار و تمرین کافی برخوردار باشند.

همینطور که مهارت ها و اعتماد به نفس گروه افزایش می یابد می تواند ریتم های پیچیده تری را ارائه دهد و در این مسیر هر چقدر به کارهای یکدیگر گوش بدهیم بهتر است. تسهیل گر می تواند اعضاء گروه را تشویق کند با دقت به ریتم های موجود در یک سرود یا ترانه ی آفریقایی یا آمریکای لاتینی گوش دهند و سعی نمایند در هر زمان یک یا دو تای آنها را بنوازند و باز آفرینی کنند. گوش فرا دادن به نمونه های ضبط شده از آوای طبل های کره ای یا ژاپنی یا آفریقایی، هم تسهیل گران و هم همراهان را متقاعد خواهد کرد که آواهای کوبه ای خود نوعی موسیقی است و نه فقط افکت های صوتی.

### تمرین هایی برای تولید ریتم

ریتم فقط ضربه های صدایی نیست، بلکه (مجموعه ای از اصوات است که در ذهن انسان ایجاد حرکت می کند - م) و فاصله ی بین ضربه ها را نیز شامل می شود. همه ی ما وقتی حرف می زنیم ریتم های طبیعی را رعایت می کنیم. اگر چنین نمی کردیم صدایمان مثل حرف زدن ماشین آهنی می شد و هرچه زودتر شنندگانمان را به خوابی عمیق فرو می بردیم.

در حالیکه بسیاری از مردم حسّی طبیعی از ریتم را دارا هستند و با کف زدن یا ضربه زدن، مشکلی در تولید یک ریتم ساده یا حتی پیچیده ندارند؛ بعضی ها فاقد اعتماد به نفس هستند و معتقدند هیچ بهره ای از ریتم ندارند. انجام دادن تمرین های زیر برای چنین افرادی مفید خواهد بود:

خود را عادت دهید فواصل خالی بین ریتم های یک آهنگ را پر کنید؛ آنوقت متوجه می شوید من چه می گویم.

جمله ی ساده ی «او را بین» را در نظر بگیرید. بخش ها یا سیلاب های او و ب موجود در اول کلمه ی بین را محکم و بخش های را و بقیه ی کلمه ی بین، یعنی بین را آهسته تولید کنید.

بعد وقتی دو بخش بلند را تکرار می کنید کف دست های خود را نیز هماهنگ با آنها به هم بزنید... این همانی است که ضربه ی اصلی گفته می شود.

بعد روی دو بخش اول جمله کف بزنید و روی بقیه سکوت کنید. ضربه ی روی بخش ب را ضربه ی خاموش می گوئیم.

حال وقتی به این ریتم عادت کردید؛ یک ضربه روی بخش انتهایی بین (بین) که آن هم ضربه ی خاموش گفته می شود، اضافه کنید. حالا روی بخش های او و را و بین ضربه می زنید و بخش ب را خاموش می گذارید. به ریتمی که می نوازید گوش دهید. این ریتم خیلی خوشایند تر از وقتی است که فقط روی بخش های او و ب ضربه می زدید و احساس می کنید که مایلید آن را ادامه دهید.

حال همین تمرین را با جمله ی «رقص کن با موسیقی» انجام دهید. در ابتدا روی هر بخش از جمله، ضربه، یعنی کف بزنید. اگر به ریتم کلمات توجه کنید در می یابید که فاصله ی بین بخش های با و مو خیلی کوتاه تر است از فاصله ی بین بخش های رقص و کن. وقتی به این ریتم عادت کردید، بخش مو را سکوت کنید. حال ریتمی متفاوت داریم که خیلی جالب تر است و مایلید آن را ادامه بدهید.

همین تمرین را با جمله های نمونه ی دیگری انجام دهید. جمله ها را همانگونه که در صحبت واقعی به کار می برید استفاده کنید؛ فقط بعضی بخش های آن را بلند (کشیده) و بعضی را کوتاه ادا نمایید.

### **بعضی تمرین های موسیقایی دیگر**

۱. تپش قلب هایی متعدد چون قلبی واحد: در گروه های ۴ یا ۸ نفره، با طبل، ریتمی را به آهستگی و با فواصل مناسب بنوازید. هر یک از افراد به نوبت، در فاصله ی ریتم ها یک ضربه اضافه می کند (یا یک عبارتی را به آواز ادا می نماید). بعد افراد دیگر نیز بعد از گوش دادن دقیق به ریتم های موجود، به همین منوال عمل می کنند تا به تدریج یک نوای کلی پیوسته و هماهنگ تولید شود.

۲. یاران را بیابید: گروه بزرگ را به زوج ها یا دسته های کوچک تقسیم کنید و از هر دسته بخواهید یک سلسله ای ساده از نت ها را برای خود انتخاب کنند. بعد دسته ها را پراکنده کنید و هر نفر از اعضای آنها را به یک گوشه از اطاق بفرستید و چشم هایشان را ببندید و بگویید هر یک سلسله ی خود را تکرار کنند. حال از هر یک از آنها بخواهید با گوش دادن به نت هایی که زمزمه می شود بگردند و یاران خود را پیدا کنند تا به تدریج گروه کوچکشان شکل گیرد.

۳. یاران را بیابید: همچون تمرین فوق با این تفاوت که این بار هر یک از افراد، سلسله ی نت های خود را با کف زدن یا ضربه زدن به یک طلبک ادا می کنند.

۴. ملودی آسمانی: همراهان در گروه هایی تا هشت نفره، ایستاده به صورت دایره، دست های یکدیگر را می گیرند. یکی از افراد نتی را شروع می کند و ادامه می دهد (در فواصل مناسب نفس تازه می کند). بعد با فشردن دست نفر بعدی، به او می فهماند که نتی دیگر را که هماهنگ با نت قبلی باشد، شروع کند و ادامه دهد. کار به همین ترتیب ادامه می یابد تا همه ی اعضاء نت خود را بخوانند. بعد نفر اول خواندن را متوقف می کند و با فشردن دست نفر بعدی، از او می خواهد تا او هم متوقف نماید و به

همین ترتیب و به نوبت، همه ی اعضاء خواندن را متوقف می نمایند تا فقط نفر آخری بماند که او هم بعد از لحظاتی خواندن نتش را پایان می دهد.

۵. ملودی آسمانی ۲: به ترتیب فوق عمل شود؛ اما این بار هر یک از افراد بجای نت، یک کلمه دو یا سه بخشی را ادا کنند ( کلمات با بخش های بیشتر کار را پیچیده می نماید)؛ کلماتی مثل: « محبت»، « صبر»، « ایثار»، « عشق» و « بخشش» مناسب است؛ ولی عباراتی مثل «رفتار خوب و پسندیده» قدری برای این تمرین طولانی هستند. اعضاء به تمرین ادامه دهند تا در آن مهارت یابند.

## فصل هفتم: نمایش رادیویی

اغلب، از اعضای جامعه های بهایی دعوت می شود یا به عنوان سخن گو در یک پنل، یا برای مصاحبه در یک برنامه ی رادیویی، شرکت نمایند. بعضی وقت ها هم در رادیو به جامعه ی بهایی وقتی داده می شود که به هر نحوی که بخواهند از آن استفاده نمایند. بعضی ممالک هم ایستگاه رادیو بهایی خود را تاسیس نموده اند.

قصه گویی یکی از شیوه هایی است که ما می توانیم با آن در ایستگاه های رادیویی بر اصول روحانی و تعالیم الهی متمرکز شویم. نمایش های رادیویی نیز یکی از امکانات دیگر است. مطالب این فصل مبتنی است بر موادی که من برای یک سری کارگاه های نمایش رادیویی طراحی کرده ام. این نمایش ها را هنرمندان رادیو بهایی روستایی در جزایر فیلیپین و دوستان آنها به اجرا در آوردند. امیدوارم کسانی هم که به رادیو دسترسی نداشته اند، محتوای آنها را مفید بدانند و داستان ها را برای تعریف کردن تطبیق دهند یا بر مبنای تجارب شخصی، داستان ها و نمایش هایی خلق نمایند.

### از ظرفیت ها و امکانات رادیو استفاده کنید

موادی که در برنامه های رادیویی به کار می روند، مبتنی هستند بر قدرت و خلاقیت گفتار، با زیر و بم های خاص آن. رادیو امکانات نامحدودی در اختیار نویسنده قرار می دهد. امواج رادیویی بر تحرک ترین رسانه ی نمایشی است که در یک آن، هزاران مایل را طی می کنند، به موقع به مقصد می رسند؛ و هنرمندان را تا اعماق جنگل های آمازون یا تا میانه ی میداین جنگ که در احاطه ی هزاران توپ و تانک و سرباز پیاده اند، می برند و در کنار شنوندگان قرار می دهند؛ یا حتی آنان را تا داخل گوشی خود هنرمندی که شنونده ی اندیشه های خودش است، انتقال می دهند.

رادیو رسانه ای است مردمی که با یک شنونده ی تنها در گوشه خانه اش حرف می زند؛ ارتباطی است انفرادی بین نویسنده و شنونده؛ با چنان قابلیتی که نویسنده و هنرمند به راحتی می توانند در گوش شنونده نجوا کنند و رنگ های زیبایی از معنی و احساس را در قالب کلمات و عباراتی جذاب، در ذهن و روح او القا نمایند.

رادیو پر اشتراک ترین رسانه ای است که می تواند افکار و تصورات شنودگان را بر انگیزد؛ زیرا در این رسانه، شنونده چون نمی تواند ببیند، ناگزیر بر اساس تجارب خود، به معانی و اصواتی که می شنود جسم و جان می بخشد. او با توجه به اشاراتی صوتی که نویسنده در متن نمایشنامه می گنجاند کاراکترها را در قوه تصور خود شکل می دهد و حتی مرتب و منظم می نماید. بنا بر این، یک نمایشنامه ی رادیویی فضای فراوانی در اختیار شنوندگان قرار می دهد تا خودشان با تکیه بر قوه ی تصور خود، به «خلق»

نمایشنامه ادامه دهند و البته آنچه که به این ترتیب خلق می شود، برای آنها خیلی بیشتر معنا دار و پایدار است.

### نمایشنامه

دیدیم که حضرت ولی امرالله می فرمایند:

**آنچه را که می توانی و باید انجام دهی این است که داستان هایت را منبعی برای الهام و هدایت خوانندگان آنها قرار دهی. با چنین وسیله ای که در اختیار داری می توانی روح و نفس تعالیم امرالله را انتشار دهی؛ می توانی شرارت های موجود در جامعه و نیز راه های ممکن برای غلبه بر آنها را نشان دهی. اگر استعداد نگارشی داری باید آن را موهبت الهی بدانی و نهایت تلاش را بنمایی که از آن برای بهبود وضع جامعه، استفاده کنی.**" (ترجمه)<sup>۴۲</sup>

متن نوشته شده برای یک نمایشنامه ی رادیویی از همان اهمیتی برخوردار است که متن نت های نگاشته شده برای یک سنفونی داراست. در زیر نکاتی در باره ی نحوه ی نگارش چنین متنی ارائه می گردد:

وقتی یک داستان یا ایده ای اصلی برای نمایشنامه ی خود انتخاب کرده اید و یک یا دو مورد از کاراکترهای خود را مشخص نموده اید، شروع به کار نمایید. به قول معروف «هنر نویسندگی ۱۰ درصدش الهام گرفتن و ۹۰ درصدش عرق ریختن است.» زیاد وقت خود را صرف الهام و اکمال ننمایید. فقط ایده ای را برای یک گفتگو در نظر آورید و شروع به نوشتن کنید و به این کار ادامه دهید؛ و درست در همین حالت است که الهام به سراغتان می آید.

با خود دفترچه ی مناسبی داشته باشید و در آن هر ایده یا تجربه ای را که سر راهتان قرار می گیرد یادداشت کنید. فقرات، عبارات، قصه ها، ترانه ها، شعرها، رؤیایها، قطعاتی از آنچه خواننده یا شنیده اید، موضوع ها، طرح ها، کاراکترها، و غیره، هر چقدر هم که ظاهراً بی ربط و بی مورد به نظر برسند، ممکن است در مسیر کارتان مفید واقع شوند. خلاقیت یک فرایند روحانی است و اگر به قوای خلاقه ی روحانیه ی موجود در درون و بیرون خودمان توجه داشته باشیم، از ارتباط های جاری در هر گوشه و کناری، بیشتر و بهتر، آگاهی می یابیم.

وقتی مشغول به نوشتن نمایشنامه می شوید، حائز اهمیت بسیار است که آنچه را می نویسید با صدای بلند ادا کنید و ببینید چگونه به نظر می رسد. شرمنده نشوید. چیزی که ممکن است روی کاغذ یا حتی در یک صحنه ی نمایش خوب به نظر برسد، می تواند در فضای صمیمانه ی رادیو، با آب و تاب و غیر واقعی جلوه نماید.

مجموعه ای از قصه ها را برای خود جمع آوری کنید. داستان هایی که حضرت بهاءالله و حضرت عبدالبهاء گفته اند، داستان هایی که در باره ی حیات هیاکل مرکزی امرالله و مومنین اولیه نقل شده،

موارد خوبی از این مجموعه است. داستان های مربوط به زندگی خادمان برجسته ی امر الله و نیز خاطرات مربوط به رشد و پیشرفت آن هم بسیار مناسب است. همچنین در این مقوله، داستان های ارزشی و اخلاقی از تمام فرهنگ ها؛ داستان های سنتی؛ قصه هایی از کتب مقدسه همه ی ادیان؛ یا داستان هایی که در ادبیات ملل موجود است و می تواند الهام بخش شما باشد؛ قصه هایی که خودتان می نویسید؛ داستان حوادثی که برای خودتان رخ داده یا در جامعه ی محل زندگیتان پیش آمده و مبین جنبه ای از حیات بهایی است، جای می گیرد.

وقتی کار نوشتن را شروع کردید، با رجوع به اصول و دستورالعمل های مربوطه، نحوه کار خود را ارزیابی نمایید. بسیار مهم است که از این اصول آگاهی داشته باشید. البته یک نمایشنامه نویس مجرب ممکن است گاهی از این اصول عدول نماید و شیوه هایی بدیع به کار برد؛ اما این توانایی نیز خود محصول تجربه ی زیاد و آگاهی کامل از همین دستورالعمل ها و درک نقش سازنده ی آنها است. در زیر، به بعضی از این اصول اشاره می شود:

#### • طرح نمایشنامه

طرح، خطوط اصلی نمایش را نشان می دهد. این، مثل یک ریسمانی است که شنونده ی «نا بینا» را از میان تعدادی صحنه های مختلف عبور می دهد. اما شنونده خودش باید این ریسمان را درک کند و بپذیرد که با آن هدایت شود. بنا براین، آغاز داستان باید برای شنونده از جذابیت و گیرایی خاصی برخوردار باشد؛ و الا گوش دادن را کنار می گذارد و حواسش به چیز دیگری جلب می شود و حتی ممکن است رادیو را خاموش نماید. اما چند نکته راجع به طرح اولیه:

مهم است که از وسط حادثه ای که در حال وقوع است، شروع کنید.

طرح کلی از دهان هنرمندان (کاراکترها) نمودار می شود. در داستان های ادبی، ناقل داستان، طرح را آشکار می سازد؛ در حالیکه در نمایشنامه های رادیویی، خطوط اصلی داستان، آمیخته با دیالوگ های هنرمندان است.

در خلال نمایشنامه باید مقداری تنش و درگیری موجود باشد؛ وگرنه، جنبش و جوش هیجان انگیزی موجود نخواهد بود. این درگیری می تواند درون شخصیت یکی از کاراکترها (مثلا سرگردانی نسبت به یک گزینه ی اخلاقی)، یا میان یکی از کاراکترها و یکی یا تعدادی بیشتر از آنها، یا بین یکی یا بیشتر از آنها و یک موقعیت بیرونی باشد. یک طرح باید شامل عناصری باشد که برای شنونده شناخته شده و در عین حال تازه و بدیع هستند؛ یعنی یک موقعیت غیرعادی را در متن زندگی عادی قرار دهد یا برعکس، یک واکنش و رفتار عادی را در متن یک زندگی غیرعادی نشان دهد.

اگر کار را بر اساس داستانی موجود آغاز می کنید، با دقت بررسی نمایید که چرا آن موردِ بخصوص را انتخاب کرده اید؟ موضوع آن چیست؟ جوهر داستان چگونه است؟ یعنی در باره ی روح انسانی و رابطه

اش با خدوند چه می گوید؟ چگونه به ما کمک می کند از لحاظ روحانی ارتقا یابیم؟ عناصر اصلی داستان چه هستند؟ به چه کاراکترهایی احتیاج دارید؟ آیا نیازی هست که آنها را کمی بیشتر از داستان موجود توصیف نمایید؟ واسطه ی مورد نظرمان (رادیو)، احتمالاً چه تغییری در نحوه ای که خودمان نمایشنامه را ارائه می نمایم، ایجاد خواهد کرد؟

#### • موضوع نمایشنامه

موضوع، جوهره ی اصلی نمایشنامه است. همیشه این سوال مطرح است که نمایشنامه در باره ی چیست؟ نکاتی اخلاقی مطرح در آن کدام است؟ چرا این داستان؟ هدف ما از ارائه ی آن چیست؟ چگونه می خواهیم شنونده را تحت تأثیر قرار دهیم؟

گرچه موضوع، جوهر نمایشنامه و بسیار مهم است؛ اما ضرورتاً اولین چیزی نیست که هنگام شروع به نوشتن نمایشنامه، باید در نظر گیریم. آن چیزی که بدایتاً توجه ما را جلب می نماید، ممکن است رابطه ی دو تا از کاراکترهایمان، یا یک تصویر، یا موقعیتی که ما را به سوی خود می کشاند و مایلیم در باره ی آن چیزی بدانیم، باشد. وقتی ایده ای به نظرمان می رسد، شروع به کار روی آن نمایید و ببینید چه پیش می آید. اغلب، موضوع، هنگامی که داریم می نویسیم، یا وقتی در باره ی آنچه انجام داده ایم می اندیشیم، ظاهر می شود. همین حالت است که فرایند هیجان انگیز و آزادی بخش الهام، تعبیر می شود.

#### • کاراکترهای نمایشنامه

در قصه گویی، یک ناقل یا روایت کننده موجود است. اما در یک نمایشنامه ی رادیویی، این کاراکترها هستند که جای ناقل را می گیرند؛ به این معنی که نقل داستان بین کاراکترهای مختلف تقسیم می شود و آنها، آنچه را که در فرایند قصه گویی ممکن است در زمان گذشته تصویر شود؛ در زمان حال ارائه می دهند. در اینجا حکایت قصه گو، با دیالوگ های هنرمندان جایگزین می شود؛ دیالوگ هایی که در ظاهر چنین به نظر می رسد فقط در توسعه و تحقق فرایند داستان مشارکت دارند، اما نقش اطلاع رسانی نسبت به مراحل داستان را نیز به عهده می گیرند. دو نوع کاراکتر موجود است:

#### **الف - کاراکترهای موضوعی (thematic)**

در این روش، آنچه را که می خواهیم بیان کنیم، حول کاراکترهای مورد نظرمان مثلاً جناب وحید، جناب طاهره، یا جناب بدیع، دور می زند یا از خصوصیات فردی آنها نشأت می گیرد. در نمایشنامه های شکسپیر، شاه لیر، مک بث، و اتللو، کاراکترهای موضوعی هستند. نمایشنامه ای که متمرکز است بر کاراکترهای موضوعی، می کوشد آنچه را در اذهان و قلوب آنها در جریان است کنکاش نماید و نشان دهد.

## ب- کاراکترهای توصیفی (illustrative)

در این روش نیاز است که کاراکترها خود طرح یا داستان را بیان نمایند. اما این طرح یا داستان تبیین نمی گردد؛ بلکه از روی خطوط داستان استنباط می شود. نمایشنامه ای که مبتنی بر کاراکترهای توصیفی است در باره ی آنچه که در بیرون و اطراف کاراکترها اتفاق می افتد، سخن می گوید.

در باره ی کاراکترها به نکات زیر توجه نمایید:

تعداد کاراکترها را زیاد نگیرید؛ چون باعث سردرگمی شنونده خواهد شد. برای یک نمایشنامه ی کوتاه، بیش از ۶ کاراکتر نباید در نظر گرفت.

بین کاراکترها فرق بگذارید. همه ی آنها نباید مشابه هم به نظر برسند؛ بلکه باید شخصیت های متفاوت و طرز صحبت مختلفی داشته باشند، تفاوت و اختلافی که برای پیشبرد طرح و پختن گفتگوها لازم است. کاراکترها را باید به خوبی معرفی نمود تا شنوندگان بتوانند بعضی خصوصیت های خود را در آنها رد یابی کنند.

قبلاً متن نمایشنامه را به متن نت های یک سمفونی تشبیه کردیم. وقتی نوشتن آن را به اتمام رساندید، باید «ابزار گران» آن، یعنی هنرمندانی را که به آن جان می بخشند، انتخاب کنید. همانطور که آلات به کار رفته در یک ارکستر سمفونی لایه های صوتی متفاوتی تولید می کنند؛ صداهای کاراکترهای شما نیز باید، تا آنجا که ممکن است، از نظر فاصله، لحن، لهجه، و بافت متفاوت باشند. در سطحی عملی، شنونده باید بتواند به راحتی کاراکترها را از هم تمیز دهد. علاوه بر این، با کاربرد تنوعی از صداها، ما تجارب خلاقه ی خود را نیز افزایش می دهیم.

ما باید از مطرح کردن نقشی، به عنوان صدای هیاکل مقدسه ی امر الهی، خود داری کنیم؛ اما ذکر آثار و کلمات آنان در متن نمایشنامه، مانعی ندارد.

حضرت ولی امر الله می فرمایند:

اما راجع به سوال شما، در مورد به نمایش در آوردن وقایع تاریخی بهایی؛ حضرت ولی امر الله قطعاً تایید می فرمایند و حتی تشویق می کنند که احباً باید در چنین حرفه های ادبی و هنری نیز که بی تردید، می تواند حائز ارزش تبلیغی عظیمی باشد، وارد شوند. آنچه که ایشان مایلند مومنان از آن پرهیز کنند این است که از به نمایش در آوردن- یعنی به عنوان کاراکتر نمایشی، آنان را روی صحنه ظاهر نمودن- شخصیت های حضرت باب، حضرت بهاء الله و حضرت عبدالبهاء، خود داری نمایند. به نظر ایشان، چنین اقدامی، همانگونه که از قبل نیز متذکر شده اند، کاملاً اهانت آمیز خواهد بود. نفس این واقعیت که آنان روی صحنه ظاهر شوند، نوعی اسائه ی ادب خواهد بود که به هیچ عنوان نمی تواند با مقامات عالیه آنان سازگار باشد. اما پیام آنان و یا سخنان واقعی آنان، مرجحاً توسط حواریون یا

شاگردانشان که روی صحنه ظاهر می شوند، می تواند گزارش شود و انتقال یابد.  
(ترجمه)<sup>۴۳</sup>

در این زمینه، بیت العدل اعظم الهی نیز می فرمایند:

حضرت ولی امر الله تصریح نموده اند که این منع، در مورد همه ی مظاهر مقدسه صادق است... اما مانعی در ارائه ی نمادین اینگونه شخصیت های مقدس، موجود نیست؛ مشروط بر آنکه رسم و آئین نشود و نماد به کار رفته، ربط منطقی با موضوع داشته باشد. (ترجمه)<sup>۴۴</sup>

#### • دیالوگ (گفتگو)

نمایش رادیویی نوعی گفتگو است. به واسطه ی دیالوگ است که طرح نمایش تحقق می یابد و ما به تدریج کاراکترها را شناسایی می کنیم. افکت های صوتی و موسیقی، ابزارهای مهم و قدرتمندی هستند؛ اما برای پشتیبانی و تقویت کلمات ادا شده که در نمایش رادیویی تقریباً به طور انحصاری دیالوگ می باشد، به کار می روند. دیالوگ دو نوع عمل کرد متفاوت دارد: عمل کرد اطلاعاتی (informative) و عمل کرد نمایشی (dramatic)

**الف: عمل کرد اطلاعاتی:** در این عمل کرد دیالوگ در داستان، نقش ناقل یا حکایت کننده را به خود می گیرد. کاراکترها، در حالیکه با یکدیگر حرف می زنند، به ما می گویند که در باره ی آنها و موقعیتشان چه چیزهایی را باید بدانیم. اطلاعاتی که لازم است این نوع عمل کرد انتقال دهد از جمله عبارت است از اینکه کاراکترها چه کسانی هستند؛ در چه موقعیتی قرار دارند؛ و قبل از اینکه نمایش شروع شود، بر آنها چه گذشته است.

می توان با گذاشتن اشارات مختصری در دهان کاراکترها به این مقصود نائل شد: به عنوان مثال:

«خسته به نظر می رسی. یقین امروز زیاد مریض داشتی، نه؟»

«تازگی ها توی مصاحبه های استخدامی موفقیتی داشته ای؟»

«اینجا چقدر آرامش هست، بخصوص توی این ساعت از شب!»

«چرا همش با بابات یکه به دو می کنی؟»

«از موقعی که در مدرسه با هم بودیم.....»

«از وقتی که از زندان آزاد شده خیلی ضعیف به نظر می رسی؛ ولی مثل همیشه روحیه ی بالایی داری.»

«معلم مدرسه همیشه به ما می گفت او آینده ی درخشانی داری.»

اما گاهی نیاز به دانستن گذشته با چنان جزئیاتی داریم که ارائه ی آن به زبان یکی از کاراکترها کافی به نظر نمی رسد. در این حالت می توانیم اطلاعات لازم را به صورت تکنیک فلاش بک (flashback) ارائه دهیم. با این تکنیک، واقعه چنان تصویر می شود که انگار دارد در زمان حال اتفاق می افتد؛ اما می دانیم که در واقع، در گذشته اتفاق افتاده است. فلاش بک را می توان با سر هم کردن دو جمله ایجاد

کرد؛ مانند: («می تونم به خاطر بیارم که انگار همین دیروز بود که...»، انتقال به صحنه ی گذشته). یا می توانیم آنها را با خاموش کردن صدای کاراکتری به دست آوریم که دارد در باره ی یک حادثه ی مربوط به گذشته حرف می زند و ما را درگیر اقدام و کلامی مربوط به همان زمان می نماید به طوری که انگار در همین زمان اتفاق می افتد.

عمل کرد اطلاعاتی اغلب برای وصل کردن پایان یک صحنه به آغاز صحنه ای دیگر به کار می رود. برای مثال: «خوب، من کار دارم و باید برم. چند ساعت دیگه دم بازار می بینمت.» (انتقال صحنه به بازار، «چرا اینقدر دیر کردی؟»، مثالی دیگر: «متاسفم نمی تونم با تو پیام. باید برم به بیمارستان.») انتقال به صحنه ی بیمارستان، «سلام ژولیت، امروز چطوری؟ بهتر شدی؟» این جملات مثل علایم امتداد راه عمل می کنند و تصورات شنونده را در مسیر داستان هدایت می نمایند. شنونده نباید بفهمد که "دارد اطلاعات به او ارائه می شود." این کار باید به نحوی ظریف و طبیعی صورت پذیرد. لازم نیست اطلاعات زیادی ارائه دهید؛ تصور خود شنونده بسیاری از جاهای خالی سناریو را پر خواهد کرد.

لازم است دیالوگ ها قابل قبول به نظر برسند. از خاصیت های رادیو این است که وقتی صحبت ها طبیعی نباشد، زود آن را معلوم می کند. وقتی دیالوگ ها را می نویسید آنها را با صدای بلند آزمایش کنید؛ حتی صدای خود را ضبط کنید و گوش بدهید ببینید چطور به نظر می رسد. دیدن آن روی کاغذ و شنیدن آن، دو امر کاملاً متفاوت هستند.

**ب: عمل کرد نمایشی:** این عمل کرد شامل درگیر کردن شنندگان است در حیات تعدادی از کاراکترها. چیزی که برای آنها (کاراکترها) اتفاق می افتد نوعی درگیری پویا را ایجاد می کند؛ آنها را به اوج هیجان می رساند و یک تناقض را رفع می نماید و به شنونده این احساس رضایت را القاء می کند که او (یک کاراکتر فرضی) بالاخره تغییر کرد و چیز تازه ای یاد گرفت و سرانجام اینکه دنیا مکانی بهتر و پر تفاهم تری به نظر می رسد.

رادیو، رسانه ای صمیمی است؛ شما در گوش شنونده زمزمه می کنید؛ انگار که فقط برای یک نفر مطلب می نویسید و این، فرصت های نمایشی ویژه ای را فراهم می سازد؛ مشارکت تخیلی شنونده را فرا می خواند و احساسات و تأثرات او را به طریقی که نمایش صحنه ای قادر به ارائه ی آن نیست، به مشارکت می طلبد.

برای تخیلات شنونده جای خالی بگذارید. لزومی ندارد همه چیز را توضیح بدهید. اجازه دهید دیالوگ ها حاوی اشاره ها و نکته هایی باشد که شنونده خود آنها را دریابد و پاسخ گوید.

در کار برد کلمات و اصوات خست به خرج دهید. موادی که در اختیار دارید قدرت و وجاهتِ گفتار و صدا و سکوت است. به یاد داشته باشید که سکوت بخشی بسیار مهم از بافت نمایشی است که خلق می کنید و بیاموزید که از آن نهایت استفاده را بنمایید.

موسیقی، همراهی قدرتمند برای سخن است؛ اما آن را فقط وقتی که لازم است به کار ببرید. از خود سوال کنید آیا از لحاظ هنری، بُعدی جدید به کار می بخشد؟ آخرین ارزیابی ها این است که کار برد موسیقی باید اجتناب نا پذیر به نظر برسد.

شروع نمایش باید جذاب باشد تا توجه شنونده را جلب کند و او را به شنیدن بقیه ی اثر تشویق نماید. پایان نمایش نیز باید این احساس را در شنونده ایجاد کند که با گوش دادن به نمایش شما، روحش غنی شده و زندگی به طریقی تغییر کرده است.

حضرت ولی امرالله می فرمایند:

**یومی فرا می رسد که امر الله مانند شعله ی آتش گسترش یابد و آن زمانی است که روح و تعالیم امر الهی بر روی صحنه یا به طور کلی در قالب هنر و ادبیات عرضه گردد. هنر به مراتب بهتر از استدلال سرد و بی روح، به خصوص در میان توده ی مردم، می تواند احساسات و عواطف متعالیه ی شریفه را بیدار نماید.** (ترجمه)<sup>۴۵</sup>

## فصل هشتم: با هم، در سبیل خدمت پوییم

تعیین اینکه در کتابی از این دست، چه چیزی را باید اضافه کنیم و چه چیزی را حذف نماییم، تا هم مفید باشد و هم طولانی و خسته کننده نباشد، کار آسانی نیست. بدون شک نفوس خلاق، انیمیتورهای گروه های نوجوانان، مربیان کلاسهای اطفال، تسهیل گران و راهنمایان، ایده هایی بسیار عالی دارند که در این صفحات منعکس نشده است. امید وارم فرصت این را داشته باشید چنین ایده هایی را که می توانند در جلسات تامل و بررسی نیز مطرح شوند، با ما در میان بگذارید تا در چاپ های آینده ی کتاب درج گردد.

در انتهای این مجموعه سه ضمیمه ملاحظه می نمایید. **ضمیمه ی ۱** شامل داستان هایی است که در فصل های گذشته به آنها اشاره رفت و تا کنون در کتاب های روحی درج نشده اند؛ و نیز فهرستی را شامل است از سایر قصه ها و منابع و مآخذ آنها. **ضمیمه ی ۲** فهرستی از بازی ها را ارائه می دهد که شامل تمرین ها و تقویت کننده هایی است برای افزایش مهارت ها و حساسیت ها؛ و **ضمیمه ی ۳** یک فهرست از کتاب هایی را در اختیار می گذارد که برای افزایش مهارت های هنری و کاربردی ما، در فعالیت های اجتماعی و تقویت فرایند یادگیری مفید می باشند.

وقتی به اهداف نقشه ی پنج ساله می اندیشیم، از حجم عظیم کاری که باید در این مدت کوتاه انجام شود متحیر می شویم و احساس می کنیم که باید برای افزایش منابع انسانی، کوتاه ترین راه ممکن را در پیش گیریم. اما هرگز نباید چنین بیاندیشیم که این بدان معنی است که با توسل به رویکرد های تخیلی و تجربی، فرصتی برای یادگیری باقی نمی ماند. برعکس، با تشبث به این فرایندها، شوق و توانمان تزئید خواهد یافت و مهارت ها و ظرفیت هایمان تقویت خواهد شد.

همه ی ما تا کنون از آنچه که یک معلم مومن و منجذب بیان داشته است، عمیقاً متأثر شده و به حرکت آمده ایم. اما اگر آن را یادداشت کرده باشیم و گهگاهی، چند ساعت یا حتی چه چند روز بعد، به آن مراجعه نماییم؛ احساساتمان را به یاد می آوریم؛ تأثیری که از آنچه صرفاً شنیده ایم بر نمی آید. برخلاف این حالت، معمولاً داستانی را که شنیده ایم، یا نمایشی را که دیده یا شنیده ایم، یا شعر یک موسیقی را که گوش کرده ایم و قلبمان را متأثر ساخته است، با روشنی و وضوح بسیار بیشتری، به خاطر می آوریم. حتی بیشتر از این، وقتی در یک روز، با مشارکت در ساختن چیزی، یا با انجام دادن تمرینی، یا با طرق دیگری از کار برد قوای خلاقه امان، چه به صورت فردی یا گروهی، درگیر فرایند یادگیری شده ایم؛ به احتمال زیاد، اغلب آنچه را که در آن روز فرا گرفته ایم، به یاد می آوریم. علاوه بر این، از آنجا که به این روش، به جای صرفاً صحبت کردن راجع به یک موضوع، تخیلات و تفکرات و بیشتر حواسمان را نیز به کار گرفته ایم، تجاربمان افزایش می یابد.

تصویر: هرم یادگیری، که در صد یادگیری را با کار برد شیوه های مختلف نشان می دهد.

ضرب المثل حکمت آمیز:

به من بگو، و چیزی به خاطر نخواهم آورد  
به من نشان بده، و نیمی از آن را به خاطر خواهم آورد  
مرا درگیر کن، و همه چیز را به خاطر خواهم آورد  
(تلاش کنید معادل فارسی این ضرب المثل را پیدا نمایید)

## ضمیمه ی ۱: داستان ها ( که باید تولید شوند)

این ضمیمه شامل رئوس داستان هایی است که در این کتاب نقل شده اند ولی در کتاب های روحی یا دوره های آموزش نوجوانان، موجود نیستند.

## ضمیمه ی ۲: تمرین ها و بازی هایی برای مربیان، همراهان و تسهیل گران

در زیر تمرین هایی ارائه شده است که هماهنگ کنندگان و تسهیل گران حلقه های مطالعه، انیمیتورهای گروه های نوجوانان، و سازمان دهندگان جلسات تامل و بررسی یا مسئولان سایر فعالیت های جامعه می توانند از آنها استفاده نمایند. اینها فقط به اصطلاح یخش شکن یا انرژی بخش نیستند؛ هرچند بسیاری از آنها در شرایطی مناسب، از عهده ی این کار هم به نحو موثر بر می آیند. این تمرین ها به نحو اخصّ فوننی هستند برای یاد گیری که به قصد آموزش بعضی مهارت ها به شرکت کنندگان در فعالیت های اساسی، طراحی شده اند. این فنون قدر بیان مشارکین را افزایش می دهد و توانایی آنان را در این موارد که چگونه و به نحو مؤثر و معنا دار با ید دیگر ارتباط بر قرار نمایند و با هم همکاری کنند و مطالب را به دیگران ارائه دهند، بیشتر می کند. این مهارت ها، مواردی مثل احساس راحتی در ارائه و بیان فیزیکی (بدنی) و کلامی، توانایی در تفکر و عمل خلاق و سریع، احساس و رعایت حضور دیگران، تمرکز و تفحص، انعطاف پذیری، فعالیت و همکاری در کار گروهی، و انضباط و کنترل شخصی را در بر می گیرد. اینها البته، مهارت هایی خوشایند و شادی بخشند؛ زیرا فضایی را برای تعامل و یاد گیری ایجاد می کنند که افراد در آن، به ندرت نمودی از خود محوری و خود نمایی مشاهده می نمایند.

به این ترتیب، این تمرین ها، فقط بازی یا وسیله ی آماده شدن برای شروع کار روزانه نیست، و لازم است هم هماهنگ کنندگان و هم همراهان، آنها را به عنوان روش هایی مهم برای آموزش عملی در نظر گیرند. هرچند در حال حاضر، از این تمرین ها، در بسیاری از میادین آموزش های مشارکتی استفاده می شود؛ اما اغلب آنها، در ابتدا برای تربیت هنرپیشه ها و کارگردان ها طراحی شده بود؛ و هم اکنون نیز به عنوان بخشی ثابت از هر فرایند تمرینی و آماده سازی در این عرصه ها به کار گرفته برده می شوند.

در هر جلسه از فعالیت های اساسی، باید فقط به تعدادی از این تمرین ها پرداخته شود. هماهنگ کنندگان به تدریج خودشان در خواهند یافت کدامیک از آنها برای برانگیختن چه گروهی مناسب تر است؛ گزینشی که البته متأثر از این هم هست که آنها در هر جلسه روی کدامیک از مهارت ها و قابلیت ها کار می کنند.

### شناخت یکدیگر و همکاری با هم به عنوان یک گروه

۱. دست زدن و نام بردن - ۱: دو بار دست بزنید، دو بار روی زانوی خود بزنید، بعد دو بار بشکن بزنید. به ترتیب هر نفر، وقتی گروه بشکن می زنند، نام خود را هم بگویند و بعد نفر سمت چپ او همین کار را بکند. در نوبت دوم به همین ترتیب، اما هر کس نام نفر سمت چپ خود را بگوید و یا نام یک فضیلتی را که فکر می کند نفر سمت چپی داراست، بر زبان آورد.

۲. دست زدن و نام بردن - ۲: از افراد بخواهید دایره وار بایستند و آنها را شماره بندی کنید (۱...، ۲، ۳، ۴)، بعد ریتم دست زدن را بر پا نمایید و از آنها بخواهید به طور مرتب و مثلاً سه یا چهار نفر در میان (به جای پشت سر هم مثل تمرین بالا)، همان کارها را انجام دهند.

۳. دایره ی فضائل: یک نفر شروع می کند و می گویند: «اسم من..... است و.....» (یک فضیلت را نام می برد) را به این کارگاه می آورم. افراد بعد از او نیز یکی پس از دیگری، خود را معرفی می کنند و بعد فضیلت های ذکر شده توسط نفرات قبلی را به ترتیب اسم می برند و در انتها فضیلت اختیاری خود را به آن اضافه می کنند. نفر آخر باید تمام فضیلت های اضافه شده توسط نفرات قبلی را نام ببرد.

۴. انتظارها و پیشنهادها: جمع را به گروه های دو نفره تقسیم کنید و از آنها بخواهید انتظارها و پیشنهاد هایی را که در مورد این دوره ی آموزشی دارند، بیان کنند. موارد مربوط به این دو مفهوم را روی برگه های کاغذ بنویسید و تحت دو عنوان انتظارها و پیشنهادها، روی وایت برد بچسبانید.

۵. معرفی یکدیگر: در گروه های دو نفره، هر کدام از همراهان سعی می کند در مدت پنج دقیقه، خصوصياتی هرچه بیشتر در معرفی طرف مقابل خود پیدا کند و برای جمع بیان دارد.

۶. معرفی یکدیگر با حرکت: مثل مورد بالا، اما این بار هر نفر طرف مقابلش را با حرکت و پانتومیم معرفی می نماید و حضار سعی می کنند حرکت های معرفی گون او را تفسیر و معنا کنند.

۷. کی نان قندی ها را برداشت؟: به دایره ی همراهان شماره هایی بدهید. بعد یک نفر در حالی که با ریتمی معین و کف زنان، می خواند: «کی، نون قندی ها رو برداشت؟ تو بودی نمره ی ۴۳» به نفر دارای نمره ی ۳ اشاره می کند و بین این دو با همان ریتم، این مکالمه انجام می شود: «کی؟ من؟»، «آره، تو»، «نه، خیر»، «پس، کی؟»، «نمره ی ۶» و حالا نمره ی ۶ همان دور را شروع می کند و بازی به همین صورت با همان ریتم اولیه ادامه می یابد تا همه در آن شرکت کرده باشند.

۸. حدس بزنید: یک نفر یکی دیگر از افراد دایره ی حضار را در نظر می گیرد. دیگران باید به نوبت با پرسیدن یک سوال از او حدس بزنند آن یک نفر کیست. اما سوال خود را مثلاً به این ترتیب مطرح می کنند که «اگر این شخص یک میوه یا عکس یا شیئی یا حیوان یا غیره بود، چه طوری به نظر می رسید؟» بعد شخص سوال کننده از روی توضیحی که او می دهد شخص مورد نظر او را تعیین می کند. توجه: این تمرین را وقتی باید به کار برد که همه ی همراهان، بعد از معاشرت کافی، یکدیگر را به خوبی می شناسند.

۹. یک نفر در وسط: یک نفر در وسط دایره ی همراهان قرار می گیرد و هر یک از حضار در دایره، در سه نوبت به او می گوید: «برو و جلوی کسی بایست که مثلاً زیبا ترین لبخند را دارد، یا سخت کوش است، یا صبور است، یا ...» بعد جایش را با نفر بعد از خود که او هم به وسط دایره می رود و همین کار را تکرار می کند، عوض می نمایند. تسهیل گر در اطراف دایره می چرخد و فعالیت را هدایت می کند.

۱۰. آدم ماشینی: مثل مورد بالا با این تفاوت که هر نفر از حضار در دایره، از نفر وسط می خواهد یک کار نمایشی و خلاق را نشان دهد؛ مثلاً در حالی که دارد قابلمه ی سوپ را هم می زند، با تلفن با منشی محفل روحانی که می خواهد بداند او در کارگاه نمایش های رادیویی چکار می کند، صحبت می نماید.

۱۱. آدم آهنی ها: جمع را به گروه های سه نفره تقسیم کنید. یکی از سه نفر ارباب و دو نفر دیگر آدم ماشینی های او هستند. این آدمک ها در حالیکه چشم هایشان بسته است، فقط می توانند به طور مستقیم حرکت کنند و تنها وقتی می توانند به سمت راست یا چپ تغییر مسیر بدهند که اربابشان روی شانۀ راست یا چپ آنها بنزند. در حال حرکت، وقتی به مانعی بر می خورند می ایستند و پشت سر هم می گویند «خطا، خطا، خطا...» و ادامه می دهند تا اربابشان بیاید و با زدن روی شانۀ هایشان، تغییر مسیر درست را به آنها بفهماند. ارباب باید هر دو آدمک را هم زمان کنترل و هدایت کند و سعی نماید که به موانع سر راهشان برخورد نکنند.

۱۲. «مغناطیس قلوب-۱»: به هر نفر از حاضران در جمع، به تعداد حضار، برگه ی کاغذ داده می شود. هر نفر برای هر یک از سایر حضار، توصیفی تحسین آمیز روی برگه می نویسد و آن را دو بار تا می زند و به فرد مورد نظر می دهد. بعد از اینکه تمام افراد گروه در این فعالیت شرکت کردند و همه، برگه های خود را دریافت نمودند، به نوبت آنها را باز می کنند و می خوانند.

۱۳. «مغناطیس قلوب-۲»: به پشت هر یک از حضار یک صفحه کاغذ A4 سنجاق کنید. هر یک از حاضران باید روی هر یک از این صفحه ها یک عبارت توصیفی تحسین آمیز بنویسد. بعد از اینکه همه مشارکت کردند هر نفر صفحه ی پشتش بر می دارد و محتویات آن را با صدای بلند می خواند.

۱۴. همکاری با آهنگ و صندلی: صندلی هایی را به صورت دایره ای بزرگ و به تعداد یکی کمتر از تعداد حاضران، بچینید. حاضران همراه یک ریتم مناسب در یک جهت از جلوی صندلی ها عبور می کنند. ناگهان موزیک قطع می شود و هر کس روی نزدیک ترین صندلی می نشیند. یک نفر بی صندلی می ماند که نباید از دایره خارج شود و بقیه ی افراد باید کمک کنند و او را طوری جا بدهند که پایش روی زمین نباشد. بعد یک صندلی دیگر کنار گذاشته می شود و به همین صورت تکرار می گردد تا در آخر دو یا سه تا صندلی باقی بماند، در حالیکه افراد گروه باید باز هم طوری به همدیگر مساعدت نمایند که پای هیچ کسی روی زمین باقی نماند.

۱۵. قایق نجات: یک صفحه ی روزنامه در وسط اطاق گذاشته می شود یا با گچ دایره ای در وسط اطاق کشیده می شود. همه ی حاضران در اطراف اطاق به آرامی قدم می زنند. ناگهان تسهیل گر فریاد میزند «کوسه» و هر کسی می کوشد به داخل قایق نجات ( دایره ) بپرد؛ در ضمن همه تلاش می کنند کسی بیرون باقی نماند ( و آلا کوسه او را می خورد!). هر بار که این تمرین تکرار می گردد، روزنامه یا دایره کوچک تر می شود.

۱۶. دایره و دست ها: دو تا دایره ی هم مرکز، با تعداد افراد مساوی در هر یک تشکیل دهید. افراد در مقابل هم می ایستند. هر بار افراد دایره ی بیرونی به اندازه یک نفر می چرخند و در هر چرخش، دو نفر مقابل هم دست های یکدیگر را می گیرند و بخوبی لمس می کنند. این کار آنقدر ادامه می یابد تا همه ی افراد دو دایره، دست های هم را لمس کنند. بعد چشم های افراد یکی از دایره ها بسته می شود و دایره ی بیرونی یا درونی شروع به گردش می کند تا وقتی که تسهیل گر فرمان توقف دهد. دو باره دو نفر مقابل هم دست های یکدیگر را لمس می کنند و فرد چشم بسته ی مقابل هر نفر، سعی می کند بگوید آن دست ها از آن چه کسی است. بعد از سه بار حدس زدن، افراد دایره ها تغییر می کنند و بازی دوباره تکرار می شود.

#### افزایش توانایی برای استفاده ی نا خود آگاه، اما گویا از بدن

۱۷. در هم تنیدگی چینی-۱: همه به صورت دایره دست های یکدیگر را بگیرند. بعد بدون اینکه دست های هم را رها کنند، تا جایی که می شود درهم بیچند و دایره را خراب کنند و دوباره سعی نمایند آن را به حالت اول برگردانند.

۱۸. در هم تنیدگی چینی-۲: مثل بالا، اما این بار یک نفر از بیرون دایره سعی می کند با راهنمایی های مناسب به افراد، دایره را به حالت اول باز گرداند. بعد بررسی می شود کدام روش سریع تر به این هدف رسیده است.

۱۹. ماشاز دادن: افراد تنگاتنگ و پشت سر هم، در یک دایره بایستند و هر نفر سعی کند شانه های نفر جلویی را ماشاز دهد.

۲۰. ماشاز سریع: تسهیل گر قسمت هایی از بدن، مثل ( گردن، پشت، پیشانی، پا و غیره) را نام می برد و هر یک از حاضران کسی دیگر از گروه را می یابد و آن قسمت از بدنش را تا وقتی تسهیل گر تغییری را اعلان کند، ماشاز می دهد.

۲۱. فرار و مجسمه: یک نفر داوطلب می شود و با دنبال کردن دیگران سعی می کند با دست به بدن آنها، که می کوشند از جلوی او فرار کنند، بزند. هر کسی را که زد باید در جای خودش به حالت مجسمه در آید و حتی اگر بار دیگر به او زده شد از جای خودش تکان نخورد. به این ترتیب هر یک از افراد بیشتر و بیشتر در محاصره قرار می گیرد و حرکت و فرار برایش مشکل تر می شود. بعد از

دقایقی مامور تعقیب و دست زدن عوض می شود و بازی از سر گرفته می شود. (افراد هر چه سریع تر مجسمه شوند بهتر است.)

۲۲. ارسال پیام-۱: افراد به صورت دایره می ایستند و دست های یکدیگر را می گیرند. هر کسی وقتی دست چپش فشرده شد با دست راست، دست چپ نفر بعدی را می فشارد، و او نیز می کوشد همین کار را با نفر بعدی انجام دهد الی آخر. ببینید با چه سرعتی می توانید این کار را انجام دهید. برای این کار، بجای دست ها، می توان از پاها استفاده کرد.

۲۳. ارسال پیام-۲: مثل بالا، با این تفاوت که یک نفر (بر اساس قرار قبلی) پیام مخصوصی را به یکی دیگر از افراد گروه ارسال می کند و کسی که در وسط دایره قرار دارد باید آن را قبل از رسیدن به شخص مورد نظر، رد یابی کند.

۲۴. تقلید کردن-۱: یک نفر رهبر گروه می شود و به حالت خاصی حرکت می کند یا اعمال معینی را انجام می دهد و بقیه اعضاء گروه از حرکت یا رفتار او تقلید می نمایند. وقتی رهبر اول روی شانه ی کسی می زند او رهبر می شود و عین این تمرین تکرار می شود.

۲۵. تقلید کردن-۲: مثل بالا، اما این بار رهبر در حالیکه با حرکت، یکی از مشخصه های خود را نشان می دهد، نام خود را نیز بیان می کند و سایر اعضاء نیز از هر دو عمل تقلید می نمایند.

۲۶. قدم زدن خنده دار: افراد گروه را به دو دسته ی موازی که با فاصله ی مناسبی رو به روی هم ایستاده باشند، تقسیم کنید. بعد، از هر یک از دو صف، در یک زمان معین، یک نفر با ژست و حرکت خاص و خنده داری به طرف صف دیگر حرکت می کند. وقتی هر دو نفر به صف مقابل رسیدند، دو نفر دیگر از هر صف خارج می شوند و حرکات نفرات قبلی از صف خود را تقلید و تکرار می نمایند تا به مرکز میدان برسند و از آنجا به بعد، تا رسید به صف مقابل، حرکت نمایشی خود را نشان می دهند. با رسید هر کدام به صف مقابل عین این حرکت تکرار می شود تا جای همه ی افراد در دو صف، عوض شود.

۲۷. حرکت و خصوصیت-۱: هر یک از افراد به نوبت در اطراف اطاق قدم بزند و سعی نماید خصوصیتی را که تسهیل گر بیان می کند (مثل: اعتماد، سرور، غرور، ترس، شجاعت، عصیّت، و غیره) نشان دهد.

۲۸. حرکت و خصوصیت-۲: مثل بالا، با این تفاوت که نفر باید ببیند با توجه به هر یک از اعضاء بدن خود (مثل: بینی، شکم، پیشانی، زانو، سینه، ابرو و غیره) چه خصوصیتی را می تواند نشان دهد.

۲۹. سه تیپ مختلف: گروه را به سه دسته ی کوچک تر که افراد هر دسته یکی از موارد زیر را نشان دهند، تقسیم کنید. اول، دسته ای از دانش جویان سال اول کالج که دارند به دانشکده خود می روند؛ دوم، دسته ای از افراد که دارند در یک خیابان شلوغ به سر کار خود می شتابند؛ و سوم، تعدادی خانم های آراسته که دارند با هم صحبت می کنند.

۳۰. ماشین هماهنگ-۱: افراد در دسته های ۸ نفره دور هم بایستند و در هر گروه یک نفر به وسط برود و یک حرکت معین همراه با صدایی خاص را نشان بدهد؛ بعد فردی دیگر به وسط برود و سعی کند صدا و حرکتی هماهنگ با کار نفر اول ایجاد کند و به همین ترتیب سایر حاضران، تا اینکه کل گروه، یک ماشین را که همه ی بخش هایش با هماهنگی عمل می کنند، تشکیل دهند.

۳۱. ماشین هماهنگ-۲: به همان صورت بالا، اما این بار هر گروهی در این باره که هدف و نوع عمل کرد ماشینشان چیست با هم مشورت می کنند و آن را نمایش دهند و گروه دیگر باید سعی نماید هدف آنها را حدس بزند.

۳۲. مجسمه ساز: دو نفر در مرکز دایره ی حاضران می آیند. یکی از آنها دیگری را به عنوان یک قالب شکل می دهد (دست و پا و سایر اعضاء بدنش را به صورتی معین و می دارد)؛ بعد، از یکی از افراد حاضر در دایره می خواهد بیاید و با تقلید از این قالب، خود را به صورت مجسمه در آورد. وقتی کارش تمام شد اعضای گروه سعی می کنند با توجه به وضعیتش، نامی مناسب برای آن انتخاب کنند و اگر نتوانستند، خود مجسمه با ایجاد صداهایی مناسب با وضعیتش، آنها را راهنمایی می کند.

۳۳. مجسمه ی گروهی: مثل بالا، اما این بار افراد هر گروه کوچک، با مشورت و همکاری، مجسمه ای را شکل می دهند (یکی از افراد دسته ی خود را به صورت مجسمه در می آورند) که مُعرّف یکی از فضائل اخلاقی مثل: شجاعت، مهربانی و غیره، باشد؛ و بعد مجسمه ی خود را در گروه بزرگ به نمایش می گذارند و از آنان می خواهند فضیلتی را که تندیشان نمایش می دهد، حدس بزنند.

۳۴. مبادله ی هدایا: در یک دایره، هر نفر به صورت پانتومیم هدیه ای را نشان می دهد و آن را به نفر بعدی تقدیم می کند که آن را می گیرد و به شکل مورد نظر به کارش می برد و بعد آن را به شکل دیگری در می آورد و به نفر بعدی می بخشد و کار به همین منوال ادامه می یابد.

۳۵. هدیه ی مشخص: مثل بالا، اما این بار هدیه چیزی معین، مثل یک صندلی یا کلاه یا چتر یا امثال آن می باشد.

۳۶. حدس زدن رنگ ها-۱: تسهیل گر سه رنگ را نام می برد (مثلاً، صورتی، خاکستری، سبز لیمویی و غیره). هر نفر از اعضای گروه یک رنگ را برای خود در نظر می گیرد و بعد با حرکاتی که مبین رنگ برگزیده ی خود اوست، در صدد یافتن کسانی بر می آید که همان رنگ را انتخاب کرده اند و با حرکاتشان نشان می دهند.

۳۷. حدس زدن رنگ ها-۲: جمع را به گروه هایی کوچکتر تقسیم کنید و از هر گروه بخواهید یک رنگ را در نظر گیرند و با نمایش جمعی، آن را نشان دهند. دیگران باید از روی نمایش گروه رنگ منتخب آنان را حدس بزنند.

۳۸. گفتگو به صورت پانتومیم: تسهیل گر موضوعی را به هر زوج از گروه می دهد و از آنها می خواهد فقط با حرکت بدون کلام (پانتومیم) در باره ی آن گفتگو کنند.

### القای اعتماد به نفس در کاربرد صدا و افزایش توانایی پاسخ دادن سریع و خلاق شفاهی

۳۹. ملودی آسمانی-۱: همراهان ایستاده به صورت دایره، دست های یکدیگر را می گیرند. نفر اول نته را شروع می کند و ادامه می دهد ( در فواصل مناسب نفس تازه می کند). بعد با فشردن دست نفر بعدی، به او می فهماند که نته دیگر را که هماهنگ با نت قبلی باشد، شروع کند و ادامه دهد. کار به همین ترتیب ادامه می یابد تا همه ی اعضا نت خود را بخوانند. بعد نفر اول خواندن را متوقف می کند و با فشردن دست نفر بعدی، از او می خواهد تا او هم متوقف نماید و به همین ترتیب و به نوبت همه ی اعضا خواندن را متوقف می نمایند تا فقط نفر آخری بماند که او هم بعد از لحظاتی خواندن نته را پایان می دهد.

۴۰. تپش قلب هایی متعدد چون قلبی واحد: در گروه های ۴ یا ۸ نفره، با طبل، ریتمی را به آهستگی و با فواصل مناسب بنوازید. هر یک از افراد به نوبت، در فاصله ی ریتم ها یک ضربه اضافه می کند ( یا یک عبارتی را به آواز ادا می نماید). بعد افراد دیگر نیز بعد از گوش دادن دقیق به ریتم های موجود، به همین منوال عمل می کنند تا به تدریج یک نوای کلی پیوسته و هماهنگ تولید شود.

۴۱. چند لغت به یاد می آوریم؟: یک نفر در وسط دایره ی اعضا می ایستد. یک شیئی در دست های گروه به گردش در می آید. در یک لحظه نفر وسطی فریاد می زند «توقف»، و یکی از حروف الفبا را ادا می کند و از کسی که شیء در دستش مانده است، می خواهد قبل از آنکه شیء به فرمان او دو باره به گردش در آید، تعداد توافق شده ی قبلی از لغاتی را که با آن حرف شروع می شوند بگوید. اگر نتوانست به عدد مورد نظر برسد بجای نفر قبلی به وسط می رود و بازی دو باره تکرار می شود.

۴۲. چند نام دیگر به یاد می آوریم؟: مثل بالا عمل می شود اما به جای لغات، نام فضیلت ها یا شهرهایی که در تاریخ امر مبارک مهم هستند، گفته می شود.

۴۳. قهرمانان امر الهی: نام هر یک از قهرمانان امر الهی نوشته شده بر روی ورق، روی پشت هر نفر از اعضا گروه سنجاق می شود. هر فرد سعی می کند با سوال کردن بیابد نام چه شخصی بر پشتش سنجاق شده است. پاسخ به سوال ها باید فقط بلی یا خیر باشد. (مثلاً: آیا یک زن بوده است؟ آیا از اهل ایران بوده است؟ آیا حضرت بهاءالله را زیارت کرده است؟ و امثال آن)

۴۴. گفتگو با چرا؟-۱: همراهان در دسته های دو نفره، گفتگویی داشته باشند که در آن هر جمله، فقط با کلمه ی «چرا» شروع می شود.

۴۵. گفتگو با چرا؟-۲: دو نفر در وسط دایره ی اعضا، گفتگوی چرایی (مثل تمرین بالا) را انجام می دهند و سایرین به آنها گوش می سپارند.

۴۶. منطق و احساس: جمع را به دسته های ۴ نفره تقسیم کنید. دو نفر از هر دسته را شماره های ۱ و ۲ بنامید. دو نفر دیگر هر گروه نامشان «منطق» و «احساس» است. شماره های ۱ و ۲ شروع می کنند با هم در باره ی موضوعی معین گفتگو کنند؛ اما باید قبل از آنکه چیزی بگویند با «منطق» و «احساس» مشورت نمایند.

۴۷. گفتگوی حرکتی و کلمه ای: جمع به دسته های دو نفره تقسیم می شود. یک نفر از هر زوج دست هایش را به پشتش می برد و نگه می دارد (نمی تواند آنها را حرکت دهد). نفر دوم پشت سر او قرار می گیرد و دست هایش را از طرفین شانه های نفر اول به جلوی او دراز می کند (طوری که از مقابل به نظر برسد این ها دست های خودش هستند). نفر اول فقط می تواند حرف بزند و نفر دوم فقط دست هایش را حرکت بدهد. نفر اول شروع می کند در باره ی موضوعی معین صحبت کند و نفر دوم باید دست هایش را هماهنگ با صحبت نفر اول حرکت دهد (انگار که دست ها متعلق به خود او هستند).

### تمرین های اعتماد سازی برای توجه به دیگران

۴۸. بیپ بیپ: اعضای، در دسته های دو نفره (یا چند نفره)، روی یک صدای معین توافق می کنند. بعد هر نفر از هر گروه در جایی از فضای جلسه پنهان می شود و چشم های خود را نیز می بندد و شروع به ایجاد صدای توافق شده می کند. بعد اعضای هر دسته سعی می کنند یکدیگر را با توجه به نوع و جهت این صدا، پیدا کنند.

۴۹. هدایت نابینا-۱: بعد از تقسیم در دسته های دو نفره، یک نفر از هر زوج در حالیکه چشم هایش بسته و کف دستش رو به پایین است، آن را دراز می کند و نفر دیگر با گذاشتن نوک انگشتش در کف دست نفر چشم بسته، با دقت سعی می کند او را از میان موانع سر راه طوری عبور دهد که به چیزی برخورد نکند.

۵۰. هدایت نابینا-۲: مثل بالا اما این بار، نه با لمس کف دست، بلکه با زیر و بم دادن به نام نفر چشم بسته، سعی می کند او را از میان موانع به سلامت عبور دهد. (وقتی مسیر را درست می رود نامش را بلند و وقتی اشتباه می رود آهسته ادا می کند).

۵۱. هدایت نابینا-۳: مثل بالا اما این دفعه، هدایت کننده با ایجاد یک صدای معین (مثلاً با قاشق ضربه زدن به لیوان)، او را هدایت می نماید.

۵۲. صداقت گروهی: همراهان را به دو گروه تقسیم کنید و از گروه ها بخواهید در دو صف در مقابل هم، با فاصله ای مناسب، بایستند. موانع مختلفی را به طور نامنظم در میان دو گروه قرار دهید. از یک داوطلب بخواهید سر یکی از صف ها بایستد و بعد چشم های او را ببندید. حال مسئولیت تمام گروه این است که با تکرار نام فرد چشم بسته، او را هدایت کنند تا بدون اینکه به مانعی برخورد کند، از یک

طرف به طرف دیگر برود. افراد صف ها باید مراقب باشند که کدامشان و از چه جهتی باید نام او را صدا بزنند طوری که فرد چشم بسته در همان جهت برود و به مانعی برخورد نکند.

۵۳. اعتماد گروهی: از همراهان بخواهید به طور ایستاده، دایره ای بسیار تنگ تشکیل دهند و هر یک دو دستش را بدون اینکه دراز کند به جلو خم نماید. چشم های داوطلب را ببندید و به او بگویید خودش را در دایره دست های دیگران رها کند و اجازه دهد پیکرش، انگار که روی آب شنا می کند یا با وزش نسیم حرکت می کند، در این دایره به هر طرف نوسان نماید. مسئولیت همگان این است که نگذارند او به زمین بخورد.

۵۴. گهواره ی اعتماد: افراد گروه را به دو صف مساوی و مقابل هم تقسیم کنید. هر نفر از هر زوج مقابل هم، دست هایشان را به صورت ضربدر در آورده، محکم در پنجه های طرف مقابل قفل می کند. یکی از افراد از یک طرف، روی دست های قفل شده ی دو صف، می جهد و قدم زنان، از یک طرف صف به طرف دیگر آن می رود.

۵۵. گوش هوش: یکی از افراد گروه با چشم بسته در میان دایره ی اعضای می نشیند و یک شیء را بین قوزک های پاهای دراز شده اش می گذارد. بعد، هر از گاهی یکی دیگر اعضای سعی می کند آهسته به او نزدیک شود و آن شیء را بردارد. او به محض اینکه صدایی می شنود باید انگشتش را در جهت صدا دراز کند و به فرد نزدیک شوند فرمان ایست بدهد. آن فرد هم بلافاصله باید متوقف شود.

### تقویت مهارت های تقالی و توانایی طراحی یک قصه ی ساده یا یک متن نمایشی

۵۶. تأثر داستانی: یک دایره بسازید. یک نفر قصه گو می شود و شروع می کند یک داستان را تعریف نماید و با حرکات هم نشان بدهد. بعد از دقایقی دستش را روی سر نفر بعدی می گذارد که وارد میدان شود و از خودش، ایده هایی را همراه کار نفر قبلی کند و با تکلم و حرکت نشان دهد. این نفر دوم هم بعد از لحظاتی دستش را روی سر فرد دیگری می گذارد که به وسط بیاید و با اقدام به همین صورت، به صحنه ی نمایش پیوندد.

۵۷. تضاد گویی: یا در دسته های دو نفره یا به صورت دایره ای و به نوبت، یک نفر با کار برد کلمه ی «خوشبختانه» در آغاز اولین جمله ی خود، شروع می کند قصه ای را تعریف نماید و نفر بعدی با استفاده از کلمه ی «بدبختانه» در آغاز اولین جمله ی خود، دنباله ی همان قصه را ادامه می دهد.

۵۸. مبادله ی قصه ها-۱: در گروه های دو نفره، هر نفر برای طرف مقابل خود، یک داستان تعریف کند. بعد گروه ها تغییر کنند و مجدداً هر نفر داستان قبلی خود را برای طرف جدیدش تعریف نماید. و به این کار ادامه داده شود تا تمام اعضای گروه، تعداد زیادی داستان برای هم تعریف کرده باشند.

۵۹. مبادله ی قصه ها-۲: مثل بالا عمل شود ولی این بار هر زوج، پشتشان را بهم بدهند و هر یک قصه ی خود را تعریف کند. به طرز بیان و زیر و بم آن دقت شود و نیز به بلندی و کوتاهی و ریتم های متغیر صداها.

۶۰. مبادله ی قصه ها-۳: مانند بالا، اما این بار هر زوج یکی از قصه های گفته شده ی خود را انتخاب می کنند و برای زوجی دیگر تعریف می نمایند و زوج مقابل نیز همین کار را می کنند. بعد این گروه چهار نفره (متشکل از دو زوج اول) عینا همین عمل را در مورد یک گروه چهار نفره ی دیگر انجام می دهند و بالعکس. و گروه های هشت نفره ی بعدی هر کدام از بین داستان های خود یکی را انتخاب می نمایند و به آنها چند دقیقه ای وقت داده می شود تا آن را برای گروه بزرگ به اجرا در آورند.

۶۱. مبادله ی قصه ها-۴: مانند بالا، با این تفاوت که این بار قصه ها حقیقی هستند، (یعنی قصه هایی آموزنده، یا خنده دار، یا داستان هایی که چیز مفیدی از آنها آموخته می شود) و در پایان نام بعضی یا همه ی قصه ها گفته می شود و هر کس باید حدس بزند آنها را چه کسی تعریف کرده است.

۶۲. ماریچ قصه ها: در دسته های دو نفره یکی از دو نفر شروع می کند قصه ای را برای طرف خود بگوید. در جایی با اشاره ی تسهیل گر، نفر اول متوقف می شود و طرف دیگر همان قصه را تکرار می کند و خودش نیز چیزی به آن می افزاید. باز در جایی با اشاره ی تسهیل گر، دو نفره ها تغییر می کنند و در هر زوج جدید، هر نفر قصه ی قبلی خود را برای طرف مقابل تعریف می کند و او نیز همان را تکرار می نماید و خودش هم چیزی به آن اضافه می نماید. به این روند ادامه داده می شود تا جایی که اغلب اعضاء برای هم قصه ای گفته باشند. بعد یک یا دو مورد از قصه ها انتخاب می شود تا به گروه بزرگ ارائه گردد.

۶۳. دایره ی قصه: همه به صورت دایره روی زمین دراز می کشند، (سرها به طرف بیرون و پاها به طرف داخل). یک نفر قصه ای را شروع می کند و در جایی با اشاره ی تسهیل گر (این کار را با روشن کردن یک لامپ یا تولید یک صدا انجام می دهد)، او متوقف می شود و نفر بعدی همان قصه را ادامه می دهد.

۶۴. کلاه فضائل: سه کلاه موجود است. در کلاه اول تکه کاغذ هایی ریخته می شود که روی آنها یک فضیلت نوشته شده است (تعداد فضیلت ها باید دو برابر حاضران باشد) و در کلاه دوم روی هر کاغذ یک موقعیت نوشته شده و در کلاه سوم یک شیء نوشته شده است. جمع را به گروه های سه نفره تقسیم کنید. هر گروه دو فضیلت و یک موقعیت و یک شیء از کلاه های مربوطه خارج می کند و سه نفری می کوشند با ترکیب عناصر بیرون آمده، یک داستان یا سناریوی یک نمایش را خلق کنند.

### افزایش مهارت های بداهه سرایی و عکس العمل سریع نسبت به هنر پیشه ای دیگر و کار برد دیالوگ

۶۵. تعویض موقعیت: دو نفر از اعضاء در میان گروه صحنه یا موقعیتی را تجسم می بخشند. اگر یک ژست یا واژه ای از آنها، یکی از تماشاچیان را به یاد موقعیتی متفاوت انداخت، بلند می شود و با زدن روی شانه ی بازیگر مورد نظر به او می فهماند که بنشیند و خودش با همکاری بازیگر مقابل، موقعیتی جدید را به نمایش می گذارند و ادامه می دهند تا کسی دیگر از گروه بلند شود و به همین صورت عمل کند.

۶۶. تشخیص قید: یک نفر از اطاق بیرون می رود. بقیه یک واژه ی قیدی (مثلاً با ظرافت) را انتخاب می کنند. فردی که بیرون رفته داخل می شود و از اشخاص مختلف می خواهد قید مورد نظر را در اعمالی که او تعیین می کند، نشان بدهند (مثلاً به یک نفر می گوید میشل جوردن بشو و بسکتبال بازی کن) و با توجه به حرکات و حالات آنها سعی می کند قید منتخب را تشخیص دهد.

۶۷. تشخیص فضیلت: مثل بالا، اما این بار یک فضیلت انتخاب می شود.

۶۸. نگارش گروهی: دو نفر در وسط دایره ی گروه، در وضعیتی توافق شده، قرار می گیرند (مثلاً یک نفر خانمی خانه دار می شود که جلوی درب منزل آمده، و یکی دیگر آقایی می شود که می خواهد چیزی را به او بفروشد). هر یک از حضار در دایره، به نوبت، چند سطری را می نویسد و به آنها می دهد تا همراه با بازی کردن نقش مربوطه، آن را ادا کنند.

۶۹. به شیوه ای متفاوت: جمع به دسته های دو نفره تقسیم می شود و به هر زوج، یک موقعیت و یک شیوه ی (style) متفاوت معرفی می شود. هر زوج باید موقعیت را به شیوه ی گفته شده نمایش دهند. (مثلاً یک مصاحبه را به شیوه اپرای بزرگ انجام دهند؛ یا یک یخچال جدید را به شیوه ی بازی بچه ها بخرند؛ یا کارهای منزل را به شیوه ی بالرین ها انجام دهند).

۷۰. فعال و غیر فعال: در حالت زوجی، به هر دو نفر دو حالت متضاد مانند: (فعال/تنبل، مهربان/پرخاشگر، تند/شل و غیره)، داده می شود. هر نفر از هر زوج، یک حالت را انتخاب می نماید و با آن حالت، در باره ی اشیایی که گفته می شود (مثل سطل آشغال، کتاب، فوتبال، موسیقی و غیره) صحبت می کند.

۷۱. شماره های گویا: در دسته های دو نفره، و با استفاده از اعداد به جای کلمات، هر زوج صحنه ای بیاراید و سعی کند مفهوم عدد منتخب خود را با نمایش نشان دهد. بکوشید هر چه ممکن است حرکات گویا تر باشد. در پایان، بعضی زوج ها نمایش خود را برای گروه بزرگ اجرا می کنند و از آنان می خواهند حدس بزنند صحنه راجع به چه عددی است.

ضمیمه ی ۳: کتاب شناسی (قرار است بعداً ارائه گردد)

این ضمیمه شامل انواعی از «کتاب های نحوه انجام دادن» و نیز وب سایت هایی است که می تواند منبع اطلاعات و هدایات خوبی برای افزایش مهارت ها و فنون و ایده های اصولی برای تسهیل گران و همراهان باشد.

- 1 پیام بیت العدل اعظم خطاب به بهاییان عالم، رضوان ۱۹۹۶.
- 2 اصل بیان: "كلما يَخْرُجُ من فَمِه انه لَمْحِي الابدان، لو انتم من العارفين. كلما انتم تشهدون في الارض، انه قد ظهر بامرہ العالی المتعالی المحکم البدیع. اذا استشرق من افق فمه شمس اسمه الصانع، بها تظهر الصنایع في كل الاعصار، و ان هذا لحق یقین و یستشرق هذا الاسم علي كل ما یكون و تظهر منه الصنایع باسباب المك، لو انتم من الموقنین. كلما تشهدون ظهورات الصنیعة البدیعة، كلها ظهر من هذا الاسم."
- 3 منتخبات آثار حضرت بهاء الله، ص ۱۰۸.
- اصل بیان: "هر نفسی که در امرالله ثابت و راسخ است، بعد از صعود جمیع عوالم از او کسب فیض می نمایند. اوست مایه ی ظهور عالم و صنایع او و اشیاء ظاہره در او، به امر سلطان حقیقی و مربی حقیقی."
- 4 مجله ی نجم باختر (انگلیسی)، جلد ۲۱، ص ۸۷.
- 5 منتخباتی از آثار حضرت عبدالبهاء (انگلیسی)، ص ۱۵.
- 6 نقل از کتاب «شاهراه منتخب» (انگلیسی)، ص ۱۶۷.
- 7 نقل از کتاب «دیانت جهانی بهایی» (انگلیسی)، ص ۳۷۷.
- 8 منتخباتی از آثار حضرت عبدالبهاء (انگلیسی)، ص ۱۴۵.
- 9 نقل از کتاب «دیانت جهانی بهایی» (انگلیسی)، ص ۳۷۷.
- 10 گفتگو های پاریس (انگلیسی)، ص ۱۷۶.
- 11 جزوه ی اهمیت هنرها در ترویج امرالله، از دارالانشاء بیت العدل اعظم، ص ۲۱.
- 12 نقل از کتاب «عبدالبهاء در لندن» (انگلیسی)، ص ۹۳.
- 13 آثار مبارکه در باره ی موسیقی (انگلیسی)، ص ۸.
- 14 منتخباتی از آثار حضرت عبدالبهاء (انگلیسی)، ص ۱۱۰.
- 15 پیام خطاب به احبای ایران، مورخ فوریه ی ۱۹۸۰.
- 16 رقیمه ای خطاب به یکی از افراد
- 17 گلزار تعالیم بهایی، ص ۲۲۰.
- 18 لوح مبارک شیخ نجفی، ص ۱۵.
- 19 گلزار تعالیم بهایی، ص ۲۲۱.
- 20 نقل از کتاب «انتشار صلح عمومی» (انگلیسی)، ص ۸۲.
- 21 نقل از کتاب «انتشار صلح عمومی» (انگلیسی)، ص ۲۹۵.
- 22 توقیع منیع صادر به یک از افراد، مورخ ۳۰ نوامبر ۱۹۳۲.
- 23 مأخذ بیان مبارک ذکر نشده بود.
- 24 از الواح حضرت عبدالبهاء، در متن اصلی مأخذ مشخص نشده.
- 25 توقیع منیع صادره به یکی از افراد، مورخ ۸ جون ۱۹۳۳.
- 26 لوحی انتشار نیافته از حضرت عبدالبهاء
- 27 یکی از الواح حضرت عبدالبهاء، در متن اصلی مأخذی ذکر نشده است.
- 28 یکی از الواح حضرت عبدالبهاء، در متن اصلی مأخذی ذکر نشده است.
- 29 منتخباتی از آثار حضرت عبدالبهاء
- 30 توقیع منیع صادر به یک نفر، مورخ ۴ نوامبر ۱۹۳۷.
- 31 کتاب مستطاب ایقان (چاپ ۱۹۰۰ میلادی)، ص ۱۵۱.
- 32 توقیع منیع صادر از جانب حضرت ولی امرالله خطاب به یکی از افراد، مورخ ۲۵ جولای ۱۹۳۶.
- 33 رقیمه ی صادره به یک فرد، مورخ ۳ دسامبر ۱۹۷۲.
- 34 رقیمه ی صادره به یک فرد، مورخ ۲۹ جولای ۱۹۷۱.
- 35 رقیمه ی صادره به یک فرد، مورخ ۹ مارس ۱۹۷۷.
- 36 توقیع منیع صادر به یک نفر، مورخ ۲۰ جون ۱۹۳۲.
- 37 توقیع منیع صادر به یک فرد، مورخ ۱۷ نوامبر ۱۹۳۲.
- 38 رقیمه ی صادره به یکی از محافل روحانی ملی، مورخ ۵ اکتبر ۱۹۸۳.
- 39 منتخباتی از آثار حضرت بهاء الله، ص ۱۷۹، ش ۱۲۹. عین بیان:
- " تالله الحق من یفتح الیوم شفتاه فی ذکر اسم ربه لینزل علیه جنود الوحي عن مشرق اسمی الحکیم العظیم. و ینزلن علیه اهل ملاء الاعلی بصحائف من النور و كذلك قدر فی جبروت الامر من لدن عزیز قدیر."
- 40 منتخبات آثار حضرت بهاء الله، ص ۱۶۷، ش ۱۲۲. عین بیان:

---

" انسان را به مثابه ي معدن كه داراي احجار كريمه است، مشاهده نما. به تربيت جواهر آن به عرصه ي شهود آيد و عالم انساني از آن منتفع گردد."

<sup>41</sup> توقيع منيع صادر به يكي از افراد، مورخ ۳۰ نوامبر ۱۹۳۲.

<sup>42</sup> توقيع منيع صادر به يك از افراد، مورخ ۳۰ نوامبر ۱۹۳۲.

<sup>43</sup> توقيع منيع صادر از جانب حضرت ولي امرالله خطاب به يكي از افراد، مورخ ۲۵ جولاي ۱۹۳۶.

<sup>44</sup> رقيمه ي صادره به يك فرد، مورخ ۳ دسامبر ۱۹۷۲.

<sup>45</sup> جزوه ي اهميت هنرها در ترويج امرالله، از دارالانشاء بيت العدل اعظم، ص ۲۱.