



این گفتگویی است با داوود رشیدی در جشن تولد ۷۵ سالگی‌اش. کسی که با نمایشنامه «در انتظار گودو»، تئاتر ما را با فضای جدیدی آشنا کرد. او حالا رییس‌انجمن بازیگران ایران‌است.استاد تولدت مبارک.

سلاست : در جشن تولد ۷۵ سالگی، داوود رشیدی در انتظار چه چیزی است؟
امیدوارم همچنان سلامت خود را حفظ کنم و بتوانم کارهای جدیدی تجربه کنم. نمی‌خواهم کارهایی انجام بدهم که سابقه‌ام را زیر سوال ببرد. نمی‌خواهم ادای پیشکسوت‌ها را در بیاورم. فکر می‌کنم هنوز هم خیلی چیزها است که نمی‌دانم و خیلی چیزها است که باید یاد بگیرم و از همه مهم‌تر اینکه می‌خواهم کارهای عام‌المنفعه انجام دهم. می‌دانم که بالاخره یک پایانی وجود دارد. اما امیدوارم که ایستاده بمانم.

سلاست : الهی که هزار سال زنده باشید، اما برای اینکه ایستاده بمانید چه کارهایی انجام می‌دهید؟

ورزش بخش جدانشدنی زندگی من است. هر روز به مدت یک ساعت پیاده‌روی سریع انجام می‌دهم که ورزش بسیار خوبی است. پیاده‌روی به من آرامش و شادی می‌بخشد. به گفته پزشک خانوادگی‌مان پیاده‌روی احتمال ابتلا به بیماری‌هایی مثل حمله قلبی را کاهش می‌دهد و به افزایش تراکم استخوان‌ها و جلوگیری از پوکی استخوان و کاهش فشارخون و کلسترول کمک می‌کند. پیاده‌روی همچنین باعث می‌شود که از اندام متناسبی برخوردار باشم که این یک امر ضروری برای بازیگری است. در کنار پیاده‌روی به شنا هم علاقه خاصی دارم. سعی می‌کنم در خوردن هم متعادل باشم. خوبشخانه درآزمایش‌های مداومی هم که انجام می‌دهم، هیچ مورد خاصی مشاهده نمی‌شود. دکترم به شوخی می‌گوید این چه وضعی است، نه قند داری، نه چربی، نه… بالاخره باید در این سن و سال یک مرضی‌ای داشته باشی و من هم به شوخی می‌گویم: «چرا؟ تا تجیب تو را پرپول‌تر کنم». اما بالاخره وقتی سن و سال بالا می‌رود، کم‌کم سر و کله فرسودگی بدن پیدا می‌شود. اما مواظب سلامت خودم هستم. چون زندگی را دوست دارم. به خانواده‌ام عشق می‌ورزم. نوام را دوست دارم و فراموش نمی‌کنم که سلامت بالاترین نعمت است. باید قدر نعمت‌هایمان را بدانیم.

سلاست : به همین خاطر است که سیگار را هم ترک کردید؟

بله، من از نوجوانی سیگار می‌کشیدم. از آن نوجوان‌هایی بودم که در دستشویی سیگار می‌کشیدند. بیست سال پیش روزی ۴۰ عدد سیگار می‌کشیدم. یک روز به خودم آمدم و دیدم که به این سیگار وابسته شده‌ام. آخر شب‌ها وقتی سیگارهایم تمام می‌شد، در سطل آشغال می‌کشید، ته‌سیگار می‌گشتم و بعد مجبور می‌شدم که پاسی از شب گذشته بروم سیگار بخرم. خیلی از خودم بدم آمد. دیدم شخصیتم دارد خُرد می‌شود. تمام زندگی‌ام شده برنامه‌ریزی برای سیگار کشیدن. برای اینکه سیگار را ترک کنم وقتی که در تصمیم برمی‌بینم یک پزشک رفتم و گفتم که تصمیم گرفتم‌ه که سیگار را ترک کنم. گفت: فنکد و پاکت سیگارت را به من بده. وقتی که فنکد و سیگارم را به او دادم در لحظه آخر با خودم گفتم که ای کاش یک نخ سیگار کنار می‌گذاشتم و بعد از من سیگار می‌کشیدم. می‌بینم که سیگار می‌کشید، گفتم بله و بعد دکتر گفت از او خواهش کن که در حضور تو سیگار نکشد و وقتی به همسرم این را گفتم، او هم گفت که از این به بعد من هم دیگر سیگار نمی‌کنم.

سلاست : مارک تواین می‌گوید که ترک سیگار آسان‌ترین کار است من بارها آن را امتحان کرده‌ام! شما که این‌طور فکر نمی‌کنید؟

نه، من از ۲۰ سال پیش تا حالا دیگر سیگار نکشیده‌ام. پزشکم به من توصیه کرد که متلاوقتی عصبانی هستی و می‌خواهی سیگار بکشی اول از خودت بپرسی که آیا با کشیدن سیگار عصبانیت تو رفع می‌شود. اگر جوابت مثبت بود، سیگار بکش اما اگر منفی بود سیگار نکش و یادت باشد که سیگار کشیدن نه عصبانیت را برطرف می‌کند و نه باعث تمرکز و آرامش می‌شود و این عین حال به مزایای خوب سیگار نکشیدن فکر کن، اینکه بدنت سالم می‌ماند، بوی ناخوشایند سیگار نمی‌دهی، پوستت شفاف‌و شاداب می‌شود. اختلاف بهتر می‌شود. ۱۰ روز بعد از ترک سیگار پیش پزشکم رفتم، پرسید که در این ۱۰ روز سیگار کشیده‌ای گفتم: نه، پرسید چه احساسی داری؟ گفتم احساس می‌کنم که با یک آدم قرار دارم ولی او نمی‌آید!

سلاست : خدا کند که صدسال سیاه هم نیاید!

همین‌طور است. سیگار زندگی آدم را مختل می‌کند. از سینما که بیرون می‌آمدم، اولین فکرم روشن کردن سیگار بود. بعد از غذا باید سیگار روشن می‌کردم.

سلاست : حتما چای را به هم عشق سیگار بعد از آن می‌خورید؟

همین‌طور شده بودم و تازه بعد از ترک سیگار بود که فهمیدم که غذاها چقدر خوشمزه‌اند، چای چقدر دوست داشتنی است و زندگی بدون سیگار چقدر به سامان‌تر می‌شود.چون

گیی با داوود رشیدی

دیدار در جشن تولد ۷۵ سالگی



قبل از آن غذاها، چای و… را برای اینکه زودتر سیگار بکشم آن‌قدر سریع می‌خوردم که متوجه خوشمزگی آن نمی‌شدم.

سلاست : الان بوی سیگار اذیت‌تان نمی‌کند؟

متأسفانه در کشور ما غیرسیگاری‌های بیشتر به حقوق سیگاری‌ها احترام می‌گذارند. مثلا از من می‌پرسند که آقای رشیدی بوی سیگار اذیت‌تان نمی‌کند و من می‌گویم: «نه، خواهش می‌کنم شما راحت باشید» در صورتی که من باید بگویم لطفاً سیگار نکشید. کاش می‌توانستم این را بگویم.

سلاست : خوب شاید اطرافیانتان را دوست ندارید که این جمله را نمی‌گویند؟ (می‌خندد)، ضرر سیگار کشیدن اول به خود فرد سیگاری برمی‌گردد اما ما خیلی وقت‌ها منفعت خود را تشخیص نمی‌دهیم.

سلاست : در همه مصاحبه‌هایتان می‌گوید: «نوام را دوست دارم» انگار رابطه خاصی با نوه خود دارید؟

خیلی به نوام وابسته‌ام. با هم دعوا می‌کنیم، با هم بازی می‌کنیم، فوتبال تماشا می‌کنیم.

سلاست : خانم پرومند در یکی از گفت‌وگوهایش گفته بود که بزرگ‌ترین تفریح رشیدی تماشای فوتبال است.

من خودم در جوانی گلر بودم. در یک برنامه ورزشی از من پرسیدند که طرفدار کدام تیم هستی؟ معمولا همه می‌گویند طرفدار تیم ملی هستم. خوب همه ما طرفدار تیم ملی هستیم. اما من بدون پرده‌پوشی گفتم که طرفدار تیم پرسپولیس هستم. ما خانوادگی طرفدار پرسپولیس هستیم.

سلاست : شادترین دوران زندگی شما چه زمانی بوده است؟
وقتی که هیچ مسوولیتی بر دوشم نبود، شادترین دوران زندگی‌ام بود. آن وقت آدم راحت و رها است. مسوولیت پذیرفتن خیلی سخت است.

سلاست : آیا از زیر بار مسوولیت فرار می‌کنید؟
آدم وقتی که مسوولیت ندارد، احساس شادی می‌کند. اما مسوول بودن نیز لذت‌بخش است. در مسافر کوچولو یک جمله زیبا وجود دارد. آنجایی که ساکن یکی از سیارات به مسافر کوچولو می‌گوید: «تو مسوول گلتی» این‌که آدم بیندزندگی دیگری به زندگی تو وابسته است و زندگی تو هم در کنار دیگران است که معنا پیدا می‌کند، یک احساس شیرین است. همین مسوولیت‌هاست که به انسان احساس مفید بودن می‌دهد. اما پذیرفتن مسوولیت با خود نوعی از ترس هم به همراه دارد.

ترس از اینکه نتوانی به خوبی از عهده مسوولیت خود برآیی. من الان پدر خانواده هستم. پدر بودن یعنی مسوولیت داشتن و واقعا اگر بخواهی پدر خوبی باشی کار سختی است.

سلاست : یک مدرک علمی علوم سیاسی هم در کارنامه شما به چشم می‌خورد، داستان این مدرک چیست؟

پدم با اینکه من تئاتر بخوانم مشکلی نداشت اما به من توصیه کرد به خاطر اینکه مردم نگویند چون فلائی نتوانسته است درس بخواند، رفته و مطرب شده است، حتما یک مدرک دانشگاهی هم بگیر و من هم مدرک سه ساله علوم سیاسی را پنج ساله گرفتم.

سلاست : اگر اجرای تئاتر داشته باشید و مرضی می‌شود، به سراغ شما بیاید، آن‌وقت چه کار می‌کنید؟

وقتی پام را روی سن می‌گذارم، تمام بیماری‌های خود را فراموش می‌کنم. حتی وقتی درد شدیدی داشته باشم به محض اینکه اجرای تئاتر شروع می‌شود، درد از بین می‌رود و تازه وقتی که تئاتر تمام می‌شود، یادم می‌آید که انگار مریض بود‌ام. انگار باید قرص بخورم و انگار به استراحت نیاز دارم. تئاتر یک هنر زنده است. حضور مردم آدم را زنده می‌کند. پیش از اجرای یکی از تئاترها، به شدت زمین خوردم و گونه‌ام شکافته شد و خون‌ریزی شدیدی پیدا کردم چندتا تا دندان‌هایم شکست به گونه‌ای که برخی تماشاگران فکر می‌کردند که این خون جزو گریم من است. اما وقتی سر صحنه حضور پیدا کردم مردم قطع شد. اصلا وقتی آدم در کنار دیگران باشد، درهای خود را فراموش می‌کند.

سلاست : آقای رشیدی، به تازگی از یک تخصص به نام تئاتر درمانی نام می‌برند. اصلا این تئاتر درمانی یعنی چه؟

زخم‌معه می‌شود.

سلاست : اگر به یک جزیره تبعید می‌شدید سه چیزی که با خود می‌برید چه بود؟
کتاب، نوام و تلویزیون تا برنامه‌های ورزشی را ببینم.

سلاست : آقای رشیدی، بزرگ‌ترین رشادت زندگی‌تان چه بوده است؟

ازدواج. پذیرفتن مسوولیت زندگی، جرات و جسارت زیادی می‌خواهد. اما زندگی با ازدواج شیرین می‌شود. ازدواج به زندگی آدم نظم می‌دهد. بچه داشتن هم از شیرینی‌های ازدواج است.

سلاست : با خانم پرومند دعویتان می‌شود؟
دعوا که نه، اما تنش‌هایی به وجود می‌آید و خیلی زود هم رفع می‌شود. این تنش‌ها نمک زندگی است.

سلاست : شور که نشده است؟

هیچ‌وقت. من عاشق زمن هستم و خیلی هم همدیگر را دوست داریم.

سلاست : اگر دست‌خانم پرومند بود کدام یکی از خصوصیات شما را عوض می‌کرد؟

ما ایرادهایی می‌گیرد که اغلب آنهاهم درست است. همسرم خیلی تمیز و منظم است اما من درست در نقطه مقابل هستم. شلوغ هستم و خیلی وقت‌ها وسایلم را گم می‌کنم. اگر دست او بود حتما کمی من را منظم‌تر می‌کرد.

سلاست : در ۷۵ سالگی آیا هنوز احساس جوانی دارید؟

الان دیگر نمی‌توانم قهرمان دو شوم و یا فاصله میان فرانسه و انگلیس را نشانم. اما هنوز احساس می‌کنم که جوان هستم و خیلی کارها هست که می‌توانم انجام دهم و باید انجام دهم. هیچ‌وقت برای شروع دیر نیست.

سلاست : اگر دست شما بود، در چه دروازه‌ای را می‌بستید؟

دهان مردمی که از دیگران بد می‌گویند. این قدر از هم بد نگوییم. ما معمولا پشت‌سر هم غیبت می‌کنیم و اگر همان لحظه آن فردی که پشت‌سرش غیبت کنیم وارد شود شروع می‌کنیم به تعریف و تمجید و این خیلی بد است.

سلاست : و جالب اینکه می‌گویم «اتفاقا ذکر خیر‌تان بود!»

همین‌طور است. کاش به‌جای بدی‌ها از خوبی‌های هم تعریف می‌کردیم. تعریف از خوبی‌ها باعث گسترش خوبی می‌شود.

سلاست : تبتی برای این گفتگو؟

ملاقات با داوود رشیدی در روز تولد ۷۵سالگی‌اش.

سلاست : الهی صد ساله شوید!

نه، در صد سالگی آدم دوباره به یک بچه کوچولو تبدیل می‌شود و نیاز به مراقبت دارد. دوست دارم در حالی که سرپا هستم بمیرم. ■

ورزش بخش

جدانشدنی

زندگی من

است و هر

روز به مدت

یک ساعت

پیاده‌روی

سریع انجام

می‌دهم

بهرترین مقاله را انتخاب کنید

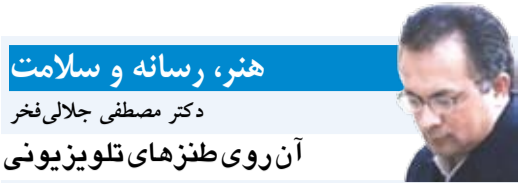
۱۸۴۳۰۱

بهرترین مقاله را انتخاب کنید

۲۰۰۰۲۸

سلامت

شماره صدو هشتاد و چهار |شنبه نه شهریور هشتاد و هفت



هنر، رسانه و سلامت

دکتر مصطفی جلالی‌نخر

آن‌روی طنزهای تلویزیونی

این روزها شاهد پخش دو مجموعه تلویزیونی بوده‌ایم که هر دو به کانون خانواده پرداخته‌اند. یکی «ترانه مادری» است که ظاهرا تماشاگر بیش‌تری دارد و دیگری، «طلاق در وقت اضافه» که می‌کوشد با رویکرد طنز، به معضل ناامنی‌های عاطفی میان زوج‌های زناشویی بپردازد. به همین بهانه می‌توان به همان مشکل / مبحث این سال‌ها در مواجهه با خانواده رسید. اینکه سیما تا چه حد به سلامت روانی خانواده و تبیین درست روابط حساس است؟ محض نمونه به وفور دیده‌ایم که فرزندان در برابر والدین خود سرکشی می‌کنند و خواست خود را به کرسی می‌نشانند و روابط بیمار میان والدین و فرزندان در سیکل معیوب و فزاینده‌ای گرفتار آمده است. یا برای مثال وقتی در همین «طلاق در وقت اضافه» می‌بینم که آقای تیزرو یا همسرش تا مرز زد و خورد مشاخره می‌کنند و می‌خواهند همدیگر را از خانه بیرون بیندازند (با این پیش فرض که اغراق می‌تواند مسبب خنده شود)، در آن روی سکه به همین روان‌نژندی خانوادگی دامن زدیم. در «ترانه مادری» هم اندازه روابط و درگیری‌های میان دو نسل، گاه تا حد معیوبی درهم می‌ریزد. این قبول که اوضاع اجتماعی/خانوادگی روز به روز پیچیده‌تر می‌شود و سامانه سلامت روانی رابطه‌ها در معرض آسیب‌های بیش‌تری قرار می‌گیرد، اما رسانه باید مراقب باشد که با توجیه نمایش واقعیت، خود به یکی از پیش برنده‌های این سیکل تبدیل نشود.

یادمان باشد که تلویزیون و سینما می‌توانند الگوی رفتاری ایجاد کنند. حتما تاثیرات ناشایست چند سریال مهران مدیری را بر ادبیات شفاهی و واکنش‌های رفتاری/ کلامی مردم (به ویژه کودکان و نوجوانان) یادتان هست. در برخورد با جزئیات کنش‌های میان زن و شوهر از یک سو و والدین و فرزندان از سوی دیگر، همین هشدارها برقرار است. روان‌شناسان معتقدند که نمایش بحران گاه می‌تواند مشوق و مسبب بحران شود. وقتی حیرت‌شکنی در مجموعه‌ها رواج یابد، تسری یافتن آن به سایر خانواده‌ها دور از انتظار نیست. الان کار به جایی رسیده که ناسازگویی و دشنام برای بازه‌تر شدن قصه‌ها مجوز کاربرد پیدا کرده، غافل از آنکه این جواز به کل اجتماع داده می‌شود. درست شبیه چند سالی که (گمانم در دهه شصت) کتک زدن زن از سوی شوهر نمایش داده می‌شد و به فراخور آن، آمار آسیب‌دیدگی‌های همسران و نوجوانان) یادتان هست. شوهران‌شان بالا رفته بود. اکنون باید به این جدل پرداخت که تلویزیون تا چه حد موجب شیوع دشنام‌گویی و بی‌پروایی و حرمت ناشناسی در میان خانواده‌ها

شده است؟ و آیا سهل‌اندیشی در این زمینه، به سلامت روانی خانواده‌ها لطمه نمی‌زند؟! ■

بهرترین مقاله را انتخاب کنید

۱۸۴۳۰۲

بهرترین مقاله را انتخاب کنید

۲۰۰۰۲۸

بیماری هری پاتر

در حین صحبت کردن و حساسیت به صدا و لمس مشکل دارند ممکن است دچار این بیماری باشند. دیسپر اکسیا درمان قطعی ندارد، اگرچه تشخیص زود هنگام و انجام کاردرمانی می‌تواند موجب شود تا فرد راحت‌تر با مشکلات کنار بیاید.

بسته به شدت بیماری ممکن است لازم شود گفتار درمانی و فیزیوتراپی هم انجام شود و این درمان‌ها می‌توانند تا حد بسیار زیادی در تکامل اعمال حرکتی و مستقل شدن کودک موثر باشند. پزشکان به والدین این کودکان توصیه می‌کنند در برابر کودک خود صبور باشند و به او دلگرمی بدهند. حمایت و کمک والدین در انجام کارهای کودک اگر با روند کار درمانی او تداخلی نداشته باشد کاملا به نفع کودک است. آموزش کودکان به صورت قدم به قدم در انجام امور ساده و همچنین حمایت‌های روحی می‌تواند یک بیماری شدید را هم به نوع خفیف‌تر تبدیل کند.

دانیل رادکلیف به گفته ویکلیش مبتلا به نوع خفیف بیماری است اما تشویق‌های والدین او سبب شد وی برای دوری از استرس به سراغ بازیگری برود و پسر بچه‌ای که به دلیل این بیماری نمی‌توانست دودرچه سواری کند و یا حتی بند کفشش را ببندد حالا در نقش یک جادوگر معروف در بین کودکان دنیا محبوب شده است و به غیر از این حدود ۱۷ میلیون پوند ثروت هم به دست آورده است. ■



بهرترین مقاله را انتخاب کنید

۱۸۴۳۰۲

بهرترین مقاله را انتخاب کنید

۲۰۰۰۲۸

نوزادانی که در غلّت زدن و سینه‌خیز رفتن مشکل دارند، حرکات چشمی در آنها عجیب است و به جای گرداندن چشم، کل سر را می‌گردانند

علایم دیسپراکسیا در کودکان

علازمانی که در غلّت زدن و سینه‌خیز رفتن مشکل دارند، حرکات چشمی در آنها عجیب است و به جای گرداندن چشم، کل سر را می‌گردانند