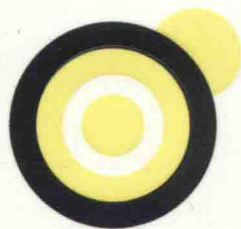




北京电影学院表演学院  
表演艺术系列丛书



素质、能力与技巧

# 成为 演员

许晓丹 著



To Be An Actor  
Qualities, Capabilities & Skills

CFP 中国电影出版社

# 成为 演员

素质、  
能力与技巧

许晓丹 著

To Be An Actor  
Qualities, Capabilities & Skills

CFP 中国电影出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

成为演员：素质、能力与技巧 / 许晓丹著. —北京：中国电影出版社，2015.9

ISBN 978 - 7 - 106 - 04263 - 9

I. ①成… II. ①许… III. ①表演艺术 IV. ①J812.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 225872 号

责任编辑：程 楠

封面设计：唐 诗

版式设计：唐 诗

责任校对：孙 健

责任印制：张玉民

## 成为演员：素质、能力与技巧

许晓丹 著

出版发行 中国电影出版社（北京北三环东路 22 号）邮编 100029

电话：64296664（总编室） 64216278（发行部）

64296742（读者服务部） Email: cfpvgh@126.com

经 销 新华书店

印 刷 北京易丰印捷科技股份有限公司

版 次 2015 年 9 月第 1 版 2015 年 9 月北京第 1 次印刷

规 格 开本/710×1000 毫米 1/16

印张/25.75 字数/493 千字

书 号 ISBN 978 - 7 - 106 - 04263 - 9/J. 1761

定 价 58.00 元

## 序

晓丹老师关于电影表演的教材写成了，嘱我写一篇序，虽然我知道这件事情对我来说，实在是太有难度了，但是，还是答应下来。我非常感谢晓丹老师对我的信任，给了我一个在自己不懂的事情上又一次说点儿什么的机会。我清楚地知道，对于自己并不了解的专业发表意见，显然很具挑战性，当然，也有很大风险。维特根斯坦说过，“凡能够说的，都能够说清楚；凡不能谈论的，就应该保持沉默”。问题的关键却不仅在于，恰当地掌握两者之间的区分，而且还在于，即使是能够说的，是否有能力说得恰到好处。看来，晓丹老师比我更不担心这一点。我也就勉为其难。

晓丹老师书中的意图相当明确，她要集中加以解决的问题是，如何在理解什么是演员的基础之上成为一名优秀演员。这本书是晓丹老师在北京电影学院多年来学习表演、参加表演和表演教学的丰富的经验总结及深入的理论提升的心血凝聚之作，是一部系统地梳理和概括表演教学过程的研究专著。更难能可贵的是，其中还包含了她作为一位热爱并全身心投入电影表演教学的老师的许许多多宝贵的人生感悟和真知灼见。完全可以说，这本书，对于那些希望成为一位优秀演员的人来说，确实是一本非常好的可推荐之作。

还要指出的是，那些专门从事表演艺术活动的人，或者说以表演作为职业的人，就是被称之为演员的人。而表演艺术家则是，在从事表演艺术活动中，公认有比较突出贡献的人。演员又分为两种，戏剧演员和电影演员。有很多的人都希望自己成为一位电影演员，也有不少人希望自己成为一位电影表演艺术家。有一点是很容易达成共识的，要成为一位电影表演艺术家，必须先使自己成为一位电影演员。

晓丹老师的书中对于问题解决之道的总体思路已经考虑得非常清晰了。在她看来，要想成为合格的电影演员，必须具备三个方面的条件，这就是素质、能力和技巧，及其内部错综复杂的要素。这样的框架，不仅非常坚实，而且具有很强

的可操作性。至于这三个方面的内部要素之间的交叉、重叠关系的进一步梳理和厘清，还可以在今后的教学实践及研究中进一步思考。

好几年以前，我曾在给林洪桐老师的书序中提到过我作为一位美学的学习者对于表演艺术的理解，在我看来，表演艺术是一种以人的全部可观外在性为表现手段，但是却需要通过调动人的几乎全部生命活动来进行调控的包罗甚广触及至深的艺术形式。正是这一突出特点，使得表演艺术成为人类全部艺术中最有魅力同时也是最为复杂的一种艺术形式。这也正是为什么电影表演教学是一个极其复杂的系统工程的根本原因所在。

我在《电影美学形态研究》（2010）一书中曾经批评过德国美学家黑格尔的一个观点：“黑格尔认为，美学就是艺术哲学，主要研究艺术美，艺术是最高级的审美现象，因此必须把自然美排除在外。他并没有提出什么像样的理由。他最主要的理由是，‘艺术美高于自然。因为艺术美是由心灵产生和再生的美，心灵和它的产品比自然和它的现象高多少，艺术美也就比自然美高多少。’<sup>1</sup>在他看来，任何一个无聊的幻想，既然经过了人的头脑，也就比任何一个自然物的产品要高些。”我不同意黑格尔关于美学的研究对象是艺术的观点，我认为，美学的研究对象就应该是古希腊哲学家柏拉图所说的“美本身”，但是，我却非常欣赏黑格尔表达的关于“心灵和它的产品比自然和它的现象高多少，艺术美也就比自然美高多少”的观点。因为表演艺术的特殊性就在于，它正是一种要通过人的既敏感又灵动的心灵的调控并最终以人自身的呈现作为媒介，因而也是最具魅力的艺术形式。

表演艺术只是一个大的类，细分起来可能复杂。但是，至少包含两个较大的子类，这就是两个同中有异、异中有同的戏剧表演和电影表演。法国电影符号学家克里斯蒂安·麦茨曾经指出过，戏剧表演产生于奴隶社会，已有千年以上的历史。而电影表演却产生于资本主义社会，只有百余年的历史。他还指出，在戏剧中，演员和观众在同一场所同时在场，但是，在电影中，演员在观众不在（＝拍摄）时在场，观众在演员不在时（＝放映）在场。麦茨还更幽默地把电影表演不同于戏剧表演的特点称之为，观看者和表现者的接近已经不再一致的一次失败的约会。他们已经互相失去了对方。观众对电影表演的观看必须也必然地是要求在表现方面没有非常清楚的赞同标志的情况下进行的。也就是说，电影表演并不需要戏剧表演所必需的“舞台”。在麦茨看来，戏剧表演要同观众在同一个物理时空中进行，

1 [德]黑格尔：《美学》第1卷，朱光潜译，商务印书馆1979年版，第4页。

这种表演更多地是作为一种以积极唤起某些不真实的东西为目的的一系列真实的行为片段被体验，它们必须是一些“剂量”不同、节省措施不同的真材实料。而电影表演，却是在另一个与观众完全不同的物理时空中进行的，或者更确切点说，是在镜头前进行的，这样一来，演员表演过后，电影观众所看到的，只不过是作为一种本身并不真实的类似真实出场的虚幻场景，但是，它却看起来是如此的逼真，如此的栩栩如生，带着有一种缺失与永恒并存的气吞山河的气势。麦茨很可能在不经意间向我们揭示出了电影演员之所以能够成为万众瞩目的明星，而戏剧演员最多只能称为家喻户晓的名角儿的内在原因。

我1984年来北京电影学院任教，至今已经30年，我虽然不了解电影表演教学，但是，在我的心目中，电影表演教学永远都是一项充满着神秘性的和令人尊敬的工作，这本书也能够表明，晓丹老师已经做出了卓有成效的成绩。期待晓丹老师的下一部电影表演著作能够给那些热爱电影、希望成为演员的人带来更多的惊喜。

王志敏

2015年5月17日

# 目 录

## Contents

|                       |          |
|-----------------------|----------|
| 序.....                | 王志敏 /001 |
| 第一章 绪论.....           | 001      |
| 一、演员本身.....           | 002      |
| 二、成为演员.....           | 004      |
| 第二章 演员的素质.....        | 007      |
| 一、演员的外部素质.....        | 012      |
| (一) 演员的容貌与体态.....     | 012      |
| (二) 形体动作的表现力与可塑性..... | 014      |
| (三) 声音和语言.....        | 016      |
| 二、演员的内部素质.....        | 017      |
| (一) 气质.....           | 017      |
| (二) 魅力.....           | 020      |
| (三) 激情.....           | 025      |
| (四) 信念.....           | 026      |
| 三、演员创作角色的素质.....      | 029      |
| (一) 理解力.....          | 029      |
| (二) 感受力.....          | 030      |
| (三) 观察力.....          | 031      |
| (四) 想象力.....          | 033      |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| (五) 表现力                  | 035 |
| (六) 创造力                  | 037 |
| 四、演员的职业素质                | 038 |
| 第三章 能力                   | 041 |
| 一、感受能力                   | 042 |
| (一) 感受能力对演员的重要性          | 043 |
| (二) 如何培养演员的感受能力          | 044 |
| 二、想象能力                   | 050 |
| (一) 想象能力的重要性             | 050 |
| (二) 演员的想象                | 051 |
| 三、观察能力                   | 059 |
| (一) 观察能力的重要性             | 059 |
| (二) 观察能力的训练——外部“观”与内部“察” | 061 |
| 四、创造能力                   | 064 |
| (一) 创造能力对于演员的重要性         | 064 |
| (二) 如何培养演员的创造能力          | 064 |
| 五、表现能力                   | 071 |
| (一) 模仿能力的重要性             | 071 |
| (二) 如何加强演员的表现能力          | 072 |
| 第四章 技巧                   | 081 |
| 一、组织行动——表演的技巧            | 082 |
| (一) 什么是行动                | 082 |
| (二) 行动的规律                | 083 |
| (三) 舞台行动                 | 086 |
| (四) 怎样掌握舞台行动             | 090 |
| 二、“组织自我行动”——小品教学阶段       | 091 |
| (一) 认识小品                 | 091 |
| (二) 小品的构成要素              | 094 |
| (三) 结构小品                 | 099 |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 三、组织角色的行动——片段教学阶段     | 110 |
| (一) 片段的分类             | 110 |
| (二) 片段的选择             | 114 |
| 四、组织完整的角色行动——独幕剧与大戏阶段 | 116 |
| (一) 角色的转换             | 116 |
| (二) 演员创造角色的方法         | 118 |
| 附录.....               | 165 |
| 一、人物模拟训练              | 169 |
| 二、奇思妙想训练              | 171 |
| 三、观察生活与小品             | 189 |
| 四、片段                  | 238 |
| 五、独幕剧                 | 291 |
| 结束语.....              | 395 |
| 致谢词.....              | 398 |
| 参考书目.....             | 400 |



## CHAPTER 1

### 第一章

### 绪论

## 一 演员本身

表演艺术是一种以人的全部可观外在性为表现手段，但是却需要通过调动人的几乎全部生命活动来进行调控的、包罗甚广、触及至深的艺术。正是这一突出特点，使得表演艺术成为人类全部艺术中最有魅力的艺术。同时，也是最为复杂的一门艺术。表演艺术的神秘与神奇吸引着无数人，并诱惑着许多人。据说，有一个人终生酷爱演戏，最大的愿望就是登台表演。然而，他的命运之门却未曾被任何一位导演所扣动……于是，当他抱憾地离开这个世界时，留下了令人心颤的遗嘱——把他的头盖骨做成道具，在适当的时候摆上舞台。

成为演员，对于许多年轻人来说是一种无法抗拒的事实。演员这一极具魅力而又充满诱惑的职业使人憧憬，难怪著名导演谢晋曾说过：“世界上最受老百姓欢迎的有两种人，一种是球星，一种是影星。”<sup>1</sup>的确，演员和他所扮演的角色对人们的影响是显而易见的。伟大的演员之所以伟大，是因为他所塑造的角色形象与观众的心灵产生了巨大的连接力。喜剧大师卓别林开创了一个喜剧时代，他创造的银幕形象使全世界的人为之震撼，时至今日依然是人类表演史上永不衰竭的经典。美国电影史学家路易斯·约可布斯曾说过：“美国电影史上还没有一个人像查理·卓别林那样，成为全世界这样珍爱的人物，当他哭的时候许多国家和民族都在哭，当他悲伤的时候全世界都回响起悲伤的哭泣。”<sup>2</sup>

然而，对表演艺术要求的不断提高使得眼光日益敏锐的观众成为了更加能动的观察者。在这种情况下，演员无疑被置于一种更加“孤独”的位置上。观众在审视着他们，这也使得演员更容易暴露出他是一个出众的艺术家，还是一个平庸的表演者。演员究竟是什么样的人呢？什么样的演员才算是好演员呢？由于每个人所处的位置不一样，所以对衡量好演员的标准也有所不同。制片人会说，能让投资方卖出好价钱的演员是好演员；导演则认为，能与导演沟通表现出所需的人物情感，并且能共同创造角色人物形象的是好演员。这些种种对好演员的衡量标准又让想成为演员的人倍感压力的存在。

1 林洪桐：《电影演员的魅力》，中国电影出版社 1993 年版，第 2 页。

2 [苏]库卡尔金：《卓别林评传》，芮鹤九译，中国电影出版社 1984 年版，第 3 页。

也许你曾见过，在绿色稻田中，在那稻田的中心一个有意思的“稻草人”站在那儿，卫士般地履行着自己的职责——赶走那些想要偷吃稻粒的鸟儿。而演员的职责恰好同“稻草人”相反，因为，演员的职责是吸引人。演员具备的首要条件就是不能把自己隐藏起来，而是充分地、自在地表现自己，准确地控制情感，运用自如地刻画出剧作者所提供的剧中人物。许多东西在生活中是要掩藏起来的，而演员却必须按照剧情的需要努力表现出来。甚至，我们感到最不好意思承认的东西，在剧中却需要演员着重表现。

演戏并不是化化装、穿上戏装，背诵台词而已，也不是简单地靠对戏的感受，演戏是使产生动作和台词的思想得以重新体现。演员不是说明者，不仅仅是剧作者或导演思想的传播者，演员应该是一名优秀的、具有再创造性的艺术家。他能把剧作者的语言和导演的意图同他本人所具备的各种长处、特点、魅力结合起来，表达出引人入胜的思想，并产生出强烈的效果。

我们都知道，剧本中的人物形象最终是要通过演员的创作与观众见面，无论是剧作的文学形象还是导演的处理都是要通过演员的表演来体现。在表演的二度创作过程中，演员又将自己独特的理解、感受和特有的色彩赋予创作对象——角色。如果说，剧作的主题思想是人们评定一出戏的重要条件，导演的技巧、风格特征又是评定这出戏的必要因素，那么，同观众建立起最早联系的却是剧中演员的表演。这是因为，剧作的主题、导演的手法，都是在观看完整部戏后才能评定。而演员的表演却自始至终地贯穿着全剧，并给演出带来最早的艺术魅力。同样，演员的表演也直接影响着整个作品的成功与否。

艺术创作目的在于实现创作者和欣赏者之间的情感交流，而演员正是通过他们所塑造的活生生的形象来完成这种情感的交流。而观众则是通过与演员所塑造的角色形象的沟通和对他们的热爱，转化为与演员的沟通和对他们的热爱。

演员必须具备着超出常人的对于生命和生活的敏锐感应，拥有饱满充沛的情感，并要善于引导自己的感情，使感情流露得恰到好处。演员必须清晰地认识到剧作家所提供的台词和台词背后潜在的含义，懂得那些富有灵动的语句是用来表达还是掩盖角色的思想内涵。区分演员好坏的标准就是：他是否充分体现了他所扮演的角色。

演员留给观众的东西，要么是他本身，要么是他所扮演的角色，前者可能涉及一些商业问题，例如：明星制度、商业炒作或明星包装等。但就我们所界定讨论演员的这个相对狭义的范围而言，观众之所以在一个演员卸了妆走在大街上还能认得他，是因为观众首先认得并承认他所创作的那些艺术形象。否则，观众没

有理由对一个搞不清在哪里出现过的人念念不忘。

演员能通过他的表演使我们清晰地看到人类世界的美好和丑陋，或是让我们感受到某种愚蠢而发笑。同样，演员通过其表演也能为我们驱散忧虑，带来欢笑……

## ◆二 成为演员

对于怎样成为一个演员和怎样做一个好演员，每个人都会有不同的认识。我认为，要想成为一名好演员首先要学会了解、认识真实的生活。光做到了解、认识真实生活并不容易，因为真实的生活包括了太多的内容。而对于演员来说，即使对生活有了认识和了解还是远远不够的。更为重要的还需具备深刻的思想与独到的、对生活的一份感悟。同时，作为一个演员还应该具备良好的“演员的素质”。那么，什么是演员的素质呢？演员的素质包括很多，梁伯龙教授在他的《戏剧表演基础》一书中谈到，演员必须具备“七力”与“四感”。“七力”指的是：敏锐细致的观察力、积极稳定的注意力、真实准确的判断与思考力、形体语言的表现力、丰富活跃的想象力、敏锐真挚的感受力、灵敏细腻的适应力。而“四感”则是：信念与真实感、幽默感、节奏感、形象感。除了上述以外，演员的素质还应包括：演员的理解力、演员的模拟力、激情等。对于想要成为演员的人来说，演员的素质是一个演员所必须具备和终生修炼的。

有人说，演员是一种天赋的象征。的确，演员的天赋是与生俱来的，是有一定的遗传因素，与早期的熏陶和影响是密不可分，但后天的训练和培养依然重要。如果没有专家后天的培养和开采，即便是金子也有被泥沙掩埋的可能。其实，演员的天赋大都是靠着后天的挖掘而出，好的演员就像一匹千里马一样是需要好的伯乐来发现与驯养的。艺术院校的学习过程正是挖掘出学生内在的“演员素质”的训练过程，其宗旨便是如何开掘演员的素质。优秀的演员一定是要经过打磨与锤炼的。



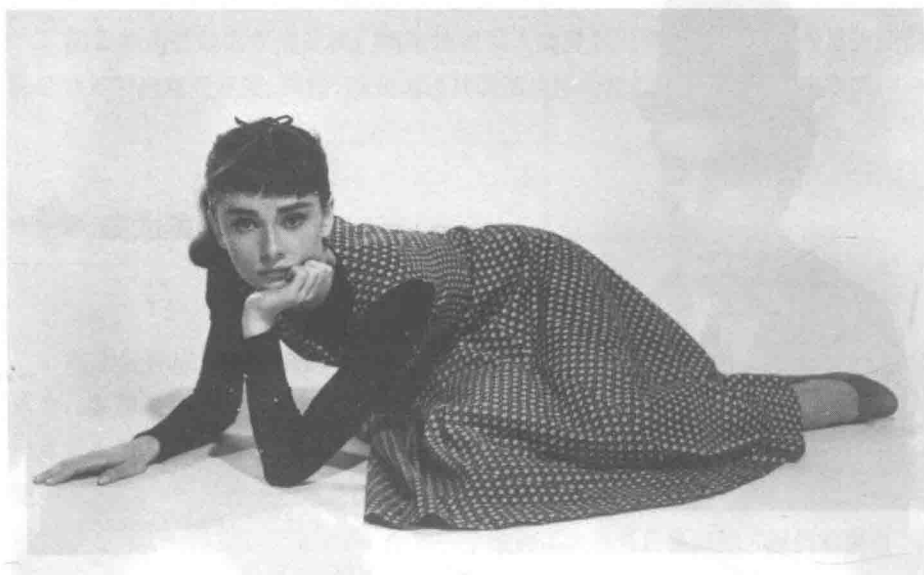
著名喜剧大师——查尔斯·斯  
宾塞·卓别林 (1889~1977 年)



著名演员——费雯·丽  
(1913~1967 年)



著名演员——伊丽莎白·泰勒  
(1932~2011 年)



著名演员——奥黛丽·赫本（1929~1993年）



著名演员——英格丽·褒曼（1915~1982年）



CHAPTER 2

第二章

演员的素质

在探讨演员这一问题上，“如何成为一名优秀的演员”是一个不可避免且永恒的话题。一些人看来，“漂亮、英俊、帅气”成为了演员的代名词。每每在北京电影学院表演学院招生时，总会经常听到这样的话语——“表演系招生犹如一场选美”。然而，纵观诸多中外著名演员，我们却发现一个奇怪的现象，运用传统审美理念来审视一些演员时，我们会发现他们离美的标准相差甚远。查理·卓别林在他矮小、瘦弱，甚至是滑稽的外表下有着一种划时代，乃至超越时空的永恒性。而梅丽尔·斯特里普、罗伯特·德尼罗、达斯汀·霍夫曼、艾尔·帕西诺、罗宾·威廉姆斯、张曼玉、姜文、葛优、张涵予、黄渤、王志文、李保田、范伟，等等，他们并非传统意义上的美女和帅哥。然而，在当今影视界他们却成为了无可替代的，甚至是一个时代的象征。那么，怎样才能成为一名优秀的演员？成为一名优秀的演员又需要具备什么样的素质呢？

《电影艺术词典》中有关“演员的素质”一节里是这样明确定义的：演员的素质是演员表演的天赋资质及能力、才干。包括演员的容貌、形态、形体动作的灵活性和可塑性，声音的音色和音调、言语的清晰度，演员创造形象的理解力、想象力、感受力、表现力以及演员自身的性格、气质、魅力等。

针对上面所谈的“演员素质”的定义，我姑且把“演员的素质”做一个分类，即演员的外部素质、演员的内部素质、演员创造角色的素质、演员的职业道德素质。