



電·影·表·演 ——導演必修課

Directing Actors ——
Creating Memorable Performances
in Film and Television

茱迪絲·衛斯頓 Judith Weston——著
何平 | 何和一譯

念真 | 易智言 | 侯孝賢 | 紀蔚然 | 陳湘琪 | 戴立忍

推薦

(按筆畫排列)

執導電影或電視影集不是件容易的事，導演必須花費大量心神，時刻關注鏡頭前的演出，也要深入了解演員，且善於和演員溝通，這將對團體工作極有幫助，也大大提升作品的精彩度。作者茱迪絲·衛斯頓以多年演員訓練及教授表演的經驗歸納出十個方法，先提出重要概念，再舉詳細範例說明，幫助導演在拍攝時提供演員清楚、精確的指導。演員也會了解自己需要從導演那裡得到什麼指示或幫助，同時更學到表演及解讀劇本的技巧。最終導演和演員能夠互相理解，建立良好的溝通與合作關係，創造出精彩、令人難以忘懷的表演。

{ 深入剖析導演和演員心理，創造經典
{ 暢銷十餘年！好萊塢電影工作人員

「這本書能幫助電影導演和演員在合

——陳湘琪（表演工作者）

「妳教我的所有東西都太有用了！非常感謝。」

——Alejandro González Iñárritu（《火線交錯》、《靈魂的重量》導演）

「茱迪絲·衛斯頓教會我如何傾聽——『全心全意去聽』，也讓我了解到潛意識世界的能量與魔力。我以前從來不知道創意從何而來，但是她的智慧改變了我寫作和指導演員的方式；真的，不誇張，她改變了我對人生的看法。」

——Mark Fergus（《鋼鐵人》、《人類之子》共同編劇）

「茱迪絲的方法很棒！因為真的很實用！她提供了許多在拍攝現場解決問題的手段，讓演員信任我。她的課程跟書對導演來說是非常寶貴的資源。」

——Lawrence Trilling（影集《整型春秋》、《家族風雲》、《神經妙探》導演）

書林出版有限公司 定價380元

ISBN 978-957-445-471-6



9 789574 445471 6

directing actors

電·影·表·演
——導演必修課

電影表演—導演必修課／茱迪絲·衛斯頓 (Judith Weston) 著；何平·何和 譯。——一版
——臺北市：書林，2012.07
面；公分——(電影苑；F16)

譯自：Directing actors: creating memorable performances for film and television

ISBN 978-957-445-471-6 (平裝)

1. 導演

987.31

101009843

電影苑 F16

電影表演—導演必修課

Directing Actors: Creating Memorable Performances for Film and Television

著	者	茱迪絲·衛斯頓 Judith Weston	
譯	者	何平·何和	
編	輯	劉純瑀	
校	對	李宜珊·蘇淑冠·蘇展翹	
出	版	者	書林出版有限公司

Tel (02) 23684938 · 23658617 Fax (02) 23688929 · 23636630
100 台北市羅斯福路四段60號3樓

北區業務部	Tel (02) 23687226 · 通路業務部	Tel (02) 23684938
台北書林書店	106 台北市新生南路三段88號2樓之5	Tel (02) 23658617
中區業務部	403 台中市五權路2之143號6樓	Tel (04) 23763799
南區業務部	802 高雄市五福一路77號2樓之1	Tel (07) 2290300
發行人	蘇正隆	
出版經理	蘇恆隆	
郵政劃撥	15743873 · 書林出版有限公司	
網址	http://www.bookman.com.tw	
經銷代理	紅螞蟥圖書有限公司	

台北市內湖區舊宗路二段121巷28號4樓
電話02-27953656 (代表號) 傳真02-27954100

登記證	局版臺業字第一八三一號
出版日期	2012年7月一版初刷
定價	380元

I S B N 978-957-445-471-6

DIRECTING ACTORS: CREATING MEMORABLE
PERFORMANCES FOR FILM AND TELEVISION
by JUDITH WESTON

Copyright: © 1996 BY JUDITH WESTON
This edition arranged with MICHAEL WIESE PRODUCTIONS
through Big Apple Tuttle-Mori Agency, Inc., Labuan Malaysia.
Traditional Chinese edition copyright:
2012 BOOKMAN BOOKS, LTD.
All rights reserved.

欲利用本書全部或部分內容者，須徵得書林出版有限公司同意或書面授權。
請洽書林出版部，電話：02-23684938。

譯序

影視戲劇——在這個時代，在我們的慣常生活裡漸漸佔有一席之地。

但為什麼市面上指引我們影視導演和表演的書籍卻非常少（相對於舞台導演和表演）？也許是我的涉獵不夠，也許是整體環境並不重視這個細膩面，總之一直以來，無論在國內外求學期間或職場工作，對於在攝影機前的導演和表演都是靠著經驗和直覺在摸索，一切自由心證，沒有所謂導演的方法學。如果現場表演不行，還可以仰賴剪接彌補。導演是現場的指揮官，架式擺出來，「導演」的直接意思就是——指導和訓導演員演出！

這讓我非常懷疑到底什麼是導演專業？難道只要懂得怎麼找錢、怎麼策劃劇本、怎麼分鏡、怎麼扮演導演，就可以拍出好電影了？

我一直在想，自己也是個電影觀眾，無數次進入戲院，坐下來準備看電影。燈熄了，放映機開始轉動，那時候的我在想什麼？真正回想起來，我當然在等待一個故事呈現，但是故事的前提是人物，也就是我在等待一個述說關於某人（或某些人）的故事。簡單說，我在戲院椅子坐下來，就在等待各種角色出現，如果演員演得好，基本上就值回票價了。（有些電影花大錢做特效，演員演出不行，你走出戲院還是會有被騙的感覺，不是嗎？）所以，演員表演和劇本內容同等重要。電影製作的過程複雜，參與的人多如繁星；許多大師級的導演說過：一部電影的誕

生，導演有數不完的決定要做，任何一個決定都要面對「對品質堅持或妥協」的選項，但是只有對**演員表演**和**劇本品質**這兩件事的堅持，才是一部好電影產生的真正條件。

許多書在教我們如何寫（或改）出好劇本，但是**電影演員的表演品質**該如何經由與導演的合作來培養、引導和識別呢？

我在 1997 年參加多倫多影展，逛書店時看到了這本書，以為又是一本劇場裡教表演的書籍。翻了翻第一章，居然立刻感到當頭棒喝；許多影視導演想當然爾、導戲時用的「方法」竟然遭指出是錯誤的！我有點不服氣，於是繼續看下去，這一看至今就是十五年。期間當然因為被書的內容所折服，決定翻譯成書，以饗這普遍缺乏方法學的導演實務界。但畢竟自己不是常業翻譯，經常進度拖延緩慢，加上龜毛好面子，整本書翻譯完稿走了五年時間。不過相信這有如繡花般的最終文字，應該不辱原作者茱迪絲·衛斯頓（Judith Weston）近乎心理學家精闢而獨到的見解。

感謝學長石光生教授的大力推薦，李宜珊的細膩校對，以及李耀州、吳佳靜的適時協助。尤其要謝謝我的哥哥何和，在最初開始翻譯的六個月間完成了這本書第一篇翻譯稿，沒有這個基礎，我大概要花更多的時間來「繡花」。另外，當然也得感謝書林出版社一年又一年無比的耐心和寬容，希望這本書的出版能帶給演員和導演們永續的技術與信念。

一個專業演員的養成和訓練過程非常辛苦，但是針對演員的演出，導演是最終做決定的人。所以，導演如果可以放下權力的傲慢，針對自己這份工作也做反省和自我訓練，與其說是專業上的公平對待，不如說是對自己作品和專業的關心負責。從長遠的事業角度來看，相信這種自我投資是只賺不賠。

電影是冒險的事業，導演是創作者也是冒險家。

於是，允許和懂得享受演員冒險和犯錯，是導演給演員、也是給自己最好的禮物。

這本書在說這件事。

致謝

因為有五百多位導演參與了「導演表演」課程，以及劇本分析和排練技巧工作坊，這本書才得以存在。

一個願意學習表演、願意從演員的角度思考、願意投入演員脆弱心境的導演需要相當的勇氣。

對於這些學生（導演）們願意把自己交給我，讓我帶領他們經驗某些從未有過的身心歷程，我非常感動。即使之前我還是個默默無名的老師，他們仍然信任我，而且學習熱度絲毫不減。他們不斷敦促我定義所有的事情，構思對導演特別有用的工具。他們真正教我的，絕對不比我教他們的少。我誠摯地熱愛、感謝他們每一位。

至於所有我共事或教過的好演員，以及所有參與「非演員的表演」課程的學生，特別是第一期的同學，對這本書的貢獻同樣無與倫比。

我要感謝指導我表演和導演的老師：珍·薛爾頓、溫岱爾·菲利浦斯、羅伯·戈斯伯、安吉拉·佩頓、蓋瑞·伊肯、莉蓮·蘿蘭、傑克·葛菲、哈洛·克爾門、史黛拉·艾德勒、保羅·理察斯、荷賽·昆特羅。

特別是我的啟蒙老師珍·薛爾頓，是她讓我如此熱愛表演。她強烈堅持演出當下的真實、拒絕「單調平凡」的演出選擇、熱愛好的劇作，以及對表演和演員的高度熱情印刻我心，讓我難忘。她讓我了解，無論是在舞台上或電影中，能夠找到、甚至照

亮情境當下最極致的真實，就是一種最高貴、莊嚴的吶喊，值得我們全力以赴，也會增加我們地球上所有生命的價值。

她鼓勵我相信，身為一個演員、導演和老師，我能對這個世界有所貢獻。

在我開始教授「導演表演」沒多久，我的學生就鼓勵我出書。法蘭克·畢勤是第一位有這樣想法的人；一些學生——包括帕伊維·哈特爾、凱西·費茲派翠克、艾絲特·英格達爾、喬·西拉修斯、萊斯利·羅伯森·福斯特，以及彼德·英特爾——與我分享他們工作坊的筆記，成為本書論點的支援和協助，讓這本為導演籌辦的工作坊為基調的書得以逐步成形。

法蘭克也為我引薦了大衛·萊曼，由此展開了我和羅克波特緬因州電影電視工作坊長期而多所裨益的合作關係。在羅克波特時我遇見了克勞德（皮可）·伯克維奇以及伯特蘭·杜貝，他們把我的工作坊帶進歐洲，同時敦促我成立劇本分析和排練技巧工作坊，把訓練導演的工作提昇到「進階班」。

但以上種種還不足以讓這本書面世，直到麥可·維斯出現，我由衷地感謝他為我做的一切——感謝這從無到有文件化的過程、感謝他相信自己的直覺、感謝他相信我、感謝他的耐心與支持——特別是寫作時間略為超出預期的時候。

而麥可辦公室的肯·李，更是以他的熱忱不斷提供協助、建議方向。

我從讀過整份或部份手稿的人們那裡獲得了無倦、慷慨、有洞悉力的無價回饋：艾咪·克里茨內、艾琳·奧本海姆、克勞蒂亞·路德、波利·普萊特、皮可·伯克維奇、布魯斯·穆勒、萊斯利·丹尼斯、溫蒂·菲利浦斯、喬伊·斯蒂雷，以及約翰·霍斯金斯。

莉莎·阿戴瑞與喬·西拉修斯也提供我一些關鍵的手稿註

記，他們跟雪倫·羅斯納一樣，以上百種方式協助我。而約翰·海勒為我的工作坊製作了一捲錄影帶，更是發揮了無比的功用。

最後，我要感謝卡羅·S·史托爾博士、我的家人及所有朋友，特別是我心目中的英雄，也是我快樂的泉源、生命的燈塔——我的丈夫，約翰·霍斯金斯。

目 錄

譯序.....	i
致謝.....	v
導言.....	1
1 結果式指導與快速修正.....	15
2 經驗當下.....	53
3 聽與說.....	85
4 演員的選擇.....	101
5 內心結構——轉變、事件、貫通軸.....	149
6 演員的資源和訓練.....	159
7 劇本分析.....	185
8 選角.....	263
9 排練.....	275
10 拍攝.....	317
結語.....	331
附錄 A.....	335
附錄 B.....	337
附錄 C.....	344
引用電影列表.....	350
參考書目.....	353
引文來源.....	355

導言

陷入危機的導演

「我知道自己想要什麼，但是沒辦法用言語清楚表達出來。」「我認為已經把我想要的說清楚了，演員說『是，我了解』，但是接下來他卻沒有照我們先前討論的那樣做；於是我一遍又一遍重複我的指導，情況卻愈變愈糟。」「她是一位明星級演員，不肯排練、不接受指導，一意孤行，拿她沒辦法。」「我如何在排練的第一天就贏得演員的信任？」「有時候我可以分辨演員演出不夠真，或演出沒張力，但接下來我卻不知道該怎麼做。」

「我應該跟演員說多少？而他們又該跟我說多少？」「有時候，拍片現場的壓力讓我很難注意演員的表演——我無法感受演出的內容。」「我花了太多精力應付製片和財務的問題，當我到達現場，幾乎已經精疲力盡，沒有多餘的能量感知演出的當下。」「拍電視影集的時候，班底演員大多已清楚自己的角色，因此不太接受我的指導。」「我該如何讓演員的演出穩定而連貫，讓他們進入情況，並且持續這種狀態？」「我想我話說得太多了，我比較能夠指導一個本身就是這個角色而不須扮演的人，也很容易就跟他們說太多。」「我認為我指導過度。」「你怎麼排練的？導演什麼時候該說什麼？」「我想知道如何當場解決演員的問題，只要一個字，就能讓他的表演栩栩如生。」「有沒有什麼『開關』可以快速達到效果？」「如果在排練的時候，你給的某項指導很管用，

但是正式開拍時卻失靈了，那該怎麼辦？」「在拍片現場，演員都很喜歡我，我也感覺很自在，但是當我進了剪接室，卻發現拍出來的東西全部沒有用。」「我認為我排練過度。」「如果沒有足夠的時間，那我們應該把精力專注在哪一方面？」「我其實並不想這樣拍，但我別無選擇。」

針對以上每一個問題，導演們都希望能有一個簡短有力的答案；但是，在學到用簡短有力的方式執導之前，你得先學會一些必須長時間投入的方法，透過不斷練習，直到熟能生巧，才能快速解決問題。

簡單的解決方案背後總有成堆的功課要做；如果你只是頭一回做得順手，之後困難不斷，那就表示你並沒有專業技能，第一回合的成功也許只是初學者的幸運。或者，也有可能你正處於學習的陣痛期——經常進兩步，退一步。（也有可能進一步，退兩步！）

其實根本沒有所謂的捷徑，也沒有任何一種和演員共事的藍圖可以讓你這麼說：「我一定要這樣做、那樣做，這些都會有效。」

但是仍然有原則可循，有專業的技巧和一堆令人興奮但吃力的準備工作——讓你一旦準備妥當，就可以不預設它是否有效，而敢於從懸崖邊一躍而下，和演員一起面對表演的當下。而且在必要時候，你可以拿出有備而來、取之不盡的點子，以面對演員演出的問題。

演員——神祕的「那個人」

導演電影或電視是一個冒險的行業，每一階段都需要你投入完整的專注力，需要你提供所有的資源，將自己緊繃到極限；說它是娛樂業中的激流泛舟一點也不為過。但是對很多導演來說，

真正讓他們從接到新戲的興奮變成緊繃、焦慮不安，是在與演員共事的時候。

娛樂產業看待演員卻是兩面情——奉承、蔑視皆有之。

演員是不可理喻、難以理解的「那個人」。很多導演具備技術背景，對演員的工作方式卻所知甚少；導演如果來自電影的攝製組，甚至還會對演員有偏見。電影和電視片場往往會醞釀一種情緒，總認為演員做的事和其他需要專業、工作時間長的幕後工作人員相較，根本稱不上是一種工作，畢竟只要能走路、同時間能說話的人都可以成為演員，對吧？

編劇轉任的導演經常會對演員感到不耐、頭疼，因為演員通常無法用他們當初想像的方式表達台詞。有畫面天賦的導演，即使能充分、自在地掌握攝影機，很多時候對角色對白卻不在行，連帶影響演員演出。而且很抱歉，我必須說，根據我的觀察，即使從著名電影學院畢業的學生，對如何指導演員表演也是一竅不通。

事實上，多數人總認為「如何指導演員」是沒辦法教的，因為那是一種本能和直覺，你有就是有，沒有就是沒有。而我見過很多導演，包括一些有才華而且成功的導演，對於如何指導演員根本毫無頭緒，更糟的是，甚至不好意思開口求助。

大多數導演都知道，如果和演員溝通良好，對他們的工作有很大幫助，但演員和導演彼此關係破裂的恐怖經驗卻不勝枚舉。初出茅廬的導演，搭配了經驗豐富、高姿態的演員會有什麼樣的結果可想而知。

我聽過一則某位以硬漢形象著名的演員的故事，每當導演將他拉到一旁，他就會用工作人員都聽得見的高分貝說「你又要我吸什麼？」也許這位資深演員只是想逗逗這位年輕導演，讓他輕鬆點，不要太正經八百；也許他真的很殘忍，想讓這個可憐傢伙

知道，他認為導演給的指導很愚蠢。

這毫不奇怪，導演對演員了解不多，一定會讓演員感覺沮喪。

首次執導的導演最常關心的事，是如何把他們手上的經費花在技術品質上，鮮少關心和準備如何引導（演員）演出。因此，低成本電影最慘不忍睹的部份經常是（演員）表演。

而溝通的問題並不是只會在酬勞低、沒有經驗的導演身上發生，有時候某些知名演員和知名導演有合作機會，反而對彼此失望。為什麼？因為除了少數有劇場和現場電視拍攝經驗，因此熟悉排練的電影創作者之外，多數人都缺乏和演員工作的紮實技巧。

導演的專業技巧

「如何指導演員演出」可以當成一種專業技巧來教導，沒理由讓人困惑不前。

多年來我一直在教授導演們演員表演、劇本分析以及排練的技巧，因此發展出一些原則和工具，而這些正是本書的主題。

這些原則和工具都很簡單，但是簡單並不等於笨，反倒是很基本；它們一點也不神祕，也不會抽象玄妙，事實上它們很客觀，也很有用。如果你願意，也可以把這些原則和工具視為一組有跡可循的規則，但這些並不是你的「食譜」，而是為了釋放你那無價的直覺（*intuition*）所準備的工具。

沒有所謂的「食譜」。

你需要的是完完全全放下「把事情做對」的思考習慣；這對多數人而言的確不容易辦到，彷彿和我們所受的教育背道而馳。

雖然我的主要教學地點在洛杉磯，但是也曾巡迴全國各地，甚至遠赴國外。無論在什麼地方，我總覺得孩子們時時刻刻都被

教育成要取悅老師、得到好成績，以及如何讓同學留下深刻的印象。

我要改變一下你們的想法。

課堂上，我帶學生們做一系列的練習，首先是一段獨白，接下來加上場景，有時候練習的內容會有點奇怪，但我希望他們能夠耐心相信我、跟著我做，因為每一次練習，我們是把表演技巧的單一元素獨立出來，藉以檢驗它對導演們的幫助，一次只做一項。有時候學生難免擔心，因為他們期待的是結果、表演，以及把事情做對、不要犯錯的方法。

但是，你選擇了一個犯錯不見得是壞事的職業。

對腦神經外科醫生或飛行員而言，犯錯幾乎就是壞事一件。但是對我們這些幸運又愚蠢，為了追求夢想而進入娛樂事業的人來說，犯錯反而可能讓我們因禍得福——它能動搖我們對預設想法的執著，讓我們直接面對當下現況——因此幫我們打開一條新的創意之路。

有時候犯錯是因為我們的潛意識在和我們說話，而我們應該要聽聽看。

作為一個藝術工作者，我們可以因為犯錯而感到振奮。

你會犯錯。我們是會犯錯的動物，天性如此。

當你作為一個導演、一個發號施令的人，無論是自己或其他人犯錯，都必須學會如何在其中找到創意和建設性的意義。

藝術家是本性灰暗、多慮、多疑的生物，這並不是壞事，這會讓你凡事要求完美，在乎細節。

有能力看到人生的灰暗面，不但可以成為你執導劇情片和悲劇電影的資產，即使執導喜劇片也一樣，因為喜劇裡通常隱含著苦痛的一面。

但是，一個想法負面的導演，或是一個將自己的不安全感

投射到演員身上的導演則不可取。我經常提醒我的學生，無論演員帶給他們任何問題——抗拒某一段台詞、某一個劇情動作、假髮的顏色，或者忘詞、痛恨合演演員——他們都應該跟自己說：「我很高興發生這件事！」而且是發自肺腑這麼說。

如果從今以後你絕不再說：「我別無選擇」，你的未來將充滿希望。

我們在娛樂事業中擔任的（導演）工作，永遠允許我們有創造性的選擇；只要你想排練，就能找出時間、找到資金。也許你必須為了排練而放棄某樣東西，譬如犧牲一個特殊效果或一處昂貴的拍攝場景，但是你可以選擇是否要這樣做。

如果製片跟你說，除非你接受某位你認為不適任的演員擔任主角，否則他無法籌措到足夠的經費；這下子你面臨**抉擇**——要不接納這位演員，要不（允許自己）放棄這個案子。我並不是鼓勵你輕率地做出承諾或背信，但只要**你完全忠於自己抉擇時的感覺能力，並且用這種能力消解失望，你就會得到自由。**

如果沒有自由，就不可能有創意。

有些學生跟我說，我提出來的想法和技巧乍看似乎激進而顛覆；一位年輕編劇說，她發現我說的這些事「違反直覺」。聽到這些話，起初我感到十分詫異，之後我才了解，很多人誤把「意見」當作是「直覺」。

「意見」俯拾皆是，不需深思熟慮。

有時候人們會認為「直覺」就是第一個湧上心頭的想法，而「直覺」不需要深思熟慮，事實上並非如此。**為了啟動你的「直覺」，你必須潛入自己預設的想法之下，接觸內心最深層的資源；你必須能辨別並且拒絕——平庸、明顯及陳腐的選擇。**

我並不是要澆你冷水或要你不信任自己的「直覺」，但是沒有好的「直覺」，就不會是一個好導演。