

中央戏剧学院2013年度院内科研项目
YN1301



PATSY RODENBURG

英国著名演员台词训练大师
帕西·罗登博格的理论与方法研究

演员台词训练

杨旭◎著

中国戏剧出版社
CHINA THEATRE PRESS

演员台词训练

——英国著名演员台词训练大师

帕西·罗登博格的理论与方法研究

杨 旭 著

中国戏剧出版社

图书在版编目(CIP)数据

演员台词训练: 英国著名演员台词训练大师帕西·
罗登博格的理念与方法研究 / 杨旭著. — 北京: 中国
戏剧出版社, 2016. 7
ISBN 978-7-104-04398-0

I. ①演… II. ①杨… III. ①台词—语言艺术 IV.
①J812.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第158834号

演员台词训练

责任编辑: 武云
项目统筹: 庞迪
责任印制: 冯志强

出版发行: 中国戏剧出版社
出版人: 樊国宾
社址: 北京市西城区天宁寺前街2号国家音乐产业基地L座
邮编: 100055
网 址: www.theatrebook.cn
电 话: 010-63381560(发行部) 010-63385980(总编室)
传 真: 010-63383910(发行部)

读者服务: 010-63387810
邮购地址: 北京市西城区天宁寺前街2号国家音乐产业基地L座

印 刷: 北京鑫瑞兴印刷有限公司
开 本: 787mm×1092mm 1/16
印 张: 14
字 数: 150千字
版 次: 2016年7月 北京第1版第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-104-04398-0
定 价: 42.00元

中央戏剧学院2013年度院内科研项目

项目编号: YN1301

序

To dear Yang Xu,

I wish you all best wishes on the publication of your book on our working together on Voice and Shakespeare.

I found you a wonderful student.

Very hardworking but also with a great understanding of how important voice work is and most importantly you are creative and curious.

You bring great humanity to your teaching.

I look forward to working with you soon and often

Yours most sincerely

Patsy Rodenburg

前 言

首先，我想特别感谢我的朋友，曾在本校任教的英国籍教师孟夏茹（Sarah Munro）女士。她也是本课题组的成员。感谢她将帕西的表演方法告诉我，帮我开拓了教学的新领域；不吝牺牲每周的课余时间，免费为我讲解帕西的著作及视频；积极促成了我与帕西会面、学习之事，先后陪我去纽约、伦敦参加帕西的培训课程以及伦敦市政厅音乐与戏剧学校的教学排练。这期间，孟夏茹全程为我翻译了帕西所讲授的所有内容。词句琐碎、容量巨大的口译，让她常常为不能把帕西的话及时、精准地翻译，而着急落泪。

谢谢孟夏茹，她不仅带我认识了帕西，更重要的是，她让我更深刻地看到什么是对戏剧的热爱和执着，什么是做人的诚信与原则。对她为我所付出的一切我无以回报，只有将感激永存心间。

其次，我想感谢我的老师徐平老师及学院表演系系主任郝戎老师，在我面对课题申请犹豫不决的时候，是他们的鼓励和支持让我有勇气开始并坚持下来。

从踏入中央戏剧学院到今天我成长为一名台词老师，二十年来，徐平老师一直像兄长、慈父一样默默地给我许多的关心和帮助，对他的感激之情我无以言表。

在课题的研究进行中，无论在经费上还是在精神上，郝戎老

师都给予了我很大的动力与支持。记得和帕西吃饭时，帕西曾经问我：“你们现在的领导支持你的学习和改革吗？”我说：“他就是台词教师出身，他很支持。”帕西说：“那你就有福了。”是的，我们这一代的青年教师都为能有这样的领导感到幸运。

最后，还要感谢我的母校中央戏剧学院，是它把我从一个戏剧表演的门外汉培养成为一名专业的台词教师，并且给我出国学习深造的机会，更进一步点燃了我对戏剧教育的热情。

当然我最需要感谢的还是帕西女士，她对我这个萍水相逢、从未谋面的异国求学者表现出如此的慷慨和真诚，无私地、毫无保留地将她的理念与方法传授予我，免费让我进入本应收取高额学费的培训课堂，并且在精神上一直给我莫大的鼓励与支持。可以毫不夸张地说，正是跟随帕西学习，才让我真正明白了“教师”二字的沉甸甸，才真正明确了作为台词教师的方向，坚定了我将一生奉献于台词教学的决心，而在此之前我曾无数次产生过动摇。

这本书我原本想叫它“印象帕西”，是因为我自觉对帕西理念与方法的学习实在还只能称得上是“印象”。帕西的工作太忙了，与她的深入交谈只有三次，现场接受帕西的培训和观摩前后加起来还不到一个月，所以不敢说对帕西的理念与方法有多了解，更谈不上吃透精华，只能是就这前后两年多有限的学习积累，将自己看到的、听到的、明白的，且有一些实践验证的理念与方法拿出来与大家分享。我想要是有机会能把它译成英文，一定要让帕西女士好好地批评指正才是。



❧ 帕西·罗登博格 (PATSY RODENBURG) 简介

帕西·罗登博格生于1953年。她是英国著名的演员台词训练大师、莎士比亚戏剧专家和导演，现任伦敦市政厅音乐与戏剧学校的声音总监，曾担任英国皇家国家剧院和英国皇家莎士比亚剧团的声音总监。

她曾训练过英国许多出色的演员，妮可基德曼、休杰克曼、娜塔莉褒曼、朱迪丹奇和最新版007詹姆斯邦德的扮演者丹尼尔·克雷格等著名演员都是她的学生。

从英国中央戏剧与演讲学院毕业后，她曾做过一段时间的演员，随后投身教学。1981年她创办了英国皇家莎士比亚剧团的声音部门，并主持声音指导工作9年。此外，她还担任过莫斯科艺术剧院、法兰西喜剧院、默契剧团、亲密剧团等世界各地剧院的声音指导工作。

1990年帕西创立了北美皇家国家剧院的声音部门，并在美国得克萨斯州达拉斯南卫理公会大学及纽约迈克·霍华德演员工作室教授专业演员训练课程。与此同时，她也帮助创办了伦敦的“声音和演讲中心”，并进行授课。

帕西·罗登博格的著作有《正确的表达》(*The Right to speak*)，《言语的重要》(*The Need of Words*)，《演员的表达》(*The Actor Speaks*)，《第二圈》(*The Second Circle*)，《莎士比亚台词表达》(*Speaking Shakespeare*)，《演员与亚历山大技术》(*The Actor and Alexander Technique*)等。同时还制作了教学视频《你自己的声音》(*A Voice of Your Own*)，由英国诺维奇的Vanguard Production制作公司提供。其中著作《正确的表达》(*The Right to speak*)也录制了音频卡带。

2005年帕西获得由英国女王颁发的大不列颠帝国勋章。2010年被英国《泰晤士报》评为“戏剧界最有影响力的50人”之一，并被英国声音与语音培训协会授予“终身杰出会员”称号。

关键词

帕西的训练理念和方法中有几个关键词，涵盖了帕西训练理念与方法的精华。

身 体

“当我们说话时，身体的每一个原子都会发挥作用，就像一只咆哮着的狗。”

帕西认为身体是一切行动的来源：呼吸来自于身体、声音来自于身体、情感来自于身体。所以演员从热身到最后的台词表达都是从身体出发，并借由身体经历着台词和表达着台词。

帕西非常重视身体的打开和释放。她认为只有身体完全释放紧张，找到每一个部位本来应该在的位置，才能最大可能地释放出身体内的能量。

在西方的表演专业训练课程中，关于身体的训练被细分成亚历山大（Alexander）训练、瑜伽、杂耍、热身等很多独立的训练课程，绝不是像我们只有形体课如此简单。帕西的身体训练方法，很大程度上吸收了亚历山大训练的理念和方法——帮助演员释放身体紧张，回归松弛、自然、正确的身体习惯。

呼 吸

“每一个角色都有自己特有的呼吸方式，这是我们把握角色性格的关键。”

帕西认为呼吸不但影响着演员的声音，还会影响着角色性格的体现。因为呼吸既是演员声音的动力所在，又是演员情感的源泉。帕西不仅在训练最初会强调呼吸支持对声音的作用，还会在节奏训练中明确呼吸的改变对台词节奏的影响。在情感表达阶段，帕西会强调呼吸与情感的关系。帕西告诉学生，当你呼吸不深的时候，你的感受也一定是不深的。到了角色台词处理阶段，帕西会告诉演员，每个角色的呼吸状态是不一样的，要从对角色的呼吸研究开始把握角色的言语特征。在第二圈的能量交流中，帕西也强调了要与焦点建立深入的呼吸联系，才能真正与焦点在第二圈里交流。

骨 盆

“我认为骨盆是声音、情感、能量的老家。”

帕西在声音训练中会强调空气要深入到骨盆深处。声音和呼吸、情感都是从骨盆深处而来。

虽然这种说法只是一种训练意识，但正是这种意识，引领我们的呼吸更深入，情感更深邃。当通过一些练习去体会这种感受时，我们不难感受到空气深入骨盆的感觉。

帕西曾经说过，女人应该比男人的呼吸更深，因为女人从月经

到分娩，都经历过骨盆深处而来的痛苦，更能感受到骨盆的存在。这对增强女演员释放声音的自信、加强女演员声音能量起到了很积极的心里暗示作用。

释 放

“一定要勇敢地释放声音和情感。”

从身体到呼吸再到情感，帕西始终在强调“释放”这个关键词。从训练之初，帕西就鼓励演员一定要释放身体内的所有紧张，不要让任何紧张束缚住声音。

我在自己的教学实践中也发现，对于初学者，鼓励他们释放声音和情感是至关重要的。但值得注意的是，不要丢掉空气的支持，避免出现用力推声音的现象。

推 声 音

“推出的情感和声音是虚假的、造作的。即使你使再大的力气，也不会打动观众。只会让观众反感。”

推声音的意思就是丢掉空气支持，一味用肌肉的力量把声音过分用力地推出身体，试图达远响亮，也就是我们经常说的使劲过猛或发声时使拙劲。推声音的弊端是会造成呼吸和发声肌肉的紧张，挡住和阻碍住声音的释放。如果长时间推声音，对声带的伤害是很大的。这是帕西在声音训练中始终、反复强调的一个要求。

在观摩帕西给二年级学生排练《俄狄浦斯王》的台词课上，她

曾突然打断正在进行的排练，非常生气地对学生们说：“我想要再次提醒你们，不要推声音。那样推出的情感和声音是虚假的、造作的。即使你使再大的力气，也不会打动观众。只会让观众反感。”

焦 点

“声音必须有焦点，必须做到有的放矢。这样的声音才能集中、达远、响亮。”

帕西认为演员的声音必须有焦点，必须有的放矢。而且声音必须能够放到焦点里。这样的声音才能集中、达远、响亮。同时演员必须要能与焦点进行第二圈的交流，才能真正将言语中的力量和情感放置在焦点，感染或影响到焦点或言语对象。

经 历

“以第一人称的视角，亲身经历每一句台词的具体信息，才足以表达真挚的情感，将台词转化成真正属于演员的台词。”

帕西非常强调演员对台词的拥有。她说演员必须要把台词变成自己此时此刻真正需要说的话，而不是我该说的话。所以必须要在骨盆深处经历到台词深处的具体，不要在台词的表面溜冰。所谓“经历”，是指自己亲身做过、见过、遭遇过的事。所以帕西认为当我们说台词时，要以第一人称的视角对台词内在地具体，不管是外部形象还是内部感受都要完全亲身经历到，而且这种经历很深很深，只有这样我们才能感受并表达出台词真挚的情感。让观众相信从演

员嘴里说出的台词是属于演员的，而不是属于剧作家的。

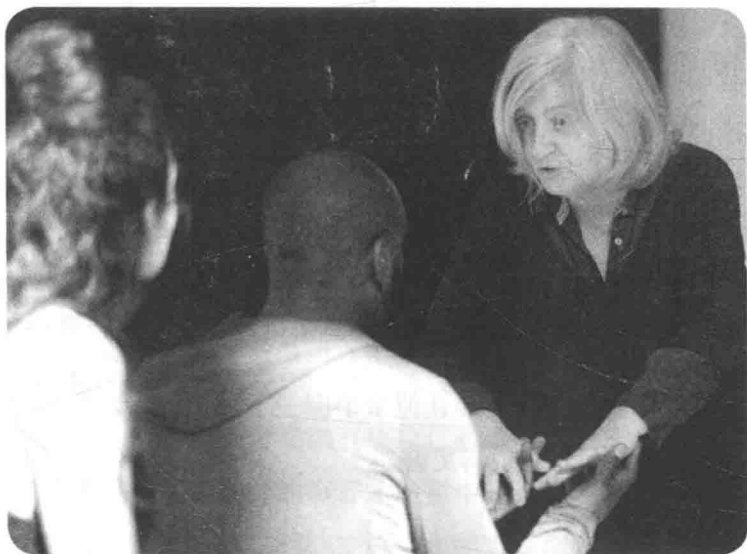
我印象非常深，帕西曾经举过这样一个有关演员经历台词的例子。她说曾经有一名男演员在说到莎士比亚戏剧中的某段独白时，因台词提及了“匕首”一词，这位男演员便特意到大英博物馆找到了戏中同时期的匕首陈列品，认真“经历”和体会与戏中道具的互动。从此这位男演员说到独白中有关匕首的台词时，他的内心视像非常具体，心里再也不会觉得空了。但是这位男演员觉得还是不够满意，他说，要是有机会能让他亲手握一下那把匕首，他会感受得更具体，会把那段台词说得更好。

第二圈能量

“当能量集中在某个特定对象或目标上，既给予对方又接受对方的能量，角色间才会形成真实有机的台词交流，才能令台词中的情感与能量深入人心。”

帕西将人的能量分为三个圈。她认为第一圈能量是朝向自己的，不与其他人沟通 and 交流，注意力只在自己身上。第三圈的能量是将能量尽力向外散发，且根本不管对方的感受，只是强迫对方接受。表面看上去好像在与对方交流，但其实只是装腔作势。

只有在第二圈能量里，能量才会集中在某个特定的对象或目标上，既给予对方又接受对方的能量，和对方有深入、真正的沟通与交流。而这正是演员在表演中需要的：此时此刻与对手、观众之间真实专注的感受与交流。在第二圈能量交流中，角色之间会形成真实有机的台词交流，并把台词中的情感与能量深入地“放进”对手



图为帕西正在给学生上课

摄影佐伊·劳 (Zoé Law)

和观众的身心中。

帕西在她的训练中要求从始至终贯穿第二圈能量的训练，她会要求所有学生必须掌握第二圈能量的台词表达。

下面就让我们从身体开始，具体地来认知一下帕西的训练体系。

Content 目 录

序 / 1

前言 / 1

帕西·罗登博格 (PATSY RODENBURG) 简介 / 1

关键词 / 1

第一部分 基础训练

身体 / 2

呼吸 / 19

声音 / 29

吐字发音 / 36

共鸣 / 41

音域 / 44

吟诵 (Intone) / 48

声音的延展 / 50

第二部分
角色台词训练

- 热身 / 62
念头 / 64
角色言语性格特征 / 66
拥有台词 / 69

第三部分
第二圈能量训练

- 身体训练 / 82
呼吸训练 / 87
台词训练 / 93