

☆☆ | 艺 | 术 | 体 | 育 |
☆☆ 高校学术研究论著丛刊

张鑫 著

戏剧影视表演的基 础理论与课程训练



中国书籍出版社
China Book Press

☆☆ | 艺 | 术 | 体 | 育 |
☆☆ 高校学术研究论著丛刊

张鑫 著

戏剧影视表演的基 础理论与课程训练



中国书籍出版社
China Book Press

图书在版编目(CIP)数据

戏剧影视表演的基础理论与课程训练 / 张鑫著. —

北京: 中国书籍出版社, 2019.7

ISBN 978-7-5068-7326-0

I. ①戏… II. ①张… III. ①戏剧表演-表演艺术-研究②电影表演-表演艺术-研究③电视-表演艺术-研究
IV. ①J812.2 ②J912

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 119084 号

戏剧影视表演的基础理论与课程训练

张鑫著

丛书策划 谭鹏 武斌

责任编辑 李雯璐

责任印制 孙马飞 马芝

封面设计 东方美迪

出版发行 中国书籍出版社

地址 北京市丰台区三路居路 97 号 (邮编: 100073)

电话 (010) 52257143 (总编室) (010) 52257140 (发行部)

电子邮箱 eo@chinabp.com.cn

经销 全国新华书店

印刷 三河市铭浩彩色印装有限公司

开本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

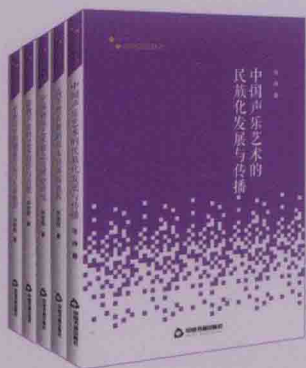
印张 16

字数 207 千字

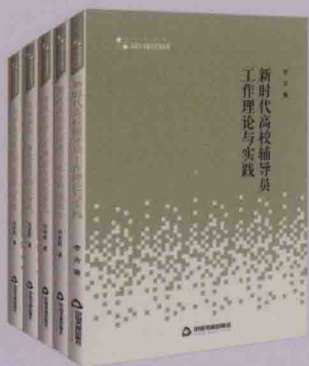
版次 2019 年 9 月第 1 版 2019 年 9 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5068-7326-0

定价 74.00 元



艺术体育论著丛刊



人文社科论著丛刊

☆☆ | 艺 | 术 | 体 | 育 |
☆☆ 高校学术研究论著丛刊

多学科理论下学校体育课程体系的建设和
发展研究

中国声乐艺术的民族化发展及传播

钢琴演奏表现力探究

视唱练耳教学及训练探究

校园足球可持续发展战略与系统训练研究

影视导演艺术理论与创作表现

钢琴演奏中“声”与“情”的表现研究

当代高师钢琴教育的理念与演奏艺术研究

设计素描创作与创新研究

戏剧影视表演的基础理论与课程训练

责任编辑：李雯璐

封面设计：东方美迪

目 录

第一章 戏剧影视表演基础	1
第一节 表演的基本理论.....	1
第二节 表演的心理姿势与过程.....	2
第三节 表演技能与表演创作.....	21
第二章 戏剧与影视表演的共通性与差异性	45
第一节 戏剧、电影与电视	45
第二节 戏剧表演与影视表演的共通性.....	49
第三节 戏剧表演与影视表演的差异性.....	51
第三章 剧本的研究与角色的分析	68
第一节 认识剧本.....	68
第二节 剧本的分析与研读.....	83
第三节 角色的分析与掌握.....	100
第四章 表演语言与形体的训练	111
第一节 语言的重要性与训练.....	111
第二节 语言的技巧与实践.....	125
第三节 形体素质与形体语言.....	137
第四节 形体动作技能与创作应用.....	167
第五章 表演者的素质与训练	193
第一节 表演者的素质与能力.....	193
第二节 表演基础训练.....	206

第三节	表演动作训练·····	216
第四节	表演小品训练·····	230
参考文献	·····	248

第一章 戏剧影视表演基础

表演艺术伴随着人类历史发展,历史的长河赋予了它最顽强的生命力,同时,也赋予了它更多的种类。在各种繁衍的、演化的、派生的、引进的等名目繁多的表演种类中,戏剧和影视是我们首先要加以认识的。

第一节 表演的基本理论

表演艺术的框架是舞台、银幕、荧屏;使用的创作工具和材料是演员的肢体、语言和情感;电影表演则加上摄影机、胶片,电视剧表演则加上摄像机和磁带,创造的结果是人物、艺术形象。

(1)什么是艺术形象?马克思的定义是:艺术形象——典型环境中的典型人物。这样我们可以给表演艺术下个定义:舞台表演艺术即演员用自己的肢体、语言、情感为创作材料和手段,在舞台上创造艺术形象。

(2)电影表演艺术,即演员用自己的肢体、语言、情感,加之摄影机、胶片为创作材料和手段,在银幕上创造艺术形象。

电影演员创作的最后完成是在银幕上,只有通过银幕与观众见面,演员的创作才有社会价值。

(3)电视表演艺术,即演员用自己的肢体、语言、情感,配合摄像机和磁带为创作材料和手段,在荧屏上创造艺术形象。

对表演艺术的定义还有其他几种提法,例如中央戏剧学院表演系编写的教材《戏剧表演基础》里是这么定义的:戏剧表演艺

术是演员在剧作家所创造出来的文学形象的基础上,再创造出有血有肉的活生生的舞台人物形象的艺术。而这种舞台人物形象,是演员在扮演角色时创造出舞台行动的过程中来完成的。

(4)表演艺术的特性是四个字:当众孤立!

平时,我们生活在人群之中,没有人注意你,你就很自然、很安全。可是当你一走上舞台,显露在成百上千人的面前,你被当众孤立,千百双眼睛的视线一齐射向你,你会立即如麦芒在背,全身不舒服,同时,出现生理性和心理上的反应:生理反应是心跳加快,呼吸急促,肾上腺激素增高,毛细血管充血,面红耳赤;心理反应是紧张不安,手足无措,甚至浑身发抖!

所以,做一名演员,首先要克服紧张心理,要适应和习惯被当众孤立的状态,做到身心的全面松弛。

表演艺术中,紧张大体上可以分为两个类型:其一,控制不了自身骨骼肌在一定动作中的自然状态。例如,戏曲演员跑圆场时两腿僵直,拉山膀时端肩缩脖等等。其二,主客观各种因素引起心理上的变化而产生的紧张状态。例如,舞台事故的突然发生,首长、亲人看戏等等。这两类不同的紧张,在实践中往往不是单独存在的,而是相互渗透、互相影响,单纯骨骼肌的紧张能引起杂念,而杂念又引起心理上的紧张,又呈现在骨骼肌上使紧张更甚。

第二节 表演的心理姿势与过程

一、心理姿势

所有语言都使用与身体活动及姿势相关的习惯用语来描述复杂的心理状态。这些在我们的言语和思想中被施了魔法的想象的动作,就是日常生活中的姿势。但是,当它们被应用于心理生活的时候,我们是在心里而非用身体创造它们。这是这两种姿势之间唯一值得关注的差异,因为它们的实际性质仍然是相同的。

我们“抓住”一个想法,就如同我们抓住一件物品。我们“触及”某个问题,就如同我们触及周围物质环境中的一个未知的表面。不同的是产生姿势的领域,而非姿势本身。例如,姿势不同,我们将无法理解“触及一个问题”究竟意味着什么。

不要误认为当我们与某人“断绝”联系,或“得出”一个结论的时候,我们是在暗示自己实际上是在心里做出“打断”和“拖曳”的姿势,就像我们用双臂及双手所做的那样。我们真正的意思是,做出这种姿势的倾向确实存在于我们的心里。如果有必要这样做的话,这种倾向与刺激我们做出肢体上的“打断”“拖曳”或“抓住”等姿势的倾向是一样的。

每一个个体的心理状态始终是思想(或视像)、情感及意愿冲动的综合。我们说一个人或剧中的某个角色“思考”“感觉”或“希望”什么,是因为在那个特定的时刻,他的思想、情感或意愿冲动占据着主导地位。但是这三种功能在每一个心理时刻都存在着、活跃着。因此,演员可以在心理活动中找到自己的角色,并有充分的机会把心理活动看作是具有恰当质感及视像的动作(或姿势)。这样我们就可以说,同样的动作在某种情况下是身体上的(姿势),在另一种情况下则是心理上的(质感与视像)。为了将来使用的方便,让我们创造一个术语“心理姿势”,它意味着姿势以及相通的情感。我们不仅将把这一术语运用到无形的(潜在的)姿势中,也会把它运用到有形的(实际的)姿势中。

(一)应用实践

假定在演员面前有一个剧本。作者的兴奋、想象、感觉、创作理念,他的爱、欢笑与泪水,都隐藏在印刷文字的背后。演员的任务就是开启所有这些珍宝,而要完成它,我们可以采用一种称之为枯燥而理性的方法,在这种方法中,情节、内容、话语的含义都是心照不宣、经过深思熟虑的。意识掠过情感、气氛及视像的表层;精神上获得了审美的满足,工作也得以完成。剧本被真实地发布出来,但并不是对演员而言。为了撕去作者所加的封条,演

员需要采用另外一些技巧。

仅有审美的满足是无法帮到演员的。他要去行动,要去改变,要根据剧本及其中的角色去转化自己的意愿、情感与想象。为了达到这个目的,他必须阅读几遍剧本,更多地运用他的心灵之眼,而不是身体上的眼睛。他想象着布景、事件、角色;他聆听着台词及声音;他理解着角色的情感,在内心追踪着他们的欲望,生活在与气氛的相互影响之中,兴奋地期待着未来观众的反应,向往着与他们结合在一起,等等。剧本中的戏剧开始成为演员的戏剧。

演员对剧本和角色越是熟悉,他作为演员的直觉就开始越发强烈地发出自己的声音。无数的可能性及个性化的方法随之被开启。问题是:这种直觉是在觉醒的视像那广阔混杂的世界里,快乐却漫无目的地折腾,还是由演员自己来引领、指挥呢?此处的指导原则就可以是心理姿势。

演员以敏锐的“凝视”,从各处挑选出姿势(“做什么”)及质感(“怎么做”)。它们出现在演员面前,激发他的意愿及情感。其中,某些内容即刻极其清晰地显现,敦促演员立时把它们创作出来;其他的则并非那么容易领会,而是在远方若隐若现,充满着希望,让人着迷又令人兴奋。它们积聚、变化、改进,相互影响。它们融入最初的创作中,从彼此之间,从气氛、情境、风格、角色的特性中有机地流淌而出。

当演员在视觉化技术以及创作心理姿势方面受到良好的训练,并具备丰富经验的时候,对他来说,这就不再是一种辛苦的努力了。他会享受视像、姿势和质感的这种千变万化、熠熠生辉的生命。他有权利享受片刻,因为它会满足其潜意识的创造性活动,让他为下一阶段更为精细的工作做好准备。

即便在这个令人愉快的时候发现心理姿势的最初阶段,演员也会发觉,他已经相当深入地了解了整部戏以及自己的角色。这是如何发生的呢?他以一种枯燥而理性的方法分析过剧本和角色吗?他煞费苦心地把这个剧本与其他戏剧创作进行对比,试图找到它们的相似点,然后把剧本贴上标签,再放到书架上了吗?

他搜索过剧本的文学出处吗？他阅读过相关的评论吗？没有，这些事情他一件也没有做过——至少目前还没有！

演员的方法是鲜活的、独立的、直接的、自由的、创造性的，最为重要的是，这是属于演员自己的方法！他用什么心理姿势来进行他的探索性工作呢？那就是表演——是对剧本印刷文字背后所呈现的生活的内在参与。他的认识不是表面化的——如果他通过姿势体验到作者本人在创作剧本时的意愿，通过质感找到了作者当时的情感，他的认识怎么可能会是表面化的呢？他对情节、内容的理解不比其他任何人少，而且这种理解不仅仅集中于他的大脑，更遍布于演员的整个生命，存在于他的双手、双臂、躯干、双脚、双腿以及声音里。他感觉自己有能力作为一名演员去进行表达，而不是作为一名评论家或分析家。通过带有质感的姿势，他比那些研究者更为了解剧本及角色的真实、深刻之处。

如果通过表演以及为了表演而获得的知识是表演者的第一个成就的话，那么，第二阶段就是对角色内在生命的调整及转化，这是一个缓慢却必定会通向成功的过程。通过心理姿势的体验，演员会享受这一逐渐“化身”为角色的有机过程。从研究的初始阶段，他就已经身处于角色之中，他所得到的回报将是自身内在的成长。

（二）音语舞

不仅是话语，人类言语中的每一个语音都可能具有一种驱动力。斯坦纳创造的演讲构成法和音语舞，首先教会我们区分元音和辅音，并将其作为一种艺术表达的手段。

元音与我们的情感密切相关，和辅音相比，它与我们更为亲密。因此，元音自然更适合表达抒情的、精神方面的主题和私人的体验；反之，辅音听起来更为戏剧性，更为沉重、质朴。可以说，辅音是在模仿外部世界，而元音主要是在表达人类的情感。元音是人类言语的音乐及绘画，辅音则是其造型的力量。

通过练习音语舞,演员将会开始了解一系列与不同的元音和辅音相关的不同姿势。通过这些内容,他将能够使艺术化的演讲中的每个语音都具有活力。斯坦纳主张:“对于演讲者来说,演讲的构成无可避免地是触及语音的艺术,就像音乐一定是触及音调的艺术一样。”

音语舞就是这样引导着我们通过人类言语的所有语音,通过所有语音的组合,教会我们去认识这些语音之间的相互关联,向我们展示出每一种语音的无尽变化,从而使艺术化的演说,成为我们心理状态的无穷微妙和变化的最为精细的保护膜。

演员可以借助音语舞训练自己的演讲,使每一个语音都具有活力,这样做会有许多益处。

第一,和谐与自然之美将会渗透进演员的演说及整个生命中,将会把他提升至艺术的领域,在那里,丑陋作为一种表达方式(而不是一种主题)将不复存在。第二,声音会成为演员创作意向的良好传播媒介。第三,在演员的心灵中,敏锐的感觉会被唤醒,将变得可以随意获取。第四,演员将学会把说话作为人物性格刻画的手段来使用。

通过这项新的技能,即在说话时表达出人类语言中每个语音的最微妙的差别,他将能够针对自己要扮演的每一个角色,打造出不同的说话方式。

发音中最为微妙的差别会把演员的各个角色相互区分开来。糟糕的是,作者笔下的人物都是在以相同的措辞表达着自我。同样糟糕的是,演员在舞台上扮演不同角色总是采取相同的一成不变的讲话方式。

如果真的存在所谓戏剧艺术的话,那么,它是始于表演和导演的。光有作者和他的剧本还不是戏剧。编剧艺术是独立于其他艺术之外的;当演员和导演把剧本握在手中时,戏剧才真正开始。他们的创造性个性造就了戏剧。演员开始探索剧本,随着他这样去做,他也必须对自己进行探索。剧本中的所有台词、所有情境,在演员发现隐藏其后的自我之前,都是沉默无声的。在这

一个探索的过程中,他不是有一个有着良好艺术品位的读者,而是一个演员,他所负责的任务就是要把作者的语言转化成为自己的语言。书面语言必须变成口头语言。

寻找自我,发现自我,是演员必须走出常规惯例的原因所在。发现自我对于演员来说意味着什么呢?意味着一件事:找到与自己的创造性个性的联系。而心理姿势和音语舞就是演员实现这一伟大任务的途径。

(三) 超越身体的极限——心理姿势

虚弱、贫瘠的心理姿势无法唤醒演员的意愿与情感。但是,仍然有一个问题存在,即如何在创作一种格外强劲的姿势时,不会产生不必要的、令人不安的身体上的紧张。假设是积极地向一边伸展自己的双臂、双手和整个身体。但在剧烈的创作过程中,我们感觉到的可能是自己身体的局限性,而非姿势的真正力量。我们越是强化肢体动作,就越会强烈地体验到自己肌肉的紧张和不可避免的收缩。

我们的肢体接收到一阵强烈的内心冲动,它使身体被抛向一边,之后肢体动作停止,身体固定了下来。但是,内心的冲动、最初的活力不应该停滞不前。不管身体是否已经无力跟随,它都能够而且必须持续下去。用身体完成了心理姿势之后,我们继续在内心移动。我们不需要为此使身体紧绷。恰恰相反:我们必须释放掉肢体上的紧张,即使不能够完全摆脱它。

最初的努力将向我们展示,只要我们愿意,每一种姿势都能够在内心中继续下去。不论是伸直自己的手并且继续在想象中延伸,还是握紧自己的拳头,都没有什么不同。握紧的拳头显然达到了一种固定不变的状态,但是有什么在阻止我们延续“握紧的能量”吗?在想象中,任何时候我们都可以自由地握紧自己的拳头。

这样,我们就从肉体的桎梏中解放了出来,这种活动才是心理姿势的真正力量所在。此类内在活动往往会点燃演员的意愿

冲动和情感之火。应该在舞台上运用的是这种积聚的力量,而绝不是肌肉紧张的蛮力所造成的错觉。充分的练习会向演员证明,心理力量要比肌肉力量强大得多。他也将认识到,正是心理力量把他在舞台上作为角色的所说、所感、所做以及愿望,传达给了观众。

那些在质感上必须轻柔、温和、纤弱的姿势又当如何呢?它们的力量又在哪里呢?力量在温和的姿势中并未损失。这样的问题起因于身体与心理力量的混淆。例如,一位母亲的慈爱所蕴含的内在活力,其强大程度可以比肩甚至胜过任何暴力行为。一旦演员意识到心理姿势是一种永不停息的活动,而绝不是一个静态的姿势,他就会认识到其活力是倾向于增长的,其质感是倾向于变得更为强大、更有表现力的。因此,我们可以说,真正的心理姿势超越了身体的极限。

(四)保持创作的天性

1. 演员需要保持创造的天性

人的心理,往往存在着无限复杂性和社会制约性,这些特性在人认识世界和改造世界的过程中会起到特有的积极作用,但是在某些领域和某些时候,因为它的复杂和处处受到制约,也会有一些消极的影响,比如在艺术创作当中。从某种意义上说,艺术创作要求的是一种“念念无往,在在无心”的类似于意念初生的自由和纯净的状态,特别是对于表演艺术来讲,演员应该保持着像儿童一样的纯真的天性。这就是所谓“创造天性”。实际上,还有一点需要注意的,就是演员艺术创造的表现对象——角色,也有它作为人的天性。提到这一点,同样需要演员把握人的天性的规律,在体验角色时才能尽快进入状态。

在莎士比亚的戏剧中,当哈姆雷特斥责自己的母亲时,母亲的眼中出现了自责和羞愧的眼神,甚至是在眼中还含着忏悔的泪珠,哈姆雷特自然而然就会出现变化,他的语调会缓和下来。演

员在表演中就要随之体验和体现出这种心理上的变化。哈姆雷特母亲的反应是作为母亲的天性,演员把握住了这种天性的规律,创造出的角色必然会打动观众。

《雷雨》中,周萍和四凤有着真诚的恋情,然而当周萍决心带四凤出走时,蘩漪出于嫉恨之心唤来周朴园,在全家人面前,周朴园揭开了这场悲剧的全部内幕,并要周萍跪见生身之母。这时,四凤和周萍才终于明白了,原来自己所爱的人,竟然是一母同胞的兄妹。四凤再也经受不住这接二连三的致命打击,决心一死了之,奔向雷雨交加的夜晚。这部戏反映了渴望爱情的美好天性,也反映了人被扭曲的天性。在表演中,抓住这些天性的规律,角色的形象才能够更加充实饱满,烙刻在观众的心中。

演员在表演中能够抓住人的天性规律,按照真实的生活和真实的情感,才能创造出充满人性魅力的角色形象。希望每一个演员都能够唤起自己的天性,在艺术创造的世界里描绘自己美丽的图画,就像一个孩子那样。

2. 演员需要信念的支持

创作过程中要有信念和真实感,才能够使观众相信和认可演员的艺术创作。就像焦菊隐所指出的那样:“在舞台上只有真实才会被相信,也只有能相信的才显得更为真实。所以,演员必须在表演中努力追求真实,抓住真实,培养起对真实的敏锐感觉……这才能够使演员‘迅速进入创造状态’,‘掌握通向艺术真实大门的钥匙。’”

演员的表演活动有一个前提条件,那就是假定性和虚构性,就像在戏曲表演中,存在舞台的假定性,有限的舞台空间上,可以演绎不同的地域、不同的环境、不同的故事,在影视表演中,虽然有了场景的变幻,生活化的形态,然而它的表演在本质上也是虚拟的人物和事件表现。在这个情况下,演员的真实感和信念就显得格外的重要。正如斯坦尼斯拉夫斯基所说的:“演员必须首先相信他周围所发生的一切,尤其必须相信他自己所做的一切。然

而只有真实才是可以相信的……对我们的情感抗拒的诱饵之一，是隐藏在真实和对它的信念里的。只有演员在舞台上感觉到哪怕是最微小的有机的形体真实或总的心境，他的情感马上就会由于已经在内部形成了的对自己身体动作真实性的信念而活跃起来，只要演员相信了自己，他的心灵马上就会打开来，去接受角色的内部任务和情感。让演员采取各种办法去引起信念吧，那时候情感也就来了……而没有信念也就不可能有体验……当实在的现实，实在的真实还存在的时候，创作并没有开始。对于实在的真实、人自然不能不相信；但对于创造性的‘假使’，也就是虚构的、想象的真实，演员也能同样真挚地去相信，并且要比相信实在的真实更加着迷，正如一个小孩子相信他的洋娃娃是活的，相信他的洋娃娃本身和它周围的一切生活都是真的一样。从‘假使’出现的那一刻起，演员就从实在的现实生活的领域，进入到另一个由他所创造和想象出来的生活领域中去。演员相信了这种生活，他就能开始创作了。”

在演员的表演创作过程中，他所接触到的一切，包括布景、道具、表演对手和伙伴都是假的，都是艺术的虚构，所以，就要求演员树立起信念，以假当真，并在这种艺术的虚构之下真正产生真实的感觉，相信所有虚构的东西都是真实的，同时，相信自己就是真实的角色，建立和形成完整的角色自我感觉，创造出真实的角色形象，以接受观众的评判。观众的评判标准是什么呢？就是真实。观众不会用专业的批评的眼光去分析和审视演员表演的技巧、手段或者方式。在观众眼里，演员的表演能让他们相信眼前所发生的一切，通俗一点讲，“演得像”，这个表演就是成功的。这就要求演员自己首先要保持真实感和信念。“演员表演时，越是自己相信是真的，观众也越相信，反之，如果演员自己都以为不是真实的，他怎么会使观众相信呢？”

真实感和信念的培养需要从生活中去汲取养料。通过对表演“规定情境”中角色所处环境、角色行为特征、角色心理特点等等进行观察，深入角色的世界，培养出演员自我感觉中的真实的