

史坦尼斯拉夫斯基 体系與創作實踐

選 輯

中央電影局上海電影製片廠翻印

目 錄

〔坦尼斯拉夫斯基體系的理論和實踐〕……………一

身體動作方法……………五

外部特徵……………一三

速度、節奏……………一八

交流……………二一

我的經驗……………二七

角色的準備……………七〇

演員與導演的藝術……………八五

Liza

史坦尼斯拉夫斯基體系的理論和實踐

爲出版第二部「演員自我修養」而作

B·托波爾科夫

史坦尼斯拉夫斯基在他的一篇論文裏寫道：「演員應該通過質朴的方式，去探索他實際所必須的心理技術手法，主要的是從演員體驗與再體現的內在部分去探索」（見一九三七，十二月，二十七日「蘇聯藝術報」）。他的全部藝術生活，他所積聚起來的一切個人方面的，創造方面的，教學方面的偉大經驗，都爲了偉大俄羅斯民族現實主義藝術的更加繁榮。這種現實主義藝術由史遷普金肇其端倪，而在新的歷史條件下，這一事業的繼承人便是史坦尼斯拉夫斯基。

演技的技術問題，首先是被這樣的任務所決定的，即：形象的揭示作品思想：被這樣的意圖所決定的，即：使生活的真實成爲藝術的真實，用戲劇的語言敘述我們祖國，我們人民生活中最重要，最有意義的東西，使舞台成爲生活的學校，用演戲來教育千百萬人民。我們戲劇的奠基者們早在「斯拉文斯基飯店」初次會晤的時候，就夢想過實現上述的

藝術崇高目的，可是，只有偉大的十月社會主義革命之後，這一夢想才完全實現。莫斯科藝術劇院就是按照這個路線而前進的，今天如此，今後也永遠如此。

莫斯科藝術劇院始終不渝地企望上演劇目有高度的思想性與深刻的藝術性。這首先就要求演員們站在現代進步的世界觀的水平上，要求演員在思想上有修養。但是，莫斯科藝術劇院的高尚藝術還要求這樣的演員技術，即：用戲劇手段首先是用戲劇中有決定意義的人——演員——揭示劇本思想的方法。

史氏最初的研究經驗，以及他所創立的演員訓練體系，都是處理這一問題的，這一問題，也被莫斯科藝術劇院一系列里程碑式的戲劇演出創造性地解決了。試回想一下柴霍甫和高爾基的劇本和「鐵甲列車」，「死魂靈」，「偽君子」就夠了。

史氏的一些著作也是處理這一問題的。本文以篇幅所限，不能把我們導師著作中的一切內容都談到。毫無疑問，他的著作都是根據戲劇中社會主義現實主義以創作方法而編著的，而他在莫斯科藝術劇院的具體的創作實踐，也正是這樣。

我想談談史氏活動底最後階段，有關下列問題的研究：身體動作方法和由此產生的個別問題如節奏，外部特徵，交流等，如衆所週知：「演員自我修養」第二部（一九四九年「藝術出版社出版」，基本上是處理這些問題的。該書之一部，由史氏本人籌備出版；他逝世之後，由阿列克謝瓦，多洛西納和格黎斯奇，根據零散的手稿，草圖，完成了該書的出版。

在上演「偽君子」的時候，史氏初次最完全地運用了身體動作方法於創作實踐之中，而在凱德洛夫一系列導演與演員工作上也運用過這一方法。

我做爲一個演員，一個導演，榮幸地直接參加了史氏最後的天才試驗。具體地在創作上，在上演的過程裏解決該書的基本理論問題，這任務，就落在我們身上了。史氏在排戲的時候，曾經對嗣後概略地載入該書的若干部分予以許多增補與介紹。關於他的若干意見與增補，我也想向讀者介紹一下。

史氏是從下列觀點出發的：藝術劇院的藝術需要經常的改善，需要經常的頑強的自我修養，這種藝術建立在對現實生活的熟知，再現與表達上，它不允許呆板，凝固，定型。即便這藝術有優美的形式與傳統，可是，它是活潑的，它處在不斷地發展與運動之中，有如一切存在物一樣。所以，昨天是好的，今天也許是斷難容許的。同是一齣戲，明天會完全不像今天那麼動人。這樣的藝術就需要完全特殊的技術——這種技術不僅是究研特定的戲劇手法，而且也是精通人類創創的天性的規律，能夠作用於創造的天性，控制它，能把自己的一切創造，自己的藝術直覺底一切力量，獻給觀衆。

這種演員技術便是心理技術。由這種技術所產生的諸特質應當成爲我們戲劇藝術的基礎。這就需要演員經常的，執拗地自我修養，貫徹到底，否則，這個藝術就會變成空虛無物，而我們的戲劇就會降低到一般匠藝式戲劇水準以下。

史氏說：我們的技術是集體的。演出時，個別突出的演員不能適合我們的要求。我們

認為演戲是戲中一切要素底一致的協調的配合，是一個完整的藝術作品。要記住：每一個偉大的嚴格的演員應當經過一定的時期使自己的技術更新。還應該鍛鍊自己——演員的修養需要時間積累，而且，還要洗滌創作的自我感覺，去掉塵垢，去掉賣弄討好，自我欣賞等毛病，應當時刻提高自己的演員文化，不斷地使自己的技術改進。

史氏認為戲劇的道路就在於進一步地發展和鞏固它的現實主義原則。祇有現實主義的，有思想方法的，正確反應生活的藝術，才是最能影響觀眾。培育觀眾心靈的工具，史氏爲了自己的，一向是深刻現實主義的構思，尋求最鮮明，真正有機的舞台表現。爲此，他首先需要使演員擺脫匠藝的戲劇手法，刻板化，因爲這些東西使觀眾看不到生動的人類心靈。

史氏說：在工作中應當永遠從自己出發，這是首要的事情。「從自己」，這就是說從自己的天性。其次，要遵依創作的法則。第三，使自己順從別人的邏輯，即形象，角色的邏輯。如果不能徹底清洗自己的創作的心靈，不清洗自己陳舊的刻板化的東西，我就不能飾演任何一個角色。

史氏探求着進一步發展俄羅斯戲劇傳統的現實主義演技底高度形式，希望這種形式能夠最現實，最有力的表現當代人的思想與感情。

他建議在工作中從自己，從自己的天性出發，使自己的天性順從別人——演員在舞台上飾演的形象——的邏輯。

精通別人的邏輯，在舞台上表演這個邏輯，這樣，演員才算真正的動作着，生活着。

在規定的情境中的，不是角色，而是我自己，這時，藝術才有表現力。假如不是這樣，那麼演員就僅僅在扮演偽飾而已——可是，演員應當生活在舞台上。

史氏教導我們道：要按照「體系」做去，你將做得既好又正確，或者正確而不好，但是你不會像柯克林那樣正確的扮演。柯氏的藝術激動你，是當你看它的時候激動你，而葉爾莫洛娃的藝術却深入生活，深入心靈。

史氏教導演員要能每一次親自從新理解舞台上的事情。

他說道：我的方法，那便是能引導自己，使之有今天的感覺。人們因為你的角色的某一片斷，某一姿勢，某一音調來誇獎你，你不要重視他們，別理他們，要注意更重要的東西。你要拿起海綿，擦拭你所創作的一切，以免刻板化。

不能這樣說：史氏與我們最後相處的時候，他帶給我們某種完全新的，和他體系中一切從前的論斷極端不同的東西，但是，現在，史氏的方法已經獲致了更大的完整性，具體性。這個具體性我們就可以在史氏為自己的方法所下的定義——認為他的方法便是身體動作的方法——上看出來。

身體動作方法

我們知道：史氏在他整個長期的活動中，在他的體系裏尋覓各種支點，有時是這種性

質，有時是另一種性質的支點：或許是節奏，或許是正確讀音等等。身體動作乃是他尋覓創造技術的最後階段。他努力棄絕一切足以使這一概念模糊、曖昧的東西。當我們之中有一個人提出他早期的方法的時候，他便直截了當地而且天真的佯稱：你說的什麼，我不懂。

真誠乃是最足以說服人，最動人的品質。真誠的講述出，作出的一切，決不會引起懷疑。真誠的笑常常能感染別人，虛偽的假裝的笑，却遭致反感。真誠的感情常常感動你，你決不會相信裝模做樣的苦痛和虛情假意的眼淚。真誠——這便是使人魅惑的東西。演員如能在舞台上很真誠，他就不能不魅惑人。所以，演員的魅惑和他的創造是分不開的。同是一個演員，他演了一個成功的角色，這時，他具有真誠性——他魅惑人；相反的，他演了一個很難堪的角色，這時，他便沒有具備這種特質。善於在舞台條件下真誠——這便是舞台的天才。

我們所有的偉大演員都具備什麼樣的共同特質呢？這個特質就是舞台活動的真誠性。

瓦爾拉莫夫何以偉大呢？他的無法摸倣的幽默蘊藏在什麼地方呢？在他的肚子上？粗腿大脚上？一切怪模怪樣的形狀上？決不是。曾經有過一些演員，他們在外形上也不遜於瓦爾拉莫夫，但是，瓦爾拉莫夫在整個戲劇史中是唯一無二的。瓦氏之所以成爲瓦氏者，是因爲他的卓絕的天才與天才之主要特質：非常相信並且全身心獻給舞台虛構，而且在規定的情境中有機的生活。這種特質，斯特列爾斯卡亞也具備。而且當這二位演員在舞台上聚會

的時候，他們更創造出奇蹟來。他們使生活與舞台毫無軒輊，他們使觀眾心悅誠服。

真實感，以及善於有信心有誠意欣然獻身於劇本的事件，不斷的引出自己行動底邏輯的線，真誠的相信別人邏輯（角色的邏輯）便是自己的邏輯——這就是史坦尼斯拉夫斯基向演員提出的要求。這些特質是容易產生於直覺的，但是，這些特質在一定程度上由執拗的努力也可以得到——史氏堅決相信這一點。

爲了達到這個目的，應該在哪些方面努力——這個問題是非常複雜的。史氏就是在排演「偽君子」的時候還號召我們研究這個問題。

在創造形象的過程中，史氏一向重視演員行爲的諸要素。我記得，還是在排演「盜竊公款者」的時候，史氏照例讓演員注意下列情況的重要性，即：演員要控制任何的，甚至最微末的身體動作，使之乾淨利落，使之具有完整性。在排演「死魂靈」的時候，這一點表現得更明顯了。但是，祇有在他活動的最後時期，即在排演「偽君子」之前，史氏才提出這個問題——身體動作是第一等重要的要素。

但是，不要以爲：身體動作以及史氏的其他導演技術是他的目的，如同他的一些低能的後繼者曾經想過的那樣。史氏任何技術上的，教給導演的手法，僅僅是服從一個主要目的：最完全的體現舞台形象底思想傾向。而身體動作以及規定的情境等等選擇，常常是被這最終目的所限定的。

認爲身體動作僅僅是造型的活動，扮演的動作，這也是不對的，不是這樣的。身體動

作乃是真正合乎目的的動作，企望達成某種目的的動作，而在完成這一動作的時機，它就變成爲精神物理（Психофизика）了。

史氏的這些要求，意思是說：應當把劇本的任何場面譯成身體動作的語言，而且，越簡單越好。

我們提出米哈爾科夫劇本（即指劇本「伊利亞，郭洛文」——譯者）第二幕作爲例子吧，這幕對於角色伊利亞，郭洛文是最重要的。郭洛文覺得自己是一個毫無希望的人：他的交響樂遭受了最尖銳的指責，而郭洛文也再不會創作什麼東西了。（郭洛文這一人物是一個對現實冷淡消極的作曲家——譯者）一切都使他緊張，他深深的被那些他認爲不公平的談話所激怒，他氣憤填膺。因此，每一次提到他的住址，他也非常敏感，他的親密的朋友們，在他生日這天來到他的別墅，他們談話的任何一個音調，他也過敏的傾聽着。在這個不尋常的日子裏，一切在他身上發生的事情，對於他未來的生活，都有着決定的意義。

可是，在這幕裏，郭洛文只有五六次簡短的，決非特別重要的答辯。在這幕裏，我所飾演的郭洛文幾乎是沒有說話：在基本上，他是沉默的。我運用史氏的方法竭力使郭洛文過一個緊張的生活，他不僅沒有獨白也沒有許多對話。在這一幕中，我的主要任務是猜出周圍人們對我做如何想法以及他們對我遭遇的結局做如何想法。我努力鑽進他們的心靈，努力去理解他們的弦外之音。

羅斯雷將軍進來了，他談起打獵的事情。我像一個文雅的主人一樣，表面上很慫慫。

好像對他頗關切，但是同時，我却希望窺探他瞳孔的深處——爲什麼他到這兒來，他還跟我找什麼麻煩，羅斯雷順便說到：他希望我寫一封信。事件繼續進行着——我喝着香檳，碰着杯，可是我僅有一個念頭：你希望寫什麼信呢？好的呢？壞的呢？一個緊張動作——瞭解，不論怎樣要瞭解，但是害怕去問。最後，忍不住了，問了。這位將將開始兜了個大圈子，而我呢？僅有一個動作要瞭解：朋友呢？敵人呢？終於瞭解了。我激怒起來。我坐着一言不發，沒有任何粗暴的動作。但是羅斯雷未能說服我，無論用什麼話，什麼理由，他未能說服我。

在整個這幕裏，我僅僅有一系列互相更迭的身體動作，同時對這一形象的深刻揭露，僅僅依賴於我與其他人物交流時的主動程度，依賴於我的感受力。

在這一幕裏，在我的面前擺着這樣的任務——專用身體動作來創造出自己行爲邏輯的不斷的線，因爲劇本中幾乎沒有給我預備要說的話。第二幕的這種處理從劇作上說是完全有道理的，郭洛文在這種情況下是不願意說話的。

史氏說：首先要確定你身體動作底邏輯和邏輯的連續性，而且，你應該祇是這樣準備角色。一個畫家，在他從事表現圖畫中最微妙最複雜的心理要素之前，他應當按照自己的構思，讓畫中的人物「坐着」或「站着」或「躺着」，以便使人相信這人物確實是在「坐着」，「站着」或「躺着」。這就是將來圖畫的草稿。無論畫家把他的圖畫畫得如何精緻，可是，如果在姿態上破壞了身體的法則，假如圖畫不真實，假如圖畫裏所描寫的坐着

的人形並未「坐着」，那麼，無論怎樣的精緻也將無濟於事。在演員藝術中，角色身體動作的線，也正有這樣的意義。演員和畫家一樣，應當使人物「坐着」，「站着」或「躺着」，然而我們却麻煩些，因為我們又是畫家又是所描寫的人物，而且我們不需要尋求靜止的姿態，而是找尋有機的，活動的，不斷變化着的人的姿態。當沒有找着這種草稿，沒有描繪出這種草稿，當演員不相信草稿中自己身體動作的真實性，在這時候，他就不可能考慮任何心理的精微奧妙，就決不會「表演」這種精微奧妙，這種精微奧妙就不會鑽入角色的內部，而落了空。

這類工作——畫角色身體動作的草稿，畫角色的素描——便是史氏研究的最後時期，認為有決定意義的工作。

史氏說：在處理角色時，應當，第一、確定身體動作的線，甚至把它記下，也有用。第二、檢視身體動作的自然性質。第三、你要開始勇敢地，無需商酌地動作起來，而在這時候，你便立刻會感到要從內心說自己動作是正確的。

這也就是這樣一條道路：遵依這個道路，演員才能更正確的，更貼切地去實現史氏稱之為體驗的藝術，這種藝術是有別於表象的藝術的。真正有機的行動，一切喜怒哀樂的真實性，對事件的堅信不疑——等等——這些特質是唯一真正有說服力的演員手段。它使觀眾心悅誠服，它影響觀眾的心靈；這些特質，便是作為我們典範的葉爾莫洛娃，達維多夫，連斯基，史坦尼斯拉夫斯基以及其他俄羅斯舞台大師們所高度具有的特質。

史氏教導我們道：不可能一下子就掌握角色，角色時常具有許多不明顯的，未被瞭解的，難以克服的地方。你要從最明顯、最易瞭解和易於確定的地方着手。你要找出角色身上你覺得很明顯很簡單的身體動作的真實性，身體動作的真實性會使你有信心，以後的一切就轉入「我對了一的境地，再進一步，就自然走進創造的動作了。我講給你們一個走向創造的重要道路。

身體動作方法是這樣一種方法；依照這個方法，演員就會具有信心，就會深入於真實的情感和深刻體驗的領域裏，而且會通過一個最簡捷的途徑走向舞台形象的創造。同時，它也是這樣一種方法：它幫助保證那曾經創造出來的舞台形象的繼續存在與發展。

假如身體動作的線，很好的迴旋在你個人的生動的「規定情境」裏，假如這動作的線確切不移，在這樣的時候，你就不必害怕是否會喪失感情。你要回到在你個人，規定的情境中所積聚起來的身體動作這方面來，於是身體動作就會把你喪失的感情，還給你。

但是，身體動作不僅僅約制演員使之在處理角色過程中走上正確的道路，而且，身體動作也是演員的一個主要表現手段。史氏明確指出演員是「身體動作的大師」，這是有理由的。

任何方法，也不如身體動作那樣鮮明，那樣具有說服力地傳達出人的心靈情況，而偉大的舞台大師們所以常常依靠於這一手段，實有其道理在。當我們回憶葉爾莫洛娃，沙文尼，達維多夫，達爾馬托夫等人的各個舞台創作時，我們總要說道：

——要記住，當人們向她如此這般地解釋的時候，她是如何神經質地脫下手套，仍到沙發上，轉向桌子等等。或者，要記住：當男人想要把煙頭放進煙孟裏，孟上却放着她心愛的雪茄的時候，她是如何迅速地遞給他另一個煙灰孟呀，你記住了「貴婦與娼婦」最後一幕裏杜節用鏡子來表演的情形嗎？

這種例子，不勝枚舉，偉大的語言大師達維多夫是精通對話和獨白技巧的真正能手，但他總是用不時出現的長時間的啞場，使他的每一角色達到高度的成就。在這啞場的時候，他用極少量的話語，或者不發一言，祇是經過一些精細地深思和選擇出的身體動作，明確的表現出形象心靈深處的情感，正是在這時機，在觀眾面前，才澈底暴露了形象的實質。但是，我希望大家不要誤解，舞台上的動作，無論如何脫離不了語言，身體動作與劇本原文有機地統一着，它補充和揭露原文的意義，史氏說身體動作是舞台表現的主要因素之後，每當再涉及這一問題時，他便對演員提出嚴格的要求，史氏要求整個表現要光輝燦爛，外形要完美。他努力去爭取——假如可以這樣說——好的「身體動作的吐音」（意即找尋最好的最確切的身體動作——譯者），正是因為這樣，他才極力勸告我們注意練習身體動作（和想像時的對象練習），這是演員每日的「化裝」。

和想像的對象練習動作，就會在演員身上發展精神的集中性——這集中性是一個最重要的特質。演員進行這種練習，就會一次比一次更加使他的練習複雜起來，就會使他的練習分析成最細微的各個環節，藉此發展自己的「身體動作的吐音」。

在紙上簽字，這似乎祇是一個動作。在紙上簽字本身有時沒有任何意義。這一最簡單的動作，如果附以多餘的細節，祇有自尋苦惱。可是，有時這個動作，對演員來說，或許是他的角色的具有決定意義的契機。在這時候，爲了完成這實質上簡單的動作，演員根據各式各樣的情況，也許需要一百種以上的不同表現。

外部特徵

史氏雖然認爲動作技巧是演員技術底決定的因素，但是他決未輕視有關再體現的舞台技術中一切其他因素——特別是外部特徵問題。

史氏本人便是一位出色的性格的演員和再體現的大師，因此，他自然要引導自己的學生學習這種技術，可是，他照例是用自己特殊的路線來領導。

史氏認爲舞台藝術一定要成爲體驗的藝術，再體現的藝術。但是，他同時斷然制止任何「扮演」情感，「扮演」形象的企圖。

尋求外部特徵的要素，首先應由深入形象底內心境界出發。當演員能夠掌握和熟習形象行動底一切邏輯的線的時候，他就易於找出那特異的外部的性格特徵。很好地發現了的內部「種子」必定會暗示出它的外部「萌芽」。外部特徵乃是使演員工作完成的一種補充。從前，人們注意外部特徵，却把演員領到抄襲這方面來，而且要阻礙演員，使之不能掌握生動的有機的行動線索。

史氏警告我們：在處理形象的時候，你首先要從自己出發，從自己的天性出發。

難道這話的意思是：他建議我們在每一角色中，要重覆自己，重覆自己喜歡的手法，壓低角色，壓在自己能力之下？無論如何不是這樣的。當演員決定爲如體現「動作的線」的時候，他首先是從自己，從自己的天性出發，但是，在工作過程中，他逐漸創造地發展了這些天性，演員應該力圖擴充和引導這些天性使之達到劇本所要求的程度，或演出的創造者導演與演員配合在一起所形成的程度。

史氏百般設法使我們不陷入劇場中仍舊成爲習尙的演員處理外部特徵的庸俗的手法。這種庸俗的手法，一開頭就想在某種偽裝之下遮掩自己的生動的面貌，而且爲了達到這個目的，採用陳腐的「性格」特點的老調。咬字不真，口吃，發假聲，把眼鏡戴在鼻子上（醫生），熨平鬚鬚（上校）等等。一言以蔽之，這一切都使演員墨守最廉價的，庸俗的手法，墨守形象的皮相描寫；這一切都使演員不能解決整個形象而僅僅是描寫外表，即扮演性格，扮演形象——史氏認爲這種情形是惡劣的現象，足以妨礙生動的舞台形象的發展，容易陷演員麻痺。

自然啦，演員掌握，熟習了形象行爲的邏輯的線，這時，他無意中，也許不自覺的發現了某些外部特徵。這是免不了的。無論演員在開始的時候如何努力從自己身上驅逐出來形象的外貌以便集中注意最重要的東西，可是，外部形象還在他的想像中隱藏着，而這外部形象時時用某種形式出現，使他分心，這倒沒有什麼可怕的。凡是在工作中自然而然的毫

不勉強地積疊起來的東西，演員就該樂於接受，而且要掌握他們。

在「處理角色」的完成階段，角色的外形刻劃問題就取得了第一等的意義。但是，解決這個問題，應該是你以前所積疊起來的一切東西的合邏輯的完成，而且這一解決也應該從以前所積疊的東西引發出來。

有一天，史氏看了狄更斯「匹克威克」的整個排演之後和我談了一段話。在這劇裏，我飾演匹克威克的僕人，我們的談話，是在電話裏進行的。現在憑我的記憶，把談話的情形說一說。

史氏告訴我：你在外形方面，是非常好的——你顯着年輕，很機伶，動作優美。但是，你還不瞭解：為什麼你要這樣作。爲機伶而機伶，這時候，便是馬戲團。你的行動並未被一個共同的目標所規定，所統一。這些行動常相矛盾。其中有一些完全是多餘的。你所具備的內部形象底「種子」還未成熟。這「種子」可以統一你的一切動機和行爲可以使你相信你的動作。

我問道：什麼樣的種子呢？

他答道：這你可以想想看。一下子很難說出……這也許是匹克威克的褓姆吧。你試着讓你自己一切行爲順從於這唯一的目的：看護，撫育匹克威克……從你所有的動作裏，選擇出爲此目的所必需的動作，其餘的，就毫不吝惜地放棄掉，不管它們本身如何優美。在這時候，形象才具有主動性、目的性。