



# 斯坦尼斯拉夫斯基

## 论导演与表演

郑雪来◎选编



全国百佳出版社  
中央编译出版社  
Central Compilation & Translation Press



# 斯坦尼斯拉夫斯基 论导演与表演

郑雪来 选编



全国百佳出版社  
中央编译出版社

Central Compilation & Translation Press

## 图书在版编目(CIP)数据

斯坦尼斯拉夫斯基论导演与表演 / (俄罗斯) 斯坦尼  
斯拉夫斯基著; 郑雪来选编.  
——北京: 中央编译出版社, 2011.10  
ISBN 978-7-5117-1029-1

- I. ①斯…  
II. ①斯… ②郑…  
III. ①导演学-文集 ②表演学-文集  
IV. ① J811-53 ② J812-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 200653 号

本书图片说明全部由邢艳琦同志补译, 编者谨致谢忱。

---

出版人: 和樊

责任编辑: 邢艳琦 韩慧强

责任印制: 尹珺

出版发行: 中央编译出版社

地 址: 北京西城区车公庄大街乙 5 号鸿儒大厦 B 座 (100044)

电 话: (010) 52612345 (总编室) (010) 52612363 (编辑室)  
(010) 66130345 (发行部) (010) 52612332 (网络销售部)  
(010) 66161011 (团购部) (010) 66509618 (读者服务部)

网 址: [www.cctpbook.com](http://www.cctpbook.com)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京佳信达欣艺术印刷有限公司

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

字 数: 684 千字

印 张: 47.5

版 次: 2012 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 98.00 元

---

本社常年法律顾问: 北京大成律师事务所首席顾问律师 鲁哈达  
凡有印装质量问题, 本社负责调换。电话 010-66509618

## 选编者前言

康士坦丁·谢尔格耶维奇·斯坦尼斯拉夫斯基(1863—1938年)是苏联杰出的戏剧艺术家、理论家、教育家。他的美学思想,他在导演工作上的革新以及他精心制订的演员工作体系,对20世纪的世界戏剧文化产生了深远的影响。苏联好几代戏剧、电影演员都是按照这个体系的精神和方法培养出来的。美国那些在影剧坛始终占有显著位置的“方法派”(或称“演技派”)演员都师承这个体系。斯氏体系在英、意、德、日等国演剧界也有较大影响。在电影表演领域,斯氏体系对各国的影响可能更为突出,许多著名电影大师如卓别林、爱森斯坦、普多夫金、让·雷诺阿等以及“波兰学派”的代表人物都曾就斯氏体系在电影表演中所发挥的重要作用作过论述。许多苏联、美国电影艺术家、研究家更有不少专著及论文涉及斯氏体系的方方面面。

我国从20世纪三四十年代开始就有一批艺术家和学者分别翻译介绍了斯氏的若干论著。50年代,经周恩来总理批准,先后邀请了多位苏联专家来华讲学,在中央戏剧学院、上海戏剧学院、北京电影学院举办了好几期表演导演训练班,全国各主要话剧、电影、戏曲等单位的表演导演骨干都参加了学习,再加上中国电影出版社、中国戏剧出版社等出版机构及众多专业刊物有关斯氏体系论著的不间断翻译出版,这使得体系在我国得到规模空前的传播,也的确使刚诞生不久的新中国培养了一大批戏剧、电影表演人才。

斯氏是横跨两个世纪、历经旧俄时期和苏维埃时期的艺术家,在他那浩如烟海的论著中自然不免留下一些唯心主义的痕迹,但他的思想主流毕竟是俄国革命民主派文艺批评家别林斯基、杜勃罗留波夫、车尔尼雪夫斯基等人的朴素唯物主义思想。“美即生活,生活即美”,“面向人民”,是他终生遵循的美学原则。





斯坦尼斯拉夫斯基论导演与表演



莫斯科大剧院广场。1902年

林彪、江青一伙在那篇臭名昭著的《部队文艺工作座谈会纪要》中，把斯氏与别林斯基等人并列为所谓“三十年代文艺黑线”的“理论基础”之一，并非出于偶然。1969年《红旗》杂志第6、7期合刊《评斯坦尼斯拉夫斯基“体系”》一文发表的同时，全国报纸一律转载，并译成好几种外文向外传播，由“四人帮”一手炮制的这篇文章对已经去世30多年的苏联艺术家进行如此大张旗鼓的“革命大批判”，其矛头所向是一切明眼人都了然于胸的。

“文革”结束后，我国艺术界曾举行过多次有关斯氏体系问题的学术研讨会，除对“四人帮”炮制的那篇文章中种种造谣诬蔑进行批驳和澄清外，还就斯氏体系中一些有争议的问题展开较为深入的探讨。现在看来，有些问题如牵涉到斯氏的政治评价、体系的哲学美学基础等重大问题已经得到了明确，但一些有关方法论的问题，如形体动作方法的实质、它与巴甫洛夫的现代生理学学说有何联系、它在演员创造角色的创作过程中的作用等，似乎还没有取得较为一致的看法。对于斯氏著作



中采用的一些心理学术语及其在演员创作中的适用性应作何评价,似乎存在更大的意见分歧。

其实,早在1950—1951年,苏联戏剧界已就形体动作方法及相关问题发生过一场相当激烈、历时一年多的争论,发表了近二百篇文章。中国电影出版社1958年出版的《斯坦尼斯拉夫斯基创作遗产讨论集》,把这些争论文章基本上都收集进去了。此后,苏联戏剧界仍继续就某些相关问题进行争论。

争论的起因是由于很多参加者都是斯氏过去直接或间接的学生,于不同时期就学于斯氏,而斯氏体系本身的创作方法和工作方法却在不断地发展,++因此他们理解的侧重点也就有所不同。50年代来华讲学的某些苏联专家也有类似情况,其中有好几位都参加过那场大争论。

争论中,有人把形体因素与心理因素相割裂,认为形体动作方法应该“从零开始”,等于是“一张白纸”,上台后,甚至不告诉你是什么剧本,都可以搞出形体动作线来。有人过于强调动作,以至认为体系晚期已不再是体验艺术的体系,而成为“动作的体系”了。还有人过于强调方法,把方法与体系对立起来,认为“方法就是一切”。

以上这些都是在肯定形体动作方法的前提下对方法问题的片面理解。还有一些人却是从根本上反对形体动作方法的,认为它仿佛会导向“解除演员的思想武装”,因为它似乎“不谈心理,不谈体验,不谈思想”,“忘记意识的主导作用”。

经过这场争论,有一些问题得到了明确:

1. “方法”有科学性,符合表演规律,但并不是“一切”。
2. “方法”是与巴甫洛夫学说有联系的。
3. “方法”并不排除心理因素,所以更确切的名称应该是“心理形体动作方法”。

我们国内在这个问题上也有过一些不同的意见。如上所述,50年代来华讲学的苏联专家对“方法”的解释不尽相同,这也是可以理解的。在古里耶夫的《斯坦



尼斯拉夫斯基体系讲话》一书(中国戏剧出版社1957年出版)中,就有把“体验”与“动作”相对立的问题,这跟他《讲话》中的基本观点是一致的。而这种观点必然对我们戏剧界某些人士起到了一定的影响。有人甚至在形体动作方法这个词前面加了“所谓”这个贬词;有人避免用形体动作方法这一提法。

此外,还有一种议论,就是认为在由斯氏生前定稿的《演员自我修养》一书中,并没有怎么提到形体动作方法,所以提出一个问题:“它到底在斯氏体系中占有多大份量?”还说,仅仅根据从斯氏的笔记本里找到的有关谢琴诺夫、巴甫洛夫言论的一些摘录,就断定“方法”跟他的学说有什么联系,根据不足。其实,形体动作方法本来就不包括在主要是论述元素训练的《演员自我修养》一书里,而是在《演员创造角色》这本书里。关于第二点,仅仅凭几段摘录,当然是不足以确定“方法”与巴甫洛夫学说的联系的。问题是除了一些摘录外,还有别的一些事实根据,而且可以从原理上进行比较和论证。持这种论调的人归根到底还是要给体系扣上一顶唯心主义的帽子:不存在什么跟唯物主义生理学的联系,有的只是唯心主义哲学心理学的影响。

所以,在研究形体动作方法时,也需要看到这个问题的理论方面,这样,才可以使我们对它有个较为全面、准确的理解,也才会有助于我们在实践中加以运用。

下面,我想就一些相关问题谈几点意见。

#### 一、方法论发展前期的概貌及唯心主义哲学心理学的影响问题。

方法论发展的两个主要阶段通称“案头分析法”与“动作分析法”。但是,这样的概括并不十分确切,因为后一阶段并不是完全排斥案头分析,而且这也不仅仅是作为进入角色的一种方法。克涅别尔在《在动作中分析剧本和角色》一文中认为,“形体动作方法”就是“动作分析法”。然而“动作分析法”还不能完全概括“形体动作方法”,因为前者只是一种如何进入角色的方法,而后者则包括进入角色后如何按动作总谱进行角色创造的具体工作。通称的“案头分析法”与“动作分



析法”，仅仅是对这两者基本特征所作的表述。

“案头分析法”是通过内心体验接近角色的方法，它对19世纪剧场所采用的准备演出的幼稚的、匠艺式的手法说来，已经是一种重大的改革。斯坦尼斯拉夫斯基曾描绘过当时一般剧场排戏的步骤：朗读剧本；对台词；互相提问以弄清剧作者的意图；演员与导演见面，导演解释舞台设计；演员照本读词，导演告诉演员如何表演……

这种排演工作过程对于当时许多剧场说来都是很典型的，这种匠艺式的排演方法把演员降为“剧作者和观众之间的普通中介人”。针对这一点，斯坦尼斯拉夫斯基和聂米罗维奇-丹钦科在初期采用了后来通称为“案头分析法”的工作方法：

1. 制订导演总谱，以揭示剧本的内在思想实质，并大致定出它的舞台外部体现形式。

2. 案头分析剧本，导演和演员们共同深入分析作品，建立共同的理解。这具体反映于根据《智慧的痛苦》写成的材料中，在这里，斯氏把创造角色的过程分成四个时期，即认识、体验、体现和影响。

这种方法对于自1908年到20世纪20年代中期斯坦尼斯拉夫斯基表演和导演实践说来是典型的，现在可能还有不少剧团仍在采用。

在这种方法所规定的头两个时期，即认识和体验时期，演员们和导演在一起对各个“面”、“层”进行细致的分析，工作主要以案头谈话的方式进行，以弄清楚剧作家的思想意图，剧情发展的内在线索，剧中人物的性格特征、相互关系、性情、习惯等。演员在自己的想象中把角色的内心生活体验了一番之后，就转入新的阶段，即体现阶段。

斯坦尼斯拉夫斯基的这一套工作方法在当时是有其先进性的，主要表现在：能深入理解剧作者的思想意图(尤其是上演具有重大社会意义的现实主义剧作，如高尔基、契诃夫的作品时)，从根本上推翻了那种匠艺式的排演方法。

但是，这种从体验到体现的创作方法是建立在纯心理的基础上的，带有创作



二元论思维的烙印。他把统一的创作过程分为两个时期，也就是先去掌握角色的心理生活，然后才去掌握角色的形体生活。这样就不适当地夸大了作为出发点的心理因素在演员创作中的作用。

然而斯坦尼斯拉夫斯基是个实践家，在制订体系的初期，他从具体创作实践出发，就已经感觉到表演创作应该建立在“心理形体”的规律上，应该同时去掌握角色的内心生活和形体生活，因为两者是不可分割的。1911年，他写道：“……形体感觉与精神体验的不可分割的联系——这是天性本身所制订的规律。”同时提出一个问题：“能不能从形体方面去激起情绪，也就是从外到内，从形体感觉到内心体验。”这种想法没有得到进一步的发展，是由于资产阶级传统心理学对他的影响。

当时心理学的状况是唯心主义哲学思想在这个领域中占绝对统治地位，心理学是脱离客观环境和社会实践的资产阶级心理学。唯物主义心理学直到20年代中期，巴甫洛夫发表了关于条件反射学说的重要著作之后，才开始出现，即从生理学角度去论证人的心理和行为的客观规律。

斯坦尼斯拉夫斯基在心理学和哲学问题上很不在行，但他又想利用当时的科学成就给自己的体系打下理论基础，因而受了迷惑和影响。

有几个问题，往往被某些人用来作为断定斯氏体系是“唯心主义体系”的一些主要依据，这就是情绪记忆(激情记忆)；“放光”、“受光”；心理生活三动力；下意识、超意识。我们可以探讨一下这些问题的性质及其在体系中的演变发展过程。

情绪记忆是从法国实验心理学家里波的著作中借用来的一個术语。在体系发展的第一阶段，斯坦尼斯拉夫斯基过高地估计了激情记忆在演员创作中的作用，他当时认为这是演员创作的基础，情感的主要“诱饵”；从这里他就得出了错误的结论，认为演员在舞台上的全部体验必定都带有重复的性质。这是受到了里波学说的影响——把机械的记忆和情绪记忆对立起来，直接去追求情绪记忆或激情记忆。

我们戏剧界有人把这一点固定化了，好像斯坦尼斯拉夫斯基始终停留在这样的看法上，甚至把“情绪记忆”的提法叫做“情绪留住论”。



其实，后来斯坦尼斯拉夫斯基已经把里波学说加以改造了，他把对生活中所体验过的情感的记忆叫做情绪记忆，与视觉的、听觉的和别的记忆不同，它所记录的并不是事实和环境本身，而是内心情感和伴随着这些情感的形体感觉。他认为，借助于情绪记忆，演员会在自己心里激起按剧情发展过程为他所需要的、某个时候曾在相应的生活情境中经历过的体验。这样的手法会促使演员在探索他为创造舞台形象所需要的材料时始终求助于生活，求助于自己的体验，在其中寻找他所熟悉的与剧中人物的体验相类似的情感。因此，他要求演员在创造角色的工作中“从生活出发”，而不是从舞台程式出发。在《情绪记忆》一章中，他号召演员要广泛地、多方面地接触生活和极其仔细而不是无所用心地观察生活，为自己的情绪记忆储备创作材料，这跟里波只强调抓取一时的印象，只强调这些印象对自己情感的强烈影响，是有本质上的不同的。

在重新唤起记忆方面，他后来跟里波所采取的途径也有很大的不同。他避免直接追求情绪，并没有企图用直接的方法在自己的记忆中唤起它，而是用间接的方

康·谢·斯坦尼斯拉夫斯基出生的阿列克谢耶夫大街





法去影响情绪记忆，即把演员带到角色的行为逻辑中来，在这种情况下，对以前所体验过的情绪的回忆，便会在创作过程中心理和形体方面的紧密联系的基础上反射式地产生出来。

这是在30年代中期，他接受了巴甫洛夫的条件反射学说之后，才产生了这样的看法的。但在《情绪记忆》这一章里，有些问题还带有里波学说的影响，如关于两个旅行者的例子(全集第2卷，第244页)，就偏重于直接唤起情绪记忆。

“放光”、“受光”。这是从里波的著作《注意的心理过程》里借用来的。这在体系发展前期，对于加强对手彼此之间的注意是有过一定作用的。但是，在教学工作中，采用这种没有具体动作、直接“深入对手的心灵”的练习方法并没有取得良好的效果。然而《交流》这一章里还是以很大篇幅推荐了这一练习方法，甚至提出什么“放光的潜流”这个名词，主张用“眼睛无形的触角”去捉摸别人的心灵。还有所谓“自我交流”，就是要让大脑跟“靠近心脏的太阳神经丛”发生联系，这当然是比较“玄”的了，是不可能从现代唯物主义生理学那里获得科学论证的。在斯氏晚年，这种工作方法已经完全不采用了，但在书里还是留下了里波学说影响的痕迹。

“心理生活三动力”。这是由法国内省心理学家冯德首先提出来的。在冯德那里，智慧(理智)、意志、情感，这三者是分立的，斯坦尼斯拉夫斯基则认为这三种动力是彼此分不开的“三位一体”：“说起其中的第一个，无意中就会牵涉到第二个和第三个……”(全集第2卷，第366页)

后来他又把智慧分为概念和判断。这揭示了思想过程的两个步骤：对对象产生一种多少是概括性的概念(这是艺术思维的特点)；对概念进行判断，从而决定对思维对象的明确态度。

顺便说一句，过去有人认为瓦赫坦戈夫注意舞台态度，而斯坦尼斯拉夫斯基好像是不注意舞台态度的。这完全是一种误解。对形象的概念进行判断，正是为了形成对对象的态度。



与此同时，斯坦尼斯拉夫斯基通过实践发现意志和情感具有不可分割的相互联系，现代心理学对此已作了证明：“……情绪表达着要求的积极方面。既然是这样，情绪就必然包含着对那种能吸引情感的东西的意向、意愿，而愿望正如意愿一样，总是或多或少地包含着情绪……”（鲁宾斯坦：《一般心理学基础》）

冯德的唯心主义的论点，斯坦尼斯拉夫斯基根据现代唯物主义心理学的成就加以改造之后，实际上就只保持了用语，内容已经完全不同了。

关于“超意识”与瑜伽学派影响问题。

“下意识”、“无意识”，这是与“意识”、“有意识”相对而言。心理学上的提法是“随意的”和“不随意的”（即受或不受意识的指挥）。

“超意识”，这是斯坦尼斯拉夫斯基从唯心主义哲学和心理学中不加批判地袭用的一个术语，其主要来源是瑜伽学派。瑜伽学派是公元前2世纪印度的一种宗教哲学学说，主张“纯粹不朽的精神”，追求脱离外在物质世界的“解脱”。从其哲学思想的实质来说，这是一种宗教的唯心主义。瑜伽派信徒学习克制那种足以刺激神经因而使注意力分散的动作。他们认为：“习惯可以做出一件事，而同时注意力却集中在另一件事上，自动的活动不会使注意力脱离开主要的东西。”

这种想法使斯坦尼斯拉夫斯基感到很大的兴趣：既然由于有意识的练习而获得的积极习惯是达到“解脱”的手段之一，那么通过有意识的手法就有可能达到无意识的领域。他的关于在当众创作条件下注意力集中的论点，以及“通过意识达到无意识”（通过有意识的心理技术自然地激起有机天性的下意识的创作）的论点，显然都受到了这种学说的启发。尽管瑜伽学派对许多心理现象的解释相当幼稚，但他们还是正确地推测到，当意识贯注在别的什么事情上的时候，思维活动的某一部分可以不被意识到，但并不停止。这可以从后来巴甫洛夫关于无意识活动的神经结构的学说中得到证实。

当然，唯心主义哲学和心理学影响的痕迹在斯坦尼斯拉夫斯基的书里也留下不少，其中最突出的是这样一种提法：“人的生活只有十分之一是在意识的范围内





C. B. 阿列克谢耶夫, 康·谢·斯坦尼斯拉夫斯基的父亲。



C. B. 阿列克谢耶娃, 康·谢·斯坦尼斯拉夫斯基的母亲。



B. M. 阿列克谢耶娃(娘家姓什尼亚科夫), 康·谢·斯坦尼斯拉夫斯基的曾祖母。

进行的, 另外十分之九, 也就是最崇高、重要和美丽的人的精神生活, 都是在我们的下意识或超意识中进行的。”(全集第4卷, 第165页)类似的论述还散见于他的其他著作中, 但这主要都写于十月革命前或十月革命后不久, 如上引的一段就见于1916—1920年根据《智慧的痛苦》写成的有关创造角色问题的材料。在他去世前不久定稿的著作中, 有些错误或不确切的提法也还没有删除干净。然而我们不能据此就对体系的哲学美学基础遽下“唯心主义”的断语。

应该说, 在体系发展的前期, 唯心主义哲学和心理学的影响的确是存在的, 尽管斯坦尼斯拉夫斯基依据他的艺术实践进行了一番改造, 但到了后期, 随着体系各项原理的进一步完善, 这些影响在体系的整个理论基础中已占不了多大的位置。

## 二、形体动作方法与巴甫洛夫学说的联系问题。

在30年代斯坦尼斯拉夫斯基的笔记本上, 有一些关于谢勤诺夫《大脑的反射作用》一书和巴甫洛夫著作的摘录。此外, 据尤·弗洛罗夫1949年的回忆, 斯坦尼斯拉夫斯基研究过巴甫洛夫的经典著作《客观研究动物高级神经活动 (行为的二十年经验)》中有关“条件反射”的部分, 并读了谢勤诺夫著作的有关章节。

1934年, 在排演《恐惧》时, 演员列昂尼多夫指出, 斯坦尼斯拉夫斯基在处



理剧中人物鲍罗廷教授的形象时有巴甫洛夫学说的东西，斯氏回答说：“我们离巴甫洛夫还远得很呢。但他的学说对我们的表演学是适用的。”

1933年，演员阿·席德洛夫斯基在全俄戏剧协会组织了一个研究表演创作的实验室。该实验室由巴甫洛夫的亲密助手尼·波德柯帕耶夫和弗·巴甫洛夫领导。通过席德洛夫斯基，伊凡·巴甫洛夫表示想看看《演员自我修养》的手稿。为此，斯坦尼斯拉夫斯基在1934年10月27日写信给巴甫洛夫表示感谢。巴甫洛夫不久后的逝世中断了这一刚刚建立的联系。

上述材料均见于1962年出版的苏联科学院高级神经活动与神经生理学研究所巴·西蒙诺夫所著的《斯坦尼斯拉夫斯基的方法与情绪生理学》一书。

除了这些事实之外，还可以从原理方面去考察斯坦尼斯拉夫斯基和巴甫洛夫之间的联系。使体系具有科学根据的最重要的前提，是他们的观点在哲学上的共同性及其学说的唯物主义性质。在具体论点上，我们可以看到以下几种联系。

（一）心理与形体的有机统一和相互影响。谢勤诺夫在《大脑的反射作用》中提出了一个原理，就是“人的一切动作的最初动机，是来自外界的”，认为心理生活是由于感官获自外界和身体本身的那些刺激而形成并持续下来的。同时，一切大脑的、心理的活动的表现，都一定要在导向某种结果的某一部分肌肉运动中表现出来。

巴甫洛夫进一步论证：在条件反射的基础上，大脑皮质所同时发生的两种兴奋中心存在着暂时的联系，根据这一点，动作和符合动作的情绪的发生，两者之间的联系是可以找到解释的。由于条件反射联系的建立，无数的外界因素可以成为神经系统各种生理过程中极其错综复杂的相互关系的刺激物，同时，这些因素也可以成为内部器官反应的刺激物，也可以成为决定情绪性质的各种过程和反应的刺激物。

斯坦尼斯拉夫斯基之所以注意巴甫洛夫的学说，注意条件反射的理论，并非出于偶然。他力求给体系提供科学根据，力求对演员创作的现象作出科学的分析。



以“真正的大脑生理学”为基础，以对人的高级神经(心理)活动严格客观的研究为基础，使他有可能来实现这种分析。

前面已经提到，在1911年的笔记中，斯坦尼斯拉夫斯基从演员创作实践中的体会出发，就已经认为表演艺术应该建立在“心理形体”的规律上，提出了“形体感觉与精神体验不可分割”的论点，但在后来由于资产阶级传统心理学的强烈影响，使他的这种想法没有得到进一步的发展。所以，从1915年开始，虽然他开始注重外部技术的研究，强调体现器官的训练，然而只是在研究了谢勤诺夫、巴甫洛夫的学说之后，才从理论上得到了明确。

根据这些原理，斯坦尼斯拉夫斯基认识到：

1. 任何内心体验都必定产生某种外部表达形式；
2. 如果能够再现体验的外在形体标志，这种体验就比较容易加以固定和重复；
3. 把过去某一情况中具有推动作用的成分加以再现时，也就部分地服从于演员情绪体验的再现：“要传达角色和情感，就必须认识角色的情感，如要认识角色的情感，自己就必须作类似的体验。”

4. 语言是由于暂时的联系而再现某种情绪体验的基本要素之一，情感可以借语言而表现。所以，他说：“言语，这也是动作。”

以上这些，都是从心理与形体的有机统一和相互影响这一角度，来看巴甫洛夫的条件反射学说在斯氏体系中的运用。

(三) 意识与无意识(下意识)的关系。巴甫洛夫关于无意识活动的神经结构的论述，证明了下意识或无意识活动并不是什么神秘莫测的东西，而是客观存在的。他把大脑皮质上具有最适宜的刺激感应能而产生了有意识的活动的区域，称为“大半球的创造区”，“而它周围的半球的其余所有空间则处于深浅不同的暗影中”，处于“暗影”中的空间是感应能降低了的区域，但也决不是毫无活动的；它们实现着“早先作出过的、在相应的刺激存在的情况下又要一成不变地产生的反射。这些



区域的活动，正是我们主观地称为无意识的、自动的活动的那种东西。”(《巴甫洛夫全集》第3卷，第1部，第248页)

根据巴甫洛夫学说的精神，斯坦尼斯拉夫斯基从演员创作的角度来考察意识与下意识的关系。他有几个论点是值得我们注意的：

1. 强调下意识(无意识)在演员创作中的作用，是为了防范纯理性的表演。一个演员如果是在真诚地体验，而不是在做作，他的面部表情、手势、语调等也就是不随意的，也就是自然的、下意识的流露。过于有意识地执行最细小的任务、活动和再现情感，会造成在创作中过分偏重理性的现象。这样一来，跟同台者活生生的联系将会失掉，动作和体验的有机性将受到破坏，而演员也将走上外在表现形象的道路。这也正是自然、真挚的表演与纯理性的表演的区别之所在。

2. 强调下意识的作用，还为了使演员能把创作的注意力集中在主要创作目的上。在《关于创作中的意识和无意识》一文中，他写道：“在演员的工作中有许多地方应该不被意识所照耀，但与此同时，也有一个领域，在那里意识的工作是重要的和必要的。例如，剧本的主要标杆、基本的动作任务就应该被意识到，就应该确定下来而永不动摇……它们为创作指明正确的方向。但怎样去执行已经确定的任务，在各基本标杆之间会发生什么事情，……可以每一次都有所变化并且由无意识来提示。”

这一段话清楚地说明了演员创作中意识和无意识(下意识)的辩证关系。斯坦尼斯拉夫斯基在后期始终要求心理生活三动力——智慧、意志、情感——统一起来，互相渗透，而同时保持意识(智慧、理智)的主导作用。所谓“剧本的基本标杆，基本的动作任务”，这在形体动作方法中就是构成“动作总谱”的东西，属于他所说的“重要而必要的”“意识的工作”。

3. “通过意识达到下意识”的含义及其具体途径。下意识的也就是自然的、真挚的创造，在演员创作中是最可宝贵的，但它必须通过大量有意识的工作，既包括对剧本和角色的大量研究，也包括对演员内外部技术、内外部器官的有系统的培养



和训练。这就是他常说的通过有意识的心理技术去自然地激起有机天性的下意识创作。

关于自然地激起体验和情感的问题，在原理上跟巴甫洛夫学说的联系究竟何在呢？

情感，由于在很大程度上是与脑皮层下构成物的活动联系在一起，不能由有意识的意志的努力直接引起。但是脑皮层下构成物是服从于皮层的，后者“指引着在身体上所发生的一切现象”（巴甫洛夫语）。由于在皮层中有自己的控制机构，脑皮层下的神经中枢就与两个信号系统的活动相联系。因此，人的任何情感都与引起了这种情感的具体情境的表象相联系，与对这一情境以及自己对它的态度的认识相联系。思维与想象的联合工作，可以使情绪记忆活跃起来，并从中取出所体验的感情的元素，按照演员心里出现的形象从新加以组织，使演员的思维和想象活动起来的最有力手段就是动作。

斯坦尼斯拉夫斯基说：“不要想到情感，而要在各该规定情境中动作。在合乎逻辑地动作的时候，你都不会觉察到，你所需要的情感怎么来临，形象怎么出现。”既然演员在角色中的动作是一种深有意识的行动，从而导致情感的不随意的、下意识的产生，那么这样也就是实现了体验艺术的要求：“从意识达到下意识”。

所以，从心理与形体的有机统一，意识与下意识的辩证关系，以及通过意识达到下意识的科学根据这三者都可以看到形体动作方法与巴甫洛夫学说的联系。

### 三、形体动作方法与导演工作革新问题。

斯坦尼斯拉夫斯基的导演工作方法大体上经历过三个阶段：

1. “导演专制”。即预先制订导演计划（总谱），演员必须照样执行。排演时一切听从导演指示。导演作为整个演出的组织者、思想和艺术方面的总负责人与如何启发演员的主动性，这两者之间的关系早期在他那里也没有处理好，尽管他自己是十分杰出的演员，又一向强调演员作为创作者的作用，例如，关于《海鸥》导演计划，他后来说，这个戏是“按照旧的、现在已完全推翻了的手法制订出来的”“属