

85a
9
3635

戲劇參考資料之三

論舞台藝術

史達尼斯拉夫斯基著



東北魯迅文藝學院戲劇部編印

000904



821086916

戲劇參考資料之三

論舞台藝術

—史坦尼斯拉夫斯基語錄—



東北魯迅文藝學院戲劇部編印

目 錄

英譯者導論·····	一
創造性藝術的體系與方法·····	七九
歌劇「維特」的五次排演·····	一二六
舞台道德·····	二六五
樂劇：一種史坦尼斯拉夫斯基的即興創造·····	二七四

附 錄：

歌劇「歐根·奧尼金」的導演記錄·····	二八三
關於外形動作·····	三〇五
致演員們的信·····	三一五
演員的責任·····	三二二
在歌劇研究所的首次談話·····	三二七
編譯者附言·····	三三五

英譯者導論

David magarshack 著

一

史丹尼斯拉夫斯基在他著名的「體系」中所提出的表演學說，其根據於推理（像他的很多批評者所斷言的），實不如根據於經驗為多。這是他奉獻給舞台藝術的一生光陰，多年來作演員與演出者的經驗，以及對演員們和觀眾們所同樣認為的「成功」感覺到不滿意的結果。雖然有一些著名的演員和劇作家會規定了幾個表演的一般性原則，史丹尼斯拉夫斯基却發現它們從未被整理成一個體系，結果是表演教師們在教課時無所依據，因為那些舞台理論家所如此強調的「靈感」是無法教授的，也不能期待它恰在一個演員需要的時刻產生。演出者也無法幫助演員去抓住這捉摸不定的「靈感」。「演出者們，」史丹尼斯拉夫斯基寫道，「很聰明地解釋了他們所需要的是怎樣一種結果；他們祇對最後的結果發生興趣。他們批評着演員並告訴他不應該這麼做，可是沒有告訴他怎樣去達到這需要的結果。演出者」，史丹尼斯拉夫斯基又說道，「能做很多事情，可是無論如何不能樣樣都做。因為主要的東西是在演員手中，第一必須先幫助他和指教他」。

史丹尼斯拉夫斯基一八六三年生於莫斯科（一九三八年也死在那兒），事業的開始是一個演出者（在他的第一個業餘劇團以及莫斯科藝術劇院），是那種現在還很普遍的「貴族演出者」。「我把演員當作模特兒」，他宣稱。「我把我在自己想像中所看見的做給他們看，然後他們摹仿我。每當我獲得那種正確的情緒而成功時，戲便活了，可是當我沒有能超過僅是外表的發明時，它便死了。我那時工作的優點是在我努力要誠懇與追求真實。我憎惡舞台上的一切虛偽，尤其是戲劇化的虛偽。我開始憎惡那在戲劇中的劇場性，我開始在劇場中追求純真的生活，但當然不是普通的生活，而是藝術化了的生活。也許在那時我還不能把這二者分辨清楚。而且我所了解的祇是表面。可是即使那外表的現實也幫助我創造了真實而有趣的舞台場面設計，這把我引上了走向真實的大道；真實感能產生情緒，而情緒激發起創造性的直覺。」

這是史丹尼斯拉夫斯基對那些偉大演員們，尤其是那著名的意大利演員湯瑪素·沙爾維尼（一八二八——一九一六）的方法的研究才使他拋棄了貴族演出者的方法而去尋求「表演之基本的心理物理學與心理學的定律」。這些演員們的方法是如此簡單而又如此難於摹仿。而且他們擁有的某幾種質素彷彿是為所有偉大演員們所共有的；真的，回顧他自己做演員的經驗並分析他自己所飾最著名的角色，尤其是他在易卜生「國民公敵」中的斯篤克曼一角，史丹尼斯拉夫斯基發現他自己也有這些同樣的質素。可是在他與沙爾維尼之間的不同是彷彿後者不但能隨心所欲地再創造出那些質素，並且其方式在同一劇的每一場演出中都有其獨特處，而他自已却不能做到這一點。在他一九〇六年與莫斯科藝術劇院往德國作第一次國外旅行演出後，史丹尼斯拉夫斯基去芬蘭渡假期，那時他才初次試圖去分析他做演員與演出者的經驗，去發現表演技術的定律。

在那時史丹尼斯拉夫斯基已聞名於世界。他與聶米洛維赤——丹欽柯在一八九八年創辦的莫斯科藝術劇院已建立穩固了。他過去已有三十年的戲劇活動，先是從一八七七年到一八八七年在他自己的——群業餘演員中，其次是從一八八八年到一八九八年作為他自己創辦的「藝術與文學社」的演出者，最後是作為莫斯科藝術劇院舞台演出的主要負責人。在那個時期內，尤其是在莫斯科藝術劇院創立之後，他曾創造了一大批的舞台角色，遂使他置身於俄國最偉大演員們的前列。他從不取巧，而且也不是所有角色都成功的。舉一個例，契柯夫並不喜歡他在「海鷗」（這劇把莫斯科藝術劇院送上國際聲譽的大道並為契柯夫的現代最偉大劇作家之一的聲譽奠下了基礎）中所演的契里高林一角。「你的表演」，契柯夫告訴史丹尼斯拉夫斯基，「是非常之好，只不過你演的並不是我的角色。我從沒有寫過這樣的角色。」在一封給高爾基的信中，契柯夫解釋道，「契里高林說着話走來走去就彷彿是麻痺了一般；他『沒有自己的意志』，演員就以這樣的一種方式來說明他，致使我看了他就感到頭痛。」史丹尼斯拉夫斯基飾演契里高林一角的失敗，後來據他自己解釋是由於契柯夫的劇作藝術最初並不合他的胃口；可是試一檢閱史丹尼斯拉夫斯基所飾契柯夫劇本內各種角色的照片後，我們能看出他在演出「海鷗」的那個時期內仍是過份依靠着他對所演角色的外表觀念，而非對內心性格的觀念。但無論如何，在「海鷗」一劇中史丹尼斯拉夫斯基第一次表現了他演出者的天才，却仍是事實；也便是這天才使這劇大告成功，給了契柯夫繼續為舞台寫作的必需信心。

正像史丹尼斯拉夫斯基自己所說，在這許多年內他學得了很多，了解了很多，也由於偶然而發現了很多。史丹尼斯拉夫斯基在「我的藝術生活」☆中寫道：「我永遠在演員的內心工作、演出者的工作以及舞台演出的原則中去尋求，看有甚麼新的東西。我時常匆匆忙忙，忘掉了自己的重要發現而錯誤

地神往於那些沒有內在價值的東西。作為我藝術生涯的結果，我已收集了一大堆關於舞台藝術之技術方面的各種凡是可能的資料。可是所有這一切都無不加辨別地混雜在一起，而且混雜成那種樣子，簡直使人無法去利用這藝術寶藏。我必得一一加以整理。我必得分析我這些積累的經驗。我必須彷彿像在頭腦中的不同皮架上把這些材料羅列開來。倘有未經琢磨的必須琢磨光滑而像基石似地放在我藝術的基礎中；有已經破舊的，必需加以修理。因為要不如如此，任何更進一步的發展是不可能的。」

因此在他的芬蘭假期內史丹尼斯拉夫斯基開始為舞台藝術建立一個理論基礎。他最感擔心的事實是自己在創造中的愉快心情已完全消失了。在以往他沒有表演的時候終是很不耐煩，可是現在却相反，他很高興自己可以不表演了。人家告訴他這是所有職業演員都感覺到的事情，可是這樣一個解釋並不能使他滿足，因為他不禁感覺到如果那是真的，那麼職業演員們實在太不看重他們自己的藝術了。但事實上對於偉大的演員們如像杜絲(Duse)，葉爾莫洛娃(Yermolova)，和沙爾維尼(Salvini)，這種說法是不確的，因為他們演他們主要角色的次數較史丹尼斯拉夫斯基為多，可是即使如此，仍能繼續改良他們的表演，而他們自己在每次不得不表演他早已演成名的角色時却變得愈來愈陳腐了。一步一步地回憶着過去，他便愈來愈明顯地感覺到當他初次創造角色時所放進戲裏邊去的內心材料和在時間過程中這角色所得到的外表形式成了「南轅北轍」。最初他創造每一角色的性格是依靠着他在戲中所感覺到的激動的內心之真實感，可是後來漸漸地所剩下的祇是一個外殼，與純真的藝術毫無關係了。例如，他所演的斯篤克曼博士一角。他記得在以前他很容易採取一個祇在同類心中尋求良善的東西而盲

☆原註：本書內所有引自「我的藝術生活」的話都摘自俄文版，該版係由史丹尼斯拉夫斯基在接着他一九二二年的美國旅行而在美出版了他的自傳之後全部加以訂正，重排，而擴大了的。(英譯者)

目於他們邪惡情緒的人的觀點。「在易卜生的劇本與我的角色中最使我感覺興趣的，」史丹尼斯拉夫斯基在「我的藝術生活」中寫道，「是斯篤克曼對真理的熱情，那是甚麼東西都阻擋不住的。在那戲中我感覺得很易於戴上一付天真地信仰人類的玫瑰色眼鏡，通過它們去看周圍的一切人，相信他們而誠懇地愛着他們。當斯篤克曼那批假定的朋友們靈魂中的腐朽逐漸顯露時，我能很容易地感覺到我在舞台上代表着的這個人的困惑。而最後當他悟到了真理的時候，我好像不知道是在爲斯篤克曼傷心，還是爲自己傷心……由於直覺，我本能地便抓到了我角色的內心形象，包括着一切特點與細節。那如此明白地洩露出斯篤克曼內心看不見人類缺點的他的近視眼，他孩子似的天性，他青春氣概的好興緻，他對自己妻子和孩子們的同志般的態度，他的愉快，他的愛好笑話和遊戲，他的接近群眾，以及使一切接近他的人變得更純潔與更善良的他那蠱惑力。由於直覺，我抓到了斯篤克曼的外在形象：這自然地從他內心形象流露出來。斯篤克曼的身體自然地和他的靈魂混合在一起；我一想到斯篤克曼博士的思想和憂慮，他那近視眼所有的特徵以及他向前俯的身體和匆匆忙忙的步伐都自然地來到我的眼簾下了。他的眼光信任地窺探入舞台上在和他說話或做其它事情的男人或女人的靈魂裏邊去；我手上的第二和第三根手指向前戳出，使他的說話更加有說服力，就像我希望把自己的情感，語言，和思想塞進和我說着話的那個人的靈魂中去一般。所有這些東西和習慣都本能地，下意識地出現了。」

當在芬蘭的一個懸崖頂上默想着，把這角色的戲在腦中重複一遍時，史丹尼斯拉夫斯基想要知道斯篤克曼一角所有的那些特徵他是從那裏得來的，而他達到的結論是他放在角色裏的情緒都是從他自己的記憶中取出來的。「就像在我眼前前一般，」史丹尼斯拉夫斯基寫道，「是我的一個朋友，一個純真地誠實的人，被像斯篤克曼那樣地弄得走頭無路，因爲他的內心信仰不允許他做人要求他做的

事情……創造這角色後幾年，」他繼續回憶道，「我在柏林遇到一個我前在維也納一個療養院認識的教授，於是我才悟到我在斯篤克曼一角中的手指那點是從他那兒來的。我一定是下意識地從這活模特兒的身上採取來的。而我在演斯篤克曼站着時全身重量時常由一足換到另一足的那種姿態是從一個著名的俄國音樂家兼批評家那兒得來的。」

這個發現後來成為史丹尼斯拉夫斯基「體系」中一個重要的部份，同樣還有他的另一個發現：「甚至當我在台下裝起了斯篤克曼的外表姿態時，那會一度產生了這種姿態的情緒與感覺立刻在我心中產生了。這角色的想像與情感變成了我自己有機的東西了，或者無寧說真實的是相反的情形：我自己的情感灌輸進斯篤克曼裏邊去了，而在這過程中我經驗到了一個演員所能經驗到的最大快樂，說清楚些，即是力能在舞台上說出另一個人的思想，讓你自己完全受另一個人的熱情的指揮，並且做着另一個人的動作，就彷彿那是你自己的一般。」

可是，史丹尼斯拉夫斯基悲哀地發現在時間的過程中他這些活的記憶（後來他在他的「體系」中稱之為「情緒的記憶」），那會是斯篤克曼精神生活的推動力量和貫穿全劇的主導觀念，變得愈來愈模糊直至完全消失了。而且他其餘的角色也是如此。「在我最後一次的國外旅行時」，他寫道，「以及出發前在莫斯科時，我不斷機械地重複着戲中這些練得很熟的，牢不可破的『玩意兒』——那缺乏真實情緒的機械的符號。在有幾處我試圖儘可能地變得神經質而激動，因此我做了一連串迅速的動作；在另幾處我試要顯得天真因而純技術地裝出了孩子氣地無邪的眼神；另有幾次我又硬使自己裝出那角色的步態和典型的姿勢——那僅是已死去的情緒的外在結果而已。我摹倣天真，可是我自己並不天真；我以迅速而短促的步子走路，可是我在內心並不感覺到產生那種快步的匆忙；以及諸如此類。我

的誇張多少有點技巧，我摹做着情緒與動作的外在現象，可是在同時我却體驗不到任何清緒或動作的真實慾望。在演出過程中我獲得了一種機械的習慣，祇是把那一度養成便永遠可用的彷彿體操似的外在動作重複一遍，那是已由我的「肌肉記憶」（這對於演員們是很強烈的）牢牢地固定成爲我的舞台習慣了。」

當檢查着斯篤克曼與其他角色，分析着曾幫助創造了這些角色的他的記憶，並以之和他現在演同一角色時所採取的人工方法相比較，史丹尼斯拉夫斯基不由得達到一個結論，即他那不良的劇場習慣已斷傷了他的靈魂，他的身體，以及他的角色本身。他自問自的第二件事是怎樣來挽救他的角色免於頹敗，免於精神的麻痺，免於爲養成了的舞台習慣與外部訓練所左右呢？他想一個演員必須在每次演出開始前有一種精神上的準備。非但是他的身體，而且是他的精神都必須穿上新衣服。在表演之先，每個演員必須要知道怎樣進入那精神的氣氛裏邊去，「創造性藝術的降神式」也祇有在這裏邊才成爲可能。

也像斯篤克曼博士那樣，史丹尼斯拉夫斯基在他的芬蘭假期中有了幾種偉大的發現，雖是爲大家所熟知的事情却並不減其重要性。他的第一個發現是一個演員在台上而對着大群觀衆時的心理狀態非但是不自然的，而且成爲真正表演的一個最大障礙。因爲在這樣一種心理狀態中，那演員祇能摹仿，「演戲」，裝作是體會到了劇中那角色的情緒，但實際却並沒有忘我地生活在這情緒中。這點史丹尼斯拉夫斯基以前當然也知道，可是現在他是了解了，而且正像他自己所說的，「用我們的話說起來，了解即是感覺到的意思。」比方說，一個演員必得在數千的觀衆前裝作熱烈地在戀愛着，那些觀衆是出了錢買的票，因此有權要求得到他們所購買的東西。因此他們期望那演員說話能說得讓他們聽清楚他在

說些甚麼，結果是那演員必得把厭愛的話大聲地喊出來，而這在真實生活中祇是一個男人輕聲地向一個女人說的，而且祇是當他們兩人獨自在一起的時候。此外演員必須使劇場中的每一個人都能看得清楚明白，這便是爲甚麼必得做着手勢與動作，好讓那些坐在後排的觀衆也能看得清的緣故。那麼，在這樣的環境之下，我們怎麼能期望他想到愛，更不要說是體驗到愛的感覺了。他最多祇能把他所有的每一分力量都放進動作裏邊去，把他自己緊張到極度，正因爲他所要解決的問題實在無法解決。

可是劇院却發明了一整套的各種符號，人類情緒的表示方式，戲劇式的姿勢，聲調的變化，音節，身段、舞台訣竅，以及被認爲是能傳達出一種「崇高的天性」的表演情感與思想的方法。這些「從娘胎裏帶來的」符號與舞台訣竅變成了機械而下意識的，當一個演員感覺自己在台上毫無辦法，「靈魂裏空空如也」地站着的時候，它們便來幫他的忙了。

「一個演員在這樣情況下要怎樣才能顯出是在沒頭沒腦地戀愛着呢？」史丹尼斯拉夫斯基寫道。「全部他所能做的祇是轉動着他的眼珠，把手按在自己胸口，睛眼向上望着天空，舉起眉毛做出一種殉道者的神色，大叫大喊，揮動着雙手，以便使觀衆不致感覺沉悶，而且最要緊的是避免停頓，然而停頓在真正靈感降臨的時刻却是如此地合式，因爲在那種時候沉默較之說話愈加能感動人。」

因此一個演員的天然心理狀態是一個站在台上不得不不在外面表示出他內心並沒有感覺到的東西的心理狀態。這是一種不正常的心理狀態，演員頭腦中盤據着他自己的憂慮，瑣碎的厭憎，自己的成功或失敗，同時他的身體却被迫着去表現「英雄的情緒與熱愛之最崇高的衝動。」史丹尼斯拉夫斯基指出，這種精神上與身體上的變態，演員們在每天生活的大部時間內都體驗到：在白天十二時與四時半之間排演的時間內，在晚上從八時至午夜演出的時間內。而爲了企圖替這無法解決的問題找一

個解決辦法，演員們非但學得了虛偽而人工的表演方式，而且變成非此不可了。

「自從我悟到了存在着這種不正常的情況後，」史丹尼斯拉夫斯基寫道，「那個『怎麼辦』的問題像一個鬼影似地追隨着我。」

既已悟到演員這種心理狀態的害處與不正常，史丹尼斯拉夫斯基便開始去尋求演員在舞台上時另一種不同的心理與身體狀態，這種狀態他稱之為創造性的心理狀態。他注意到凡天才在舞台上總像是有那樣的一種創造性心理狀態。天賦較弱的人較不常有，比方說只是在星期天。天賦更弱一些的人則更不常有，只是在紀念日。而在第三流的人則僅在特殊的情形下才有了。然而所有從事研究舞台藝術的人，從天才起直到天分尋常的人為止，彷彿或多或少地都能藉一種神秘而直覺的方式達到這樣一種創造性的心理狀態，除了是他們無法在剛正需要的時刻按照着他們所需要的方式來達到它。他們之得到它是「作為從愛普羅神那兒來的上天的賜予」，而且，史丹尼斯拉夫斯基加說道，「我們彷彿無法用人工的方法來引發它。」

但即使那樣，史丹尼斯拉夫斯基還是忍不住地問着自己，是否能用一種技術的方法來達到這種創造性心理狀態呢？這並不意味着他要用一種人工的方法來產生靈感本身，因為他知道這是不可能的。他要知道的是能否有方法創造出有利於靈感之出現的條件；一種氣氛使演員在其中易於產生靈感。因為當一個演員說「我今天心境很好！」或是「我今天身體很舒服！」或是「我今天好像能進入我角色的情緒裏邊去！」那祇是意味着他偶然地達到了那創造性的心理狀態。因此問題是在這樣一種創造性的心理狀態是否能由演員不是偶然地而是隨心所欲地，就像是「定貨」似地達到呢？再要是這狀態不能立刻達到，又是否能分作數部份來完成，就像是把各不同的元素拼湊起來，即使這些元素必須個別

地由演員在自己身內用一系列有系統的練習來產生之也可以。史丹尼斯拉夫斯基推論着道，要是一個天才有那種能力能儘量充分地達到那種創造性的心理狀態，那麼普通一般演員在長期而刻苦的訓練之後，難道就不能在某種程度內達到這種狀態嗎？這樣的人當然不會因此而變成天才，然而我們却能幫助他們儘可能地接近天才有別於其他人的那點兒東西。

因此史丹尼斯拉夫斯基要尋求解答的第二個問題是這創造性的心理狀態具有怎樣的性質，而組成這狀態的各元素又是些甚麼。

他注意到莫斯科藝術劇院的偉大演員和僅是有天才的演員們都有一些共同的特點，這些特點彷彿祇有他們才有，使他們彼此成為同類而我們只要一想到這特點時便能想起他們全體來。這是怎樣的一種能力呢？問題是非常複雜的，可是史丹尼斯拉夫斯基把演員這偉大所在的品質一步一步地加以分析來求得解答。關於演員這種創造性狀態第一件引起他注意的事是這種狀態總伴之以完全的身體自由和肌肉的完全鬆弛。事實上演員的整個身體組織完全能由他自己自由指揮。由於這種情形，演員的創造性工作才能得心應手，才能用他的身體自由地表現出他靈魂中所感覺到的東西。史丹尼斯拉夫斯基為這發現所激動到如此地步，他立即開始把自己的演出作為實驗。可是使他煩惱的是演員或觀眾裏邊顯然沒有一個人注意到他的表演中有甚麼變動，因此「除了為較留意而敏感的觀眾所注意到的某一個姿勢，動作，或行動得到幾句恭維話之外，這發現本身似乎並沒有起多大作用。」

就在那時候，也是由於偶然，史丹尼斯拉夫斯基發現了另一個初步的真理。他悟到他在台上感覺得很自然那是因為除了肌肉鬆弛之外，他這公開表演把他的注意力集中在他自身的感覺上，因而使他不去注意到在那「舞台上的可怕的黑洞」那一邊觀眾席內發生了些甚麼事。他注意到是在那些時刻內

他的心理狀態變得特別愉快。

「不久，」史丹尼斯拉夫斯基寫道，「我對自己的觀察得到了一個肯定，或可說是一個解釋。當一個著名外國演員在莫斯科的一次演出中，我在聚精會神地看着他的時候，覺得在他身上有着那種我所熟悉的創造性心理狀態。有着完全的肌肉鬆弛再加上極高度的一般性的集中。我感覺到他的全部注意力集中在腳燈的他那一邊而不是我們這一邊，他祇想到舞台上發生了甚麼事，而不是觀眾席內發生了甚麼事，而正是他這種集中在一點上的注意力迫使我對他在舞台上的生活發生了興趣，引起我的好奇心要知道使他感到如此興趣的是甚麼。在那一刻內我悟到了一個演員愈是試圖要取悅觀眾，觀眾便愈是大模大樣地坐着等候他來取悅，絲毫也不努力去自動參加進正在他們面前進行的創造性工作裏邊去；可是只要演員一停止去注意他們，觀眾便開始對他感覺起興趣來，尤其要是演員自己對台上的甚麼事發生了興趣，而這事情觀眾也知道是重要的。」

繼續觀察着自己和別人，史丹尼斯拉夫斯基最後悟到舞台上的創造性工作第一是在演員整個精神方面與身體方面自然力之最充份的集中。他發現這樣的集中非僅是指演員的聽覺與視覺，並擴展到他所有一切的感覺，而且還包括着他的身體，頭腦，記憶力與想像力。史丹尼斯拉夫斯基達到的結論是一個演員所有精神方面與身體方面的自然力必須集中在他在舞台上所代表着的那個人靈魂中在發生着的事情上。

史丹尼斯拉夫斯基並在台上自己表演時，用他爲了有系統地發展注意力而設計的幾種練習，來把這第二個真理再度加以考驗。

史丹尼斯拉夫斯基所作另一個有趣的觀察，是關係到一個演員在台上並無其他演員協助時所能吸

引到的觀衆的注意力。「經驗告訴我，」他寫道，「一個演員即使在一場非常戲劇化的戲中，能獨自一人繼續不斷吸引觀衆的注意力最多達七分鐘（那是絕對的最高限度了！）在一場平靜的戲中最大限度是一分鐘（這也已經相當久了！）要再繼續吸引住觀衆的注意力，那演員的表現方式已不够多了，他勢必重複，結果是觀衆的注意力衰落下去，直至第二次高潮來臨時，那時又需要新的表現方法了。但請注意，那已經是祇有碰到天才時才那樣！」

史丹尼斯拉夫斯基的第三個發現是有關於演員到達劇院的時間。有一天他剛巧在莫斯科的一家劇院裏，那兒的一個主要演員好像下了決心似地每場總是要遲到。「一個土包子天才，」史丹尼斯拉夫斯基評論道，「總是要遲到五分鐘，而不像沙爾維尼那樣在開場前三小時就到了。爲甚麼？爲了一個很簡單的理由，就是要能在頭腦中作三小時的準備，他一定得有可資準備的東西。可是一個土包子天才却除了他的天賦外更沒有甚麼東西了。他提了衣箱中的一套衣服到達劇院，但卻沒有精神行李。叫他在化裝室內從五點坐到八點又有甚麼事可做呢？吸煙？講笑話？做這樣的事要在飯館裏更舒服些。」

上述的話非僅適用於習慣遲到的演員，即對於那些剛好在開演前到達的人亦然。那些準時到達劇院的演員，其所以如此也不過是害怕遲到而已。史丹尼斯拉夫斯基評論道，「他們有時間把他們的身體準備好，化裝好他們的臉，但他們從沒想到他們的靈魂也需要穿衣化裝。他們不關心他們角色的內部設計。他們希望他們的戲在演出過程中會自然地取得一件舞台創作作品的外表形態。」一旦如此後，他們便把它固定成機械的舞台習慣，而完全忘掉了這角色的精神，讓它隨着時間而枯萎。「一個不關心那聰明的創造性情緒而成爲無意識的舞台習慣之奴隸的演員，」史丹尼斯拉夫斯基寫道，「便不得不乞憐於碰巧的機緣，觀衆的低級趣味，某些狡猾的舞台訣竅，不值錢的外表成功，自騙自的虛榮心，以及

和藝術毫無關係的那些東西。」事實上除非那演員自己相信是真的，就沒有一個角色能真正地成功。演員一定得相信在舞台上發生的每一件事情，而第一要緊是他一定得相信他自己。可是他祇能相信真實的事情。因此他一定得永遠知道甚麼是真實的，並知道怎樣去找到它，而要做到這點他一定得發展他對真實性的藝術感覺。而且史丹尼斯拉夫斯基明白地說，他所謂真實性是指一個演員的情緒與感覺的真實性，那掙扎着要表現它自己的內心創造性衝動的真實性。對我身外事物的真實性我並不感覺興趣，」他宣稱道，「對我重要的是我自身的真實性，我對台上這一場或那一場，對台上各種東西，對佈景，對戲中演其他角色的人，對他們的情緒與思想，對這一切的心理態度的真實性。」

「那真正的演員」，史丹尼斯拉夫斯基繼續說，「向他自己道，我知道那佈景，化裝、服裝，以及我要在觀眾前表演那事實——不是別的祇是一個赤裸裸的謊。可是我不在乎，因為事物的本身對我無關重要的……可是——假使舞台上在我周圍的一切事物是真的，那我便會如此做，我便會如此這樣的演出這一場或那一場。」

到那時史丹尼斯拉夫斯基才悟到一個演員的工作要等他稱之為「有魔法的」、創造性的「假使」在他靈魂與想像力中出現的那一刻才開始。當那使人不得不相信的可觸摸的現實與可觸摸的真實性存在着時，一個演員的創造性工作還不能說是已開始了。但當那創造性的「假使」，即是那假設的、想像的真實性出現時，演員發現他能誠懇地相信它，即使不較之相信真正的現實更為熱烈，至少也和相信真正的現實一樣。「就像一個小女孩相信她的洋娃娃真是活着的」，史丹尼斯拉夫斯基寫道，「相信它的生活及其周圍一切都是真實的那樣，一個演員當那創造性的『假使』出現時，就被從現實的生活鼓舞到他在自己想像中所創造的另一種不同生活裏邊去了。一旦他相信了這生活，他便馬上能開始他的

創造性工作了。」

因此舞台便是真實；是爲演員所誠懇地相信着的。史丹尼斯拉夫斯基說，在劇院裏邊甚至那最赤裸裸的謊，爲了要成爲藝術也必須得變成真實。爲了使這樣的事成爲可能，演員必須要有高度地發達的想像力，一種孩子似的天真與信任，對他身體與靈魂中真實的東西與類似真實的東西之藝術的敏感。因爲所有這些都能幫助他把粗陋的舞台之謊變成最微妙的想像之真實。演員的這種品質與能力史丹尼斯拉夫斯基稱之爲對真實性的感覺力。「其中」，他說道「包含着想像力的活動和創造性的信仰之形成；其中包含着對舞台做假之最好的防禦，以及比例感，保證一種孩子似的天真和藝術感覺的純真」。史丹尼斯拉夫斯基不久就發現對真實性的感覺，也和集中與肌肉鬆弛那樣，可加以發展，能藉練習來獲得。「這種能力」，他宣稱說，「一定得發展到這樣一種高的程度，使舞台上所發生的一切事情，所說的一切話，所被知覺到的一切事物，先要濾過這對真實性的藝術感覺力。」

在這第四個發現之後，史丹尼斯拉夫斯基立刻把他關於肌肉鬆弛和注意力集中的舞台練習用了對真實性的感覺力來加以考驗，結果是發現只有到那時他才能在舞台上演出中成功地達到一種真正的、自然的、不是勉強的肌肉鬆弛與集中。而且，在作此類研究與偶然發現時，他才知道有很多我們在生活中所知道的真理也能在舞台上應用。所有這些併合起來，便能幫助我們形成一種創造性的心理狀態，那是和史丹尼斯拉夫斯基視之爲舞台藝術之真敵的劇場心理狀態有別的。

最後，史丹尼斯拉夫斯基「在數月的痛苦與懷疑之後」的最末一個發現是，在舞台藝術中每一樣東西都必須變成習慣，這樣才能把新的東西轉變成有機的，輸入到演員的第二天性中去。只有在養成這個習慣後，演員才能在舞台上利用新的東西而不致去想到它實際的構造。這一發現也直接關係到一