

P Performance Performance Performance Performance Performance

表演艺术是实践的艺术，
它有系统的创作理论却不深奥。

实用 表演学

刘向平◎著

中国  广播电视出版社
CHINA BROADCASTING & TELEVISION PRESS

Performance

实用 表演学

刘向平◎著

中国广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

实用表演学 / 刘向平著. — 北京: 中国广播电视出版社, 2014. 1

ISBN 978-7-5043-7086-0

I. ①实… II. ①刘… III. ①表演学 IV. ①J812

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 307659 号

实用表演学

刘向平 著

责任编辑 王丽丹

装帧设计 丁琳

责任校对 张哲

出版发行 中国广播电视出版社

电 话 010-86093580 010-86093583

社 址 北京市西城区真武庙二条9号

邮 编 100045

网 址 www.crtip.com.cn

电子信箱 crtip8@sina.com

经 销 全国各地新华书店

印 刷 涿州市京南印刷厂

开 本 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

字 数 135(千)字

印 张 6.25

版 次 2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5043-7086-0

定 价 18.00 元

(版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换)



中国电影家协会副主席
北京电影学院院长、博士生导师、教授
张会军
2013年10月15日

序言1

电影的表演是一个实践的问题，更是一个理论与技巧的问题。

本书的作者，具有参加影视剧拍摄的经验，同时，作为访学的学者，通过在北京电影学院的学习，他在自己创作的基础上，注意汲取多位优秀表演艺术家及前辈的表演实践经验，同时，在理论的学习上注意进行学术理念的归纳，结合自己的影视表演实践，总结、撰写，汇集出版了这本书。

该书的体例和结构非常有特点和具有实用的意义，主要是要着手于演员在塑造角色的前期工作和进行表演的过程中，诸多的问题怎样

应对和解决，写作的过程中，没有生搬硬套表演的理论及表演方法，但是，本书论述和概述了一些比较实际的东西。本书并不是用各种定义概念来规范表演，而是将非常感性的表演进行理性归纳。

很多人反映，表演的学习，单纯的理论让人很觉得不踏实，而且，无法对照实际，单纯地表演实践练习，又怕将来达到一定的程度，自己会陷入停滞不前的局面，很希望在表演理论学习方面思考和研究一些问题。

关于表演的创作和理论，有着很多的专业名词，在很多的教科书和课程上都会提及，但是，具体怎么样理解和指导创作，有着非常多的意义和视点，本书能够在理论和实践结合的方面，对例如：“三位一体，双重生活”，“第二自我”，“演员与角色的统一”等诸多非常有创作指导意义的名词进行了分析和读解，很有新意。

这本专著的“关注点”就集中于分析问题，指导创作，在涉及关键的表演创作上，有自己深入学术实践的系统解读，并从应用的角度，对有关表演理论方面的诸多问题进行理论探询与重新审视，也是这本专著的核心，其目的是在实践到理论、理论到实践方面搭一座桥梁。

本书最为值得称赞的是，作者根据自己的表演创作实践，着重进行了演员对剧本分析和表演对剧本分析方面问题的阐述，这种分析的前提，都是为了进行表演的创作。书中指出，演员在创作中如何对剧本进行不同程度的研究与分析，怎样实现对人物的分析、事件的分析、角色的分析以及具体的方法，对表演创作的前期工作等，有很多独特的见解。

本专著从九个章节展开论述，比较全面。对表演本体的认

识；表演艺术的形式和理解；表演创作工程和关键结点；表演创作中的人物创造和把握；强调了作为演员分析文学剧本和拍摄台本的重要性，也提示演员重点要研究自己在剧中所担任的角色，同时，研究其他演员所扮演的角色与自己的角色之间的关系。阐释在操作的层面上初读剧本对表演创作的重要性，除了在重要性方面进行了论述以外，还在具体操作的方法上也进行了解读，理论结合实际。

现当代电影表演艺术创作需要提高，需要从业者进行学习，在整体创作上更加务实，所以，从事创作的人进行写作，就更加珍贵。我们加强对于电影表演艺术理论的研究，现在所做的也仅仅是开始。

该著作是一部比较实用又具有一定总结和理论参考价值的专业书籍，对研究影视表演专业有很大的帮助，适合专业从事影视创作的演员、导演以及有志从事表演创作实践的人员进行学习，这是一本实际理论和实践相对照的教科书，也是高校影视表演教学一部极好的参考教材。



北京电影学院副院长
北京电影学院动画学院院长、教授、博士生导师
孙立军
2013年10月25日

序言2

理论指导实践，实践也可总结成理论，当今我国电影产业发展迅猛，特别是明星制催生了大量的偶像派演员，但除了好莱坞似的大片以外，电影其实还有很多其他的艺术形式。

我和刘向平（刘备）老师认识很偶然，通过陈山老师的引荐，使我们有幸认识，他作为陈山老师的访问学者，我想也是一位做事认真的人，当听说他不但是一位从事表演艺术的老师，而且还是一名演员，不由地产生了兴趣，通过交流，拿出他的书稿来看，发现书的内容看点很多。

中国电影产业发展再迅猛，但核心还是内

容，内容里边除了一剧之本，核心是演员，因为只有活生生的演员，才能真正地把导演的意图、编剧的意图传递出来，而演员的好或所谓的坏，总是一目了然，但演员背后的东西，其实是无形的。这本书从实际作品去剖析，用理论去指导实践，具备一整套表达内心世界及情感的内部心理技巧。

作者拍了几十部戏，塑造过各种不同时代、不同类型、不同性格的人物形象，都是在这本书的理论指导下进行的。看完这本书，感觉的确与其他书不太一样，它不是一个高高在上的理论研究，也不是一种简单的实践体验的汇总，它是通过对前辈艺术家表演理论的研究、学习、体验，结合自己的表演实践，对表演理论、技巧进行了细致的总结划分梳理。这本书能让演员的前期案头工作更加丰富、更加脚踏实地，演员只要依照作者提供的方法去一步步落实，就可以塑造一个性格丰富、形象生动、有血有肉、活生生的真实可信的典型人物形象。

剧中小人物却有大视野。小人物可以成就大事业，剧中人物虽小，但他（她）可能是一个绿叶，陪衬出来的却是红花，如果没有绿叶，红花也不会鲜艳。今天是绿叶，明天就可能成为红花。角色其实本身无大小，作者饰演了这么多的角色，积累了丰富的经验，把枯燥的表演理论，通过生动的角色分析，可以让读者从中直接学习。

未来整个娱乐产业，除了电影电视以外，像微电影、网络视频等新媒体都需要大量的演员，这其中还包括各种广告，要求演员在几十秒钟甚至几秒钟就要迸发出极佳的表演张力，这对于一个演员来说是比较难的事情。

这本书让演员上手快，理论联系实际，条理分明，演员只要按照书上说的去做，就能准确把握人物内心的变化，进而指导演

员自己的外部行动，从而达到演员自己下意识的有机天性的创作。这本书是作者多年理论学习与实践的积累，字字珠玑，生动又不失严肃，活泼又不失庄重，适合从事影视艺术的演员、导演以及动画创作人员进行学习与体会。



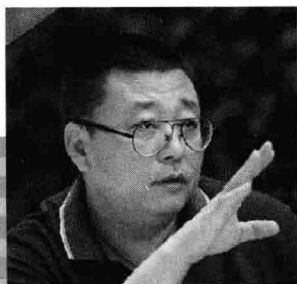
中国电影表演艺术学会第一届副会长
北京电影学院教授 研究生导师
钱学格
2013年11月6日

序言3

表演艺术是实践的艺术，它有系统的创作理论却不深奥。

影视话剧演员需要有正确的理论指导他们掌握正确的表演方法，以获得良好的创作自我感觉。

本书作者在几十部影视剧中塑造了不同性格、不同形象的人物，有一定的表演实践经验，更为难能可贵的是他努力于理论的学习和总结，汇集了多种成熟的表演理论，并融入自己在表演实践中的心得体会，写出了这本实用的表演理论著作，相信对表演者的创作会有切实的帮助。



北京电影学院导演系主任
研究生导师、教授、著名导演
王瑞

2013年12月10日

序言 4

在斯坦尼出生前的约一千七百多年前，中国的东汉时期，有两个著名的人物在对酌，其中一个曹操，还有一个也叫刘备。两人聊的话题是谁才是当世英雄。这是一个对于当时寄曹操篱下的刘备来说十分敏感而危险的话题。曹操直接告诉刘备，在曹操眼中，当世只有两个英雄，一个是曹操，而另一个就是刘备。这直截了当的话语戳破了刘备的内心，刘备被惊得失手掉了手中的筷子。恰在这时，天空中响起了一声惊雷，刘备巧妙地利用了这个机会，掩饰了自己的失态。把自己伪装成一个胆小的人。这种能力就叫做表演。

表演其实是人与生俱来的能力。特意利用这种能力在一个虚拟的世界里演绎人生，就成了后来被叫做表演艺术的一门学问。

表演成为艺术的年代已经无法准确地考证了，对表演艺术的研究探索到了近代约分成了三种体系。而在世界范围内流传广泛的应该首推斯坦尼斯拉夫斯基体系。

对于学习表演的人，斯氏体系确实提供了一整套系统的可操作的方法。然而，表演是作为一门艺术存在的。任何艺术，只提供方法都不能最终保证成就正果。在这一点上，艺术比较接近禅宗。它在需要正确方法的同时也强调个体的差异，强调个体与修习目的的契合，需要个体在修习过程中不断地证悟。

刘向平（刘备）先生的这本《实用表演学》就可以被看成是一个修习者的证悟痕迹。

到达目的的路径其实有很多条，但认准方向是首要的。在前进的过程中，有时不必拘泥，但随时观看自己是必要的。

刘向平（刘备）先生盛情邀我写序，但我的见识实在有限，勉强写下以上文字，是为序。

前 言

任何一个行业都有核心技术，表演也不例外。我们的很多演员朋友当初刚演戏的时候，接到戏时，经常会有这种体会，很苦恼。因为不知道从何入手，只知道简单地看几遍剧本，把自己要扮演的人物的台词用彩笔划下来，然后进行机械的背诵台词，尤其是大段的台词，背得是昏天黑地，结果上场的时候经常是由于外界的各种干扰，一下子脑袋一片空白，在那一刹那，什么都记不起来了，好不尴尬。这还不说，由于是机械背诵的台词，并不是十分了解剧中人物为什么这样说，或人物这样说到底想表达什么意思，这样就造成在镜头前经常会紧张，心里没底，只能是尽可能地根据剧本表面意思去想象着演或去模仿别人，结果可想而知，或被导演骂，或自己都感到对自己的表演不满意，同时自己也会感到十分的羞愧。

也有的人说，演戏不用学，演戏都是天生的，有的人天生就会演戏，对此我有不同的看法。表演确实是人与生俱来的能力，人是有天分的，但有天分的人也需要后天进行培养和学习，况且人和人之间在出生时天分究竟能有多大差别呢？我认为表演能力主要还是要靠后天来培养。

演戏并不是在演自己，而是要塑造人物，要过别人的（精神）生活，不是假想这事放在我的身上时我怎么办，而是要从人物出发，以人物的观点来思考和感受问题。记得当初这本书还没

有写的时候，我自己在影视剧中塑造角色时，常常会感到吃力，上场前或在拍摄中都会紧张，自己对自己的装腔作势的表演有时都会感到羞愧，这时我就经常会想，要是有这样的一本书，让我看完之后，只要按照书中的方法行事，不管是塑造任何性格的人物，不管是饰演什么样的人物形象，我都能把导演交给我的人物塑造得淋漓尽致、有血有肉、得心应手该多好？后来我在想是否有这样的书？于是就阅遍了我所能够找到的凡是有关于表演方面的书籍，最终在想我何不自己根据我的表演实践和以前在电影学院所学过的表演理论相结合，编写一本这样的书呢？只要有了这本书，不但能够指导我自己，而且还会给所有像我一样喜欢表演、热爱表演艺术，并想以此为终生追求的千千万万的朋友们一个帮助，这样不是更好吗？

本书是本人通过在北京电影学院的学习，汲取诸多前辈艺术家表演艺术的精髓及成熟的表演理论，经过本人表演艺术的实践检验，历时四年打磨锤炼编写而成。本书成稿后，又历经反复的修改，并且以此书指导本人进行表演实践，相继在《浴火之恋》、《乱世情缘》、《隋唐英雄》、《英雄瓦氏》、《日出江南》、《出生入死》、《神枪之倒刺》、《五星红旗2》、《壮士一去》、《枪花》、《我要当八路》、《苍狼》、《喋血女人花》、《一代枭雄》、《桃花绽放》、《潘多拉的秘密》、《毛驴县令》等三十几部影视剧中塑造了能征善战的武将、共产党、国民党、日军官、日本首相、细菌专家、汉奸、律师、伪娘、农民等各种不同的人物形象。人物性格迥异，受到导演、同行、剧组工作人员或观众不同程度的好评，同时我自己也感到自己在拿捏人物、把握分寸、体现人物性格方面有了极大的提高。

不做前期案头工作，或案头工作马马虎虎，只想到现场磨或

与对手碰撞产生灵感、临场发挥的工作方式，只能让你的表演平平，这样你也很难创造出个性格丰富、形象生动、真实可信的艺术形象。我认为一个演员要想演好一部戏，其功夫并不仅仅是体现在舞台上或镜头前的那一刻，那只是最后的一个结果，演员真正要做的，应该是前期进行大量的、浩繁的、深入的、具体的、艰辛的案头准备工作，要展现的是演员对作品和人物从内容到形式的深刻理解、感受、把握的功力，俗话说，台上一分钟、台下十年功，因为我们的艺术来不得半点虚假。

真诚希望这本书能给你的表演或给你的工作带来有力的支持！不周之处在所难免，望老师朋友们给予批评指正。

刘向平（刘备）

2013年11月4日于北京电影学院

第一章 表演的特点 / 1

- 第一节 三位一体 / 2
- 第二节 双重生活 / 3
- 第三节 演员与角色的统一 / 5

第二章 剧本分析 / 9

- 第一节 完整的案头工作的重要性 / 10
- 第二节 初读剧本 / 11
- 第三节 解构剧本 / 14
- 第四节 剧本分析实例操作 / 27

第三章 语言的艺术处理 / 39

- 第一节 有声语言 / 40
- 第二节 形体语言包括面部语言和肢体语言 / 70

第四章 性格化——人物基调的把握 / 83

- 第一节 有关人物性格方面的基本概念 / 83
- 第二节 人物性格与人物塑造 / 85
- 第三节 人物性格的塑造 / 88
- 第四节 人物的气质特征 / 92

第五节 关于人物性格的词语借鉴 / 96

第六节 人物的性格在笔迹上的反应 / 99

第五章 最高任务和贯穿动作 / 102

第一节 最高任务 / 102

第二节 贯穿动作 / 103

第三节 远景 / 105

第六章 动作——表演创作的技术核心 / 109

第一节 表演 / 109

第二节 内部动作（心理动作） / 115

第三节 外部动作 / 118

第四节 规定情境与动作 / 125

第七章 内心视像及外部视向 / 130

第一节 内心视像 / 130

第二节 外部视向 / 133

第八章 速度节奏 / 136

第一节 速度与节奏 / 136

第二节 语言节奏 / 138

第九章 交流、判断、适应 / 150

第一节 交流 / 151

第二节 语言交流 / 153

第三节 交流中的其他事项 / 161

附 页 / 164