

1863—1938

an-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Sheng-Chuan Lai ● Hsing-Kuo Wu ● Kuo-Hsiu Li ● Ruo-Yu Liu ● Henrik Johan Ibsen ● Артог Да
ХеXор ● Konstantin Stasnislavsky ● Bertolt Brecht ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Grotowski ● Eugenio Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-We
Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Sheng-Chuan Lai ● Hsing-Kuo Wu ● Kuo-Hsiu Li ● Ruo-Yu Liu ● Henrik Johan Ibsen ● Артог Даврович ХеXор ● Konstantin Stasnia
Bertolt Brecht ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Grotowski ● Eugenio Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Cha

愛你心中的藝術

史坦尼斯拉夫斯基

Konstantin Stanislavsky



年輕時的史氏。©李立亭提供



十九世紀之前的劇場，幾乎都以「明星制」作為重心。
 但是，劇場越來越需要「引導統籌」整體創作的「導演」。
 同時身兼演員、導演、表演老師三種身分的史坦尼斯拉夫斯基，
 從實務，從理論，從創作成績上，為現代劇場奠定了豐厚基礎。
 他提醒大家說：「應該愛你心中的藝術，而不是愛藝術中的你」

十九世紀以前的世界劇場，幾乎都是以「明星」做為劇場的
 表演重心。明星可以吸引觀眾，明星可以吸引貴族捐錢贊助劇
 團。然而，從負面的角度來說，明星因此會要求修改劇本，明星
 本人會決定表演風格，明星甚至可以影響整體表現來凸顯自己。

這樣的陋俗，有時候會因為明星的「英明」，而創造出不錯
 的作品。但是，沒有整體思考的創作出發點，總是無法讓劇場藝
 術可以保持穩定的「藝術」水準。更何況，十九世紀的歐洲大陸，
 已經有越來越複雜的劇本出現，舞台上的演員、布景、道具跟音
 效，都需要一個人出來引導統籌。

這樣的人，就是我們今天每每想到劇場就會提到的「導演」。
 講到世界劇場最早最有成就的導演，大家都會提到史坦尼斯拉夫
 斯基。史氏對於世界劇場的影響，不僅在於他奠定了導演的地位
 跟重要性。同時，他也是表演訓練體系的建立者。幾乎全世界的
 現代劇場表演訓練，都曾直接或間接的受到史氏觀念的影響。

劇場裡的所有工作，都應該為藝術水準來努力

史坦尼斯拉夫斯基出生在富商之家，父親還是有名的藝文贊
 助者。從小，小史坦尼就浸淫在音樂、歌劇、芭蕾的世界裡。同

Peter Brook ● Jerzy Grotowski ● Eugenio Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Sheng-
 ai ● Hsing-Kuo Wu ● Kuo-Hsiu Li ● Ruo-Yu Liu ● Henrik Johan Ibsen ● AHTOH Пaвpoвич ЧexoB ● Konstantin Stasnislavsky ● Bertolt Brecht ● Shih-Chieh Chin ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Gro-
 Eugenio Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Gro-
 siu Li ● Ruo-Yu Liu ● Henrik Johan Ibsen ● AHTOH Пaвpoвич ЧexoB ● Konstantin Stasnislavsky ● Bertolt Brecht ● Shih-Chieh Chin ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Gro-
 Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Sheng-Chuan Lai ● Hsing-Kuo Wu ● Kuo-Hsiu Li ● Ruo-Yu Liu ●
 han Ibsen ● AHTOH Пaвpoвич ЧexoB ● Konstantin Stasnislavsky ● Bertolt Brecht ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Grotowski ● Eugenio Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Willi-
 an-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Sheng-Chuan Lai ● Hsing-Kuo Wu ● Kuo-Hsiu Li ● Ruo-Yu Liu ● Henrik Johan Ibsen ● AHTOH Пaвpo-

時，他更是從小就開始涉獵藝術和文化方面的相關課程。

十九世紀末葉，俄羅斯的文化風向還是以崇尚歐洲為主。貴族雖然開始沒落，但是，藝術與文化的高度修養，卻早已深植在上層社會當中。長大後的史坦尼斯拉夫斯基，自己喜歡演戲，並進而參與「莫斯科藝術與文化協會」的運作。不過，他對於表演的高度期待和投入，讓他越來越想擁有可以完全實踐自己想法的劇團。

1897年6月21日的下午二點，時年三十六歲的史坦尼斯拉夫斯基，在咖啡館結識了大他四歲的劇場導演兼製作人聶米洛維奇·丹欽科。這二顆醉心戲劇和藝術的靈魂撞擊在一起之後，二人展開了歷史性的延續十八小時的談話。然後，他們決定開始準備屬於那個時代的劇場。1898年，莫斯科藝術劇院在他們二人手中建立了起來。

他們認為，藝術應該優先於行政，創造劇場創作的水準的高度，才是所有劇場工作的最高指導原則。同時，劇場正式演出之前，一定要經過彩排的過程。另外，舞台燈光、音樂跟布景等設計，都該在排練時就被設定到整體創作中。

因為莫斯科藝術劇院跟史氏的堅持與實踐，劇場工作者開始認真思考：所有工作都應該為藝術水準來努力，排練之後一定得有整體性的彩排才能正式公演。同時，舞台相關技術也該一併被放進創作思維當中，而非各行其是。

倡導「由外到內再返回外」的表演方法

莫斯科藝術劇院跟史氏的初步努力，在今天看來，似乎都是非常基本的劇場守則。但是，一百多年前的歐陸劇場，卻是在他們的影響之下，才開始一步一步走向我們今天所認定的專業劇場之路。



劇場工作者跟觀眾之所以認同他們，很重要的原因是，大家在他導演契訶夫、莎士比亞等人的作品裡，看到了劇場藝術的精緻呈現。關於這一點，主要得歸功於史氏對於演員表演的深度掌握。事實上，史氏本身就是很好的演員。他在跟演員的排練過程中，還不斷的指導他們演技的精進。這些排練跟訓練上面的教導，後來，因為史氏自己書寫的書籍，開始流傳到世界各地。

史坦尼斯拉夫斯基認為，演員必須深入觀察現實，揣摩真實生活。同時，還應該透過自己的經驗跟想像，去琢磨角色的心理狀態，再通過繁複的排演，在舞台上投射出屬於這個角色的真實生活狀態。換句話說，史氏要求演員必須熟稔於「由外到內再返回外」的表演方法。

雖然，大家都明白戲劇跟現實並不相同，但是，史氏認為要將角色演活，演得真實，演員就得相信並執行出自己的「真實感受」。史坦尼斯拉夫斯基對於表演的基本要求，深深影響到許多一流演員。曾經獲得美國奧斯卡金像獎的馬龍·白蘭度、梅麗·史翠普、艾爾·帕西諾、勞勃·狄尼諾等人，都曾受教於史氏表演體系傳播到美國的史氏徒子徒孫的門下。

連深受港台觀眾喜愛的喜劇明星周星馳，也受到史氏表演體系的啟發。他在他自編自導的電影《喜劇之王》裡，乾脆由自己所扮演的角色口中，直接引用史氏對於表演的基本觀念：「演戲應該從外到內，再由內反映出來。」

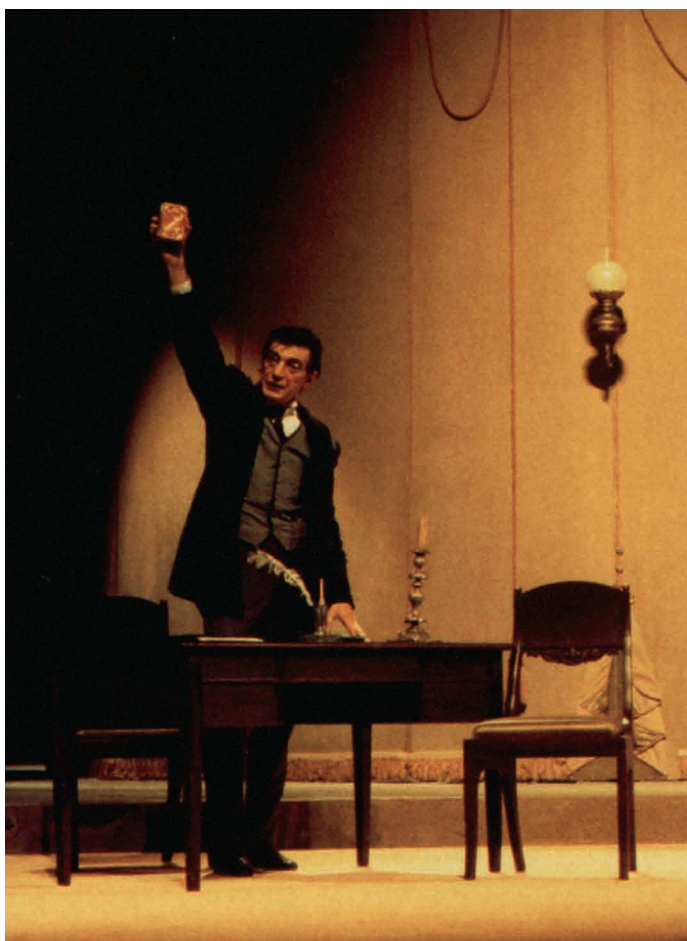
應該愛你心中的藝術，而不是愛藝術中的你

史坦尼斯拉夫斯基的著作甚豐，如《我的藝術生涯》（*My Life in Art*, 1924）、《演員的自我修養》（*An Actor Prepares*，

上圖：莫斯科藝術劇院來台演出《海鷗》。◎許斌攝

下圖：史坦尼斯拉夫斯基的《海鷗》反應出契訶夫原作的文學特質。◎許斌攝





史坦尼斯拉夫斯基的表演體系，仍為世界各地演員所學習跟採用。◎許淑儀

1936) 及《一個角色的塑造》(Building a Character, 1948 年出版) 等，都持續在影響新一代的劇場創作者。這些行文優美的書籍，帶給劇場愛好者實務跟感悟上雙重啟發。

這些書籍，中國大陸早在 1960 年代，就全部由俄文譯為中文。另外，他們更邀請大量俄羅斯劇場專家去開授相關課程。其實，中國跟史氏的接觸最早還可以追溯到 1935 年。那一年，京劇大師梅蘭芳率團到俄羅斯演出，史氏在觀賞演出之後，邀請梅大師去他的劇院看戲，二人都認為深入揣摩角色，以及頻繁的排練，是維持創作水準的重要依據。

開創現代劇場新聲的史坦尼斯拉夫斯基，後來也很鼓勵年輕一輩創作者，透過即興表演而非透過研究角色的真實狀態來創作。同時，他也鼓勵表演者透過形體而不一定要完全按照角色的心理狀態來創造人物。從這二部分來看，我們都能發現，偉大的藝術家其實都能隨著時代的進步，適時的來豐富而非死守自己的藝術思維。

因為擔心部分演員，可能過於耽溺在自己所創造的「劇場真實」而無法自拔。史氏經常提醒演員們，「應該愛你心中的藝術，而不是愛藝術中的你」。這句話，很可以用來送給戲劇跟所有的藝術創作者作為座右銘。

Peter Brook ● Jerzy Grotowski ● Eugenio Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Sheng-Lai
 ai ● Hsing-Kuo Wu ● Kuo-Hsiu Li ● Ruo-Yu Liu ● Henrik Johan Ibsen ● AHTOH Пaвpoвич ЧeXOB ● Konstantin Stasnislavsky ● Bertolt Brecht ● Shih-Chieh Chin ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Gro-
 Eugenio Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Gro-
 siu Li ● Ruo-Yu Liu ● Henrik Johan Ibsen ● AHTOH Пaвpoвич ЧeXOB ● Konstantin Stasnislavsky ● Bertolt Brecht ● Shih-Chieh Chin ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Gro-
 Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Sheng-Chuan Lai ● Hsing-Kuo Wu ● Kuo-Hsiu Li ● Ruo-Yu Liu ● F-
 han Ibsen ● AHTOH Пaвpoвич ЧeXOB ● Konstantin Stasnislavsky ● Bertolt Brecht ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Grotowski ● Eugenio Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Willi-
 an-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Shih-Chieh Chin ● Sheng-Chuan Lai ● Hsing-Kuo Wu ● Kuo-Hsiu Li ● Ruo-Yu Liu ● Henrik Johan Ibsen ● AHTOH Пaвp

an-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Bertolt Brecht ● Shih-Chieh Chin ● Samuel Beckett ● Peter Brook ● Jerzy Grotowski ● Eugene Barba ● Ariane Mnouchkine ● Robert Wilson ● Man-Guei Li ● Yu Cao ● Yi-Wei Yao ● Jing-Ji Wu ● Hsiao-Feng Chang ● Bertolt Brecht ● Peter Brook ● Jerzy Grotowski ● Eugene Barba ● Ariane Mnouchkine ● Henrik Johan Ibsen ● Anton Pavlovich Chekhov ● Konstantin Stanislavsky ● Bertolt Brecht ● Peter Brook ● Jerzy Gro ●

側記 尋找屬於你自己的「情感記憶」

史氏本身要求演員們必須精於「體驗」，精於「感受」。爲了更好的體驗與感受生活，他設計了許多訓練方法，這些方法後來傳入美國之後，發展出「方法演技」這樣的訓練體系。

不管是史氏的表演體系，或者美國的方法演技訓練，都要求演員不要只是模仿形象，而是要成爲形象。爲了有真正的體驗，演員在排練時得深入研究人物形象生活的邏輯。不管是感受或體驗，都得成爲演員自己很真實的感受。爲了達到這個目標，史氏希望演員可以從自己的「情感記憶」當中，去尋找相關聯的記憶，並從而在排練當中將之和角色融合爲一。

爲了更好的掌握角色的特質，史氏還要求演員得運用想像力，創造出劇本當中本來可能沒有寫到的部分。這些劇本中沒寫到的戲、人物關係或者時間跟空間的場景，可以透過演員經由「神奇的假如」(magic “if”)，來幫忙演員創造屬於自己的「潛台詞」去完善自己的表演。

不管是「情感記憶」或者是「神奇的假如」，其實都可以運用到戲劇及其他相關的藝術創作過程中。



小書房

藍劍虹 (2002)：回到史坦尼斯拉夫斯基——人作爲一種技藝。台北：唐山出版。
史坦尼斯拉夫斯基：我的藝術生活——表演藝術大師史坦尼斯拉夫斯基自傳(瞿白音譯，2006)。台北：書林出版。
呂柏仲編 (2006)：劇場事 2：導演與表演專題。台南：台南人劇團。

e 點靈

<http://rute.home.att.net/> 俄羅斯戲劇網：詳細分類連接俄羅斯劇場的人物、劇場、年表及相關評論。
<http://max.mmlc.northwestern.edu/~mdenner/Drama/directors/stanislavsky.html> 二十世紀俄羅斯戲劇網：美國西北大學架設之二十世紀俄羅斯戲劇專屬網站，其中還包括視覺藝術家的相關連結。
http://en.wikipedia.org/wiki/Staniislavski_System 維基免費線上百科全書之史氏表演體系專屬網頁：介紹並分析史氏的表演體系，同時還可以線上連結到相關人物和劇團的網頁。