

# 從身體行動到體驗「活角色的生」： 晚期風格和史坦尼斯拉夫斯基的 身體行動方法

蘇子中\*

## 摘 要

從 1935 年到 1938 年，史坦尼斯拉夫斯基拋開政治紛擾，戮力經營他畢生最後一個實驗室——「歌劇—戲劇工作室」(the Opera-Dramatic Studio)。在這四年不到的光景，他積極實驗一種稱之為「身體行動方法」的排練技術，最終史氏逝世於 1938 年 8 月 7 日，享壽七十五歲。史氏晚年針對實驗「身體行動方法」所發展的工作室，讓筆者聯想到薩依德 (Edward Said) 晚年所撰寫的代表作《論晚期風格：反常合道的音樂與文學》。本論文的目的在運用「晚期風格」這個議題為引子、切入點和分析的角度，來檢視史氏的「身體行動方法」，探索此法所呈現的到底是什麼樣的晚期面貌。論文一開始將回顧史氏的創作生涯，接著把焦點集中在討論史氏「身體行動方法」在理論與實踐上的點點滴滴，以類「賦格」的手法，將「身體行動方法」一意義深遠的主題以三個版本對位的方式呈現——將主題和主題素材所引發的各種議論以並排方法處理，使這三個聲部版本形成相互補充和問答追逐的效果，豐富我們對「身體行動方法」的理解。論文最後將以「身體行動方法」所呈現的表演程式來闡述、評價並界定史氏「晚期風格」的精要、獨特性與創新性。

**關鍵詞：**史坦尼斯拉夫斯基、體系、身體行動方法、歌劇—戲劇工作室、晚期風格

---

\* 本文 110 年 8 月 4 日收件；110 年 11 月 4 日審查通過。

蘇子中，國立師範大學英語學系教授 ([tcsu@ntnu.edu.tw](mailto:tcsu@ntnu.edu.tw))。

# From Physical Action to Experiencing: Late Style and Stanislavsky's Method of Physical Action

*Tsu-Chung Su*\*

## ABSTRACT

From 1935 to 1938, Konstantin Stanislavsky turned away from political turmoil in Russia and concentrated on operating the last studio in his life—the Opera-Dramatic Studio. He was actively engaged in experimenting a rehearsal technique called the “Method of Physical Action” within this less than four-year period. He passed away on 7 August 1938 at the age of seventy-five. This Studio which was established to experiment the Method of Physical Action in his later years let me think of Edward Said’s final work titled *On Late Style: Music and Literature Against the Grain*. This paper intends to use the term “late style” as a viewpoint to initiate discussions, investigations, and analyses about Stanislavsky. It proposes to conduct a review of his creative career in the very beginning. Then it focuses on exploring different aspects of the Method of Physical Action in terms of theory and practice. It employs the quasi-fugue technique to juxtapose three interpretative voices or sources which all address the meaningful topic of the Method of Physical Action (MPA) with a view to allow the three source materials to complement and cross-fertilize each other, and in the end to enrich our understanding of the MPA. Finally, this paper aims to illustrate and evaluate the MPA’s characteristics, uniqueness, and creativity under the rubric of late style.

**KEYWORDS:** Konstantin Stanislavsky, the System, the Method of Physical Action, the Opera-Dramatic Studio, late style

---

\* Received: August 4, 2021; Accepted: November 4, 2021

Tsu-Chung Su, Professor, Department of English, National Taiwan Normal University, Taiwan ([tcsu@ntnu.edu.tw](mailto:tcsu@ntnu.edu.tw)).

我要弄明白我以前在創造上的一切愉快都到什麼地方去了。為什麼從前我在沒戲演的日子感到苦惱，如今在不演戲的日子卻感到快樂呢？……那麼為什麼我重演自己的角色次數越多，就越倒退、越僵化呢？……我怎麼會失去這些感情的呢？沒有這些感情我怎麼演下去呢？……天哪，我的心靈和我的角色，怎樣被劇場惡習與機巧、被迎合觀眾的欲望、被不正確的探索創造方法，日復一日、場復一場地毀了呀！我該怎麼辦呢？我該怎樣避免角色的蛻變，避免精神上的僵化，擺脫惡習的專斷、真實感的缺乏呢？……演員的自負，演員的身體與心靈之間、角色體驗與角色體現之間的脫節，這是最可怕的。這樣的時候演員的體質、嗓音、表情、模擬動作都變得很糟，像損壞和變音的鋼琴。我的信心動搖了，從那以後，我度過了許多焦躁不安的歲月。

——史坦尼斯拉夫斯基，《我的藝術生活》<sup>1</sup>

表演到底是怎麼一回事？什麼是「正確的探索創造方法」呢？怎樣避免「角色的蛻變，避免精神上的僵化」？怎樣克服「演員的身體與心靈之間、角色體驗與角色體現之間的脫節」？史坦尼斯拉夫斯基（Konstantin Stanislavsky, 1863-1938；以下簡稱「史氏」）晚年的「身體行動方法」（Method of Physical Action）試圖回應這些難解的表演大哉問。

---

<sup>1</sup> 此段文字引自第 284-85 頁及第 320 頁。

史氏體系的開端始於一連串的悲傷、焦躁、挫敗與大哉問。<sup>2</sup> 在史氏的自傳《我的藝術生活》（*My Life in Art*）裡「我的體系的開端」篇章中，他如實記述自己在 1906 年所遭遇的困境和心情轉折。<sup>3</sup> 同一年，在夏季到芬蘭休息度假後，某一次演出相當熟稔的角色時，史氏從谷底到雲端，領略表演極致的喜悅，「感知到真理的內在意義」；那是他早已熟知的「創意狀態」，並暫以「創意情緒」（“creative mood”）稱之（史坦尼斯拉夫斯基 286）。「體驗到」所謂的「創意情緒」雖然讓他雀躍不已，但求好心切的他，馬上接著提出他的下一個大哉問：「難道沒有技術上的方法來創造『創意情緒』，使靈感能比平常更頻繁湧現呢？」；這樣的問題意識形塑了史氏體系的研究計畫：「我要研究的是怎樣用意志來創造使靈感湧現的有利狀態，有了這種狀態，靈感就極可能降臨到演員心中。以後我知道了，這種創意情緒就是靈感最容易產生的精神和生理心情」（286）。

史氏提出以上大哉問的時間點是 1906 年，這是史氏生涯的分水嶺，也是極具關鍵意義的年分。這一年，史氏四十三歲。這一年，史氏的藥方是運用意志（will）「來創造使靈感湧現的有利狀態」<sup>4</sup>（Stanislavski, *Student's Diary* 16）。<sup>5</sup> 於是他研究又研究、實驗又實驗，期間史氏創立了「體系」<sup>6</sup>，志在發展「體驗藝術」（the art of experiencing）而非「再現藝術」（the art of representation），企圖動員演員的意志與內在

<sup>2</sup> 這包括兩位老友——契訶夫（Anton Chekhov, 1860-1904）和莫羅佐夫（Savva Morozov, 1862-1905）——的逝世，演出梅特林克（Maurice Maeterlinck）的戲失敗，位於波瓦爾街的工作室遭撤銷和對自己身為演員的不滿、焦躁、徬徨和欠缺自信等。

<sup>3</sup> 史坦尼斯拉夫斯基的自傳《我的藝術生活》（*My Life in Art*）是史氏在 1923 年隨莫斯科藝術劇院（The Moscow Art Theatre）劇團在美國巡迴演出時受委託所撰寫的，該書於 1924 年在波士頓以英譯本全球首次出版。俄文版於 1926 年在莫斯科發行。

<sup>4</sup> 本論文中所有引用自英文原文的翻譯皆為作者自譯。

<sup>5</sup> 文中標註為 *Student's Diary* 之引用資料，皆來自 *An Actor's Work: A Student's Diary* 一書。

<sup>6</sup> 根據切爾卡斯基（Sergei Tcherkasski）的研究，「體系」一詞最早於 1909 年出現在未出版的文獻〈論文的秩序冊：我的體系〉（“Programme of the Article: My System”）中；這文獻目前收藏在莫斯科藝術劇院博物館的資料庫裡（7）。

動機來激活情緒和下意識／超意識的體驗，來實現表演的目標或超級任務（the supertask; 16）。但問題來了，很明顯地，要「運用意志」讓靈感經常湧現並非易事，也不見得是有效的方法。在另一方面，史氏也轉向瑜伽與其他精神探索方法；運用瑜伽雖多所助益，但要「體驗活角色的生」（*perezhivanie*）<sup>7</sup>，亦即，與角色合一，似乎還有一段路要走。主要的問題是：演員要「體驗活角色的生」的訓練程式是什麼？是「意志」加「情緒記憶」？是「知」加「情」加「意」的「知情意」三位一體？還是純粹的「身體行動方法」？又這時「情緒記憶」的角色是什麼？

史氏 1928 年 10 月心臟病突發之後，全心投入戲劇實驗教學與《演員的自我修養》三部曲的撰寫工作，並在晚年以「身體行動方法」豐富了以情緒和內心體驗為表演核心的「體系」；此體系對全世界戲劇表演藝術的發展，產生了不可磨滅的影響。史氏逝世於 1938 年 8 月 7 日，享壽七十五歲。根據梅林（Bella Merlin）所述，史氏晚年又老又病，可說是被史達林（Joseph Stalin）「軟禁在家」（*Konstantin Stanislavsky* 28），但他把「在家政治隔離轉化為成果豐碩的工作」（Carnicke, *Stanislavsky* 189）。學者與評論家在看待、詮釋史氏生涯時，常認為史氏「在他的晚年歲月，思想有根本的改變」（Carnicke, *Stanislavsky* 187）。以簡化史氏體系聞名的摩爾（Sonia Moore），在其書《揭發史坦尼斯拉夫斯基：演員舞臺上自發性表演指南》（*Stanislavski Revealed: The Actor's Guide to Spontaneity on Stage*）中寫道：「有了身體行動方法後，史氏逆轉其早期的教學法」（7）。於是，從 1935 年到

<sup>7</sup> 俄文“*perezhivanie*”一字卡爾尼克（Sharon Marie Carnicke）的英譯為“*experiencing*”，貝內代蒂（Jean Benedetti）的英譯也是“*experiencing*”，哈普古德（Elizabeth Hapgood）的英譯為“*living a part*”。大陸林陵和史敏徒的中譯為「體驗」（斯坦尼斯拉夫斯基 28），鍾明德教授的創意中譯為「活角色的生」（〈這是種出神的技術〉142）。如鍾明德所言，「無論哪一種譯法，似乎都無法叫人滿意」（142）。在本論文中，筆者將視上下文，兼採「體驗」和「活角色的生」兩種中文譯法，甚至將兩詞合併成「體驗活角色的生」，以求意義表達的周延。

1938年，史氏拋開政治紛擾，戮力經營畢生最後一個實驗室——「歌劇—戲劇工作室」（the Opera-Dramatic Studio）。在這四年不到的光景，他積極實驗一種稱之為「身體行動方法」的排練技術。<sup>8</sup>為了運作「歌劇—戲劇工作室」，史氏糾集了一群精選、有經驗又才華洋溢的追隨者，有演員有導演，傳授他們種種「身體行動方法」的技藝，訓練他們成為種子教師。工作室另外招訓年輕學員，著重在實驗、訓練與排練，但毋須擔憂製作大型演出與票房成果。

史氏晚年針對實驗「身體行動方法」所發展的工作室，讓筆者聯想到薩依德（Edward Said）晚年所撰寫的代表作《論晚期風格：反常合道的音樂與文學》（*On Late Style: Music and Literature Against the Grain*）。書中談論的「晚期風格」議題，引領筆者注意並思考史氏是否如某些偉大的藝術家和作家，在面對生命晚期時，伴隨著身體老病狀況連連，在其作品或工作室中研發或創造新風格、新的身體語彙、新的情感啟動機制和新的表演程式。本論文的目的在運用「晚期風格」這個議題作為引子、切入點和分析的角度，來檢視可視為史氏晚期作品的「身體行動方法」，探索此法所呈現的到底是什麼樣的晚期面貌？薩依德和阿多諾（Theodor W. Adorno）都認為，被死亡縈繞的「晚期風格」是災難。然而「晚期風格」必然是災難嗎？一定會展現格格不入、不合時宜、滿目瘡痍的樣貌嗎？抑或展現新的現代性？晚期創作一定會有「奇蹟般的變容」嗎（薩依德，《論晚期風格》84）？是粗糙皺褶被撫平圓熟的過程？還是平滑肌理頻添粗糙皺褶的過程？論文一開始將回顧史氏的創作生涯，接著把焦點集中在討論史氏「身體行動方法」在理論與實踐上的點點滴滴；本文以類「賦格」的手法，將「身體行動方法」一意義

---

<sup>8</sup>關於「歌劇—戲劇工作室」，不同學者在經營期間的認定上略有出入。卡爾尼克（Carnicke）的版本是從1934年到1938年（*Stanislavsky* 189），梅林（Merlin）的版本則始於1935年（*Konstantin Stanislavsky* 27），貝內代蒂（Benedetti）的版本也是始於1935年（*Stanislavski: His Life* xii）。

深遠的主題以三個版本對位的方式呈現——將主題和主題素材所引發的各種議論以並排的方法處理，使這三個聲部版本形成相互補充和問答追逐的效果，豐富我們對「身體行動方法」的理解。文末將以「身體行動方法」所呈現的表演程式來闡述、評價並界定史氏「晚期風格」的精要、獨特性與創新性。

### 一、序曲：從青澀「體驗」到晚期風格

1929 年底，史氏在法國尼斯（Nice）療養期間，開始構思莎士比亞《奧賽羅》（*Othello*）一劇的製作計畫，希望以此戲的訓練過程做為撰寫《演員的角色創作》（*An Actor's Work on a Role*）<sup>9</sup>一書的基礎。書中對排練過程的描述是後來被稱為「身體行動方法」的最早說明。貝內代蒂（Jean Benedetti）表示，儘管史氏自 1916 年就開始探索「身體行動方法」，但他到 1930 年代初才首次進行了實際實驗（*Stanislavski and the Actor* 104）。史氏啟動「身體行動方法」的訓練後，先後在 1934 年的《三姐妹》（*Three Sisters*）與《卡門》（*Carmen*）和 1935 年的《莫里哀》（*Molière*）中探索了身體行動方法（104）。由以上資訊，我們可以確定史氏的「身體行動方法」是形塑其晚期風格的「作品」。走筆至此，論文要先回顧並爬梳史氏的生平，好將「身體行動方法」置於史氏創作生涯的脈絡中，捕捉形塑晚期風格的線索。

出生並成長於俄羅斯最富有的家族之一——阿列克謝耶夫家族（the Alekseyevs），史氏年輕時是位享有特權與榮華富貴的文藝青年，

<sup>9</sup> 《演員的角色創作》（*An Actor's Work on a Role*）1957 年出版俄文版，由哈普古德（Elizabeth Reynolds Hapgood）英譯編輯成《演員創作角色》（*Creating a Role*）並於 1961 年出版。經後人比對俄文版，1961 年的英譯版本並不完整，因為哈普古德在翻譯的同時，也進行編輯和刪改稿件的工作。由貝內代蒂（Jean Benedetti）所譯的《演員的角色創作》（*An Actor's Work on a Role*）於 2010 年出版，此版本是目前最忠於原著的英譯本。

對表演藝術有著巨大的熱情與執著。他背著父母票戲，1877年首次亮相演出，並於1884年採用了藝名「史坦尼斯拉夫斯基」(Stanislavski)<sup>10</sup>，一直到三十三歲(1896年)他才敢以業餘身分現身戲劇圈。史氏為人海派大方，經常用他承繼的財富來資助表演和他自己在表、導演上的實驗(Carnicke, “Stanislavsky’s System” 11)。史氏早期對俄羅斯心理寫實主義的發源地，即被稱為「舍普金之家」的馬利劇院(The Maly Theatre)的表演特別關注。他早期的風格因而在許多面向上承繼了俄羅斯寫實主義之父舍普金(Mikhail Shchepkin)的理念與作風(Benedetti, *Art* 100)。舍普金將演員區分為兩類：第一類演員的表演藝術植基於聰明才智和理性；第二類演員的演技側重情感表達。舍普金認為後者優於前者(Carlson 245-46)。1880年代，史氏曾受教於舍普金的學生費多托娃(Glikeriya Fedotova)習得舍普金所強調的擅於觀察、自我認識、情感表達、紮實訓練、紀律嚴明的排練、整體效果和演員間彼此互動交流的重要性(Benedetti, *Stanislavski: An Introduction* 20)。對筆者而言，這些早年的養成訓練對史氏體系的發展有著重大影響。

從1894年起，史氏開始編寫詳細的提詞手冊，其中還包括導演對整個劇本的評論。故史氏在他年輕的歲月，是位律己甚嚴且對演員有嚴苛要求的導演，不允許演員偏離最小的細節，企圖對所有戲劇與劇場元素做嚴格且鉅細靡遺的掌控，甚至還包括對演員每個手勢的嚴格要求與編排(Magarshack 86-90)。貝內代蒂在分析史氏《奧賽羅》(*Othello*, 1896)作品時指出，史氏在此階段的任務是將承繼自舍普金和果戈里(Nikolai Gogol)的創意演員寫實傳統，與以導演為中心的邁寧根(Meiningen)自然主義美學方法相結合(*Stanislavski: His Life* 42)。

---

<sup>10</sup> 原名是 Konstantin Sergeievich Alekseyev。

1898 年史氏與極具天賦與雄才大略的劇作家兼導演丹欽科（Vladimir Nemirovich-Danchenko）共同成立具劃時代意義的莫斯科藝術劇院（The Moscow Art Theatre）。史氏貢獻其表、導演和場面調度的長才，丹欽科則奉獻其戲劇創作、文學分析以及劇院管理的能力。兩人彼此互補，互通有無，同意放棄常規做法，以大膽思維確立新劇院的政策。成立當時史氏寫道：「我們這一代人的任務是將藝術自過時的傳統中解放出來，自陳舊的陳腔濫調中解放出來，並賦予想像力和創造力更大的自由」（引自 Benedetti, *Stanislavski: His Life* 55）。劇院成立之初，史氏編導契訶夫（Anton Chekhov）、高爾基（Maxim Gorky）和易卜生（Henrik Ibsen）等人的劇作著重自然主義或社會與心理寫實主義的表演模式，此時的工作方式仍是先智性後身體行動：先廣泛閱讀、研究分析角色，然後才開始以細緻排練的方法作戲。

1905 年，史氏與梅耶荷德（Vsevolod Meyerhold）共同實踐梅耶荷德所提出的「劇院工作室」（the Theatre Studio）構想，意在提供演員進行表演實驗和發展梅耶荷德美學思想的基地。這樣的建制和梅氏運用的「即興創作」方法激起史氏後半輩子對表演實驗與「即興創作」的濃厚興趣，也再次賦予莫斯科藝術劇院在表演藝術和社會意識觀念上最前衛的「人民劇院」地位，對俄羅斯乃至世界戲劇與劇場文化均有深遠影響（Benedetti, *Stanislavski: His Life* 154-56）。

危機就是轉機。前述史氏 1906 年所經歷的生涯危機成了他決心建構「體系」的契機，帶給他最大的轉變是他對表演、導演方法念茲在茲、無止境的檢討、反省、實驗與追求完美的過程與決心。於是，戲劇製作變成了他的研究計畫，他對琢磨排練過程的興趣遠大於正式演出，且對帶實驗精神「工作室」的設立與經營的興趣也與日俱增。舉例而言，1908 年，在導演梅特林克（Maurice Maeterlinck）《藍鳥》（*The Blue*

*Bird*) 一劇時，史氏採用「即興創作」和其他練習來激發演員的創意和想像力。這時候，史氏相信演員可運用意識和意志來激發情緒體驗並進入下意識。史氏在 1908 年曾寫道：「最讓我著迷的是感覺的節奏、情緒記憶的發展和創意過程的心理-生理學」(引自 Benedetti, *Stanislavski: His Life* 184)；貝內代蒂指出，在以上這句話中，史氏第一次提及「情緒記憶」這個詞彙。又史氏 1909 年的作品——屠格涅夫 (Ivan Turgenev) 的《鄉居一月》(*A Month in the Country*)，常被認為是他藝術發展的分水嶺和運用「體系」的開端 (Carnicke, “Stanislavsky’s System” 30-31)，教導演員運用角色的「行動的貫串線」(lines of through action) 來掌握角色的情緒發展以及在劇中的變化方式 (Magarshack 307)。在這個階段，史氏鼓勵演員運用其個人的情緒記憶來建立其與角色心理狀態的主觀聯繫。演員在兩個月的排練後，才會被允許用身體來體現劇本，史氏相信這時的身體行動能引發觀眾同樣的情緒。除了情緒記憶，在 1909 年史氏提到「魔幻假如」(“magic if”) 的技巧，鼓勵演員對虛構情境做出想像與回應 (Benedetti, *Stanislavski: His Life* 200)。

1912 年 9 月 14 日，史氏依照 1905 年「劇院工作室」的範例，創建了一個以研究和實驗為目的來培訓年輕專業人員的「第一工作室」(the First Studio; Whyman 31)。<sup>11</sup> 他指派蘇列爾日茨基 (Leopold Antonovich Sulerzhitsky, 1873-1916) 為藝術兼行政總監，在蘇列爾日茨基的領導指揮下，第一工作室的組織架構反映出與「靈修戒律」有關的修院式生活型態，而非傳統劇團的日常運作；不僅工作室成員的演技練習來自瑜伽，工作室在夏季避暑地的生活型態也反映了靈性生活的實踐 (史坦

<sup>11</sup> 創始成員包括瓦赫坦戈夫 (Yevgeny Vakhtangov)、博萊斯拉夫斯基 (Richard Boleslavski)、烏斯彭斯卡婭 (Maria Ouspenskaya) 和邁克爾·契訶夫 (Michael Chekhov) 等日後對戲劇與演員訓練史產生相當影響的新秀 (Gauss 32)。

尼斯拉夫斯基 325-26 )。史氏並以崇高虔敬的修道院式的語調論及他和蘇列爾日茨基兩人的藝術目標與理想：「蘇列爾日茨基和我夢想建立一個演員的靈性修道會。會內的成員必須有高尚的見解、廣闊的視野和遠大的理想，他們懂得人的心靈，致力於高貴藝術目標，他們能像在廟宇裡敬神那樣，在劇場裡尊敬藝術」（史坦尼斯拉夫斯基 325-26）。於是第一工作室的工作除了強調研究、實驗與即興創作，也相當專注靈性生活和自我發現。

史氏隨後在 1916 年創建了「第二工作室」（the Second Studio），其目的在回應並配合一群年輕演員準備和製作吉皮烏斯（Zinaida Gippius）的作品《綠環》（*The Green Ring*）。相較於第一工作室，第二工作室持續提供史氏開發培訓技術的環境，這些技術構成他日後撰寫專書《演員的自我修養》的基礎（Gauss 61-65）。1918 年史氏緊接著成立了「歌劇工作室」（the Opera Studio），他期望自己的「體系」能夠成功地應用到歌劇中，好突顯他表演訓練方法的普遍性。一般認為史氏在其第一工作室期間開始發展更多以角色為中心的「心理寫實主義」技巧，要求演員在排練中尋找內在動機來證明情緒表達、身體行動和角色個性詮釋的合理性。所以這個階段仍相當倚重「情緒記憶」，惟後來益發覺得情緒記憶作為演繹情緒的技巧不是很可靠，因為情緒任性善變，被引發觸動後，經常反覆無常，乃至失控，無法滿足反覆演出所需要的穩定性。於是史氏東尋西覓、不斷嘗試，直到晚年轉向身體行動，並以所謂「身體行動方法」作為其晚期風格的代表作。如同鍾明德所言，史氏「認為相對於『知識』的侷促和『情感』的任意，『身體行動』才能有效地讓演員『活角色的生』」（〈意／Impulse〉171）。

## 二、「身體行動方法」操作案例三部曲

史氏晚年儘管身體不適，仍努力與歲月賽跑，希冀能完成「身體行動方法」的實測與推廣，以及完整「體系」的撰寫工作。<sup>12</sup> 也因為如此，史氏無暇也無力詳實紀錄發生於 1935 年至 1938 年「歌劇—戲劇工作室」( the Opera-Dramatic Studio ) 的實際授課內容與狀況。他在此時期的實驗內容、排練技術與工作細節，絕大部份須仰賴當時工作室的速記稿和日後門生的手扎、回憶錄。工作室的速記稿因屬逐字紀錄的檔案，內容相對可靠。至於日後門生的手扎、回憶錄的可靠性不一而足，往往充斥著個人觀點，夾雜不同意識形態的解讀 ( Carnicke, *Stanislavsky* 190; Moschkovich, “Part 1” 1 ) 。

透過實際的「體現實驗」( embodied experiments ) 排練過程，史氏讓晚年所發展的「身體行動方法」進一步完善了他的「體系」。先前大量的劇本研讀與討論，和情緒記憶的辛苦操練逐漸淡出，成為「體系」的過去式。取而代之的是「身體行動」——史氏晚期工作室工作項目的重中之重。透過即興創作，演員從最小、最簡單的身體行動細節做起，慢慢串接成複雜的劇情行動，最後形成一行動貫串的表演譜。值得一提的是，史氏的「身體行動」總是身心合一的，同時兼具身體的外在行動和情感精神的內在行動。為了能進一步掌握史氏「身體行動方法」的操作細節，筆者將採類「賦格」的論述結構，以三個版本呈現一個意義深遠的主題——「身體行動方法」；資料來源不同的三部曲將各自開展，其中會有相對應的主題與細節，也會有因相互補充，而形成

---

<sup>12</sup> 史氏從 1907 年開始撰寫《演員的自我修養，第一部》( *An Actor's Work on Himself, Part I* )，經過三十年的編寫修改，直至 1937 年史氏重病，才同意在 1938 年初版。《演員的自我修養，第二部》( *An Actor's Work on Himself, Part II* ) 則因為作者逝世，最終未能完成，又因二次世界大戰延遲了十年才在 1951 年出版。在 1957 年出版的《演員的角色訓練，第三部》( *An Actor's Work on the Role, Part III* )，書中有較多「體系」和「瑜伽」的連結，特別是討論「超意識」的部分。

各個版本相互問答追逐和共鳴的效果。筆者相信這樣的處理方式，除了能彌補單一版本造成的缺憾，還能豐富我們對「身體行動方法」的理解。以下的第一部曲計畫檢視「歌劇—戲劇工作室」（the Opera-Dramatic Studio; 1935-38）的速記稿，內容係摘自莫斯科維奇（Diego Moschkovich）發表於《史坦尼斯拉夫斯基研究》（*Stanislavski Studies*）的兩篇論文。<sup>13</sup> 第二部曲則討論托波科夫（Vasily Osipovich Toporkov）1937年參與史氏生平最後一齣戲《偽君子》（*Tartuffe*）製作過程的隨筆，收錄於托波科夫專書《排練中的史坦尼斯拉夫斯基：最後的歲月》（*Stanislavski in Rehearsal: The Final Years*, 2004）中的第152至201頁。第三部曲的研究重點將放在史氏自己撰寫的操作案例與學者的見解。

#### （一）「身體行動方法」操作案例第一部曲：「歌劇—戲劇工作室」

我記得在列寧格勒時，我在凌晨二點外出，看到營火，許許多多的營火……正值深夜，戶外溫度是零下二十五度！人們站著排隊買票看我們的戲，就在那一刻，我領悟許多事。我們對上臺一事太漫不經心，我們演出的對象是一群犧牲睡眠、漏夜排隊買票，只為了看我們演戲的觀眾。

（引自 Moschkovich, “Part 1” 8; KS 21139）<sup>14</sup>

<sup>13</sup> 兩篇論文為“Approaching Stanislavski’s Work at the Opera-Dramatic Studio. Part 1”和“Approaching Stanislavski’s Work at the Opera-Dramatic Studio. Part 2”。前者出自2020年4月24日出刊的*Stanislavski Studies*第1-14頁，後者出自同期刊當年10月24日的出版，第1-15頁。

<sup>14</sup> 根據莫斯科維奇（Diego Moschkovich）兩篇關於「歌劇—戲劇工作室」文章的記載，史氏多次在上課中提到這個令人徹醒的故事。資料來源是「歌劇—戲劇工作室」的速記稿檔案，這則故事的檔案編號是KS 21139。另一處請見2020年10月24日出版於*Stanislavski Studies*的“Approaching Stanislavski’s Work at the Opera-Dramatic Studio. Part 2”第3頁，檔案編號是KS 21144。

光是在 1935 年，史氏就曾數度在上課中向「歌劇—戲劇工作室」籌備期間的種子教師和開班後的學員，講述以上引文中的故事。在列寧格勒的米哈伊洛夫斯卡雅廣場（Mikhailovskaya Square），熱情欲觀戲的群眾，不畏酷寒，在冬夜漏夜排隊買戲票的行為，讓史氏有所領悟，除更堅定自己的志業，也決心為這些觀眾演好戲、做好戲、且更要發展好的方法訓練好的演員。史氏成立的「歌劇—戲劇工作室」，正是為他晚年費盡心思、努力實驗與劬勞研發的「身體行動方法」，進行全盤實踐、驗收、推廣和奠基的關鍵工程。

於 1935 年 3 月，史氏創立了「歌劇—戲劇工作室」，其主要目的在確保「身體行動方法」和體系的可行性與完備程度，也是史氏「以完整連貫的方式傳承他的想法的最後一搏」（Benedetti, *Actor* xii）。工作室獲得周遭親朋好友的拔刀相助，<sup>15</sup> 也著眼招募和培養新人進行實驗，歌劇班收了二十位學生，戲劇班則收了四十位學生（“Electrotheatre”）。史氏為這兩班的學生安排了一個為期四年的課程，專門研究「身體行動」技術和方法。史氏在「歌劇—戲劇工作室」的工作內容被記載於三十八個未出版的上課速記稿，這些珍貴的速記稿目前收藏於莫斯科藝術劇院博物館（The Moscow Art Theatre Museum）檔案室。按其時序，這些速記稿可分為兩個階段。第一階段的課程從 1935 年 3 月 30 日開始至 12 月 23 日結束。其後，史氏因病情在醫生的建議下缺席將近年餘。第二階段的課程從 1937 年 4 月 27 日開始至 1938 年 5 月 22 日結束（Moschkovich, “Part 1” 3）。

<sup>15</sup> 史氏獲得十一位親朋好友的幫助，其中包括他的姐姐索柯羅娃（Zinaida Sokolova），他的妻子莉莉娜（Maria Lilina），導演和老師克內貝爾（Maria Knebel）和拉多姆斯基（Veniamin Radomyslensky），以及莫斯科藝術劇院劇團的幾位演員：克尼珀-切霍娃（Olga Knipper-Chekhova）、卡恰洛夫（Vasily Kachalov）、波德戈尼（Nikolai Podgorny）、科德羅夫（Mikhail Kedrov）、列昂尼多夫（Leonid Leonidov）、莫斯科維（Ivan Moskvin）和安德羅夫斯基（Olga Androvskaya）。指揮戈洛瓦諾夫（Nikolai Golovanov）則是工作室的音樂總監。

1935年6月到10月是「歌劇—戲劇工作室」(Opera-Dramatic Studio)的籌備期,在此期間,史氏曾數度替種子教師上課。11月15日至12月23日期間,他則數度替學生上課。以下許多史氏的話語,多引自莫斯科維奇(Diego Moschkovich)兩篇論文中的速記稿,速記稿中記述了史氏多次上課原汁原味的內容,對了解「身體行動方法」的實際操作方式多所助益。史氏自1928年10月心臟病發作以來,就在他位於莫斯科列昂捷夫斯基巷(Leontyevsky Lane)的家中與他的學生、演員見面授課。在1935年5月30日和6月6日的課程,史氏向一群種子教師講授「體系」的訓練技巧和「身體行動方法」的排練過程。在5月30日的課程中,史氏開門見山先自我批判一番,指正過往運用情緒記憶來形塑角色的謬誤:「在先前的排練,我們試圖去記憶情緒,但實際發生的情況是,今日我可能處於某種情緒狀態,而明日則是另一種狀態……情緒變幻無常,加諸於情緒的暴力導致糟糕的表演和匠氣」(引自Moschkovich, “Part 1” 4-5; KS 21137)。接著史氏肯定「身體行動」就是進入創意狀態的起手式與最佳基石,而非靜態地坐在桌前先做一堆跟劇本和角色相關的功課。「身體行動」最終的目的在集結、彙整已完成的任務,並串接成「身體行動線」,一旦外在的行動線建構完成,內在的行動線也自然水到渠成(引自Moschkovich, “Part 1” 5; KS 21137)。在6月6日的課程中,史氏再次強調舊的方法不可行,身體行動才是王道與真理,不論是演員還是教師,唯有透過不斷的行動實驗與研究,才有可能找出最佳的表演與詮釋方式(引自Moschkovich, “Part 1” 6; KS 21138)。史氏還提醒種子教師們在進行現場教學時,千萬不要掉書袋,避免使用理論與術語,儘量運用自己的行動與示範為之。<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> 史氏嚴正地提醒種子教師應以示範作為主要的教學方法:「為了能以我要求你們的方式來進行教學,你們必須運用一個接一個又一個的示範為之。你們必須帶領示範,讓學生了解對他們的要求是什麼?為了讓學生能有機全面地了解身體行動方法,教師必須備有大約二萬套隨時可派上用場的新操練方法」(引自Moschkovich, “Part 1” 6; KS 21138)。

在 11 月 5 日的課程中，史氏語重心長地強調我們必須讓學生們了解到劇場是「集體藝術」，須要謹守劇場獨有的倫理與紀律：「一旦我們開始工作，要從頭到尾謹守紀律，沒有任何的妥協讓步，否則遲鈍荒廢將開始蔓延……一個對紀律有覺知的態度必須深植於學生心中，他們必須堅持信守他們的工作。工作是我們的生命」（引自 Moschkovich, “Part 1” 6-7; KS 21139）。史氏自律甚嚴，帶領劇團與導戲時也不假顏色，這樣的工作態度多習自俄羅斯寫實主義之父舍普金（Mikhail Shchepkin）的學生費多托娃（Glikeriya Fedotova）。費氏強調自我認識、紮實訓練和紀律嚴明的重要性，其教導對史氏體系的發展有重大影響，史氏在《演員的自我修養》一書中專章處理劇場倫理與紀律的議題便是最好的證明。<sup>17</sup> 在 11 月 9 日的課程中，史氏著重在種子教師教學法的演練，除提醒教師給予每位學生適才適性的教法，也請種子教師示範帶領學生的操練方式，並對示範教學提出批評與指正（Moschkovich, “Part 1” 8）。

對筆者而言，11 月 11 日的課程特別值得一提，當天史氏聚焦於兩個主題，分別是「身體行動線」和「與下意識的連結」。史氏開宗明義便點明整個體系存在的目的，就是「透過有意識的技巧，去引發下意識的創造，於是去促使我們的本性開始表演，就如同本性是最偉大的藝術家……正確的內在創意狀態、超級任務和行動貫串線會帶領我們進入下意識的門檻……我們應該不斷地提醒這些學生他們的最後目標，我們必須提醒他們表演會帶領他們進入下意識」（引自 Moschkovich, “Part 1” 9; KS 21141）。史氏緊接著強調內心的平靜和身體肌肉的放鬆皆有助於進入下意識的創意狀態。史氏對種子教師的耳提面命讓我們見證到他對

---

<sup>17</sup> 此〈倫理與紀律〉（“Ethics and Discipline”）專章收錄於《演員的自我修養，第二部》（*An Actor's Work on Himself, Part II*），也出現在《演員的自我修養：一位學生的日記》（*An Actor's Work: A Student's Diary*）一書中的第二十六章。此書由貝內代蒂編譯，係史氏「體系」的「表演三部曲」中前兩部曲的最新編輯和翻譯的合輯。

「下意識」創意狀態的重視和史氏體系深厚的靈性底蘊，同時也標示著史氏受瑜伽影響的最佳例證。<sup>18</sup>

記錄顯示從 1935 年 11 月 15 日第一次跟學生上課起至 12 月 23 日止，史氏跟戲劇課的學生一共上了十四次的課。莫斯科維奇在檢視這段期間的速記稿後，選取了三份分別發生於 11 月 15、17 日和 12 月 5 日的速記稿，因為他認為這些文獻最能「列舉說明史氏所使用教學步驟的全貌」（Moschkovich, “Part 2” 1）。在 11 月 15 日的課程中，史氏強調戲劇是種集體藝術的形式，須要所有成員同心協力的合作（引自 Moschkovich, “Part 2” 1-2）。在 11 月 17 日的課程中，史氏區別兩種劇場機制，一種是以表演製作導向為主的劇場組織，另外一種則著眼於藝術創作的實驗與研究，史氏本人先前的工作室和現在的「歌劇—戲劇工作室」應該就是最佳例證。除了一再舉證說明紀律的重要性，史氏再次提及列寧格勒廣場的故事，並以他的大哉問，即「我在劇場是為了什麼？」（“What am I in theatre for?”）來質問、激勵學生：

你必須決定：你在劇場是為了什麼？不必害怕去說出你的想法。胡說八道，讓其他人與你意見不合，但你必須談論這件事，你必須無時不刻地思考它，因為這件事是你的主要驅動力、你的嚮導。而且，我們應該稱我們在劇場的理

<sup>18</sup> 史氏認同並尊崇瑜伽修行之道，也對修行的歷程有獨到見解。他在《演員的角色創作》（*An Actor's Work on a Role*）一書中的表白即是最佳例證：「印度瑜伽修行者在下意識與超意識下苦功並創造驚人事蹟，他們的身體力行為此領域提供諸多實用的建議。透過意識層面預先準備的方法技巧，他們朝潛意識精進，從身體到心靈，從現實世界到非現實世界，從自然主義到抽象意境。身為演員的我們當亦復如是」（165）。在這段話裡，史氏同時提到潛意識（the unconscious; *bessoznatel'nyi*）、下意識（the subconscious; *podsoznanie*）和超意識（the superconscious; *sverkhsoznanie*）三個詞彙，史氏本人並未針對這三個詞彙提供學術定義。根據卡爾尼克（Carnicke）的解說，潛意識是意識無法觸及的領域，「而對史氏而言，這廣大的潛意識領域可被分成兩部分：『下意識』（潛藏於每個人意識裡）和『超意識』（超越個人意識）」（*Stanislavsky* 227）。下意識是創意過程的「好朋友」，讓自己浸淫於「下意識的海洋」是創意狀態的開端（225）。超意識則是種「精神境界」，「史氏自瑜伽挪用此術語，係透過冥想所達到的境界」（226）。

由為超級—超級任務。不斷地思索有關你生命的超級—超級任務。（引自 Moschkovich, “Part 2” 3; KS 21144）

對史氏而言，投入劇場，對每個劇場人而言，是必須不時檢視與思考的決定與志業；越清楚生命的超級任務，越能全心投入與創新。至於戲劇製作則是集體意志的展現，特別是透過超級任務和貫串行動來完成。誠如史氏所言，「所有的事物必須導向貫串行動，接著透過貫串行動導向超級任務」（引自 Moschkovich, “Part 2” 4; KS 21138）。

在 11 月 17 日的課程中，史氏出了一個即興創作的練習題（*étude*）給學生：「現在我要給你們一個即興創作題。你回到家並擺好餐具，且你正要服侍你爸爸用晚餐。但你知道你的兄弟剛被車子撞倒，而你必須告訴你爸爸這個消息」（引自 Moschkovich, “Part 2” 11; KS 21144）。這裡史氏形塑一個「特定情境」（“the given circumstances”）來進行即興創作。史氏用法文字 *étude* 來彰顯研習、研讀、實踐、觀察、研究和身體力行在即興創作的重要性。「在 *étude* 時所犯的錯誤並不特別可怕。*Étude* 是一個測試、探求、證實，這是邁向角色創造的一個步驟。這是張粗略的草圖」（引自 Merlin, *Konstantin Stanislavsky* 35）。史氏強調即使是最小的即興創作，也要麻雀雖小、五臟俱全，須關照超級任務與貫串行動。史氏也提醒學生，演員應該問自己以下這個問題：「『我會怎麼做假如』（“what would I do if”）——然後開始表演……你必須發展這些情境並在裡面發現自己，把自己放在新情境裡並在裡面發現自己……這就是如何創造的開端」（引自 Moschkovich, “Part 2” 11; KS 21144）。史氏在這裡提及早先創發的技術「魔幻假如」（“magic if”）——此法是史氏用來啟發演員探索角色和進入創意情境的表演技術。演員自問

「假如我發現自己處於那樣的情境，我該怎麼辦？」，並以此來界定角色生命的細節、情感適切性和事件時序性。

在 12 月 5 日的課程中，史氏把教學的重點放在「身體行動」的訓練，學生被告知運用「想像的物件」去完成簡單、日常的「身體行動」。當日所進行的練習為「揉麵團」，史氏提醒學生要為手指的動作注入生命，特別是指尖的動作。他嫌學生的手指動得太少，要學生以行動成就事實——如果行動到位，「該行動所使用的肌肉將會開始活動，並投入使用」。他請學生以特定方式手持麵糰，並對自己說：「是的！手持麵糰，我看得到它，我能將它放在這裡或那裡」；接著，他提醒學生麵團很黏，須在最小的微妙之處下工夫（引自 Moschkovich, “Part 2” 5; KS 21147）。在另一個練習，史氏要求學生去開一扇想像中的門，告誡他們從生活中取得真正材料並裡裡外外地了解它，「我們必須知道什麼東西可從真實生活取得，並將其帶進場景。反覆練習數次並固定肌肉的程式」；史氏提醒學生感覺並掌握細節，因為「一個小的事實真理會帶來另一個事實真理，而這就是你開始創作之時」（引自 Moschkovich, “Part 2” 6; KS 21147）。史氏除要求替每個行動注入生命，也強調每個行動必須精準到位且一絲不苟。

除了以上三個課程，莫斯科維奇也選取了 12 月 12 日課程的速記稿。在其中，史氏主張揚棄「場面調度」，強調運用注意力來貫串身體行動與內在行動：「一點一滴，我們訓練我們的注意力，好讓此注意力能被貫注到你的肌肉裡和你的內在邏輯……我們正準備去演戲，不使用場面調度，這將會是你唯一的線，貫穿全線：聚焦在你的身體和你內在的運動中心，注意你的情緒和邏輯等」（引自 Moschkovich, “Part 2” 7; KS 21150）。易言之，身體行動貫串線可以讓你的情緒甦醒，觸及

本性，並進入下意識的創造狀態（引自 Moschkovich, “Part 2” 7; KS 21147）。

莫斯科維奇在檢視和分析 1935 年這段期間的速記稿後，有感而發，認為「身體行動運用想像物件的操練過程，其目標並非去創造一個可信的意象，而是去趨近史氏所謂的『下意識』，對他而言，這才是『真正的藝術創意』之所在」（Moschkovich, “Part 2” 8; KS 21137）。「身體行動」奧妙之處就在於經過不斷嘗試與操練，演員覓得那進入下意識創意狀態的瞬間，亦即「小真理」：「你們可以看到這些小的偶發事件，這些小的真理，如何擁有巨大的意義，這就是我努力教導你們的真理」（引自 Moschkovich, “Part 2” 9; KS 21147）。史氏進一步闡釋道：

採取所有的小行動，這些細小的要素，但當它們達到絕對的身體真理時，你會被帶到下意識的門欄。從這個富含真理的小故事，在一瞬間你將置身於下意識的海洋。這件事看起來好像我們做了件傻事，但事實上我們做了件非常重要的事，因為，為了它，我們強迫我們自己去站在下意識的海洋之濱，在創作上最艱困的位置。是的，我再覆述一次，正如同在海之濱。第一個浪過來，打在你的腳踝上，然後第二個浪打在你的膝蓋上，第三個浪將你滅頂，第四個浪將你拋擲入海、抖動你的全身並將你擲回海岸。這是當你到達下意識時會發生的事。但我們有技術的程序和心理技術來幫助你立即進入海洋。你也許會在那下意識的海洋一整幕、一整景，假如有人問你你是如何做到的，你將不知如何回答，這些是靈感的時刻……這是我教導你的方式，透過真理和信心的覺知能力，來到下意識的門欄

（海岸），在這裡真正的演技開展。以此法而言，我們現在所作所為是非常重要的。

（引自 Moschkovich, “Part 2” 9; KS 21147）

如何透過「身體行動」，穿越下意識的門欄，進入演技的「海洋」創意狀態是史氏方法的神秘方程式，但史氏不希望這只是個偶然的瞬間，而是個可以依法炮製的經驗。於是，他期許演員要建立一個純熟且精湛的身體行動貫串線，能讓這靈光乍現的瞬間不再是偶然，而是能伴隨著爐火純青的身體行動技藝不時閃現的出神入化表演狀態。

基本上，「歌劇—戲劇工作室」體現了史氏最完整的培訓練習。從早到晚，工作室的工作任務密集且緊湊。史氏即使身染重疾，在可以的狀況下，他依舊會穿西裝打領帶，拖著病體現身課堂。這一階段的課程在 1935 年 12 月 23 日結束。其後，史氏因病缺席將近一年。第二階段的課程一直持續到 1938 年 5 月 22 日為止（Moschkovich, “Part 1” 3）。學生在熟悉頭兩年的培訓技巧後，史氏選取了諸如《哈姆雷特》和《羅密歐與朱麗葉》等劇中的角色給學生進行角色扮演的練習。1937 年 3 月和 4 月，史氏與學生們的工作重點如下：身體行動的順序、行動貫串線的建立以及根據演員的任務重新演練場景。1938 年 5 月，史氏進行了第一次考試，年輕演員表演了契訶夫《三姐妹》和《櫻桃園》與格里博耶多夫（Alexander Griboyedov）《聰明誤》（*Woe from Wit*）等劇中的片段。到 1938 年 6 月，學生們已經準備好進行首次公開表演——在那次表演中，他們向少數觀眾做了一些場景表演的示範（Moschkovich, “Part 1” 3-4）。

## (二)「身體行動方法」操作案例第二部曲：

### 排練中的史坦尼斯拉夫斯基——托波科夫的觀點，以《偽君子》為例

……找尋最簡易身體行動的真理，它們將帶領你相信

「我在」，<sup>19</sup> 且這將引導你進入行動、進入創造力。

——史坦尼斯拉夫斯基

引自《排練中的史坦尼斯拉夫斯基：最後的歲月》<sup>20</sup>

莫里哀的《偽君子》是史氏的蓋棺之作，但他無緣看到此劇在 1939 年 12 月 4 日的首演。此劇最後由史氏的助理科德羅夫（Mikhail Kedrov）製作完成，他自己也領銜主演偽君子塔爾圖夫（Tartuffe）一角。該戲另一位重要演員是飾演奧爾貢（Orgon）的托波科夫（Vasily Toporkov），此角色是埃爾米雷（Elmire）的丈夫，劇中他對塔爾圖夫的欽佩之情使他無視塔氏的矯飾與虛偽。

托波科夫在 1927 年加入了莫斯科藝術劇院劇團時，已經是一位經驗豐富且成就斐然的表演藝術家，他最終獲得「蘇聯人民藝術家」（People's Artist of the U.S.S.R.）的殊榮。他自述一生中曾接受過兩種表演方法的洗禮，其一是彼得堡皇家戲劇學院（the Petersburg Imperial Theatre School, 1906-09），另一則是在莫斯科藝術劇院劇團和史氏的實作學習經驗（1927-38）。兩者相較，在彼得堡所學習到的是紮實的學院訓練，但跟隨史氏所學習內化的是重新檢視表演藝術和「欣賞劇場

---

<sup>19</sup> 本論文在權衡不同的英文翻譯後，決定延用鍾明德對這個詞彙（*ya esm; I am*）的中文翻譯「我在」。在托波科夫所撰寫的專書《排練中的史坦尼斯拉夫斯基：最後的歲月》（*Stanislavski in Rehearsal: The Final Years*）中，翻譯者愛德華茲（Christine Edwards）對 *ya esm* 的英文翻譯是“I am”。卡爾尼克的英文翻譯也是“I am”。在《演員的自我修養：一位學生的日記》（*An Actor's Work: A Student's Diary*）一書中，譯者貝內代蒂（Jean Benedetti）將此詞彙翻譯成“I am being”。至於哈普古德（Elizabeth Reynolds Hapgood）所翻譯的舊版《演員的自我修養》（*An Actor Prepares*, 1936）則索性避開使用和翻譯此詞彙。

<sup>20</sup> 引自 *Stanislavski in Rehearsal: The Final Years*，第 162 頁。

藝術的真正根基」( Toporkov 23 )。最終，托波科夫成為史氏「體系」堅實的擁護者與倡導者，他在專書《排練中的史坦尼斯拉夫斯基：最後的歲月》( *Stanislavski in Rehearsal: The Final Years*, 2004 ) 的記述彌足珍貴，「填補了我們對史氏體系知識所存在的缺口」( Chushkin 12 )。

1937 年在參與《偽君子》一戲的製作過程中，托波科夫親炙史氏晚年的演員培訓和嚴格教導。他在上述專書中生動且紀實地描述史氏擔任導演工作的最後關鍵時期，提供讀者一窺史氏晚期排練方法，即「身體行動方法」的第一手見證。丘許金 ( Chushkin ) 在該書的〈前言〉中寫道：「在托波科夫的書中，《偽君子》一戲的整個創作過程被非常清楚和極端細節的描述，這將有助於闡明身體行動方法，史氏在其晚年致力於此法並賦予它無與倫比的價值。藉由具體、清楚的例證，托波科夫證明史氏所謂的『身體行動』絕不是簡單的肢體動作，而是在本質上包含心理任務的身心行動」( 16 )。撰寫《康斯坦丁·史坦尼斯拉夫斯基》( *Konstantin Stanislavsky* ) 一書的梅林 ( Merlin ) 則認為，《偽君子》一戲是「值得關注的，因為此戲是史氏在他死前所探究的最後一個實驗。所以它是**主動分析** ( active analysis ) 可能的走向最接近的指標」( 146 )。不論是理解「身體行動方法」或是「主動分析」，《偽君子》都是一個不能忽視的經典「教學」案例。誠如托波科夫 ( Toporkov ) 所言，史氏導《偽君子》一劇的意圖是為了「教學目標；因此，更正確稱呼此戲的方式並非戲劇製作，而是完備演員在一齣戲中表演技藝的工作」( 152 )。托波科夫很清楚地認知到，史氏整個生涯最念茲在茲的事，就是去協助演員「完善自身的演技和角色扮演。史氏認為演員即使是在演技準備上一小步的進步，都是實現其自身創意工作至關重要之事」( 152 )。

有別於參與「歌劇—戲劇工作室」的年輕學員，參與此一戲劇製作教學實驗的演員均是來自莫斯科藝術劇院劇團的一時之選。史氏一開始便耳提面命，要大家極力避免表演上的「陳腔濫調」，這也是他力推他的晚期之作「身體行動方法」的原因。史氏避談先前如「情緒記憶」的技藝，卻一而再、再而三強調「誠懇」的重要性：「我們的藝術最具說服力的特質即是誠懇」（引自 Toporkov 157）。史氏也多次告誡所有演員要「抵抗以冷漠、智性的方法去獲取創造力的方式」，希望演員「以行動而非討論」來進行排練，強調「行動來自意志、來自直覺，討論來自智性、來自大腦。體系的目的是去打開演員有基本性創造力的方法」（引自 Toporkov 159）。托波科夫（Toporkov）認同史氏的理念，協助史氏破解一般人視「身體行動」僅只是「肢體動作」的迷思，反之，他強調身體行動的完成一直是「身心合一的行動」（159）。史氏不時要求演員以身體行動呈現《偽君子》中大大小小的場景，且還不時抨擊原先的情緒記憶：「別跟我談情感。我們無法搞定情感，我們只能搞定身體行動」（引自 Toporkov 160）。

史氏甚至禁止演員死記硬背劇作家的臺詞，認為如果演員過於依賴腳本，反而揭露了演員不情願或沒有能力去體現角色生命的事實。「如果演員能僅藉由身體行動或極簡的話語來揭露一個場景的內容，這可被認可為最高的成就」（Toporkov 160），因為史氏認為表演最高境界就是用身體行動展演劇情，話語則是越少越好。他再三強調：「不使用劇本，不使用場面調度，只知道每一景的內容，假如你扮演角色是根據身體行動線，你的角色將至少有 35% 的準備。首先，你必須建立你身體行動的邏輯序列……勇敢地開始，不要論理，只要去表演」；又表演是一門「情緒體驗的藝術」，有別於「再現」藝術，需要的是對個人情緒體驗的完全誠懇，但情緒的誘發不靠記憶，而是透過身體行動

(引自 Toporkov 161)。我們可以看出，在史氏晚年中的晚年，他徹底擺脫情緒記憶，相當努力地跟先前情緒記憶方法劃清界線——這是因為史氏晚年應該有不少已成名的演員仍停格在他先前推廣的技法，對現在操練的「身體行動方法」有不少心理上的抗拒與焦慮，才需要史氏一再地解釋、安撫並不斷肯定身體行動的效用。此刻的史氏，不厭其煩地肯定身體行動的妙用，為演員描繪他最終所體驗到的出神入化表演境界：

不太可能立即擁有角色。總有許多模糊不清、不容易了解、有困難去克服的地方。因此，從較清楚、較容易達成、較容易建立的東西開始。亦即，找尋最簡單身體行動的真理，他們會帶領你相信「我在」，且這會引導你進入行動、進入創造力……假如你的情感枯竭，毋須驚慌不安，只要回歸身體行動，它們將恢復你喪失的情緒感覺。

(引自 Toporkov 161-62)

史氏接著將演員定義為「身體行動的大師」(master of physical actions)，一再肯定身體行動中有真理、有精神境界，將引導演員進入創意狀態，領略「我在」的境界。

史氏要大家拋棄劇本，避免坐在桌前討論劇中角色的個性發展與轉折。他強調身體行動在形塑角色的重要性，一開始的即興創作絕對不是隨便比劃。魔鬼藏在細節裡，史氏要求「真誠、具有誠實意圖與真實興趣」的即時行動，因為唯有如此，清楚、靈巧機敏且準確到位的「適切身體語彙」與節奏才會油然而生，且這是在「沒有一句莫里哀劇本臺詞和場面調度」的情境下(引自 Toporkov 173, 163, 167)。易言之，從熱情、誠懇、紀律、精準到位到領略「我在」的境界，史氏的要旨就是要

傳達透過專注的即興創作，從小段落的小任務、中段落、大段落到全劇的超級任務；從簡易、複雜、精密分析到出神入化；從使用自己的話語到精確的臺詞運用，這是一個需要全神貫注、投入和不斷修改與精進的過程，也是無止境完善演技的工作與努力。舉例而言，史氏將《偽君子》的演員分成兩個陣營，一方由塔爾圖夫、奧爾貢和其母組成，另一陣營則由奧爾貢妻子、女兒、表兄弟、杜林（*Dorine*）組成。各個陣營被賦予的任務都與另一陣營有對抗關係。史氏相信這樣的對抗有其邏輯序列，還可藉此將整齣戲分割成十二段落（*bits*），每一段落都有其衝突與角色展演個性的重點（引自 *Toporkov 197*）。史氏強調每一齣戲都要有其中心思想與主旨，除了小型任務的表演和執行基本的行動貫串線，演員一定要將該戲的超級任務放在心上（引自 *Toporkov 200*）。

另外史氏對於口條的要求也不假顏色，「每天、每小時都需在口條上下功夫，而不是一星期只有十五分鐘……口頭行動的面向極端重要，僅僅是透過聲調、驚嘆詞句、話語就有可能傳遞思想。演員思想的傳遞就是行動，你的思想、話語、意象——這些所有的任務必須只為和你演對手戲的演員完成」（引自 *Toporkov 189*）。這裡，史氏除了非常重視肢體與口條，也不斷強調種種意念傳達的重要性，包括以眉目來傳達情感和種種信息。他要托波科夫善用眼神，「你必須傳達意象給他，有必要讓他在你的眼中看到所有訊息。為眼睛而不只是為耳朵說話，裡面可能有威脅、阿諛奉承、懇求——種種你想要表達的訊息」（引自 *Toporkov 189*）。史氏進一步闡釋道：

我們不能僅只是依賴在舞臺上的「存在」，我們必須精進我們的技藝、我們的口條臺詞、我們的演技。一旦在舞臺上，所說出的第一句話必須有音叉的功用。到了第四句或

第五句時，你必須認清哪些地方是在表演，以及哪些地方表演得過於誇張；哪些地方你只是依賴你的「舞臺存有」，以及哪些地方你真正地演活角色。然後，有必要和你的搭檔建立活的聯繫。就這樣！我們必須也建立正確的呼吸和音質……你在舞臺上需要什麼？注意力加上感知力和對特定情境的專注力。這些都是讓演員引發創意情緒的必要情境，創意情緒會存在，假如你相信你自己所做之事，並真誠地做這件事。藉由這些特質的幫助，「我在」會發生。（引自 Toporkov 196）

在史氏的解說中，他三番兩次提到「我在」的境界。在史氏體系中，演員的「我在」標示一個演員完全沉浸在戲劇情境並和角色合一的境界。「我在」一詞最早出現在《演員的自我修養，第一部》（*An Actor's Work on Himself, Part I*）中的第四章「想像力」裡。在《演員的自我修養：一位學生的日記》中，譯者貝內代蒂針對此一詞彙解釋道：「當演員的個性和角色合一，下意識的創意發想開始運作時的心境狀態」（“Glossary” 684）。<sup>21</sup> 卡爾尼克（Carnicke）針對「我在」這一詞彙的注釋如下：

演員在劇情當下的完全存在感……針對此詞彙，史氏的來源有二。一、瑜伽運用『我在』來表達一個人覺知其創作位置的狀態（qtd. in Ramacharaka 1-2）。二、因為當代俄語不使用現在式來表達 be 動詞。史氏借用古老教會的斯拉夫語，這是種在中世紀俄國為東正教禮拜儀式目的所發明和使用的

<sup>21</sup> 貝內代蒂所新編譯的書係史氏體系「表演三部曲」前兩部曲《演員自我修養：第一部》和《演員自我修養：第二部》的最新編輯和翻譯的合輯。

語言。因此史氏使用『我在』一詞不免帶有隱藏的精神性弦外之音。(Stanislavsky 218-19)

總而言之，史氏的「我在」狀態是「演員創意狀態的同義辭」(Tcherkasski 107)。「我在」始於演員的身體與行動，發揚於創意情緒的啟動，完善於身心靈一體的覺性圓滿。

史氏苦口婆心地要大家避開既有展演莫里哀戲劇的陳腔濫調，因為制式的作法會將戲中活生生的角色轉化成無趣、刻板化且宛如面具般的定型角色。這樣的演繹方式既缺乏說服力且讓人疲累無感。反之，他要演員相信在舞臺上所發生的一切並將自己置身該處境。舞臺上，「只有我，一個置身於特定情境的人」(引自 Toporkov 197)。「沒有人能完全精通身體行動方法的技藝，然而這是值得持續努力的目標」(引自 Toporkov 163)，史氏勉勵大家朝標竿努力，知其不可而為之。

在經歷史氏的震撼教育後，對托波科夫而言，身體行動方法的創新與成敗取決於工作的徹底與細膩度，其實比一般排練法更花心神、精力與時間。托波科夫(Toporkov)也強調，此法對導演的要求也相當高，須經常保持警覺、擇善固執，並能隨時引發演員的興趣，啟發他的想像力(165)。

### (三)「身體行動方法」操作案例第三部曲：文本範例和學者篇

「這是我創造新角色的方法，」托爾佐夫說，「毋須任何閱讀，毋須任何針對劇本的討論，演員就會被要求參加新角色的排練。」

「這怎麼可能？」是學生困惑的反應。

「不僅如此。演員還能演出一齣還未撰寫的戲。」

我們都茫然困惑甚至不知該用什麼話語來表達我們對這個想法的反應。

「你們不相信我？我們一起來檢驗這個想法。我有一齣戲在我腦海中；我會把劇情以段落的形式告訴你們，由你們將戲演出來。我會留意你們在即興表演中所說和所做的，只要是最成功的點子我就會趕快記下來。因此藉由大家一起的努力，我們會撰寫和立即演出一齣尚未存在的戲。成果由我們共同分享。」

——史坦尼斯拉夫斯基，《演員創造角色》<sup>22</sup>

## 1. 史氏文本中的說帖與案例

除了以上「歌劇—戲劇工作室」的速記稿和專業演員托波科夫的現身說法，史氏自己也筆耕不輟，努力為文撰寫說帖，說明並宣揚「身體行動方法」的操作方法與優點。他曾透過不同的表演案例舉例說明，其中一例是搬演普希金（Alexander Pushkin）的戲《莫扎特和薩里耶利》（*Mozart and Salieri*），並以戲中薩里耶利（Salieri）密謀暗殺莫扎特（Mozart）為例。滿是忌妒心的作曲家薩里耶利內心複雜，扮演他的演員須採取一系列簡單的身體行動來毒殺莫扎特：「拿起高腳杯，斟滿酒，加入毒藥，然後把酒遞給他的朋友，那位音樂能讓人如癡如醉的天才」（Stanislavski, *Student's Diary* 147）。這些行動本身並非終極目的，而是驅動演員複雜情緒經驗的身體行動。

---

<sup>22</sup> 引用自 *Creating a Role*，第 213 頁。

「身體行動方法」的主要目的在於協助演員透過著重細節的即興創作建構精確且具邏輯意義的「身體行動線」來演繹所詮釋的角色。演員在舞臺上，而非透過閱讀與討論，進行他們的表演研究。透過「身體行動貫串線」（“the through-line of physical action”）的建立與反覆修正檢討，演員賦予並豐富身體行動和角色的內在生命。接著，身體行動陸陸續續加入演員的話語與即興臺詞。在歷經使用演員自己的即興話語來體現角色的第一階段後，排練進入導演從旁提劇本臺詞的第二階段，最後帶入劇作家的劇本，進入演員熟悉內化劇本臺詞的第三階段。比起史氏早年的情緒記憶加背誦臺詞，再加上舞臺走位所完成的「場面調度」，晚年的身體行動加內在即興話語，再加上內化的臺詞所完備的「表演譜」讓史氏覺得更受用、更真切、更「活角色的生」。史氏（Stanislavski）稱這樣的過程所展現的效果是他所謂「活生生活語的創造」（“the creation of the living word”）；他進一步闡釋道：「這話語深植於一個人的靈魂，受個人情感的滋養，但它的枝葉莖幹進入個人意識，長成具說服力詞藻的繁茂錦簇綠葉，傳達深刻且活潑生動的情感」（*Creating* 262）。舉例而言，史氏的分身托爾佐夫（Tortsov）導演在排練莎士比亞《奧賽羅》一劇的時候，莎翁經典臺詞的介入是在「身體行動」表演譜已大致完備的時間點上。排練之初，托爾佐夫導演拿走所有的劇本，並跟演員約法三章，請他們承諾暫時不再看劇本。結果，他發現演員沒有劇本完全無法與《奧賽羅》的劇情連結。於是，他對演員讀了全劇，讓演員們更熟悉劇情內容的來龍去脈。另一方面，演員則努力一丁一點地建立「身體行動」表演譜。就在此表演譜初具規模之際，演員覺得須要臺詞來表達內心湧出的感覺，於是很自然地轉向劇本，在這當下，借助導演不著痕跡的協助，演員以源自自己生命和本性的話語來感覺和表達角色的身心狀況。整個過程中，生澀的《奧賽羅》劇本逐漸

被演員內化，並注入演員自己的生命，成為「活生生」的話語（*Creating* 107-210）。對史氏而言，演繹角色的秘密在於理解：

介於我們自己的話語和他人的話語之間「那距離是無法丈量的鴻溝。」我們自己的話語是我們情感的直接表達，而他人的話語是異質不相容的，直到我們將其轉化為自己的語言，否則它們宛如未來情緒的符碼，尚未進入我們的生命。我們自己的話語在角色身體體現的第一階段是不可或缺的，因為它們最容易從我們的內心萃取尚未找到外在表達方式的活生生情感。（*Creating* 100-01）

在這個方法的引導下，演員不須一開始就生吞活剝地死記臺詞，也不致於表演時忘卻和臺詞連結的情感和身體行動。托爾佐夫相信演員能透過「身體生命」來觸及角色的「精神生命」，且認為「這是創意演技的珍貴資源」（*Stanislavski, Creating* 206），要比傳統和一般劇場死記臺詞的作法優秀高明許多。托爾佐夫接著開釋道：「總而言之，身體行動的優點不在身體行動本身，而在它們所喚起的東西：情境、被提點的情況、情感……換句話說，這是角色身體和心靈層面的完全融合」（*Stanislavski, Creating* 208-09）。這個方法，由外而內，再由內而外，當創意情緒發生時，內外合一，演員能理解身體行動所承載的情感和內在意義，並賦予角色誠摯且感人的個性。

理論上來說，只要「身體行動表演譜」建構得當、合理且有說服力，演員執行他自己的表演程式即能進入「最佳表演狀態」。在《演員創造角色》（*Creating a Role*）一書中，托爾佐夫以《奧賽羅》解說、示範了他的「身體行動方法」之後，提出以下說帖：

就是因為你們無法直覺地感覺到你們的角色，我才由角色的身體生命著手。身體生命（相對於精神生命）是物質的、可以捉摸的，可以用命令、習慣、訓練、練習來形塑，跟不可捉摸的、短暫的、任性的、稍縱即逝的情感比較起來，要好掌握多了。不僅如此，我的方法中還潛藏著更重要的因素：精神不得不隨身體行動起舞，當然——這裡說的身體行動必須是真實的、有目標的、有創造性的。在舞臺上，這樣的事物狀態是相當重要的，因為一個角色，更勝於真實生活的行動，必須把外在與內在行動這兩條線帶在一起，好共同努力成就一特定目的。表演最佳的狀況是內外同源，透過劇本讓兩者彼此意氣相投。

（Stanislavski, *Creating* 149）

史氏在這裡再次強調演員創造角色的兩個重要層面，亦即身體和精神兩條主線。最理想的表演狀態是身體行動有著飽滿的創意情緒，在表演的時刻演員與角色交融合一。但重點是演員必須先把身體行動準備好，讓它能承載角色的身體、情緒與精神，最後體現「我在」創意狀態。對史氏而言，以身體行動來驅動角色的情緒和精神生活是史氏晚期認定的最佳途徑。在此同時，他也一而再、再而三地強調，「藝術的本質與創意的主要來源被深深隱藏在演員的心靈，那裡是我們精神存有的中心，是難以捉摸的超意識領域，生命的泉源，自性的心，是我們神秘的『我』的存有與靈感的所在地。那裡就是我們最重要精神物質的寶庫」（*Creating* 81）。

又本第（三）部分一開始的引文，係來自史氏《演員的角色訓練，第三部》（*An Actor's Work on the Role, Part III*）一書中所收錄 1936-37 年

關於《欽差大臣》( *The Government Inspector* ) 的手稿。<sup>23</sup> 手稿開宗明義宣示創造角色的新方法，即使劇本還未形諸文字，便可以以「即興創作」開始排戲。接下來的篇幅是托爾佐夫教導學生以《欽差大臣》一劇中的劇情和角色為例，逐步以演員的身體行動和主動分析去體現並串起種種細節，演員以內在與外在的行動去貼近角色隨劇情不停轉換的身體、心理和情緒狀態，過程中點點滴滴的真理或創意狀態串連發酵，演員除了實現身心合一演技，也完成和角色融合為一的「超自然」( *ultra-naturalistic* ) 境界 ( Stanislavski, *Actor's Work* 66 )。<sup>24</sup> 托爾佐夫向學生解釋道：

是的！我們深藏的秘密只有當一位演員的內在與外在，根據其法則，體驗活角色的生做工時打開，這一刻絕無強迫、無偏離正軌、無陳腔濫調和傳統等。一言以蔽之，當每樣事情都達到超自然主義的異常極端真實。<sup>25</sup>

( Stanislavski, *Actor's Work* 66 )

很顯然地，「超自然主義」是史氏表演境界的又一個神秘狀態。托爾佐夫開釋道：我用「超自然主義」這個字「來定義我們認為完全自然的精神和身體的狀態，我們堅信有一種自然的態度在其中。只有在這種狀態下，我們心中最深奧玄妙的秘密全然打開，平常很難被覺知且極易受驚嚇的……一種誠摯、自然、隱於深處的特別的情感氛圍上升至表面」

<sup>23</sup> 這份《欽差大臣》手稿曾收錄於哈普古德 ( Elizabeth Reynolds Hapgood ) 所編輯的《演員創作角色》( *Creating a Role*, 1961 ) 一書的第三部分「果戈理的《欽差大臣》」( Gogol's *The Government Inspector*; 211-49 )。也收錄於 2010 年出版由貝內代蒂 ( Jean Benedetti ) 所譯的《演員的角色創作》( *An Actor's Work on a Role* ) 一書中第一部分第二章裡 ( 44-77 )，此版本是晚近取代 1961 版本最新、最完整的英譯本。

<sup>24</sup> 文中標註為 *Actor's Work* 之引用資料，皆來自 *An Actor's Work on a Role* 一書。

<sup>25</sup> 在本論文中，所有在引文裡的黑體字，在原文中為斜體字。

( 66 )。史氏一再強調這樣的境界或狀態得之不易，因為這樣的「下意識體驗」( subconscious experiencing )和「我在」狀態相當微妙且易受干擾，「這也是為什麼那些已擁有精湛心理演技的戲骨很害怕任何在舞臺上的閃失、虛情假意或不到位的身體行動。他們不再把心思放在內在情緒，而把他們的注意力集中在他們的**身體的生命**。**人的精神生命**，有意識地和下意識地，很自然地透過身體的生命降臨」( 66 )。

如同先前的說帖與案例，托爾佐夫在講課的過程中，耳提面命，不時提醒學生即使是簡單的身體行動及其貫串線都能誘發並創造更高的精神存有和「我在」( *Actor's Work* 67, 68 )。最重要地是，大家沒有只用頭腦分析劇情與行動，相反地，演員採取實際身體行動進行內內外外的自我分析( 68-69 )。

## 2. 「身體行動方法」vs. 「主動分析」？

史氏晚期在談論「身體行動方法」時，「主動分析」總是形影不離。這也引發學者們論戰兩者間的差異是否確實存在？事實上兩者間重複與雷同之處的確不少。梅林( *Merlin* )指出兩者「重疊的部分相當可觀」，會有這樣的混亂認知「有一部分可歸因於當實驗如火如荼的進行時，史氏既老又病，只寫下非常少的發現，造成他的門生，包括年輕演員、資深演員、資深劇場工作者，替他薪傳他的『知識』」( *Konstantin Stanislavsky* 33 )。其中有兩位資深演員成了史氏的關鍵門徒：科德羅夫( *Mikhail Kedrov*, 1894-1972 )和克內貝爾( *Maria Knebel*, 1898-1985 )。兩人均參與史氏晚期的工作室，扮演承繼並發揚史氏遺產的重要角色( *Merlin*, *Konstantin Stanislavsky* 33; *Carnicke*, *Stanislavsky* 190 )。科德羅夫是位奉行馬克思主義的信徒，曾在《偽君子》( *Tartuffe* )一戲中擔任

史氏的助理，並領銜主演偽君子塔爾圖夫（*Tartuffe*）一角。不過，科德羅夫在操作「身體行動方法」上，走「社會寫實主義」（*Merlin, Konstantin Stanislavsky* 33）和「行為主義」（*behaviorism*）的極端路線（*Carnicke, Stanislavsky* 191），也因此「政治正確地」把史氏形塑成「社會寫實主義」的樣版與偶像。科德羅夫的作法引發他的學生菲洛佐夫（*Albert Filozov*）嚴詞抨擊其幾近教條的作法，指控他「實際上扼殺俄國劇場」（引自 *Merlin, Beyond Stanislavsky* 158）。在蘇聯，社會寫實主義的身體行動強調社會改革的理性，並以科學邏輯掛帥，以至於史氏所重視的情緒引導與下意識／超意識創意狀態的作法完全被扭曲，甚至被排除在外。而且不幸的是，科德羅夫的「身體行動方法」版本「在美國依然常被照單全收」（*Carnicke, Stanislavsky* 192）。<sup>26</sup>

相較於科德羅夫的片面、剛硬與過度簡化，克內貝爾較能觀照到史氏「身體行動方法」的「身心靈一體」和「知情意一貫」的特性。她對史氏的「主動分析」有極大的興趣與熱情，並以「主動分析」稱呼史氏的晚期之作，其目的是為了跟科德羅夫的作法有所區別（*Carnicke, Stanislavsky* 191）。史氏於 1938 年 8 月 7 日去世後，科德羅夫便以首席藝術總監的職位領導工作室的營運，並於 1940 年上演工作室的第一部完整作品，演繹契訶夫的《三姐妹》（*The Three Sisters*）。<sup>27</sup> 至於克內貝爾，則依舊不遺餘力的推廣「主動分析」，強調演員必須投入整個生命來進行分析，包括身體、情緒、直覺和想像力等，而非只用智性思考理

<sup>26</sup> 史氏晚期的「身體行動方法」因政治、歷史、引介、翻譯與詮釋等問題產生不少版本，且引發不少爭議。美國對史氏晚期實驗與風格的理解多取決於引介者對史氏晚期工作的參與程度和認知角度。因篇幅的關係，筆者將另文處理這些問題。在本文中，目前把焦點放在釐清「身體行動方法」和「主動分析」兩者間的關係與差異。

<sup>27</sup> 在第二次世界大戰期間，工作室被撤至烏茲別克斯坦（*Uzbekistan*）的科坎德（*Kokand*）和費爾幹納（*Fergana*），並在那裡繼續運作。該工作室於 1946 年獲得正式地位，成為「史氏歌劇和戲劇劇院」（*The Stanislavsky Opera and Drama Theatre*）。兩年後的 1948 年，歌劇院部門被廢除，劇院改稱為「史氏戲劇劇院」（*The Stanislavsky Drama Theatre*），並以該名稱存在，直到 2013 年因劇院裝修而關閉。

性行動和邏輯表演譜。克內貝爾在 1955 年成為莫斯科「中央兒童劇團」（Central Children's Theatre）的藝術總監，運用「主動分析」導兒童戲。1960 年政治風向改變，克內貝爾開始在「俄羅斯戲劇藝術學院」（Russian Institute of Theatre Arts, GITIS）任教，也因此「影響三代的劇場人」（Carnicke, *Stanislavsky* 192）。總而言之，那些參加史氏晚期工作坊的門生，包括科德羅夫、克內貝爾和托波科夫等，日後發展出重點各異的「身體行動方法」和「主動分析」的「俄國口頭傳統」（193）。

對筆者而言，史氏的「身體行動方法」和其中的「主動分析」均是複雜精密的身心靈複合意識與行動。「身體行動」雖能觸動情感和建立表演譜，但詮釋角色與文本必須透過「主動分析」的詮釋與細緻化來完成。「主動分析」是執行「身體行動方法」製程中非常重要的技法與工序之一，兩者的差異相當顯著。「身體行動方法」始於一開始無「腳本」之時，屬於先發的「母計畫」；「主動分析」始於「腳本」開始介入身體行動之時，屬於後發的「子計畫」或「次計畫」。亦即演員透過「身體行動」即興創作，利用貫串行動建構表演譜，過程中，「主動分析」介入，檢視整個行動架構，透過更多的行動演練，逐步納入原劇臺詞，此後不斷修改並精緻化表演譜，直至完美無懈可擊的境地。如史氏所言，「對一齣戲的最佳分析就是在特定的情況下採取行動」（引自 Carnicke, *Stanislavsky* 195）。

梅林（Merlin）將史氏的「身體行動方法」在排演上的實際操作整理為以下四個步驟：

- 一、演員們把要排的那一場景過一遍。
- 二、將這一場景分成幾個「單位」（bits），確定其主要「行動」（action）。
- 三、演員們起身，用即興創作完成場景身體行動線：先進行「靜默即興創作」（silent *étude*），不必有對白，只專注在「身體行動」的創作與修正調整。
- 四、檢討整個身體行動即興創作的優劣缺失之後，回到「步驟一」，此刻逐步導入話語，演員先嘗試自己即興創作的臺詞，後再逐漸加入劇作家的腳本。演員在此過程中不斷進行精密細緻的調整，直至完成該場景的基本「骨架」（skeleton），亦即所謂的「身體行動表演譜」（the score of physical actions）。精準的全本「表演譜」需要反覆的演練，直到表演完全內化、自然和優美。

（Konstantin Stanislavsky 30）

從以上的說明與討論，我們可以清楚地得知「身體行動表演譜」跟史氏早年使用的「情緒記憶」和「場面調度」大異其趣，建構戲劇的製程完全相反，一個先身體行動再完善臺詞情緒，一個先臺詞情緒再完善身體行動。總而言之，演員之道就在運用身體行動致力經營角色所在情境與行為的真實性，只要下足功夫、表演到位，他的表演就會喚起真實感人的情感，並進入下意識和「我在」的境界。

至於「主動分析」，此排練技術建立在「身體行動方法」之上，藉由總總不同的分析工作，細緻化既有的身體行動。舉例而言，在排練《欽差大臣》時，托爾佐夫不時強調，演員在理解作者作品的精華並形

塑自己意見的時候，需要對自己的「身體行動」進行分析，好能夠進一步刺激並創造對角色生命的覺知，並形成內在的創意情緒和有機狀態，「沒有這種分析，劇本和角色依舊是大腦智性的」（Stanislavski, *Actor's Work* 47）。托爾佐夫又補充道：「我分析我在特定狀況下的身體行動，並非只是冷靜客觀地、理智地。所有的能力幫助我。我分析我的心與身，這是我唯一認可的分析方式。這也是為什麼……我曾向你們解說什麼是對**劇本生命的真正覺知**，因這覺知必須被慢慢地灌注進入**內在創意狀態**」（Stanislavski, *Actor's Work* 54）。<sup>28</sup>

在其專書《聚焦史坦尼斯拉夫斯基：一位二十一世紀的表演大師》（*Stanislavsky in Focus: An Acting Master for the Twenty-first Century*）的「精選詞彙表」（“A Selected Glossary”）中，卡爾尼克（Carnicke）闡明「主動分析」一詞係史氏晚期的排練方法。透過此法，「演員在背誦對話之前，先發現在一齣戲中行動和對立行動的內在結構」（212）。分析是「積極主動的」，因為演員們「用他們的腳」檢視劇本，透過即興創作，測試他們對劇本中角色彼此之間關係或對立關係的理解。此技術鼓勵自發性和演員之間的深度溝通，培養身、心、靈、情緒和經驗的同時運作（212）。卡爾尼克羅列出主動分析場景所採取的步驟：

- （1）仔細閱讀場景，好決定主要事件——了解前後場景的因果關係。
- （2）決定推進的行動——什麼力量促使場景向事件移動。
- （3）決定對抗力量——什麼力量抗拒場景向前移動。
- （4）辨識哪些角色扮演推進行動和哪些扮演對抗力量。

---

<sup>28</sup> 除了果戈里（Nikolai Gogol）的《欽差大臣》（*The Inspector General*），史氏書中進行身體行動「主動分析」實驗的劇碼有歌劇、莎士比亞的悲劇（《羅密歐與朱麗葉》、《奧賽羅》、《哈姆雷特》）和莫里哀（Molière）的《偽君子》（*Tartuffe*）。史氏選取這些劇本是有深刻意涵的，因他不想被貼上「心理寫實主義」的標籤（Carnicke, *Stanislavsky* 190）。

- (5) 以自己的話語即興創作場景並運用確認的動力。
- (6) 重讀場景文本並評估即興創作是否忠實地反映場景。
- (7) 重覆這個過程直到演員已經能一五一十地表演該場景在文本中的動態活力。在即興創作時，演員可能會使用他們記得文本中的任何話語、意象、節奏和臺詞。
- (8) 即興創作後，接近文本，記憶對話。(212)

簡言之，「主動分析」的目的在確認先前發展出來的身體行動能依劇情結構完善整個表演譜。在這個節骨眼，導演開始限縮演員天馬行空但岔離劇本的想像，要求他們在即興創作時，追蹤並確切掌握劇本的結構和不同的對抗力量。演員被期待以分析和探索的角度審慎閱讀腳本，不放过每個細節，並用自己的話語搭配既有的行動框架。每次即興創作後，演員將自己的創作和劇本做比較，並分析自己的話語跟腳本的異同。經過不斷地排練和修正，演員的表演譜將越來越趨近劇本，包括意象、主題、象徵和語言風格等。

作為排練技術的一環，史氏的「主動分析」是提煉與精煉「身體行動」的工法與機制，是一有系統和邏輯概念的嚴謹製程。作為演技精進的法門，主動分析的完美執行是主要的關鍵，有賴演員運用全方位的身心靈和知情意感知能力，惟仍須保留其實驗創新和自由解放的特質。唯有如此，在執行不同角色的塑造、戲劇的任務（tasks）、貫串行動（throughaction）、反貫串行動（counter throughaction）和超級任務（supertask）時，才能充分發揮其原創性，完善戲劇的構成、主題的呈現、角色的發展和多線劇情的動向與衝突。這一切的目的就是去體現劇本的事實情境與現實，在開始背誦臺詞之前，深度了解並掌握行動與劇情結構，其最終目的是讓演員體驗創意狀態和活角色的生。

「主動分析」是一個不斷調整修改的動態精雕過程，針對當下的情境，作立即回饋。演員不斷從自己出發和回返，一切以「這裡、今天、當下」（here, today, now）為指標（Stanislavski, *Actor's Work* 50, 51, 52, 89）。在指導《欽差大臣》一劇時，導演托爾佐夫提醒演員們必須不斷回到「這裡、今天、當下」，好能一點一滴進入角色。史氏在〈演繹角色的方法〉（“The Approach to A Role”）中寫道：「從劇本獲得的行動是不夠充分的。以原著精神來發明創造：我會如何做『假如』這裡、今天、當下……植基於這裡、今天、當下的邏輯、序列、信仰和真理受到進一步地落實和強化」（*Actor's Work* 89）。這裡史氏鼓勵演員保持「玩性」，勇於從事腳本、角色的身體行動，以及情緒和精神層面等積極主動的分析與研究，並逐一落實每一細節，臻至完美；整個過程是一個由外而內，再由內而外不斷循環的過程。最終，真摯的情感被喚起，演員體驗「我在」、自性和下意識，成就演員完全沉浸在戲劇情境並和角色合一的境界（89）。

以上說明清楚顯示「身體行動方法」和「主動分析」在執行重點上的先後順序與差異。對筆者而言，兩者一前一後形成共生迴路，精熟的「身體行動」能引發創意情緒，再透過對劇本與臺詞的討論、詮釋與即興創作，賦與身體行動與情感更細膩感人的力量，甚至體驗活角色的生。卡爾尼克和梅林也「同意兩者有顯著的差異」（Carnicke, *Stanislavsky* 192; Merlin, *Complete Stanislavsky Toolkit* 197）。「身體行動方法」提供類骨架的行動譜，「主動分析」則賦與該骨架所需的血肉、肌理和靈性。如同梅林所言，「主動分析」彙整「所有可獲取的調查研究管道——心理的、身體的、情緒的和經驗的——將其完整地冶鍊於一爐」（197）。簡言之，從一開始「身體行動」的疏離劇本臺詞到

「主動分析」的回歸劇本臺詞，史氏徹底扭轉原先從讀劇、背誦劇本到場面調度的製程。

在本論文中，筆者利用以上的「操作案例三部曲」來呈現「身體行動方法」的點點滴滴。在第一部曲中，我們仰賴莫斯科維奇兩篇論文提供的「歌劇—戲劇工作室」速記稿來還原並理解工作室的實驗內容、排練技術與工作細節，因速記稿係逐字紀錄的檔案，相較於日後門生所撰寫擁有個人觀點、夾雜不同意識形態與解讀的手札和回憶錄，內容相對客觀可靠。最讓筆者驚喜的是，速記稿中的記述讓人有種置身現場的臨場感，好似跟著種子教師或學員一起親炙史氏的教誨，感受史氏對劇場的巨大熱情、一絲不苟的態度和不假顏色的要求。雖然莫斯科維奇所選取的速記稿均相當具代表性，但因篇幅和數量有限，在對身體行動方法的訓練程式和操作細節的了解上，仍有不少缺憾。在第二部曲中，我們所擷取的是莫斯科藝術劇院專業演員托波科夫在參與《偽君子》排練過程的隨筆。在跟隨史氏之前，托波科夫就已是位造詣頗深的演員，但在史氏的嚴格指導下，他被迫學習一套新的演員訓練方法與排練程式。他的書寫展現了一位成熟演員對史氏體系和排練方法的洞察力與實作後的心得，這樣的分享有別於直截了當的速記稿，因其中有許多犀利且具反思性，對排練中史氏的第一手觀察與見解，彌足珍貴。第三部曲的內容與研究重點是史氏自己撰寫的操作案例與學者的見解。史氏的分身托爾佐夫在戲劇化的情境裡開講，清楚傳達史氏的想法與意念，但缺點是內容觀點較單向，有可能流於主觀；另一方面，梅林、卡爾尼克兩學者彙整身體行動綱領和主動分析步驟，他們的提綱挈領對我們理解史氏方法的細節、訣竅與全貌多所助益。

資料來源不同的三部曲各擅勝場、各自開展，但也同時相互呼應、相互補充，形成合唱中各聲部的旋律交錯，既能有多聲部的多元音聲，

也能創造出多聲部共鳴和諧的效果。筆者深信這樣的三部曲處理方式能幫助我們描繪與捕捉「身體行動方法」的眉眉角角，除了能彌補單聲部的缺憾，還能豐富我們對整套方法的理解。

### 三、植基於「身體行動方法」的史氏「晚期風格」——分析與批判

我們所面對的不僅是演員那無形卻具創造力的心，也面對他那有形且可感知的身體。身體是真實的、物質的，而為了鍛鍊身體，你需要「辛苦乏味的工作」，沒有辛苦的工作就沒有任何藝術的產出……。唯有我們明瞭我們需要磨礪來準備好我們的技藝，只有在一開始便朝向那令人信服的終極目標努力，表演才會變得簡單且愉悅——那在下意識、總是能賦予靈感、創意力量的自性本身。

——史坦尼斯拉夫斯基

《演員的自我修養：一位學生的日記》<sup>29</sup>

對史氏而言，「身體行動」的先行是導正以往製作程式缺陷和進入身心合一出神演技的開端。這種先身體行動、後揉入文本的知情意合一，透過情緒觸發，最後進入下意識海洋，體驗靈感豐沛和角色合一「我在」的創意狀態與製程，是史氏晚期的力作。從一開始，史氏就以不妥協且不屈不撓的態度來面對、處理演員技藝精進和提升的問題。為了實驗創新，他前後創立數個工作室，這樣精益求精的態度卻不受莫斯科劇院劇團大多數資深同事歡迎，因為史氏的創新讓他們無所適從、疲

---

<sup>29</sup> 引用自 *An Actor's Work: A Student's Diary*，第 xxvi 頁。

於奔命；不少人對戲劇的態度因此停格在傳統劇本角色研讀與分析，再搭配情緒記憶的演技訓練（Benedetti, *Stanislavski: His Life* xx）。

在追求「身體行動方法」的過程中，我們可以感覺到史氏有一種擇善固執，即使到了晚年，也不曾稍歇。他號召親朋好友，勞師動眾地組了「歌劇—戲劇工作室」，其執念就是希望能成就他的晚期作品——「身體行動方法」。史氏的態度與推動執行的方式並非基於或遷就他個人的主觀認定，而是有賴多年經驗的累積，以及多方的觀察、研究與實驗。這個作品所形塑的晚期風格除展現史氏個人的風格與意志，也真確傳達其理念與洞見。基於一種使命感與追求真理的執著，史氏解構自己先前所建構的演員排練程式、拋棄情緒記憶和場面調度，利用有限的餘生去建構並完善「身體行動方法」——這一切著眼於成就更可靠、更有效、更真誠、更能臻至化境的表演譜程式。

在〈貝多芬的晚期風格〉（“Late Style in Beethoven”）一文中，阿多諾（Theodor W. Adorno）開宗明義寫道：

重要藝術家晚期作品的成熟（*Reife*）不同於果實之熟。這些作品通常並不圓美（*rund*），而是溝紋處處，甚至充滿裂隙。它們大多缺乏甘芳，令那些只知選樣嘗味的人澀口、扎嘴而走。它們缺乏古典主義美學家習慣要求於藝術作品的圓諧（*Harmonie*），顯示的歷史痕跡多於成長的痕跡。流行之見說，它們是一個主體性或一個「人格」不顧一切露揚自己，為表現之故而打破形式之周到，捨周到圓諧而取痛苦憂傷之不諧，追隨那獲得解放的精神給它的專斷命令，而鄙棄感官魅力。晚期作品因此被放逐到藝術的邊緣，淪於被視為比較接近文獻記錄；事實上，關於最末

期貝多芬的討論極少不提生平和命運，彷彿，面對人死亡的尊嚴，藝術理論自棄權力，在現實面前退位。

(225-26)

阿多諾對藝術家晚期作品的評述頗耐人尋味，他批判一般樂評家對貝多芬晚期作品的評論，總愛提生平、命運和心理狀態，卻自廢武功，不專注作品本身，檢視作品的形式法則，並進行嚴謹的技術分析研究。如果我們認為史氏的晚期作品是「成熟」的，這是哪種成熟呢？又這作品是否突顯晚期的史氏有種「不顧一切露揚自己」的人格？史氏追求完美，為表演藝術家描摹出一個表演出神入化的精神境界，這是虛妄專斷？還是直指表演的究竟？他的晚期作品鄙棄情緒記憶，但以另一種方式擁抱情緒感官的魅力。是的，筆者同意阿多諾的觀點，研究藝術家晚期作品的風格與樣貌，我們必須專注於作品的本身，這也是為什麼筆者在本論文中，花了相當大的篇幅針對史氏「身體行動方法」作精細三部曲的爬梳與分析研究，也特別專注多年來史氏常被忽略的一個特性，亦即，精神性層面在史氏方法中所扮演的角色。

在《論晚期風格：反常合道的音樂與文學》( *On Late Style: Music and Literature Against the Grain* ) 專書中，薩依德談藝術家在藝術生涯最後階段的經驗與特質，他寫下「晚期風格」一詞的定義：「我討論的焦點是偉大的藝術家，以及他們人生漸近尾聲之際，他們的作品和思想如何生出一種新的語法，這新語法，我名之曰晚期風格」( 84 )。接著，薩依德將「晚期風格」區分為兩種。可以確定的是，史氏的最後力作有著薩依德所言的「第一型晚期風格」的特質：「反映一種特殊的成熟、一種新的和解與靜穆精神」( 84 )。對筆者而言，史氏晚年之作的確有「一種特殊的成熟」，他揚棄導演視角的場面調度，回歸演員的身心演

技，而他那新的和解與靜穆精神係來自於對身體行動的堅定信念，和對演員與角色間無間隙「我在」交融境界的信仰。但在另一方面，薩依德書中有許多想法源自阿多諾，特別是阿多諾針對貝多芬晚期風格所發表的著名觀點「晚期作品是災難」（229），這觀點藉由薩依德專書副標題中的字眼 *Against the Grain* 表露無疑，並指向所謂第二型的晚期風格。這片語除暗示討論第二型是薩依德全書的重點，也意味著書中所討論的音樂家也好，文學家也好，都在各自的晚期作品裡，進行種種的「逆理、踰矩、反常、離經」的創作（彭淮棟 52）。<sup>30</sup> 走筆至此，筆者也不禁提問，為什麼又老又病的史氏在晚年不願再依常規或舊規行事，為什麼堅持再次成立新的研究室？甘冒政治風險，違逆社會寫實主義為人民服務的「建設性」，偷渡以「身體行動」（而非意識形態）先行的下意識或超意識出神表演境界？

在史達林（Joseph Stalin）共產政權的審查制度下，史氏崇尚「人類精神」的表達不是須隱匿，就是被刪除，而這絕非是個無關宏旨的現象。誠如卡爾尼克（Carnicke）在其專書《聚焦史坦尼斯拉夫斯基》（*Stanislavsky in Focus*）中所言，1934 年社會寫實主義成為官方唯一認可的藝術創作風格，史達林展開一輪又一輪腥風血雨的文字獄與清算鬥爭，接受在家軟禁成了史氏唯一的選項（95）。為了自保，史氏學會如何利用遁辭或潛臺詞來逃避蘇聯時期的審查，於是瑜伽作為一種身心靈的修練法和相關精神性的詞彙，便以一種隱而不顯的方式存活於史氏「體系」中（Carnicke, *Stanislavsky* 94-109）。少數詞彙，諸如靈魂、下意識、下意識的海洋、人類精神、瑜伽的氣息或呼吸（*prana*）等未被標識刪除，幸運地被保留了下來（Carnicke, *Stanislavsky* 103）。後來歷史的發展是，史氏順理成章被認證並被奉為「社會寫實主義」或「心理

<sup>30</sup> 薩依德書中討論的音樂家和文學家包括莫扎特、理查史特勞斯、貝多芬、惹內、顧爾德、藍培杜沙、維斯康提等人。

寫實主義」之父，也就不出人意表了，當然史氏的許多評論家與詮釋者也難逃此緊箍咒的束縛。<sup>31</sup>

承上所述，蘇維埃時期的審查官扭曲史氏體系來迎合當時最政治正確的馬克思唯物論。譬如說，1930年史氏即將完成專書《演員的自我修養》（*An Actor's Work on Himself*）之際，曾寫信給他的編輯古列維奇（Liubov Gurevich）表達他對審查機制的擔憂：

依我之見，這本書的主要危險是「人類精神生活的創造」（“creation of the life of the human spirit”）（吾人萬萬不可提及精神）。其他的危險包括下意識（subconscious）、發散（emanation）、內放射（immanation）、靈魂（soul）等字眼。他們該不會為了這些字眼而禁了這本書？  
（引自 Tcherkasski 17）

以當時肅殺的政治氣氛，史氏的擔憂不無道理。其實，自1920年代中期起，相關審查早已風聲鶴唳，絕大部分關於哲學、靈性與瑜伽的字眼完全自史氏的手稿與著作中消失。總而言之，史氏晚年在被軟禁的情況下，仍毫無懸念地投入「歌劇—戲劇工作室」的教學與體系的寫作，還甘冒大不諱，挑戰共產黨的社會寫實教條與美學，並顛覆共產主義的唯物意識。

又阿多諾和薩依德在談晚期作品時，總喜歡用「碎片」或「碎片性格」來形容晚期作品的本質狀態，因為這些作品往往缺乏更高的統整與

---

<sup>31</sup> 2006年，懷特（R. Andrew White）在其重要文獻〈史坦尼斯拉夫斯和羅摩遮羅迦：瑜伽和世紀之交的神秘主義對系統的影響〉（“Stanislavsky and Ramacharaka: The Influence of Yoga and Turn-of-the-Century Occultism on the System”）中，除了論及瑜伽和神秘主義對體系的影響，也指出「史坦尼斯拉夫斯基在蘇維埃意識形態的視角下，被錯誤地塑造成喜愛科學性勝於精神性的人，製造他在探索瑜伽後，將之斥為『理想主義』的錯覺」（81）。

調合。<sup>32</sup> 在這點上，史氏的晚期作品大相逕庭，因為它的強項就在身體行動貫串線與統整的表演譜。雖然「身體行動方法」的確始於「碎片」（bits or units），然而整個「作品」的核心就在統整與調合「碎片」——在經過苦心孤詣、費盡心思的鑽研後，進入下意識並成就一種「我在」的「全體性」。因此「身體行動方法」不但不是「災難性的作品」，而是一種返璞歸真的「修道性」精神探索與行動。從西方現代劇場史觀而言，史氏的「身體行動」洞見是相當具有現代前瞻性與原型意義的排練與表演美學形式，他的方法是一種以演員為中心的身體行動思維。除了現代性與原型意義，對梅林（Merlin）而言，史氏的作品同時兼具開放性與解放性，「因為身體行動能以無限的序列與組合的樣式展現，每位演員均有扮演極大數量角色的潛力。也許以下是身體行動方法最大的好處：它提供一種簡易的手段來拓展演員的劇目」（Konstantin Stanislavsky 32）。

為了能解決情緒展演與詮釋的難題，史氏多方嘗試，最後轉向「身體行動方法」；這是一種史氏晚年所確立的排練技術，此法係以身體行動為主體的排練和表演過程，而情緒是經由行動帶動所產出的精煉產品。此法的巧妙之處，在於行動的過程中，演員逐漸掌握了所扮演角色的內在動機，從而激發了引起這些行動的情感和思想。在這種情況下，演員不僅了解他的角色，而且抓得住角色的情感，最後演員與角色交融合一，這是舞臺創意工作中最重要的一環。於是，表演的製程從「記憶情緒」加上「場面調度」，轉移到以「身體行動」為啟動整個角色排練程序和角色互動的主軸。「身體行動」是一連串連結其他同臺演員的小動作，更是引發角色「內在情緒」與「內在精神」不可或缺的步驟。角

---

<sup>32</sup> 薩依德寫道：「它們不合任何圖式，無法調和、解決，因為它們那種無法解決、那種未經綜合的碎片性格是本乎體質，既非裝飾，亦非其他什麼事物的象徵。貝多芬的晚期作品顯現的其實是『失去全體性』（lost totality），因此是災難性的作品」（92）。

色則成了「身體行動方法」水到渠成的傑作。至此，史氏早先「以角色為中心」的「情緒記憶」完全退位，「以演員為中心」的「表導演之道」崛起。

至於「身體行動方法」的表演是否有效成功的問題，對史氏而言，此法從演員自身出發，有賴演員的專心投入，細心完成身體行動貫串線，並在融入劇本時，不時主動分析、修正與調整，逐漸趨近角色，最後創造出「我中有角色，角色中有我」的「我在」創意狀態。在照亮表演的這一剎那，角色從演員主體控制的幻覺中解放，解放出來的演技超脫了演員的意識，進入下意識的海洋，角色得著了自己的生命與動作。相較於之前的表演程式和情緒記憶，筆者認為「身體行動方法」的確較可靠，因為藉由身體行動所引發的情緒似乎更有機、更自然且更水到渠成。所建構的表演譜因經過多次的分析檢討與操作演練，在邏輯結構與流暢度上也更為縝密合理。

史氏的晚期作品——「身體行動方法」——應被視為是一個「正在創作中之作」或「未完成之作」（work in progress）。這作品的精華就是整個排練技術施作的過程；這有機發展的過程能隨著演員的個性與天分及整個劇團的互動發展出多種可能性與風格。此法逆轉傳統排練程式，雖稱不上石破天驚，走基進前衛的路線（如後來亞陶（Antonin Artaud）的「棄絕傑作」與身體劇場），但也算得上是基進創新，清楚表明不願和失控的歇斯底里情緒為伍，也不願和陳腔濫調的表演和稀泥的態度。如果我們單純從排練工法與技藝來衡量，這晚期作品的工法細膩繁複、不斷進行一輪又一輪去蕪存菁的工作，對演員的心性與演技都是一大考驗。此法無法容忍過多演技的妥協，有史氏一貫的執拗與堅持。

對筆者而言，「身體行動方法」是史氏的「天鵝輓歌」或「絕唱」（the Swan Song），既代表史氏的終身成就，也絕對是史氏對表演藝術的「頌歌」（Ode）。此種新的演員技藝訓練同時解放了演員與角色，讓兩者交融得更天衣無縫，幫助演員更全心投入地演繹角色，表達出撼動人心的情緒張力。史氏對於寫實主義表演形式的不耐、對舊有表演程式的質疑促使他不斷思考與實驗，並在晚年付諸行動以「身體行動方法」完善體系，整個過程所展現的是史氏長年鏗而不捨的精神、不時內觀、反躬自省的習性和擇善固執的勇氣。史氏以下的話語為「身體行動方法」下了完美註腳：

你也看到這些簡單的行動需要我們把場景再細分為單元和目標，我們必須在我們的行動與情感中去推演一種邏輯、一種協同一致性。我們必須找出它們的真理，建立我們對它們的信心，我們的「我在」意識。但去成就這一切，我們並未坐在桌前、埋首書堆；我們未以手上的鉛筆切割劇本——不，我們持續待在舞臺上並表演；我們以我們自己的天性，在我們的行動中探索搜尋任何能推進我們目標的事。（*Creating* 238-39）

的確，史氏晚年的作品主張以演員的「身體行動」取代「坐在桌前」（進行曠日費時的深度討論、劇本研習和角色分析等，或想像自己「走入角色的家與內心世界」）。此法也擺脫情緒記憶的宰制，因為早先史氏已因契訶夫的案例，看出情緒記憶的限制，以及情緒不受意識、意志或大腦使喚的問題。契訶夫（Michael Chekhov）是史氏認可最聰明傑出的學生之一，他在史氏的指導下學習表演、導演並研究了史氏的

「體系」；有一次在契訶夫嘗試了情緒記憶並經驗了情緒崩潰後，史氏看到了情緒記憶的缺失與侷限性（Carnicke, *Stanislavsky* 153）。除此之外，個人情緒的聯想常會影響並威脅演員對劇本的專注力，將「演角色」和「演自己」搞混。史氏也質疑先前花大量時間進行「劇本討論」與「角色分析」的重要性，因為這些做法會讓演員的身體與情感受大腦制約，進而拖延甚至壓抑創意情緒的啟動。於是乎史氏晚年以「主動分析」取代「角色分析」，演員持續待在舞臺上，以即興創作的行動，探索角色舞臺空間的家與舞臺上的內心世界，並以個人真摯的本性詮釋劇本、角色與臺詞，如此一來除了順利解決創意情緒斷裂或過與不及的問題，也巧妙地解決了場面調度的問題。

史氏的角色功課稱得上是種自我的「內外雙修」（“*an internal and external analysis*”；*Creating* 239），既是發掘自性，也是成就角色的法門。演員與角色的「我在」交融成了「身體行動方法」水到渠成的傑作。至此，史氏早年以「導演為中心」，嚴格編排演員的每個手勢，並對所有戲劇元素進行嚴格且詳盡控制的階段已遙遠；接著，以「角色為中心」的「情緒記憶法」也完全退位；在晚年，以「演員為中心」的「身體行動演員角色交融之道」崛起。除此之外，史氏還持續運用「魔幻假如」（“*magic if*”），讓演員發展出更多的表演程式組合與套路；透過反覆操練，演員無形中拓展了自己的戲路與可扮演的角色類型。此種新的演員技藝訓練解放了演員與角色的同時，也解放了導演，讓導演不必如統帥般神經兮兮地掌控全局、發號司令，或以自己的觀點教導演員如何去詮釋一個角色，而是以一個協助者的角色，亦師亦友地幫助演員主動分析、進入狀況並體驗「活角色的生」。

儘管「身體行動方法」的好處多多，也不乏親炙史氏的學生提供強而有力的見證，但劇場界或學界對此法仍有眾多雜音和詮釋，也包括

不少斷章取義、不解和誤解。<sup>33</sup> 某個程度而言，這樣的現象似乎不難理解，因為史氏的「身體行動方法」觸及和涵蓋所有演員創造力和成就精湛演技的問題，不論是身體、心理、情緒、行動、口條、詮釋、我在、自性、下意識／超意識和活角色的生等。但此法並非演技的原則或教條，有固定的標準和真理，一切端看演員「體現排練」（*embodied rehearsal*）的結果。透過此法成就精湛演技是一動態學習和自我認識的過程，但不可或缺的是要有如史氏般鍥而不捨和努力不懈的精神。

對筆者而言，史氏一路走來、始終如一，一樣的堅持到底、一樣的努力不懈、一樣的追求完美、一樣的堅定虔信。晚期的「身體行動」表演譜和貫串線跟史氏早年使用的「場面調度」大異其趣，建構的方式完全相反，前者先身體行動再完善臺詞情緒，後者先劇本研究、演練臺詞情緒再完善身體行動。不論早期或晚期，史氏對細節的講究始終如一，即使到了晚年，他對細節的執念，甚至是偏執，絲毫看不出有任何放鬆的跡象。在 1935 年 11 月 17 日對「歌劇—戲劇工作室」學生授課時，史氏不時以強烈且堅定的語氣要求學生：

你必須喚醒每一件事，直到盡頭，每一個細節。甚至最小的日常細節都必須對現實忠實。移除所有的謊言……但在生活中這東西是什麼樣貌？經常性地比較。每一個行動有

<sup>33</sup> 卡爾尼克（Carnicke）在其專書《聚焦史坦尼斯拉夫斯基》中，點出史氏「體系」如何在 1950 年代經由史特拉斯堡（Lee Strasberg）和其「演員工作室」（Actor's Studio）的推廣下逐漸轉變為「方法演技」（Method Acting）的歷程。根據卡爾尼克的研究，史特拉斯堡的「方法演技」採用佛洛伊德結合巴夫洛夫的角度來詮釋史氏的理論與實踐，總是試圖將史氏受瑜伽洞見所研發的「體系」限制在「大眾心理學」的範疇之中，刻意壓抑其中的瑜伽精神層面（*Stanislavsky* 167）。如史特拉斯堡（Strasberg）所述，「我發現操練禪宗、瑜伽、冥想等的人會在他們個人的生活中得到助益，但這樣的訓練不會幫助他們在演戲中表達自己」（105）。「方法演技」過度強調情感記憶（*affective memory*）的作法，證實「方法演技」的偏頗之處，這與「體系」觀照身心的「身體行動方法」，有著顯著的不同（Carnicke, *Stanislavsky* 148-66）。卡爾尼克也指出原始俄語文本內容在英語劇場工作者的誤讀、誤譯與編輯操弄下，瑜伽概念與實踐變得支離破碎、面目全非，造成理解與操作真正史氏思想之間的鴻溝（*Stanislavsky* 76-93）。

它所需的時間，只要它需要被完成。每一件事必須完全地真實，從開始到結束。不要一開始就尋找一個大真理，要透過行動中的小真理來尋找大真理。（引自 Moschkovich, “Part 2” 11; KS 21144）

史氏在 1906 年經歷生涯危機的前幾年就已對寫實主義劇場感到失望與不耐。<sup>34</sup> 相對於早年寫實主義所在意的是與外在世界擬象的連結，晚年的細節則跟演員個人的內在情感與精神生命息息相關。對史氏而言，細膩的行動、身體意象和真誠意圖裡頭蘊藏著大大小小的真理。從精緻的小任務、小真理來啟動並深化表演與詮釋，最後它們逐漸集結成觀照全劇的「超級任務」和大真理。隨著外在身體行動貫串線的體現與建構，內在情感行動線也亦步亦趨，兩者合體趨近角色，成就演員的「我在」與「活角色的生」。晚年的史氏因著「身體行動方法」挑戰習俗慣例，另闢蹊徑，成就獨特的現代性，以「體驗劇場觀」取代、顛覆自柏拉圖和亞里斯多德以降，支配西方戲劇與劇場思維與操作方式的「再現戲劇觀」，並為那進入下意識海洋的表演化境深情背書。

## 六、結論

歌劇—戲劇工作室的成果是史氏真正的遺囑。在主要的劇校，這個遺產從一位老師傳承給另一位老師，且一個

---

<sup>34</sup> 在《我的藝術生活》（*My Life in Art*）一書中，史氏透露早在 1904 年，他就感覺倦勤、創意枯竭和疲態畢露。有憂國憂民個性的他，也為當時劇場的表、導、演境況憂心忡忡。當時史氏正忙於製作梅特林克（Maeterlinck）的作品《盲人》（*The Blind*），製作方面的困境讓他有感而發，覺得劇場的社會與心理寫實主義已遇到瓶頸，甚至走到盡頭——是到了另闢蹊徑的時候了。《我的藝術生活》一書忠實地記錄這段心路歷程：「我開始更痛切地感覺到，我們的劇場已經走進了死胡同。沒有新的道路，而舊的道路都快速地毀損殆盡」（263）。

訓練傳統早在他著作全集出版前，就已創建。

——貝內代蒂，《史坦尼斯拉夫斯基和演員》<sup>35</sup>

在每場演出前，不僅需要給肉體化妝，精神也需要上妝。在創造之前，必須知道怎樣進入那種精神氛圍的殿堂，只有在那種殿堂中才有可能創造。

——史坦尼斯拉夫斯基，《我的藝術生活》<sup>36</sup>

史氏性喜思辯又擅於文筆，從踏入劇場起，便養成紀錄大小事的習慣，因此他的筆記本中充斥著他對戲劇演出和製作等疑難雜症的批判性觀察和金句格言。《演員的自我修養》（*An Actor's Work on Himself*）三部曲、「體系」和「身體行動方法」的出現，係植基於史氏多年來分析、觀察和自我批判的習慣。史氏晚年的身體病痛並沒有帶來雜念、雜音、反常與災難，有的是他對表演極致境界和精神性探索一貫的堅持，對劇場藝術讓人動容的投入與用心，和對體驗「活角色的生」讓人讚嘆的執著。莫斯科維奇（Moschkovich）以驚異的口吻寫道：「回顧史氏先前的立場是相當有趣的，在 1930 年代的後半期，它們依舊相似，特別是關於作為演員創作最重要因素的下意識」（“Part 2” 10）。而這下意識就是展現靈感創意所不可或缺的，具「精神氛圍的殿堂」（Stanislavski, *My Life* 461）。

本論文透過爬梳資料來了解史氏晚期「身體行動方法」的實驗與操作實況，我們獲得一個印象——史氏是一位有強烈執念的人。自 1906 年始，他窮後半輩子之精力尋求一種融合身心靈和情緒的表演方式。早年他著重文本、角色分析及場面調度，接著一度對情緒記憶

---

<sup>35</sup> 引用自 *Stanislavski and the Actor*，第 xii 頁。

<sup>36</sup> 引用自 *My Life in Art*，第 461 頁。

相當熱衷，中晚年他開始對先前的排練與表演方法多所質疑。1900年代初期，他相信人類的真實情感是出神入化演出不可或缺的要素，任何資賦優異的演員只要能找到對的情緒觸點，便能夠啟動情緒做完美展演。1912年第一工作室的啟動實踐了「體系」的初步構想；多年來，史氏宣揚並教導情緒記憶、想像力、敏銳的人生觀察力和角色分析力等四個要素能觸動真實情感。其後第一工作室學員在西方世界（特別是在美國）的推廣與傳播讓史氏早期的訓練方法和情緒記憶徹底征服、改變歐美的演員訓練方式。但隨著時間發展，史氏發現情緒任性多變，很難收放自如，於是思索改變訓練的程式與配方。隨著「歌劇—戲劇工作室」在1935年的掛牌運作，史氏希冀透過「身體行動方法」的教授與實驗開創演員訓練與表演的新局，並完成他自己的最終遺願。

風燭殘年的史氏，在死亡陰影的籠罩下，放手一搏，所為何來？一來他希望晚期作品能突破意識形態枷鎖的重重限制，獲得劇場人的認可與推廣；二來他誠實以對，認真面對自己所經歷的「體驗」（“*perezivanie*”）真理，不忌憚自我修正與否定，嚴厲抨擊先前自己推動的情緒記憶方法；三來，從以前到現在，他一直對角色的生與死相當在意，先前角色的死引發了他的職涯危機，故透過「身體行動方法」體驗「活角色的生」成了他的執念。對筆者而言，晚年史氏心中揮之不去的並非自己死之將至，而是自己所經歷的角色之死；所以他總是念茲在茲、苦口婆心地提醒門生不要忘記追求表演之道的極致——亦即，要穿越下意識的闕限門欄，讓自己浸淫在下意識「我在」的創意海洋，體驗「活角色的生」。

史氏稱這些出神忘我的演出時刻是一種「**體驗的藝術**」（the *art of experiencing*），獨立於演員意志之外；發生時，演員全然不知自己如何感覺、自己在做什麼，一切發生地那麼自然、那麼不受控制，卻又是演

技境界的關鍵時刻 ( Stanislavski, *Actor's Work* 17 )。「體驗活角色的生幫助演員實現基本目標，亦即，人類精神生活的角色創造和這種生活以舞臺藝術的形式交流溝通」，史氏的替身托爾佐夫解釋道 ( Stanislavski, *Student's Diary* 19 )。<sup>37</sup> 對史氏而言，「身體行動方法」既是一種「體驗的藝術」，也是一種「體現實踐」 ( embodied practice )——根據「體現分析」 ( embodied analysis ) 獲得「體現知識」 ( embodied knowledge )，建構「體現表演譜」 ( embodied score )，最後「體驗活角色的生」。這方法同時兼具技藝性與精神性，因史氏在訓練與教育演員的同時，不只著重其專業技藝的精進，也強調精神與靈性的成長。

史氏晚年專注並享受研發戲劇創作之過程，他知道製作的成果不是一蹴可幾，而是仰賴創作者或表演者經年累月的用心投入，唯有如此才能體驗「活角色的生」。他覺得排練初期過多的智性討論會使演員感到困惑、束手無策，因此在晚期創作方法的探索中，他讓演員專注於身體行動，即興發揮腳本所呈現的戲劇性場景，經過多次演練摸索出最佳表演細節，最後逐一串接，形成表演譜。相較於早期的情緒記憶，晚期史氏鼓勵演員專注於身體行動以誘發適當情緒反應，新的方法使演員更能掌握角色的身體動態、瞬間心情細節，及其個性與觀點。筆者認為史氏晚期作品的風格並不乖張、詭異，然由簡易行動入門，逐步連接貫串，從小、中、大到超級任務，最後到表演譜的完成，這過程需要縝密的邏輯思考、主動分析與精神性探索，此特質在當時的蘇聯顯得格格不入、不合時宜，是因為此法無法苟同和見容於當時受共產黨教條宰制的社會寫實主義。再者，這晚期作品一點也不滿目瘡痍，反之

---

<sup>37</sup> 在《演員自我修養》一書中的第一部，也就是〈第一年：體驗〉 ( “Year One: Experiencing” ) 的第二章〈舞臺即藝術和十八般武藝〉 ( “The Stage as Art and Stock-in-trade” ) 中，史氏曾數度提到「人類精神生活」 ( “the life of the human spirit” ) 這個詞彙，請見貝內代蒂 ( Benedetti ) 最新編譯的《演員的自我修養：一位學生的日記》 ( *An Actor's Work: A Student's Diary* ) 第 16-36 頁，特別是頁 19-20 和頁 23-24。

它展現（甚至是諭示）某種以身心合一演技為演員核心訓練項目的「現代性」。它以演員為中心的設計與思維提供了二十一世紀的表演者、劇場工作者一絕佳且適切的實驗、排練與表演工具選項，幫助他們突破現今商業演出的框架，超越公式化的規矩，形塑個人風格演技並大膽創新。

貝內代蒂在他的著作《史坦尼斯拉夫斯基和演員》（*Stanislavski and the Actor*）一書中，為史氏蓋棺論定，主張「歌劇—戲劇工作室」的課程與工作是「史氏真正的遺言」（xii）。對筆者而言，這晚期之作絕對是「史氏真正的遺產」，是史氏畢生奉獻劇場藝術的冠冕，也是集其一生創作經驗之大成的「絕技」（*tour de force*）與「絕唱」（*the Swan Song*）——儘管本質上它永遠是「正在創作中之作」或「未完成之作」。它所引起的震盪，時至今日，依舊餘波盪漾。

我們不要忘了史氏跟瑜伽的深厚淵源。切爾卡斯基（*Sergei Tcherkasski*）在其專書《史坦尼斯拉夫斯基與瑜伽》（*Stanislavsky and Yoga*）中論證，史氏對瑜伽的興趣與實踐可以追溯到他的整個職業生涯，即使是在國家機器審查制度的打壓下亦不改其志（114）。切爾卡斯基在該專書中所提出最重要的主張即是：「今日瑜伽與史坦尼斯拉夫斯基體系的結合——無論是有形地或無形地——決定了俄羅斯乃至全世界的當代演員訓練和劇場實踐」（114）。

歷經一輩子日以繼夜充滿自省精神的表導演、學思和筆耕工作，史氏於1938年8月7日辭世，其晚期遺作在其眾多門生與學者專家各取所需的詮釋與操作下呈現多元面貌。在臺灣，常被提及的版本是葛羅托斯基（*Jerzy Grotowski*）的「身體行動方法」。相較於史氏的版本，葛氏的方法另闢蹊徑、自創一格。為了替自己辯解，葛氏說了段相當耐人尋味的話，筆者覺得這段話替史氏晚期風格下了完美註腳：

在史氏「體系」之後，他的「身體行動方法」降臨。你是否認為史氏會就此打住？不，他死了。**這是他為什麼停下來的原因。**我只不過是**繼續他的研究**。這也是為什麼一些俄國人說「葛羅托斯基是史坦尼斯拉夫斯基」：這是因為我**延續**史氏的研究，而非**僅僅只是重複**他已經發現的東西。

（引自 Richards 105）

史氏的「晚年之死」有其「不可超越性」、「深度」與「厚度」，突顯出他實驗創新的精神和那冥頑不化的堅持——堅持作好戲、導好戲和完全入戲，繼續研究、不重複自己。當然，史氏之死也有其「不可逆性」與「決定性」，烘托出史氏的終身成就和鞠躬盡瘁、死而後已的精神。在〈這是種出神的技術〉一文中，鍾明德舉證史氏所強調的進入「創意狀態」的三個要點（包括肌肉的放鬆、注意力的專注和內在的真實與真理感）跟葛氏的「出神技術」三大元素（包括鬆沉、專注和內觀）幾乎同出一轍（140）。儘管如此，葛氏在技巧、美學和表演目標上和史氏相當不同，畢竟史氏的「身體行動方法」有其時代性與現代性，仍相當的劇本和角色導向，而葛氏的「藝乘」（art as vehicle）則完全超脫了戲劇與劇場的範圍。

經過本論文的爬梳與分析，筆者希望史氏的意志、精神和他的晚期作品與風格能越顯清晰，然而不可避免地，這「未完成之作」仍有許多細節與疑點留待我們繼續探索、開發、研究與實驗——秉持史氏的精神。

## 引用書目

### 中文

史坦尼斯拉夫斯基。《我的藝術生活》。瞿白音譯，書林，2006。

阿多諾。《貝多芬：阿多諾的音樂哲學》。彭淮棟譯，聯經出版社，2009。

史坦尼斯拉夫斯基。《演員自我修養第一部》。林陵、史敏徒譯，中國電影出版社，1985。

彭淮棟。〈譯者序：反常而合道：晚期風格〉。《論晚期風格：反常合道的音樂與文學》，薩依德著，彭淮棟譯，麥田出版社，2010，頁 47-62。

鍾明德。〈意／Impulse 的鍛鍊：三探史坦尼斯拉夫斯基的「身體行動方法」〉。《戲劇學刊》，第 24 期，2016 年，頁 171-95。

——。〈這是種出神的技術：史坦尼斯拉夫斯基和葛羅托夫斯基的演員訓練之被遺忘的核心〉。《戲劇學刊》，第 16 期，2012 年，頁 119-52。

薩依德。《論晚期風格：反常合道的音樂與文學》。彭淮棟譯，麥田出版社，2010。

### 英文

Benedetti, Jean. *The Art of the Actor: The Essential History of Acting, From Classical Times to the Present Day*. Methuen, 2005.

———. “Glossary of Key Terms.” *An Actor’s Work: A Student’s Diary*, Routledge, 2008, pp. 682-84.

———. *Stanislavski and the Actor*. Methuen, 1998.

- . *Stanislavski: His Life and Art*. Methuen, 1999.
- . *Stanislavski: An Introduction*. Methuen, 1989.
- Carlson, Marvin. *Theories of the Theatre: A Historical and Critical Survey from the Greeks to the Present*. Cornell UP, 1993.
- Carnicke, Sharon Marie. *Stanislavsky in Focus: An Acting Master for the Twenty-First Century*. Routledge, 2009.
- . “Stanislavsky’s System: Pathways for the Actor.” *Twentieth-Century Actor Training*, edited by Alison Hodge, Routledge, 2000, pp. 11-36.
- Chushkin, N. Foreword. *Stanislavski in Rehearsal: The Final Years*, by Vasilii Osipovich Toporkov, translated by Jean Benedetti, Routledge, 1998, pp. 11-18.
- “Electrotheatre Stanislavsky.” *Wikipedia*, 26 May 2021, [en.wikipedia.org/wiki/Electrotheatre\\_Staniislavsky#cite\\_note-6](https://en.wikipedia.org/wiki/Electrotheatre_Staniislavsky#cite_note-6).
- Gauss, Rebecca B. *Lear’s Daughters: The Studios of the Moscow Art Theatre 1905-1927*. Peter Lang, 1999.
- Magarshack, David. *Stanislavsky: A Life*. Faber and Faber, 1986.
- Merlin, Bella. *Beyond Stanislavsky: The Psycho-Physical Approach to Actor Training*. Nick Hern Books, 2001.
- . *The Complete Stanislavsky Toolkit*. Drama Publishers, 2007.
- . *Konstantin Stanislavsky*. Routledge, 2003.
- Moore, Sonia. *Stanislavski Revealed: The Actor’s Guide to Spontaneity on Stage*. Applause Theatre Books, 1991.
- Moschkovich, Diego. “Approaching Stanislavski’s Work at the Opera-Dramatic Studio. Part 1.” *Stanislavski Studies*, vol. 8, no. 2, 2020, pp. 1-14.

- . “Approaching Stanislavski’s Work at the Opera-Dramatic Studio. Part 2.” *Stanislavski Studies*, vol. 9, no. 1, 2020, pp. 1-15.
- Ramacharaka, Yogi. *Raja Yoga; of Mental Development*. Yogi Publication Society, 1906.
- Richards, Thomas. *At Work with Grotowski on Physical Actions*. Routledge, 1995.
- Stanislavski, Constantin. *An Actor’s Work on a Role*. Translated by Jean Benedetti, Routledge, 2010.
- . *An Actor’s Work: A Student’s Diary*. Translated and edited by Jean Benedetti, Routledge, 2008.
- . *Creating a Role*. Translated by Elizabeth Reynolds Hapgood, Eyre Methuen, 1984.
- . *My Life in Art*. Translated by J. J. Robbins, Meridian Books, 1956.
- Strasberg, Lee. *A Dream of Passion: The Development of the Method*. Little Brown and Company, 1987.
- Tcherkasski, Sergei. *Stanislavsky and Yoga*. Translated by Vreneli Farber, Routledge, 2016.
- Toporkov, Vasily Osipovich. *Stanislavski in Rehearsal: The Final Years*. Routledge, 1998.
- White, R. Andrew. “Stanislavsky and Ramacharaka: The Influence of Yoga and Turn-of-the-Century Occultism on the System.” *Theatre Survey*, vol. 47, no. 1, 2006, pp. 73-92.
- Whyman, Rose. *The Stanislavsky System of Acting: Legacy and Influence in Modern Performance*. Cambridge UP, 2008.