

演员自我修养



[演员自我修养_下载链接1](#)

著者:[苏]斯塔尼斯拉夫斯基

出版者:生活·读书·新知三联书店

出版时间:2018-6

装帧:

isbn:9787108062338

作为世界三大表演体系之一，斯氏体系包含很多非常实用的影视剧、戏剧表演技巧，如今成为世界各地培养演员非常重要的教学方法，是我国中央戏剧学院、北京电影学院等表演专业教学的基础理论。

我们熟知的很多好莱坞著名演员，如马龙·白兰度、詹姆斯·迪恩、保罗·纽曼、罗伯特·德尼罗，以及史上获得*多奥斯卡提名与金球奖奖项的梅丽尔·斯特里普，都曾在纽约一个著名的演员讲习所接受表演训练。那里传授的“方法派表演”即是从斯氏体系发展和改造而来。

北京人艺、中国青年艺术剧院、上海人民艺术剧院等中国的优秀艺术团体也深受斯氏表演体系的影响，将现实主义演剧方法运用到舞台实践之中。

作者介绍:

斯坦尼斯拉夫斯基（1863—1938）

俄国著名演员、导演、戏剧教育家和理论家。在莫斯科艺术剧院长期从事创作，一生导演和担任艺术指导的话剧和歌剧共有120余部，并扮演过许多重要角色。结合个人的表演和导演经验，继承俄罗斯现实主义美学传统，借鉴西欧戏剧表演的理论和方法，历时三十多年，创立了以“心理体验”为核心的现实主义表演体系，即斯坦尼斯拉夫斯基体系，成为与布莱希特、梅兰芳并列的世界戏剧体系的奠基人。后期全力投入戏剧实验教学与理论总结，著有《我的艺术生活》《演员自我修养》等书。

郑君里

著名电影演员、导演、电影理论家，学养深厚，被誉为“全能型的电影大师”。18岁开始艺术生涯，21岁以精湛的演技被评为“中国十大电影明星”，后改行做导演，执导了《一江春水向东流》《林则徐》《乌鸦与麻雀》《枯木逢春》等优秀影片。在导与演之外，致力于电影、戏剧理论的翻译和著述。其中，《现代中国电影史》《演技六讲》《演员自我修养》《角色的诞生》《画外音》等，都是戏剧和电影领域的殿堂级读物。所译《演员自我修养》，首次将斯坦尼斯拉夫斯基体系引入中国。“文革”中遭受迫害，1969年病逝于监狱。

章泯

著名戏剧、电影教育家。精通导演、表演、编剧和理论，深谙艺术教育。在致力于戏剧实践的同时，孜孜不倦地译介和研究戏剧理论，是我国最早介绍斯坦尼斯拉夫斯基者之一。与郑君里合译了《演员自我修养》，并将所译部分章节作为表演课教材。曾导演《娜拉》《钦差大臣》等名剧，轰动上海剧坛。著有《悲剧论》《喜剧论》等。

目录:

[演员自我修养 下载链接1](#)

标签

郑君里

演员的自我修养

@译本

三联@北京

电影

学杂

评论

因星爷知道这本书，为了在火车上看所以买的。但读起来相当费劲，都是一些说教，十一期间买的，直到现在才勉强读完。倒是这个译本挺有趣的，电影中的译本没有买到，这个看了下后记，竟然是民国时代就译出来了，查了查译者，都是当年的名导演。

【2019第61本】世界三大戏剧表演体系——斯坦尼斯拉夫斯基体系、布莱希特体系、以梅兰芳为代表的京剧表演体系。ps.周星驰说这书他就读了30来页。

青年人必读，我认为。不只是演员或文学家艺术家，所有一直在人间寻找自己座位、东张西望辨别所处环境的人；分不清应该和必须，穿着不合身衣服的人；把自己和“他们”搞混的人；总之，能看懂这本书五分之一以上的人，都该读这本书。
它不止能教我们怎么演好自己，更基础的，还能让我们辨别出自己一直以来演的是谁。另外这本书的形式活泼，没有高高在上。

1.看了很多年的周星驰，来看一下演员的自我修养。2.斯坦尼斯拉夫斯基体系第二卷。

译文实在是糟糕。。。

快速阅读。杂乱的想法有：一、组织了过往通过看片得到的一些对演技的认识。二、目前认为人生的意义在于“体验更多的体验”，而书中描述的那些表演的细节，是不是能够让我由想象变成幻想，进而更快捷地去体验那些没有过的体验呢？三、自己的快速阅读能力还是有待加强，但是时间不多，只能继续尝试以速度为主，理解为辅。

门外汉的我理解起来比较困难，但总体来说这本书还是不错的。

190715 第4、9、13章值得反复阅读。

[演员自我修养 下载链接1](#)

书评

[演员自我修养 下载链接1](#)