

## 目錄

名人推薦 8

推薦序 更高層次表演的自我提升 耿一偉 11

推薦序 表演中的轉化——20世紀與21世紀的麥可·契訶夫  
烏瑞希·梅耶-霍許 (Ulrich Meyer-Horsch) 13

譯序 表演作為一種技藝 白斐嵐 19

導讀 跨越時空的藝術理想與堅持 程鈺婷 21

前言 31

給讀者的話 34

**1** 演員的身體與心理 37

**2** 意象之想像與體現 55

**3** 即興與群體 67

**4** 氛圍與個人感受 79

**5** 心理動作 93

**6** 角色與角色塑造 113

**7** 個人創作特性 121

**8** 演出結構 129

**9** 表演的各種類型 155

**10** 如何進入角色 163

**11** 總結筆記 183

**12** 即興範例 189

附錄

麥可·契訶夫「心理動作」技巧實務運用導引 209