

## 此文是2020年5月30日于中国上海举办的“上海高校国际青年学者论坛-戏剧影视专场”演讲稿

亲爱的朋友们：

我很高兴也很荣幸来到这里。感谢何教授、感谢黄院长以及感谢上海戏剧学院所有的同事老师、各位翻译、工作人员，还有学生们。感谢你们在过去两年里对我亲临上海工作的支持，感谢你们支持本学期我的线课程。我期待回到上海。

以言语（而非唱歌）为基准进行的声音训练在中国是一项新的事业探索，我很高兴可以参与其中。

我希望把言语声音训练，特别是我的菲茨莫里斯声音训练(我将称之为“菲氏声训”)作为表演训练的必要基础，而非辅助技能。虽然我最初接受的是传统的西方训练体系，但我和其他“菲氏声训”的老师拥有多重起源，包括我本人来自亚洲（出生在印度）。结合多年来我一直感兴趣的许多相异又相关的领域，这一切反过来延展出众多具有分形价值的内容。我一直鼓励所有“菲氏声训”的老师，现在鼓励我们这所新成立的非营利性机构——菲茨莫里斯声音训练机构，我支持我们的老师运用“菲氏声训”的诸项原则和手段追求自己的创作兴趣。

1906年，埃尔西·福格蒂将意大利歌剧演唱家对美声唱法的实践带给英国演员，并在伦敦成立中央演讲与戏剧学院（以下简称“中央”）。我自小师从芭芭拉·本齐以及西塞莉·贝瑞两位老师，两人都是“中央”的校友。我17岁到20岁的阶段是“中央”的一名学生，后续在“中央”开始教学生涯，后来和丈夫还有两个儿子移民到美国。

当我和茜茜莉·贝瑞一起在“中央”任教时，我的丈夫戴伟·科祖贝在1965年向我介绍了威廉·赖希的研究。赖希已经独立地发现并实现了一种管理自发性自主身体震颤的方法，其目标是确保健康身心的自我调节和平衡整合。我的目标是综合了赖希的发现以及我的古典声乐训练——试图放松对呼吸造成的身心障碍（呼吸，作为发声的能量之源是至关重要的）。此震颤也会提高谐波共振，加强感知深度、清晰心智、强化有效自发性，它也有助于保持个人的平衡和完整。

我的学生从70年代早期就开始教授“菲氏声训”（也被称为“解构/重建”）。自90年代以来，我一直在正式地培训教师。在过去的50年里，这项工作得到迅速发展，现在已经在六大洲开展教学活动。我很高兴去年有两名来自上戏的教师——周艳霞和宋颂老师成为认证教师，第三名教师也在进行中。下周，我们将启动全新的在线培训小组，其中有两名上戏的教师，以及另外两名与上戏关系密切的中国专业人士。

此训练的原则之一是本方法没有所谓的正确或错误方法。这是一场师生彼此在关系中进行全新探索的过程。

今天有六位“菲氏声训”的老师计划和我们一起参与论坛，他们都非常渴望在这个论坛上展示他们的工作进程。

杰夫·莫里森来自纽约曼哈顿玛丽山学院。他因为受伤，此次没办法参加论坛。他参与撰写了一篇有关“菲氏声训”语境历史的文章并发表于《声音与演讲评论》。这篇文章强调了另一项重要的“菲氏声训”原则：即便教师透过解构、重建、在场感和表演这些相关技巧进行教学，但是“非等级性、注重体验而非结果导向”却是教学核心。

阿丽达·碧维克是斯洛文尼亚卢布尔雅那大学副教授，和其他人一样，她把“菲氏声训”引进到不同的语言环境以及不同的文化，特别是她的母校——戏剧、广播、电影电视学院。在这里，她证明了“菲氏声训”创意的适用性将演员的身心带入流动状态，对自我和他人 在场感进行敏感觉察，而不去考量规定场景的（演员）个人自我。

朱莉·福，来自美国康涅狄格大学。她一直持续研究达德利·奈特研发的演讲研究。达德利·奈特在1979年中期至80年初跟我学习，然后从他一开始强调“好”以及“正确”的发音的方法转变成在口腔内定位“菲氏声训”的训练原理，例如：“没有好或坏的声音”。我们寻求最大限度的灵活性、可塑性以及集中的力量，以培养辅助技巧对表达、口音或方言进行智慧及恰当的甄选。很多时候，恰当的选择是非常具体的。

萨拉·马切特博士，来自南非开普敦大学。她将我们的训练方法直接引入她的剧团公共演出——母语项目。在此项目中，排练过程中综合呼吸和感、呼吸和知觉、呼吸与情感、呼吸与画面之间的关系，从而形成反射性身体冲动，辅助多重积极言语表达、培养对完全具象设计的文本进行想象与记忆。

林恩·沃森，在美国马里兰大学巴尔迪默分校进行本科生教学，同时对众多专业作品进行培训。她在科学及研究领域拥有独特天赋，已经发表了两项资助试点研究(更多研究正在计划中)，细化研究了关于“菲氏声训”的能效和健康福祉。在运用震颤训练进行“解构”后对大脑进行核磁共振扫描，结果显示认知功能——包括语言、听觉处理、注意力集中和执行操作——均有提高。

洛杉矶私人表演工作室的莱恩·欧西亚在过去的几个月里继续在网上进行她的入门及高级课程。她发现，网络媒介最适合近距离观察身体动作由此关注了另一项“菲氏声训”的原则——省力原则。这部分需要老师和学生进行细致入微的观察。

对我来说，在线教学是一次全新的探索：这是“菲氏声训”原则——“要教导你面前这个人”——一种新迭代。因为学生们在你面前，但同时也不在你面前。

有时他们会关掉摄像头，实际上是离开了课堂，或者把摄像头当镜子照，将私人时刻完全暴露在众人的注视下，整理头发或调整面部表情。在戏剧制作和排演这一传统的集体现场性的行业里，要克服孤独感是很困难的。作为一个讨厌技术的勒德分子（译注：勒德分子即反对机械化或自动化的人），我强烈依赖于他人的帮助。然而，我相信这个学期并没虚度。我每周都会看到一些有意思的现象，听到学生们提出一些有趣的问题。此外，我们还运用了对当代演员有用的技巧，例如考虑摄像头角度、录音及视频编辑，有效地创作有一定时长作品，日后学生可以用作试镜片子。这是全新的一种“在场感”形式，并且它就是它本来的样子。在这个全球化的时代，未来会涌现越来越多相似的存在。但我还是很期待在不久的将来再次回到上戏的校园给学生上课。

我还要感谢2018-2019年曾和我一起在上戏进行教学的另外五位“菲氏声训”教师：

来自加州大学戴维斯分校的玛格丽特·坎普，她曾将希腊戏剧《安提戈涅》改编成当代网络版《今天的安提戈涅》。她在描绘孤立和社会分裂的同时将集体动因作为目标。这是一次跨文化的交流，同时展示她的学生个人作品，地点位于三大洲。上周这段半小时的视频24小时在线播放，吸引了来自32个国家近7亿人观看。

迈克尔·摩根博士，在加州大学圣巴巴拉分校的长期进行“奥德赛项目”。此项目跨越经典的希腊戏剧，讨论当前令人不安的美国社会现实。它重述了一个英雄的旅程，与他的大学同学还有被监禁的年轻人相互交集，排练并公开表演他们自己的生活故事。他现在刚刚完成了这个项目的电影制作和教育手册撰写，并开始着手积极地撰写第二本基于我在上戏的工作而展开的“菲氏声训”的专业书籍。

感谢亚利桑那州立大学菲茨莫里斯学院全球推广主任——米迦·埃斯皮诺萨；感谢加州大学欧文分校“菲茨莫里斯声音训练机构”认证主任辛西娅·巴斯汉姆，她的才华和远见将推动这项训练在未来广泛发展。

还要感谢我的大儿子索尔·科祖贝，他目前在洛杉矶他的私人诊所进行私训，此刻他也在线，他是菲茨莫里斯声音训练机构的顾问，也是我的顾问。

其他“菲氏声训”的教师进一步发展出除了声音、演讲、文本、方言课程、唱歌、表演、导演等方面的技巧与兴趣，例如结合“菲氏声训”的原则和工具所进行的公共演讲、舞台搏斗、多元及包容性领导力、小丑表演、面具表演、言语病理学、创伤治疗及能量治疗。

我提出这些关于“菲氏声训”的不同流派是为了证明它可以赋予并加强表演训练的诸多方面，包括非西方的古典传统，同时也是为了感谢我曾教过的学生，他们让我受益良多；感谢上海戏剧学院对未来发展的广阔及长远愿景，也感谢我现在的家乡——中国。中国语言及中国文化是我的兴趣所在，我也在不断学习中文并深入了解中国文化；借此机会我也希望传递愿景——在全球疫情背景下，我们更要通过社会和个人觉醒，通过人文艺术的形式实现全球相互依存及合作的基本需求；我们同样鼓励积极的、非对立的、非竞争性的，以及创造性的合作。

讽刺的是，在我看似孤独地坚持了50年对人类来说至关重要的“呼吸”，现在我们被一项全球范围内无法呼吸的疾病召集到一起。另外那句“我不能呼吸了”（译注：指目前美国黑人弗洛伊德被白人警察压颈致死前发出的求救呼声）再次成为美国社会正义的战斗口号。我们为了活着绝对需要呼吸，让我们确保我们也知道如何最好地使用我们有意识的呼吸，以便我们为了提高彼此的共同福祉而发声。声音，是行动。

再次献上我对大家的爱、感激和付出。

凯瑟琳·菲茨莫里斯

菲茨莫里斯声音训练机构

创始人及艺术总监

网站：[fitzmauriceinstitute.org](http://fitzmauriceinstitute.org)

\*注：

现场以英语进行演讲

演讲稿翻译：张若男