Vol 9, Issue 4, 2026 **Impact Factor: 8.535** DOI: https://doi.org/10.31426/ijamsr.2026.9.4.9212

IJAMSR

International Journal of
Advanced Multidisciplinary Scientific Research (IJAMSR) ISSN:2581-4281

'स्थानिस्लावस्की'यांची अभिनय पद्धती : तत्त्वे आणि समकालीन मराठी रंगभूमीतील उपयुक्तता

Rahul Digambar Jondhale

E-mail id: j.rahul9878@gmail.com

साराश

विसाव्या शतकातील आधुनिक अभिनय शास्त्राच्या विकासामध्ये कॉन्स्टँटिन स्टॅनिस्लावस्की यांनी मांडलेल्या अभिनय पद्धतीला मूलभूत स्थान प्राप्त झाले आहे. अभिनय ही केवळ नैसर्गिक प्रतिभा नसून, शिस्तबद्ध प्रशिक्षण, निरीक्षण, कल्पनाशक्ती, मानसशास्त्रीय आकलन आणि शारीरिक कृती यांच्या समन्वयातून विकसित होणारी सर्जनशील प्रक्रिया आहे, ही भूमिका स्टॅनिस्लावस्की यांनी प्रभावी पणे मांडली. त्यांच्या अभिनय पद्धतीमधील **Given Circumstances, Magic If, Objective, Super Objective, Units and Beats, Concentration** आणि **Relaxation** यांसारख्या तत्त्वांनी आधुनिक अभिनय प्रशिक्षणाला नवीन दिशा दिली.

१. प्रस्तावना

एकोणिसाव्या शतकाच्या उत्तरार्धात रंगभूमीवर प्रचलित असलेल्या कृत्रिम, साचेबद्ध आणि अति-नाटकी अभिनय शैलीला पर्याय म्हणून स्टॅनिस्लावस्की यांनी वास्तववादी अभिनयाची संकल्पना विकसित केली. त्यांच्या मते अभिनयाचा पाया बाह्य परिणामांमध्ये नसून पात्राच्या अंतर्गत प्रेरणा, उद्दिष्टे आणि कृती यांच्या सुसंगत नात्यामध्ये असतो. या दृष्टिकोनातून त्यांनी अभिनय प्रशिक्षणासाठी विविध तत्त्वांचा विकास केला. या तत्त्वांचा उद्देश अभिनेत्याला पात्राचे जीवन अधिक प्रामाणिक, सुसंगत आणि विश्वासार्ह पद्धतीने साकार करण्यास सक्षम करणे हा होता. समकालीन मराठी रंगभूमी मध्येही अभिनयकार्यशाळा, नाट्यशिक्षण, पात्रविश्लेषण आणि तालमीच्या प्रक्रियेमध्ये या प्रणालीतील अनेक संकल्पनांचा वापर होत असल्याचे दिसते.

I J A M S R
International Journal of
Advanced Multidisciplinary Scientific Research (IJAMSR) ISSN:2581-4281

२. साहित्याचा आढावा

स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीवर गेल्या शतक भरात विविध संशोधकांनी व्यापक लेखन केले आहे. या साहित्याचा अभ्यास केल्यास स्थानिस्लावस्की यांच्या अभिनय पद्धतीचे विविध पैलू स्पष्ट होतात.

स्टॅनिस्लावस्की यांच्या **An Actor Prepares, Building a Character** आणि **Creating a Role** या ग्रंथांमध्ये अभिनय प्रक्रियेचे मूलभूत तत्त्वज्ञान मांडलेले आहे. या ग्रंथांमध्ये अभिनयाची मानसिक तयारी, पात्र निर्मिती, कृती, उद्दिष्ट आणि सत्यनिष्ठ अभिनय यांना केंद्रस्थानी ठेवण्यात आले आहे. अभिनय हा बाह्य नक्कल नसून अंतर्गत प्रेरणा आणि बाह्यकृती यांचा सुसंवादी परिणाम आहे, ही त्यांची मूलभूत भूमिका या ग्रंथां मधून स्पष्ट होते.

- **Jean Benedetti** यांच्या मते स्टॅनिस्लावस्की यांची अभिनय पद्धती ही निश्चित नियमांची बंद चौकट नसून सतत विकसित होणारी कार्यप्रणाली आहे. त्यामुळे त्यांच्या सुरुवातीच्या आणि उत्तर कालीन विचारांमधील बदल लक्षात घेऊनच त्यांच्या अभिनय प्रणालीचे आकलन करणे आवश्यक ठरते.
- **Sonia Moore** यांनी अभिनय प्रशिक्षणाच्या व्यावहारिक अंगावर विशेष भर दिला आहे. त्यांच्या मते, स्थानिस्लावस्की यांच्या तत्त्वांचा उपयोग केवळ सैद्धांतिक चर्चेसाठी नसून प्रत्यक्ष तालमी, पात्र विश्लेषण आणि अभिनय सरावासाठी मार्गदर्शक म्हणून केला पाहिजे.
- **Rose Whzman** यांनी आधुनिक रंगभूमीवरील स्थानिस्लावस्की यांच्या प्रभावाचा अभ्यास करताना त्यांच्या अभिनय पद्धतीने विविध देशांतील अभिनय प्रशिक्षणावर झालेल्या परिणामांचे विश्लेषण केले आहे. त्यांच्या मते, अभिनय शिक्षणाच्या बदलत्या स्वरूपातही स्थानिस्लावस्की यांच्या अनेक संकल्पना आजही तितक्याच महत्त्वपूर्ण आहेत.

उपलब्ध साहित्याचा एकत्रित विचार केल्यास असे दिसून येते की समकालीन मराठी रंगभूमीच्या संदर्भात त्यांच्या तत्त्वांचा चिकित्सक अभ्यास तुलनेने कमी प्रमाणात आढळतो. प्रस्तुत संशोधन या उणीवेची नोंद घेऊन मराठी रंगभूमीच्या संदर्भात स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीचे पुनर्मूल्यांकन करण्याचा प्रयत्न करते.

३. संशोधनातील उणीव

मराठी भाषेतील उपलब्ध साहित्यामध्ये स्थानिस्लावस्की यांच्या अभिनय पद्धतीची ओळख, प्रमुख तत्त्वांचे स्पष्टीकरण आणि अभिनय प्रशिक्षणातील महत्त्व यांचा उल्लेख आढळतो; परंतु समकालीन मराठी रंगभूमीच्या संदर्भात या तत्त्वांचा चिकित्सक अभ्यास मर्यादित प्रमाणात झालेला आहे. विशेषतः पात्र विश्लेषण, तालमीची प्रक्रिया, अभिनय प्रशिक्षण आणि वास्तववादी अभिनय शैलीमध्ये या तत्त्वांचा प्रत्यक्ष वापर कोणत्या स्वरूपात होतो, याचे संशोधनपर विश्लेषण तुलनेने कमी आढळते.

४. संशोधनाची उद्दिष्टे

प्रस्तुत संशोधनाचे मुख्य उद्देश पुढील प्रमाणे आहेत.

१. स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीच्या निर्मिती मागील तात्त्विक भूमिका समजून घेणे.

२. अभिनय पद्धतीतील निवडक तत्त्वांचे सैद्धांतिक विश्लेषण करणे.

३. समकालीन मराठी रंगभूमीतील अभिनय प्रक्रियेच्या संदर्भात या तत्त्वांच्या उपयुक्ततेचे चिकित्सक परीक्षण करणे.

५. स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीची बलस्थाने, मर्यादा आणि समकालीन संदर्भातील सुसंगती यांचे मूल्यांकन करणे.

५. संशोधन पद्धती

या संशोधना मध्ये संख्यात्मक माहिती किंवा क्षेत्रीय सर्वेक्षणाचा वापर करण्यात आलेला नाही. समकालीन मराठी रंगभूमी विषयीची निरीक्षणे उपलब्ध साहित्य, नाट्यप्रशिक्षणाच्या संदर्भांचा अभ्यास आणि विषयाच्या चिकित्सक विश्लेषणाच्या आधारे मांडण्यात आली आहेत. त्यामुळे प्रस्तुत संशोधनाचा भर तात्त्विक विवेचन, तुलनात्मक निरीक्षणे आणि विश्लेषणात्मक निष्कर्षयांवर आहे.

६. चिकित्सक दृष्टिकोन

स्टॅनिस्लावस्की अभिनय पद्धतीचे महत्त्व तिच्या निश्चित नियमांमध्ये नसून तिच्या विश्लेषणात्मक विचारपद्धती मध्ये आहे. अभिनयाला त्यांनी प्रश्न विचारण्याची, पात्राचा शोध घेण्याची आणि प्रत्येक कृती मागील कारण समजून घेण्याची प्रक्रिया बनविली. म्हणूनच त्यांच्या अभिनय पद्धतीकडे केवळ तंत्रांचा संच म्हणून न पाहता, अभिनय समजून घेण्याची आणि विकसित करण्याची एक संशोधनाधिष्ठित कार्यप्रणाली म्हणून पाहणे अधिक योग्य ठरते.

International Journal of
Advanced Multidisciplinary Scientific Research (IJAMSR) ISSN:2581-4281

७. स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीची प्रमुख तत्त्वे

स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीमध्ये **Given Circumstances** आणि **Magic If** ही दोन तत्त्वे अभिनय प्रक्रियेची प्रारंभिक पायाभरणी करतात. **Given Circumstances** ही संकल्पना नाटकातील पात्राशी संबंधित वस्तुनिष्ठ माहितीवर आधारित आहे. पात्राचा सामाजिकस्तर, ऐतिहासिककाळ, नातेसंबंध, प्रसंगाची पार्श्वभूमी, संघर्ष आणि संहिते मध्ये दिलेल्या परिस्थितींचा अभ्यास करून अभिनेता पात्राचे वास्तव विश्व समजून घेतो. **Magic If** ही संकल्पना अभिनेत्याच्या कल्पनाशक्तीला सक्रिय करते. "जर मी या पात्राच्या परिस्थितीत असतो, तर माझी कृती काय असती?" हा प्रश्न अभिनेता स्वतःला विचारतो. यामुळे पात्राशी भावनिक आणि मानसिक नाते निर्माण होते. समकालीन मराठी रंगभूमीमध्ये पात्रविश्लेषण, संहितावाचन आणि तालमीच्या प्रक्रियेत या दोन तत्त्वांचा विविध प्रमाणात उपयोग केला जातो.

८. Objective आणि Super Objective अभिनयातील कृतीची दिशा

पात्राचे प्रत्येक वाक्य, प्रत्येक हालचाल आणि प्रत्येक निर्णय हा काहीतरी साध्य करण्यासाठी केलेला प्रयत्न असतो. दृश्या मधील हे तात्कालिक ध्येय **Objective** म्हणून ओळखले जाते. त्यामुळे अभिनयाचा केंद्रबिंदू भावना नसून उद्देशपूर्ण कृती आहे. **Super Objective** हे संपूर्ण नाटका मधील पात्राच्या जीवन प्रवासाला दिशा देणारे व्यापक ध्येय असते. दृश्य निहाय बदलणारी उद्दिष्टे ही या व्यापक ध्येयाशी जोडलेली असतात. त्यामुळे प्रत्येक दृश्य स्वतंत्र न वाटता पात्राच्या सातत्यपूर्ण प्रवासाचा भाग बनते. समकालीन मराठी रंगभूमीतील अभिनय प्रशिक्षणामध्ये पात्राचे उद्दिष्ट हेतू पात्राची दिशा शोधणे महत्त्वाच्या मानल्या जात आहेत. यादृष्टीने Objective आणि Super Objective ही तत्त्वे आजही अभिनय प्रशिक्षणासाठी अत्यंत उपयुक्त ठरतात.

९. Units and Beats, Concentration आणि Relaxation: अभिनय प्रक्रियेतील सातत्य आणि सजीवता

स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धती ही प्रत्येक क्षणाचे सूक्ष्म विश्लेषण आणि सजग सादरीकरण यांवर आधारित आहे. **Units and Beats** या संकल्पनेद्वारे संपूर्ण नाट्य दृश्याचे अर्थपूर्ण कृती घटकांमध्ये विभाजन केले जाते. प्रत्येक **Unit** मध्ये पात्राचे विशिष्ट **Objective** कार्यरत असते, तर **Beat** हा त्या कृतीमध्ये किंवा मानसिक अवस्थेमध्ये होणाऱ्या सूक्ष्म बदलाचा निर्देशक असतो. यामुळे अभिनेता संपूर्ण दृश्य एकाच भावनेत सादर करण्या ऐवजी, त्यामधील बदल, संघर्ष आणि कृती यांचे सूक्ष्म

I J A M S R
International Journal of
Advanced Multidisciplinary Scientific Research (IJAMSR) ISSN:2581-4281

आकलन विकसित करू शकतो. याच प्रक्रियेला प्रभावी बनविण्यासाठी **Concentration** हे तत्त्व अत्यंत आवश्यक ठरते. अभिनेत्याने आपले संपूर्ण लक्ष पात्राच्या कृती, सहकलाकार आणि नाट्य परिस्थितीवर केंद्रित केले पाहिजे. एकाग्रतेमुळे अभिनेता बाह्य व्यत्ययांवर नियंत्रण मिळवू शकतो आणि यामुळे अभिनय यांत्रिक न वाटता जिवंत अनुभवामध्ये रूपांतरित होतो. **Relaxation** हे तत्त्व एकाग्रतेचे पूरक मानले जाते. शरीर आणि मनावरील अनावश्यक ताण अभिनयातील सहजतेस अडथळा निर्माण करतो. म्हणूनच स्टॅनिस्लावस्की यांनी शारीरिक आणि मानसिक शिथिलीकरणाला अभिनय पूर्व तयारीचा आवश्यक भाग मानले आहे. शिथिल शरीर, नियंत्रित श्वसन आणि सजग मन यांच्या साहाय्याने अभिनेता पात्राच्या कृती अधिक नैसर्गिकरीत्या साकार करू शकतो.

समकालीन मराठी रंगभूमीच्या वास्तववादी नाट्य प्रयोगांमध्ये कलाकारांना संहितेचे विश्लेषण, एकाग्रतेचे प्रशिक्षण आणि शरीर मनाच्या तयारीवर भर दिला जातो. तथापि, या तत्वांचा उपयोग अनेकदा स्वतंत्र तांत्रिक सरावापुरता मर्यादित राहतो. चिकित्सक दृष्टीने पाहता, अभिनयातील परिणामकारकता कोणत्याही एका तत्वावर अवलंबून नसते. पात्राच्या उद्दिष्टांचे आकलन, संहितेचे विश्लेषण, मानसिक एकाग्रता आणि शारीरिक सहजता या सर्व घटकांच्या समन्वयातूनच विश्वासार्ह अभिनयाची निर्मिती होते. याच कारणामुळे स्टॅनिस्लावस्की अभिनय पद्धती आजही आधुनिकअभिनय प्रशिक्षणासाठी एक सुसंगत आणि प्रभावी चौकट म्हणून स्वीकारली जाते.

१०. समकालीन मराठी रंगभूमीतील स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीची उपयुक्तता : एक चिकित्सक विश्लेषण

समकालीन मराठी रंगभूमीमध्ये गेल्या काही दशकांमध्ये अभिनय शैली, नाट्यभाषा आणि प्रशिक्षण पद्धती यांमध्ये लक्षणीय बदल झालेले दिसून येतात. वास्तववादी नाटकांची वाढ, पात्रांच्या मानसिक गुंतागुंतीवर दिला जाणारा भर आणि अभिनयातील सूक्ष्मतेची अपेक्षा यांमुळे अभिनेत्याकडून अधिक सखोल तयारीची अपेक्षा निर्माण झाली आहे. या पार्श्वभूमीवर स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीतील तत्त्वांचे महत्त्व आजही कायम असल्याचे दिसून येते.

तथापि, समकालीन मराठी रंगभूमीतील सर्व नाट्य प्रवाहांसाठी ही अभिनय पद्धती समान प्रमाणात उपयुक्त ठरते, असा निष्कर्ष काढणे योग्य ठरणार नाही. शैलीबद्ध, प्रतीकात्मक, संगीतप्रधान किंवा लोकनाट्य परंपरेशी संबंधित नाट्य रूपांमध्ये अभिनयाची अभिव्यक्ती वास्तववादी चौकटीच्या पलीकडे जाते. अशा परिस्थितीत स्थानिस्लावस्की यांच्या तत्त्वांचा यांत्रिक अवलंब न करता, त्या नाट्य रूपाच्या वैशिष्ट्यां नुसार त्यांचा संदर्भानुरूप वापर करणे अधिक योग्य ठरते.

I J A M S R
International Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Research (IJAMSR) ISSN:2581-4281

या संशोधनाच्या आधारे असे निरीक्षण नोंदविता येते की समकालीन मराठी रंगभूमीमध्ये स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीचा प्रभाव अनेकदा निवडक तत्त्वांच्या वापरापुरता मर्यादित राहतो. चिकित्सक दृष्टीने पाहता, स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीचे आजचे महत्त्व तिच्या अपरिवर्तनीय स्वरूपात नसून तिच्या अनुकूलन क्षमतेमध्ये आहे. बदलत्या नाट्यभाषा, नवीन दिग्दर्शकीय संकल्पना आणि विविध अभिनय शैली यांच्याशी संवाद साधण्याची क्षमता या प्रणालीमध्ये आहे. त्यामुळे समकालीन मराठी रंगभूमीच्या संदर्भात तिचा उपयोग निश्चित नियमांच्या संचा प्रमाणे न करता, विश्लेषणात्मक आणि सर्जनशील कार्यपद्धती म्हणून केला गेला तर अभिनय प्रशिक्षण आणि नाट्यसादरीकरण या दोन्ही क्षेत्रांमध्ये तिचे योगदान अधिक प्रभावी ठरू शकते.

११.**निष्कर्ष**

प्रस्तुत संशोधना मध्ये स्थानिस्लावस्की अभिनय पद्धतीतील निवडक तत्त्वांचा आणि समकालीन मराठी रंगभूमीच्या संदर्भातील त्यांच्या उपयुक्ततेचा चिकित्सक अभ्यास करण्यात आला. उपलब्ध साहित्याच्या विश्लेषणावरून असे स्पष्ट होते की स्थानिस्लावस्की यांनी अभिनयाला केवळ कलात्मक अभिव्यक्ती न मानता, निरीक्षण, विश्लेषण, कल्पनाशक्ती, उद्दिष्ट निश्चिती आणि शिस्तबद्ध प्रशिक्षण यांवर आधारित सर्जनशील प्रक्रिया म्हणून विकसित केले. त्यामुळे त्यांच्या अभिनय पद्धतीने आधुनिक अभिनय शास्त्राला सैद्धांतिक आणि व्यावहारिक अशी दोन्ही स्तरांवर महत्त्वपूर्ण दिशा दिली. या संशोधनामध्ये **Given Circumstances, Magic If, Objective, Super Objective, Units and Beats, Concentration** आणि **Relaxation** या तत्त्वांचे स्वतंत्र विश्लेषण करण्याबरोबरच त्यांचा परस्पर संबंध समजून घेण्याचा प्रयत्न करण्यात आला आहे.

या संशोधनाच्या मर्यादांचा विचार करता, प्रस्तुत अभ्यास हा मुख्यतः ग्रंथाधारित स्वरूपाचा आहे. त्यामुळे भविष्यात क्षेत्रीय संशोधन, अभिनय प्रशिक्षक व कलाकारांच्या मुलाखती, नाट्यप्रयोगांचे प्रत्यक्ष विश्लेषण आणि मराठी रंगभूमीवरील केसस्टडी यांच्या साहाय्याने या विषयाचा अधिक व्यापक अभ्यास करता येईल.

संदर्भसूची (References)

- श्री. के.नारायण काळे, (१९७१). ‘अभिनय साधना’ महाराष्ट्र राज्य साहित्य आणि संस्कृती मंडळ, मुंबई.
- श्री. के.नारायण काळे, (१९७६). ‘भूमिका शिल्प’ महाराष्ट्र राज्य साहित्य आणि संस्कृती मंडळ, मुंबई.

I J A M S R
International Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Research (IJAMSR) ISSN:2581-4281

- महेश आनंद, देवेन्द्र राज अंकुर (२०२३) 'रंगमंच के सिद्धांत' राजकमल प्रकाशन प्र.लि. नई दिल्ली.
- प्रा. दत्ता भगत (२०१९) 'मराठी नाटक आणि रंगभूमीचा इतिहास' महाराष्ट्र राज्य साहित्य आणि संस्कृती मंडळ, मुंबई.
- श्री. गजानन जागीरदार (२००६) 'अभिनय कसा करावा' भारती प्रकाशन, पुणे.
- डॉ. पराग घोंगे, (२०१८). 'अभिनय चिंतन' ISBN978-93-87042-40-7