**The Method of Physical Action**

Method of Physical Action হৈছে যিকোনো এটা চৰিত্ৰৰ আবেগিক অনুভূতি আৰু মানসিক অৱস্থাৰ স্তৰ লৈ অভিনেতা এজনক লৈ যাব পৰা এটা পদ্ধতি।

Stanislavsky এ বিশ্বাস কৰিছিল যে নিৰ্ধাৰিত চৰিত্ৰ অনুযায়ী, শাৰীৰিক ক্ৰিয়া (Physical action) সমূহ যদি একাদিক্ৰমে কৰি যোৱা হয় তেতিয়া চৰিত্ৰটোৰ মানসিক অৱস্থা আৰু প্ৰয়োজনীয় আবেগক অভিনেতা জনে আয়ত্ত কৰি লব পাৰিব। অৰ্থাৎ শাৰীৰিক ক্ৰিয়াৰ দ্বাৰা অভিনেতাই চৰিত্ৰ এটাৰ আবেগ, অনুভূতি আৰু মানসিক স্থিতিত উপনীত হব পাৰে।

অভিনেতা সকলে অবচেতন মনত সুপ্ত হৈ থকা আবেগ, অনুভূতিবোৰক এই পদ্ধতিৰে সহজেই জাগ্ৰত কৰি চৰিত্ৰ এটা বিশ্বাসযোগ্য ভাবে উপস্থাপন কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে। সহজ ভাষাত কবলৈ গলে Method of Physical Action হৈছে এটা আখৰা বা Rehearsal পদ্ধতি যাৰ দ্বাৰা অভিনেতা সকলে চৰিত্ৰ এটা বিশ্বাসযোগ্য আৰু সাৱলীল ভাবে উপস্থাপন কৰাত সহায়ক হয়।