UNIVERSIDAD DISTRITAL
FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS

Facultad de Artes ASAB
Artes Escénicas

Perder el Miedo

Trabajo de grado I

Adrián Augusto Rodríguez Cárdenas

Docente tutor:

Lusseth Marín

Facultad de artes ASAB, Proyecto Curricular de Artes Escénicas,

Universidad Distrital Francisco José de Caldas

1. ÍNDICE

Tabla de contenido

1. ÍNDICE 2

2. INTRODUCCIÓN: APRENDIENDO DEL FRACASO 5

3. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA: LA ETERNA BÚSQUEDA DEL ACTOR 7

4. RESUMEN: ABRIENDO NUEVOS HORIZONTES. 10

5. JUSTIFICACIÓN: LA RESPUESTA ESTÁ EN MÍ INTERIOR 11

6. MARCO CONCEPTUAL: LOS CÓDIGOS DEL MUNDO TEATRAL 14

6.1 “No actúes” 15

6.3 Universo diegético 16

6.4 Verdad escénica 17

6.5 El ego superior 18

6.6 Comunicación real 18

7. OBJETIVO GENERAL 20

8. OBJETIVOS ESPECÍFICOS 21

9. LA ESENCIA DEL HECHO ESCÉNICO 22

10. ORDEN DEL ANÁLISIS 24

11. LA TÉCNICA DE SANFORD MEISNER: PARANDOME SOBRE LOS HOMBROS DE GIGANTES 25

11.1 Calentamiento: La relación del actor consigo mismo. 26

11.2 Check in: La relación entre los miembros del grupo. 30

11.3 La presencia escénica. 32

12. EL PROCESO DE CREACIÓN DEL MONTAJE “CALÍGULA” CON EL DIRECTOR MARK MAUGHAN 38

12.1 Check in 38
12.2 El texto como base de todo. 40
12.3 Entonces, ¿cómo se llega a la memorización del texto? 42
12.4 La individualidad del actor matizando al personaje 43
12.5 ¿En qué punto se da el proceso de memorización? 46
12.6 ¿Dónde entra Michael Chejov en este proceso? 47
13. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DE MICHAEL CHEJOV EN SU LIBRO "SOBRE LA ACTUACIÓN" 48
13.1 Cuerpo y centro imaginario 49
13.2 Composición 50
13.3 Gesto psicológico. 51
13.4 Sentimiento de estilo 51
13.5 Sentimiento de verdad 52
13.6 Sentimiento de facilidad 52
13.7 Sentimiento de forma 52
13.8 Sentimiento de belleza 52
13.9 Sentimiento de globalidad (o totalidad) 53
13.10 Cualidades (sensaciones y sentimientos) 53
13.12 Imaginación y concentración. 53
13.13 Irradiación / recepción 54
13.14 "Joyas" de improvisación 56
13.15 Conjunto 56
13.16 Punto focal 56
13.17 Objetivo 57
13.18 Atmósfera 57
13.19 El ego superior 57
14. ¿CÓMO SE COMPLEMENTA LA TÉCNICA DE MEISNER CON LA DE MICHAEL CHÉJOV?. 58
14.2 ¿En qué momento aplicar la técnica Chejov? 59

14.3 Si Meisner nos lleva a encontrar la verdad, ¿cuál es el fin de usar la técnica Chejoviana? 59
14.5 La importancia de que el actor esté tranquilo, relajado y perceptivo 62
14.6 ¿Dónde aparece el matiz? 63
14.7 El miedo a la exposición. 64
14.8 Entonces ¿no se utiliza la técnica Chejov en la primera parte del proceso? 66
15. CONCLUSIONES 67
EL ARTE ES UNA ETERNA BÚSQUEDA. 67
15.1 No hay reglas fijas 67
15.2 No hay que limitarse a un sólo método teatral 68
15.3 En definitiva ¿dónde está la verdad? 68
16. BIBLIOGRAFÍA 70

2. APRENDIENDO DEL FRACASO

La mayor dificultad a la que me he enfrentado en mi proceso de estudiante de actuación es la de no poder sentirme cómodo en escena. Al actuar tenemos la expectativa de que nos crean y nosotros mismos creer en lo que estamos haciendo; pero hay tantas cosas en nuestra cabeza y tantas cosas que se supone que debemos hacer que nos olvidamos de vivir el momento y todo se convierte en un cúmulo de acciones mal logradas y forzadas, que resultan falsas y poco placenteras de ejecutar tanto para el actor como para el que lo observa.

Esta incapacidad que algunos de nosotros tenemos para relajarnos y vivir el momento al actuar se da porque no tenemos ni idea de qué es lo que deberíamos hacer; es decir, se supone que pongamos atención a las circunstancias dadas, a los lenguajes escénicos, a nuestra respiración, a nuestro ritmo, a los objetivos que deseamos, y se supone que activemos nuestra imaginación y nuestra sensibilidad para poder vivir la escena, identificándonos con las circunstancias del personaje y sintiendo profundamente las pasiones que le mueven, pero todo esto se complica cuando sentimos que las cosas no están fluyendo y volvemos a ser conscientes de que todo se torna más falso que verdadero y nos vemos atrapados en el vacío de la nada escénica donde nada ocurre.

¿Qué es lo que no nos permite conectarnos con la escena y mantener esa conexión? ¿Algunos de nosotros no aceptamos la ficción y nuestro ser se resiste a negar la realidad? ¿Debemos negar la realidad o vincularla al universo diegético de la obra? ¿Nuestra verdad cotidiana está en realidad tan lejos de la verdad del personaje?

En el primer periodo del año 2023 cursé montaje de grado con el director invitado Mark Maughan, y su método para conseguir la verdad en los actores y lograr que estén cómodos en escena, me pareció muy efectivo. Posteriormente descubrí que la teoría más similar a esta forma de concebir la actuación es la teoría teatral de Sanford Meisner; por lo tanto, he decidido enfocar la primera parte de este documento a su estudio en relación a mi vivencia y experiencia personal.

La teoría de la actuación de Sanford Meisner se basa en construir el personaje desde la verdad propia, enfocándose en crear una presencia escénica contundente a partir de la realización verdadera de los actos más simples tales como escuchar y observar. Me propongo profundizar en esto en el capítulo correspondiente, pero lo menciono porque es solo una de las dos caras de la moneda de este análisis; la otra cara corresponde a todo lo que se pueda crear a nivel de personaje pero esta vez enfocándonos desde una perspectiva externa.

El teórico que más me ha interesado en este sentido es Michael Chejov. Este autor, especialmente en su libro “Sobre la técnica de la actuación”, explora un enfoque del teatro práctico y muy divertido que se basa en jugar con la naturaleza del cuerpo y del espíritu para diversificar a nuestros personajes y darles vida desde innumerables ángulos. Las teorías de estos dos maestros se conectan en ciertos aspectos y se diferencian en otros. El objetivo de este análisis es encontrar los puntos de sinergia y contradicción entre estos dos métodos para utilizarlos conjuntamente y hacer de ellos un recurso efectivo y claro para el actor.

"Cuando el teatro se hace tan real como la vida misma"

Foto tomada en mi primer montaje de grado, yo en los tejados con la guitarra y rodeado de gatos. Montaje de Grado "Valparaíso" de la facultad de artes ASAB 2023_01 Una obra inspirada en cuentos del chileno Jorge Días Dirección general: Elizabeth Forero, Dirección de animación: Carlos Velásquez

3. LA ETERNA BÚSQUEDA DEL ACTOR

Este es un trabajo que propone atacar el principal problema al que me he enfrentado como estudiante de actuación en la facultad de artes ASAB, y es que siempre me ha costado sentirme sincero en escena, esto me hace pensar mucho mientras pretendo actuar y me produce

tensiones innecesarias al tratar de empujar una escena que resulta poco creíble porque ni siquiera yo mismo me la creo.

La verdad escénica es algo a lo que se puede llegar pero tenemos que entender qué se debe hacer y qué no. Muchas veces en la vida me he encontrado con que la respuesta a los dilemas más complejos es la "más simple" pero detrás de cada "respuesta simple" yace una gran complejidad y un reto mayor. ¿Cómo lograr que mi actuación tenga esa verdad y esa vida que tiene la realidad, para que se convierta en algo interesante de experimentar tanto para mí como para los espectadores?

Al adentrarnos en la búsqueda del personaje, la respuesta "simple" debo buscarla desde mi verdadero yo, es decir, activar mi verdadera voz, mi verdadera forma de mirar y percibir el mundo, mi verdadera forma de reaccionar a los eventos que suceden a mi alrededor y siendo fiel a eso, permitir que las palabras del personaje atraviesen mi ser, para entender lo que realmente puede estar sucediendo con el personaje y el texto.

En otras palabras, es tan simple como decir el texto desde mi propia voz, sin pretender imponer nada a mí mismo. Hablo como hablo cotidianamente y lo que cambia en realidad es que el contenido del texto, su más profunda intención comunicativa, se abre más y más claramente ante mis ojos con cada repetición. De esta manera los pensamientos y particularidades que puede llegar a tener un personaje van matizando de forma casi indetectable mi ser hasta que se hace evidente que exige un ritmo, un volumen y demás características que están por fuera de mi cotidianidad y que corresponden a la personalidad del personaje plasmado en el texto.

Partiendo de ese entendimiento del personaje desde mi verdad, puedo empezar agregar pinceladas de color, aplicando de forma sutil elementos de la actuación. Teniendo ya incorporado un sentido orgánico de las intenciones del personaje y su sentir en el cuerpo, se pueden hacer modificaciones de ritmo, tono, volumen, forma y todo tipo de afectaciones de orden aparentemente externo, pero, que no van a resultar en una ruptura de la verdad que ya se ha conseguido. Es entonces cuando aplico los principios de Michael Chejov; cuyo trabajo se centra en la búsqueda del personaje por medio de variaciones de los lenguajes escénicos y de las posibilidades expresivas del actor para encontrar múltiples caminos en su actuación.

Es por este motivo que he decidido asociar la técnica de Meisner y la de Chejov pues el sentido de la verdad que propone Meisner se basa en no imponer y por el contrario permitir que surjan los impulsos para actuar de forma natural; mientras que Chejov afecta de manera externa las características del aparato expresivo del actor para, a partir de ahí generar el impulso para la acción.

"El impulso interior es el motor de la actuación"

Una foto tomada en mi muestra del módulo de "tragicomedia" en el cuarto semestre de mi proceso en la facultad de artes ASAB. La personalidad del actor es la tinta con la que se plasma el personaje en la escena.

4. ABRIENDO NUEVOS HORIZONTES.

Voy a enfocarme de manera práctica y efectiva en esas técnicas, que, en mi experiencia propia, fueron directamente al meollo del asunto de la verdad escénica y la actuación. Esas búsquedas que me hicieron sentir por fin cómodo en escena con mis compañeros de actuación; sin saber que Sanford Meisner ya las había propuesto muchos años atrás.

En segunda instancia, voy a exponer los principios de actuación de Michael Chejov, muchos de los cuales son efectivos para conseguir la verdad en escena aplicando variedades y colores a la creación escénica.

Considero que analizando estos dos métodos se pueden resolver varios de los interrogantes que surgen a la hora de crear personajes y escenas mediante el juego y la variedad, sin perder de vista la perspectiva de la sinceridad que tanta fuerza da al hecho teatral y que es la base de la actuación sincera.

El método de Meisner nos permite entender que no debemos imponer nada, sino que por el contrario en la naturaleza de nuestras reacciones están los puntos más valiosos de nuestra

actuación mientras que el método Chejov nos brinda las herramientas para agregar esas pinceladas de color a nuestra creación para así, ahondar en la intensidad dramática y expresiva del personaje.

5. LA RESPUESTA ESTÁ EN MÍ INTERIOR

Mi objetivo al entrar a la carrera de artes escénicas es el de aprender a actuar, pero en muchos momentos de mi proceso, incluso al final, sentí en más de una ocasión, que no entendía lo más importante a la hora de hacerlo. Tengo mucho conocimiento de los mecanismos y técnicas que se usan para llegar a distintos fines a la hora de construir personajes y escenas, pero hay un elemento fundamental el cual puede que sea el más importante de todos: “que te crean” y “que tú mismo te creas” ya que, si no te lo crees, nadie te cree y no lo disfrutas y así todo se convierte en una tortura. Es por eso que enfoco mi trabajo de grado hacia la búsqueda de la verdad escénica respaldándome en los teóricos cuyos principios me parecen más cercanos a lo que considero un método profesional de creación actoral.

Creo que lo más importante es enfrentarme a mi propia verdad para exponerla en una de sus facetas ante un público con el fin de darle vida a un personaje teatral, y posteriormente tener la capacidad de matizar esa creación para enriquecerla.

A lo largo de la carrera de actuación en la facultad de artes Asab, me he encontrado con diversos interrogantes a la hora de abordar un proceso de creación teatral, ya sea sobre un texto previo o creando una dramaturgia propia: ¿cuáles son los principios fundamentales de este arte?, ¿cuál es el orden más acertado para desarrollar un proceso de creación de este tipo?, ¿cuáles son las preguntas correctas?, ¿son siempre las mismas preguntas? , ¿es siempre el mismo orden?, ¿cada obra tiene sus premisas y preguntas o se puede establecer un sistema aplicable a cualquier espectáculo? Preguntas que al acumularse pueden suponer un bloqueo para el actor. Al no estar seguros de qué rumbo tomar o cómo optimizar nuestro tiempo, se nos dificulta tener un proceso de creación efectivo y fructífero.

Muchas veces nos encasillamos en cosas que no nos llevan a ninguna parte o tenemos la inseguridad de desarrollar cosas que probablemente hubieran sido útiles en caso de haberlas explorado a fondo. Esta búsqueda es posible si se realiza sobre la base de la creación de una presencia escénica potente, real y una comunicación asertiva y sincera entre el actor, sus compañeros de escena y su entorno.

La evaluación de los estudiantes por parte de los profesores jurados al final del proceso de montaje va a tener en cuenta conceptos clave del trabajo de actuación, tales como la construcción interna y externa de un personaje, la capacidad de analizar las circunstancias dadas de una escena y de una obra en general para, en base a ellas, entender los estados de su personaje tanto físicos como psicológicos en cada momento. Deben demostrar la capacidad de construir

entradas, situaciones claras, salidas, particularidades físicas de su personaje, sistemas de relaciones, proxémica, kinestesia, objetivos, superobjetivos, entendimiento del conflicto y de la situación, relaciones de estatus, escucha activa en escena, capacidad de contingencia, creación de partituras físicas, trabajo y análisis de texto, trabajo sobre verbos, decisiones estéticas coherentes con el tono y estética de la obra, la capacidad de entender la situación de un personaje, y trabajar desde su imaginación para conectarse con su realidad y sumergirse en la vivencia real de sus sensibilidades, activar sus recursos emocionales y entregarse al personaje; y otros cientos de principios que componen el trabajo del actor.

"Tan sincero como un niño"
Un personaje que hice en sexto semestre para la materia de "actuación para medios audiovisuales y sonoros" me divertí mucho porque todos pensaban que era real

6. LOS CÓDIGOS DEL MUNDO TEATRAL

En este capítulo voy a clarificar algunos de los conceptos que considero indispensables para que tanto los lectores familiarizados con el mundo del teatro como los que hasta ahora se internan en él puedan entender el contenido.

Algunos de estos términos corresponden al lenguaje teatral universal y otros son términos que pueden resultar más bien exóticos en otras partes del mundo pero que son en general fáciles de entender.

La selección de estos términos responde a la necesidad de utilizar un lenguaje que condense ideas complejas que los directores de actuación utilizan para que sus actores entiendan exactamente qué es lo que espera de ellos. En el primer caso el término “No actuar” es una forma simple y directa de hacerle entender al actor que está imponiendo a su accionar normal una voz, intensidad, ritmo o tensión falsa que no responden a su estado real con el fin de forzar una emocionalidad a la que solo puede llegar de forma natural por medio del conocimiento del tejido dramático y la identificación que tenga con su personaje y con los de sus compañeros. En resumen, es mucho más fácil para el director decirle a su actor “no actúes” y este, inmediatamente entenderá que debe cortar lo que está haciendo; detenerse, respirar, observar, ponerse en presente, relajarse y permitir que los verdaderos impulsos de su interior guíen sus acciones, liberándose de la necesidad de afectar su voz o su postura para tratar de transmitir.

Más de una vez me sorprendí con mis compañeros al notar que haciendo menos podemos llegar a ser mucho más impactantes en escena que cuando lanzamos gritos y manotazos al aire. es la verdad de lo que sucede con los seres humanos en la vida real y es que no buscamos expresar grandes cosas; sino que por lo general buscamos esconder grandes cosas y cuando salen a flote es porque se rompe la barrera de la emoción como una incontenible presa. Por eso si queremos que nuestra actuación sea tan real como la vida misma debemos operar de la misma manera; permitir que nuestro cuerpo y el espíritu que lleva dentro se desplacen descubriendo la escena como lo harían con el mundo real y entonces permitir que la imaginación y la sensibilidad en contacto con el tejido dramático de la obra despierten en nuestro interior la llama de la emoción. Esta fuerza operará por sí misma sin que nosotros forcemos nada pues así es como opera en la vida real; no decidimos cuando emocionarnos, cuando sentirnos alegres o nostálgicos. La emoción no se puede encadenar a la voluntad y es que debemos descubrirla cada vez como si fuese la primera vez.

6.1 “No actúes”

En la práctica teatral sucede muchas veces que el director le indica a un actor que está en medio de una escena “no actúes”; suena confuso dado que el objetivo del actor es actuar, pero esta expresión tiene un significado diferente al literal; se refiere a “no impongas” que es lo contrario a vivir la escena. La paradoja de la actuación reside en que, aunque el actor está representando una realidad “falsa”, tiene que vivirla desde su propio ser como si fuese verdadera y eso implica no imponerse a sí mismo ni imponer a los demás ningún tipo de impulso porque resultará falso y desencadenará un conflicto que desdibuja el universo diegético y el sentido de verdad que se busca construir.

"Se trata de abrirte, desarrollar tu sensibilidad con respecto a un comportamiento veraz durante tu actuación." (Chejov, 1953, p. 53-54).

6.2 Las tablas:

Es una forma de referirse al teatro, pero más específicamente al espacio en el que ocurre el hecho escénico independientemente de que el suelo sea de madera o no. "Las tablas no nos permiten mentir" Cuando un actor se para frente a un público se siente desnudo y toda su verdad se hace transparente a los ojos de los espectadores, es por eso que su trabajo debe ser sincero y partir de un verdadero compromiso profesional con su indagación y con su equipo de trabajo.

6.3 Universo diegético

El universo diegético es todo lo que corresponde al universo de la obra, todo lo que lo compone y esto incluye que este universo no es necesariamente igual a la realidad; tiene sus propias reglas y convenciones. En la medida en que se respetan estas convenciones y las reglas que fundamentan esta realidad alterna, evitamos que se desdibuje y se desmorone. El actor en escena siempre está sumergido en esta diégesis y es fiel a sus principios ya que él mismo hace parte de ella.

> *"Ser veraz con respecto a las circunstancias concretas del guion; (3) verdad histórica: al interpretar obras que reflejen un determinado periodo, no pasar por alto el sentido de estilo de la época; también debemos penetrar en el estilo del país donde se desarrolla la acción"* (Chejov, 1953, p. 54).

Estos detalles toman mucha importancia y el escenario deja de ser un tablado para convertirse en el universo en el que cada uno de esos detalles claramente expuestos al espectador son tomados como una verdad en el juego de convenciones teatrales propuesto entre los actores y su público.

6.4 Verdad escénica

Qué enigmático puede ser el término "verdad"; en primer lugar, la verdad verdadera que corresponde al mundo real del actor y donde se monta la obra teatral, y, por otro lado, la verdad del personaje y las verdades correspondientes al universo diegético de la obra. Para el actor ambas verdades son igual de importantes y conviven en una armonía perfecta, pues se complementan y generan un balance de acuerdo a los límites de cada una. ¿Pero por qué intentamos negar nuestra verdad? Si no partimos de aceptar que nuestra verdad es algo tan interesante como la verdad del personaje estamos castrando todo lo que nos hace interesantes y negándonos a compartir a ese personaje que nace la gran riqueza que nos hace a nosotros mismos tan especiales y únicos.

"El actor debe ser cada vez más receptivo a lo que el personaje le muestra sobre sí mismo; (6) la verdad de la relación; las diferencias a menudo sutiles y la actitud de un personaje con respecto a cada uno de los demás personajes que lo rodean." (Chejov, 1953, p. 54).

6.5 El ego superior

Vale la pena clarificar que cuando Michael Chejov habla del ego superior, no se refiere a la palabra ego como la usamos cotidianamente incluso con una connotación negativa. No es el ego que entendemos como esa forma nociva de percibir los eventos y nuestra participación en ellos, sino un estado de sensibilidad e inspiración elevadas que surgen desde nuestro interior cuando logramos despertar al artista que vive en nosotros. Es ese momento de máxima inspiración creativa y conexión total con el hecho artístico.

"El ego superior, el artista que llevamos dentro y que está detrás de todos nuestros procesos creativos. Cuanto más reconozca el artista la presencia en sí mismo de esa función superior, mayor será su influencia sobre su trabajo creativo" (Chejov, 1953, p. 84).

6.6 Comunicación real

No tiene sentido que busquemos que nuestra actuación sea tan potente como la realidad misma cuando al actuar estamos totalmente ausentes y en piloto automático. Decimos un texto como si estuviéramos repitiendo una plana y sin enfocarnos primero en establecer una comunicación real con nuestro interlocutor independientemente de que este sea una persona o un poste de luz.

En otras palabras, hay que escuchar de verdad, observar de verdad y realmente reaccionar a lo que esos estímulos generan en nosotros. No pensar en cosas lógicas; desterrar la emoción y por el contrario permitirnos reaccionar de forma natural a lo que nos produce establecer una comunicación profunda y sincera con nuestro entorno. Es entonces cuando descubrimos el impulso verdadero que nos hace decir las palabras del texto, sin imponer ningún tipo de afectación; simplemente decirlo acorde a la necesidad comunicativa que está implícita en el mismo. Podríamos simplificarlo todo a un verbo de acción como indagar, juzgar, reclamar, pero es un método que, aunque aparentemente hace todo más simple también lo complica; pues como en la vida misma; los motivos que nos llevan a expresarnos o accionar son mucho más profundos y complejos; llenos de contradicciones y fuerzas dispares y no pueden ser simplificados a una sola palabra. Por eso lo más recomendable es entender, pero no tratar de definir lo indefinible. Nuestro fin es permitir que de forma natural el impulso a veces sorpresivo que nos lleva a actuar, domine nuestro ser y nos obligue a movernos.

7. OBJETIVO GENERAL

Responder a este profundo y complicado dilema ¿Cómo llegar a la verdad escénica? ¿Cómo vivir la escena con verdad y sinceridad, así como vivimos los capítulos más impactantes de nuestra propia vida? Analizar la técnica descrita por el teórico teatral Sanfor Meisner en su libro "Sobre la actuación" para luego analizar cómo los principios que propone Michael Chejov en su libro "Sobre la técnica de la actuación" pueden complementar la búsqueda del actor al crear un personaje. El objetivo es responder qué principios propuestos por estos dos teóricos nos ayudan a ser más sinceros en escena. Paralelamente, fortalecer este análisis realizando comparativos con los ejercicios que yo mismo realicé como actor en el montaje de grado "Calígula ASAB 2023" bajo la dirección del director invitado Mark Maughan. ¿Cómo se complementan entre sí dos técnicas completamente diferentes, y cómo aportan según mi experiencia propia a la creación del personaje? El método Meisner se caracteriza por la búsqueda de la verdad y sinceridad en las acciones a partir del establecimiento de una presencia y reacciones naturales y reales en la escena: por su lado Chejov explora técnicas que desde la imaginación y la creatividad llenan de color y variedad a un personaje. ¿Cómo aplicar estas técnicas conjuntamente para que logren tener una sinergia efectiva al crear personajes teatrales?

8. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

8.1 Analizar los principios de la construcción de la presencia escénica de Sanford Meisner exponiendo ejemplos claros de ejercicios realizados durante el montaje de Calígula bajo la dirección de Mark Maughan para responder cómo se construye la actuación desde la propia verdad y desde el reconocimiento de la propia presencia escénica.

8.2 Exponer de forma breve y resumida los principios de la técnica de Michael Chejov en su libro "Sobre la técnica de la actuación" para responder la pregunta cómo llegar a la verdad escénica sin perder la posibilidad de aplicar variantes y juegos teatrales al proceso de creación.

8.3 Realizar una comparativa con mi experiencia personal en el montaje de "Caligula_ASAB_2023_1" En el cual el director Mark Maughan utilizó ejercicios de Meisner para encontrar la sinceridad en los actores.

8.4 Realizar un paralelo entre la técnica de Meisner y la de Chejov a la luz de mi experiencia personal resaltando sus diferencias y similitudes con el fin de identificar los principios que sean más efectivos a la hora de buscar la verdad escénica tanto en un montaje teatral como en formatos de televisión y cine.

8.5 Encontrar la manera de trabajar conjuntamente la técnica de Michael Chejov y la técnica Meisner teniendo en cuenta que la primera aplica diversas variantes enfocadas en diversificar al personaje a partir de elementos externos y la segunda se enfoca en las sensaciones y percepción internas para construir desde la verdad del impulso propio.

9. LA ESENCIA DEL HECHO ESCÉNICO

Con la experiencia entendí que si bien cada obra en particular exige un orden diferente de creación y unas preguntas específicas; siempre hay un común denominador, la búsqueda de una verdad humana profunda y significativa. Independientemente del género, la verdad que se percibe en el escenario define el impacto que tenga la obra en su público. La cruda verdad siempre va a impactarnos porque nos remite a los dilemas más trascendentales de nuestra propia naturaleza y como sucede con la realidad misma; no podemos escapar de ella, de su aterradora, seductora, terrible, hermosa y cruel perfección.

Los ejercicios descritos en este estudio pretenden ser una herramienta para la creación teatral y la búsqueda de los actores independientemente del género que se le vaya a dar al montaje teatral o a las afectaciones que posteriormente pueda tener el tono de la obra; partiendo supuesto de que la verdad en la actuación es uno de los elementos que permiten al actor establecer una relación verdaderamente potente con el personaje, con la escena, con los demás personajes y con su público.

Con esa premisa, se justifica la selección de un conjunto de principios que apelen a la naturaleza misma del ser creador, de forma que la escucha del mundo que le rodea y la de sí mismo le permitan encontrar el camino hacia la verdad escénica. En la búsqueda de las similitudes y diferencias que tiene con el personaje el actor puede verse impactado y a su vez impactar al público pues está presenciando una situación en la escena que, a pesar de estar enmarcada en un montaje

de ficción, se vive de forma tan real como la vida misma. El estudio aplicado del texto y la aplicación de teorías efectivas puede evitar que nos perdamos en el confuso camino de la búsqueda de un personaje, tener en cuenta las experiencias de sabios del pasado y tener la humildad de aprender de sus vivencias enriquecerá también nuestra travesía actoral.

"Los juguetes no mienten"
Mi compañera Diana Mateus haciendo el personaje del niño juega con un barquito.
La mente del niño vuela y barco aparece y le permite navegar y soñar.

Montaje de Grado "Valparaíso" de la facultad de artes ASAB 2023_01
Una obra inspirada en cuentos del chileno Jorge Días Dirección general: Elizabeth Forero, Dirección de animación: Carlos Velásquez

10. ORDEN DEL ANÁLISIS

10.1 Realizar una lectura detallada de los principios de Meisner para extraer las que considero son sus enseñanzas más importantes y efectivas a la hora de aprender a ser sincero en escena. A partir de esa lectura seleccionar extractos y frases clave que expliquen con claridad las bases de cada principio.

10.2 Recopilar los principios de Michael Chejov para definir cuál es la esencia de cada uno y cómo contribuyen a convertir la búsqueda del personaje en una experiencia integral y llena de variantes.

10.3 Exponer ejercicios concretos de mi experiencia personal en el montaje de Calígula para compararlos con algunos principios de estos dos teóricos y definir su efectividad y la manera en que considero que pueden aplicarse al proceso creativo.

10.4 Aconsejar a los actores que están en un proceso formativo teatral sobre cómo aplicar estos principios y cuál es el orden sugerido para hacerlo basándome en mi experiencia personal.

11. LA TÉCNICA DE SANFORD MEISNER: PARANDOME SOBRE LOS HOMBROS DE GIGANTES

"Perder el Miedo" es el título que he dado a este trabajo de grado y es porque en el camino de nuestra formación actoral, se cruzan cientos de técnicas que nos dan la idea errónea de que podemos construir un personaje afectando cosas externas e imponiendo sobre nuestro cuerpo ritmos, tonos de voz y posturas con la esperanza de transformarnos en ese "otro". En la técnica Meisner el "Yo" es la base del método de creación, y por simple que parezca, muchos no partimos de ahí, porque tenemos miedo de mostrarnos como realmente somos.

En el montaje de Calígula con el director Mark Maughan, realizamos una búsqueda sincera desde la tranquilidad, la comunicación real y la percepción real, construyendo la presencia escénica desde la activación de los sentidos y permitiendo al texto hablar a través de nuestro verdadero yo para, de forma natural, efectuar cambios en nuestro tono, ritmo, cuerpo y demás elementos expresivos. La técnica Meisner es la más cercana que he encontrado a esta forma de acercarse a la actuación.

Comenzaré por desglosar los puntos fundamentales que componen este método de dirección y creación de personajes. En mi experiencia en la ASAB, en más de una ocasión, me he visto frustrado al no encontrar un modo de romper con esa forma de actuar impuesta y falsa de la

que no logro desprenderme; hay que atacar desde las bases el problema de la imposición y de la falsa actuación.

Posteriormente al realizar una segunda fase de exploración con los principios de actuación de Michael Chejov, busco la respuesta a esa necesidad de encontrar nuevos tonos y matices en los personajes en relación con el género de la obra que se esté representando.

11.1 Calentamiento: La relación del actor consigo mismo.

Un espacio muy interesante que siempre promovía el director Mark Maughan al inicio de cada ensayo es el de brindar 15 minutos a todo el grupo para de forma individual hacer lo que necesite hacer para disponerse al trabajo. Es verdad que esta es una disciplina con reglas y fundamentos, pero nunca hay que dejar de lado un punto clave: estamos trabajando con seres humanos. Seres humanos con problemas de todo tipo, con días buenos y malos, con energía o cansados, felices o tristes, sanos o enfermos. No siempre nos encontramos en la misma disposición, las circunstancias personales de cada uno son diferentes cada día, y muchas veces impredecibles e inevitables. Es por eso que en este espacio el que necesita bailar, baila; el que necesita meditar, medita; el que necesita abrigarse y dormir, lo hace; el que necesita escuchar música y hacer yoga, lo hace. Es un espacio que responde a la humanidad de cada uno y a un periodo de adaptación con la atmósfera general pues desde ese punto ya empieza a darse un vínculo entre todos y se intuye el estado de cada actor.

Este ejercicio ayuda a los actores a conectarse con sus emociones de una manera más tangible y física, lo que puede ser especialmente útil para la creación de personajes y la expresión emocional en el escenario. Además, el enfoque en la vasija como un objeto externo puede ayudar a los actores a liberarse de inhibiciones y bloqueos emocionales, permitiéndoles explorar y expresar emociones de manera más libre y auténtica.

El director Mark Maughan convirtió el espacio del Check In[1] en una vasija grupal que invitaba a que todo el grupo se uniera para sobrellevar el peso de los problemas individuales de la misma forma que luego se va a soportar en escena. No siempre tenemos que lidiar solos con las situaciones, con solo escuchar a los demás ya estamos en cierta medida ayudándoles a llevar el peso de los problemas. Es más fácil cuando te das cuenta de que no eres el único al que le ocurre una situación y cuando te das cuenta que los demás están dispuestos a aconsejarte y ayudarte si hace falta porque a fin de cuentas un grupo teatral es un equipo que se apoya.

<<El ejercicio de "la vasija" es una técnica desarrollada por el actor y director teatral ruso-estadounidense Michael Chejov. Este ejercicio forma parte del Método Chejov, un enfoque de actuación que se basa en principios psicológicos y corporales para ayudar a los actores a conectarse con sus emociones y personajes de manera más profunda y auténtica. El objetivo principal del ejercicio de "la vasija" es ayudar a los actores a explorar y desarrollar su capacidad de expresión física y emocional.

[1] El “Check in” es un espacio de diálogo y conexión que se realiza al principio de cada ensayo con el fin de cohesionar al grupo. Ahondaré en sus características más adelante en el capítulo correspondiente a la descripción método del director Inglés Mark Maughan.

El ejercicio de "la vasija" se realiza de la siguiente manera:

El actor comienza imaginando que tiene una vasija en sus manos. Esta vasija puede ser de cualquier forma, tamaño o material que el actor elija, pero debe ser algo que pueda sostener con sus manos de manera cómoda.

El actor comienza a explorar la vasija físicamente. Esto implica tocarla, girarla, sentir su peso y textura, y familiarizarse con ella a través del sentido del tacto.

A medida que el actor se conecta físicamente con la vasija, comienza a imaginar que la vasija contiene una emoción o sentimiento particular. Puede ser cualquier emoción que el actor desee explorar en ese momento, como la alegría, la tristeza, la ira, la sorpresa, etc.

A medida que el actor sostiene la vasija y se concentra en la emoción que contiene, permite que esa emoción fluya a través de su cuerpo. Puede experimentar cómo esa emoción afecta su postura, sus gestos y su expresión facial. El actor luego comienza a expresar la emoción a través de su cuerpo y su voz, permitiendo que la vasija actúe como un canal para esa emoción. Puede moverse, hablar o incluso hacer sonidos que reflejen la emoción de la vasija.

Este ejercicio ayuda a los actores a conectarse con sus emociones de una manera más tangible y física, lo que puede ser especialmente útil para la creación de personajes y la expresión emocional en el escenario. Además, el enfoque en la vasija como un objeto externo puede ayudar a los actores a liberarse de inhibiciones y

bloqueos emocionales, permitiéndoles explorar y expresar emociones de manera más libre y auténtica.>> Chejov, M. (1935). To the Actor.

Esta primera fase se hace en silencio y evitando establecer relaciones como hablar o bailar para permitir que cada uno de los actores tenga su espacio privado y se pueda enfrentar a la verdad de su estado actual sin tener que caer en la imposición que le genera el tener que mostrarse de una u otra manera al establecer relación con los demás.

"El silencio tiene miles de significados. En el teatro el silencio es ausencia de palabras, pero nunca ausencia de significado".

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 3 pág. 40

"Tejiendo juntos la atmósfera del grupo sin decir palabra"
Así como sucede en la danza, en ocasiones las palabras sobran, y todo se trata de energía, de vibrar, de convertirse en sustancia, en esencia.
Foto tomada en mi muestra de tragicomedia en Integral de cuarto semestre.

11.2 Check in: La relación entre los miembros del grupo.

El teatro es un arte de relaciones; relaciones con nosotros mismos, relaciones con el espacio, relación con los dioses, relación con la palabra, con el director y con los demás actores.

La relación que hay entre los personajes es casi imposible de desligar de la relación que hay entre los actores. Podemos pretender emular las reacciones que tendría nuestro personaje al amar u odiar a otro personaje, al simpatizar u odiar, la cercanía o la lejanía que hay entre los dos. Pero si pretendemos construir una experiencia real en escena, basada en impulsos reales; la verdadera relación que hay entre los actores va a permear las relaciones entre los personajes. En resumen, si dos actores no se sienten cómodos trabajando juntos es difícil que se sientan cómodos para jugar juntos con personajes en una escena de teatro.

Una forma efectiva de romper esta distancia entre los actores se basa en el conocimiento, la aceptación y el entendimiento mutuo; por eso el espacio del Check in, es clave para salvar estas distancias por lo menos en parte y hacer que los ensayos sean más amenos: consiste en hacer un círculo al inicio de cada ensayo y tomarse el tiempo de escuchar una a una a las personas del grupo mientras comparten lo que quieran compartir especialmente en relación con las preguntas ¿cómo estoy hoy?, ¿cómo me siento?, ¿cuál es mi disposición hoy? y en general lo que deseen compartir con el grupo?

¿Con qué fin se realiza este ejercicio? facilita que la comunicación entre los miembros del grupo sea asertiva, amena y evita malos entendidos que podrían atentar contra un ambiente sano de trabajo. Ejemplo: puedo pensar que mi compañero tiene algo en mi contra porque su energía es negativa, pero, tengo presente que hoy se murió su perro y comprendo que en realidad está deprimido; o una persona está desinteresada en el trabajo cuando sé que lo que ocurre es que está muy enferma y por eso su decaimiento.

Las relaciones del grupo son sanas y sinceras por medio de este espacio en el que también se pueden tratar conflictos que puedan surgir. Es más probable que se dé una interacción asertiva entre los actores y por consiguiente una relación profunda y sincera y un juego sano como personajes en escena.

<<Rose Marie levanta la mano. "En realidad, creo que todos tenemos los mismos instintos y, si nos mostramos sencillos y claros, esos instintos o ese talento aparecerán. Si te permites ser franco y honesto. Ah, dice Meisner, pero la tendencia hoy es seguir los instintos solo cuando son socialmente aceptables. Tememos que se nos tilde de bárbaros si nos gusta o disgusta algo.>>

Sanford M, <<Sobre la actuación>> Cap. 3 (El pellizco y el grito) pág. 40

"Soy un profesor de actuación muy poco intelectual. Mi técnica se basa en retrotraer al actor a sus impulsos emocionales y a la actuación que está firmemente enraizada en el instinto. Se basa en el hecho de que toda buena actuación viene del corazón, y de que no hay nada mental en ella"

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 3 (El pellizco y el grito) pág. 45

11.3 La presencia escénica.

"Todo debería ser como en la vida real" _ Antón Chejov al elenco de la primera producción de su obra, La gaviota, San Petersburgo, 1896.

Meisner: "el arte expresa la experiencia humana"

Sanford M, <<Sobre la actuación>> cap. 1 (El sonrojo de Dusé), pág. 27

“Presencia, irradiación, fuerza, algunos lo llaman magia”

Fotografía tomada por Jonathan Doncel, en la muestra de comedia de III semestre. módulo dirigido por el maestro Jorge Prada. Uno de los personajes que recuerdo con más cariño porque lo jugamos mucho, es Mnesiloco de la obra “Las Tesmoforias”.

En medio del torbellino creativo podemos llegar a perdernos o a pasar por alto preguntas fundamentales que hubieran aportado una base mucho más sólida a nuestras búsquedas, nos vamos por las ramas y nos perdemos en formas y voces impuestas que solo restan fuerza a las palabras del texto y que se convierten en un obstáculo para la expresividad. En los talleres iniciales nos enfocamos en cosas muy simples como la construcción de la presencia escénica por medio de la mirada real. El actor no "hace como que mira" sino que debe genuinamente "mirar" su entorno, su mundo y a los demás actores. "Mirar y reaccionar" mirar y de verdad reaccionar a lo que ve, esa es la base de la presencia escénica.

La anécdota del sonrojo de Dusé,

"porque ese sonrojo es el compendio de vivir con verdad circunstancias imaginadas, lo que constituye mi definición de buena actuación. Ese sonrojo sale de ella"

Sanford M, <<Sobre la actuación>> Cap. 1 (El sonrojo de Dusé)

pág. 29

Estos talleres que realizaba Meisner con sus estudiantes no se limitaban a la mirada sino también a la escucha. Así como lo haríamos en la vida real, escuchar y enfocarnos. Si estamos

pensando en hacer como que escuchamos, no nos damos la oportunidad de detenernos y realmente vivir el acto de escuchar.

"La base de la actuación es la realidad de la conducta. La realidad de lo que se hace"

Sanford M, <<Sobre la actuación>> Cap. 2, pág. 30 (Poner los cimientos. La realidad de la actuación)

Cuando intentamos controlar nuestras reacciones en relación a un acto tan simple como observar algo, estamos poniendo un filtro que nos impide ser y vivir una experiencia verdadera. Cuando observamos algo y permitimos que la reacción natural a esa acción de observar suceda de forma espontánea, entonces nos estamos permitiendo vivir realmente la situación. Esto entra en un terreno complejo y es la paradoja de la actuación. Se supone que nuestro personaje reacciona de tal manera al recibir determinado estímulo, pero ¿cómo vamos a lograr que esto suceda si estamos entregándonos a la espontaneidad de nuestros impulsos verdaderos?

Creo que debemos arriesgarnos a que suceda lo impensable y permitir que los personajes vivan, a la larga se responderá de una u otra manera qué caminos va a seguir el personaje para tener un transcurrir coherente con la trama de la obra sin dejar nosotros de ser fieles a nuestros impulsos y dejarnos llevar por ellos. Es más peligroso tratar de imponer reacciones falsas poniendo toda nuestra actuación en un plano falso e incómodo.

¿observas como tú mismo o como el personaje?

"Sigamos, ¿quién es tu compañero? Jhon, el chico de la camisa de cuadros, levanta la mano. -Ahora mírala, ¿qué ves en ella? No su espíritu, sino algo que te llame la atención.

- *"es muy… iba a decir que es muy vivaz y comunicativa".*
- *"Es una observación emocional. Yo no soy tan listo. Veo que tiene un jersey rosa"*
- *"Vale".*
- *"Voy a decirte algo, eres reflexivo".*
- *"Lo sé", dice Jhon. "Por eso estoy aquí"*
- *"¡Pues olvídalo ahora mismo!" La clase se ríe. "No ves que lleva un jersey rosa?, ¿no ves que necesita peinarse?, ¿no ves el color de sus pantalones?*

Sanford M, <<Sobre la actuación>> Cap. 2, pág. 33 (Poner los cimientos. La realidad de la actuación)

Antes de extenderme en múltiples conceptos relacionados a nuestro sujeto de análisis, considero que es de gran importancia señalar la base de todos los demás, lo que los maestros experimentados denominan “No actuar”. Por contradictorio que parezca actuar es no actuar y es que la tendencia de los estudiantes de actuación es la de adoptar un sinnúmero de manías y afectaciones con el fin de forzar la expresividad. Las más de las veces resulta en una actuación poco convincente y se constituye en un obstáculo para irradiar lo que se desea transmitir.

<< La obra más grande de actuación, de música, de escultura o de lo que sea, hunde siempre sus raíces en la verdad de la emoción humana. >>

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 4 (La llamada a la puerta) pág. 50

El ejercicio de la repetición es excelente para entender esta naturaleza del impulso ya que no hacemos algo por hacerlo; sino que nuestro compañero nos lleva a hacerlo en tanto que estamos reaccionando a lo que él nos brinda al establecer una comunicación real. Reaccionamos de tal manera porque sucumbimos a una necesidad irrefrenable. El camino ideal para encontrar la autenticidad y la verdad en la actuación en escena está en la comunicación real, la escucha del otro y la escucha de sí mismo.

En la aceptación de mi estado real, del estado de mi cuerpo y de mis emociones y en respetar el impulso real que tiene mi ser, puedo encontrar el impulso verdadero para la acción y la palabra.

<<Luego de que Anna y su compañero repitan doce veces o más "Tu camisa tiene letras rosas brillantes", dice: "Sí, de acuerdo. Es vacío. Es inhumano, ¿No? pero tiene algo: Conexión. ¿no se escuchan el uno al otro? Ahí está la conexión. Es una conexión que surge cuando una persona escucha a otra, pero no tiene calidad humana, todavía. Es el juego del ping pong. Es la base de lo que llegará a ser el diálogo emocional.>>

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 2, pág. 34 (Poner los cimientos. La realidad de la actuación)

12. EL PROCESO DE CREACIÓN DEL MONTAJE "CALÍGULA" CON EL DIRECTOR MARK MAUGHAN

LOS ACTORES INGLESES SIEMPRE ME HAN IMPRESIONADO POR SU FORMA SINCERA DE ACTUAR.

12.1 Check in

Es uno de los espacios que marcó la diferencia al trabajar con Mark Maughan en el montaje de Calígula y que me parece clave describir a profundidad. En muchas ocasiones me encontré conflictuado respecto a mis sensaciones durante el proceso y a las situaciones personales que se empiezan a dar inevitablemente con los demás miembros del grupo. Este espacio me dio la posibilidad de clarificar malos entendidos y establecer un ambiente de trabajo tranquilo y óptimo para la creación. Consiste en dedicar sin falta un espacio de tiempo al inicio de cada sesión para

que todos los compañeros compartan con las demás un chequeo de su estado y de lo que quieran y puedan compartir. Esto establece un nivel de diálogo sincero en el grupo y abre el camino para que se formen lazos reales entre sus integrantes. En vez de imponer esa falsa "distancia profesional" tan artificial y contraria a nuestra naturaleza humana sociable y curiosa, este espacio crea vínculos reales entre los miembros del grupo, vínculos que se verán reflejados en la escena y van a permear los que se forman entre los personajes. Esta es la base del método de Mark y es que la realidad de la obra no niega la realidad de los actores, no se puede desvincular al actor del personaje; por el contrario, se retroalimentan y construyen mutuamente y lo mismo sucede con las relaciones entre los actores y posteriores relaciones entre los personajes.

Un caso puntual me sucedió durante el proceso cuando no estaba para nada de acuerdo con el casting que se había asignado, a mi parecer, de forma arbitraria. Este espacio del Check in; espacio de diálogo; lo utilicé para compartir mi insatisfacción y descubrí con sorpresa que no estaba solo en esa incomodidad ya que varios miembros del grupo señalaron a su vez que no estaban de acuerdo con que se diera cierta preferencia a unos actores por encima de otros. Especialmente en lo que se refiere al nivel de participación pues mientras mi personaje tenía dos o tres líneas en todo un acto, había otros con párrafos enteros y diálogos en todas las escenas, múltiples interacciones con otros personajes y un desarrollo dramático claro y profundo. Por su parte mi personaje parecía ser solo eventual y tenía muy poca participación en general. Es entonces cuando el director nos explicó los motivos por los cuales estaba operando de esa manera y que sus motivaciones eran puramente guiadas por las necesidades que a su parecer tenía la obra que se estaba montando. Explicó los motivos por los que realizó el casting y nos recordó que hacer parte de un grupo teatral, en ocasiones, requiere el sacrificio de trabajar para que brillen los demás y dejar de lado la necesidad de ser protagonistas siempre. Nos invitó a poner por encima de nuestro

ego el trabajo colectivo y pensar en que hacer funcionar la obra es lo más importante, aunque estemos en una posición secundaria y poco protagónica. Esto calmó los ánimos, hizo que entendiéramos, aceptáramos sus motivaciones y así evitamos caer en una batalla de egos y envidias que solo se hubieran convertido en obstáculos para el buen desarrollo del trabajo. Estoy seguro de que ese espacio evitó muchos problemas similares a lo largo del proceso e hizo mucho más amena la comunicación y cercana la relación entre los miembros del grupo incluyendo al director.

12.2 El texto como base de todo.

El trabajo con Mark, como buen director inglés, se enfocó ante todo el en texto. Y fue un trabajo amigable y divertido en el cual no se imponía a los actores memorizar nada si no que aprendieran a leer el texto de una forma natural y expresiva, tratando de encontrar su propia voz a través de las palabras del autor y permitiendo todo el tiempo “hablar como uno mismo” para conseguir la tan deseada naturalidad de la que trata este trabajo de grado. Por fácil que parezca, hay una tendencia en la mayoría de los actores a imponer de una forma u otra. Imponemos el volumen, el ritmo, tensiones falsas, emociones falsas y eso nos lleva a una lectura superficial y que se hace poco creíble.

En una ocasión durante un ejercicio de diálogo; Mark nos hizo caer en cuenta de que estábamos hablando mucho más duro de lo que en realidad correspondía a la proxémica que había entre nosotros. Eso ya de base, plantea una comunicación falsa pues en la vida real manejamos un volumen diferente para cada distancia entre los cuerpos. Por ejemplo, si estamos a un metro de una persona, hablamos a un volumen medio a menos que la emoción nos obligue a gritar; si estamos a 10 metros ya tenemos que aumentar el volumen para que alcancen a oírnos. Esto también

varía si estamos imbuidos en una atmósfera sonora ruidosa; de la misma forma el volumen será mínimo si la proxémica entre nosotros es sumamente cercana, menos de 10 cm lo que ya corresponde a una relación que rompe con la distancia formal y se hace personal.

Meisner y su técnica, son cruciales en esta parte del proceso pues se enfoca justamente en principios como el de no realizar nada hasta sentir el verdadero impulso de hacerlo; no decir una palabra hasta que no haya una necesidad, un impulso real en tu ser que te haga hacerlo.

Teniendo en cuenta el ejemplo anterior; no podemos gritar si nada lo justifica; pero si estamos en medio de un ambiente ruidoso de pueblo con sonidos de caballos, campanas de iglesia y mercaderes gritando; entonces sí nos veremos forzados a gritar para hacernos escuchar. Y no solo eso, sino ¿por qué es tan importante gritar para que me escuchen ahora mismo? ¿acaso no puede esperar a un momento tranquilo para decirlo? ¿qué genera ese impulso tan urgente?

Lo que hay que buscar al hacer este acercamiento natural al texto es en primer lugar establecer una comunicación verdadera con nuestro interlocutor, independientemente de que sea otro actor o el espejo o la luna, pero tiene que ser una comunicación real basada en el establecimiento de una presencia escénica real. ¿Cómo conseguimos esto? Es simple; mirando de verdad, escuchando de verdad, y ante todo sintiendo de verdad nuestro estado interno. ¿Cómo estamos? ¿Tenemos náuseas? ¿Estamos enérgicos o cansados? ¿Nos sentimos nerviosos, cómodos, incómodos, ansiosos, relajados? ¿Cómo está nuestra respiración? Este punto es muy importante pues la respiración es una de las formas más fáciles de acceder a nuestro estado interno, ya que ella se ve afectada por cada situación de nuestra alma y nuestro cuerpo. Una vez hecho este reconocimiento de mí mismo y del otro, puedo permitir que el texto surja a través de mí, pero debe surgir cuando deba surgir, no debo imponer el momento y cuando hable, debo hablar de verdad,

decir lo que dicen las palabras tratando de entender el verdadero motivo por el que las digo, entendiendo todos los posibles significados ocultos detrás de ellas, entendiendo su motivación, su objetivo, entendiendo qué esconden y qué pretenden disfrazar, entendiendo todos los poderosos sentimientos, necesidades y demás factores humanos que pueden atravesarlas y atravesar esa situación y esa relación para llenarlas de contenido.

Es por eso que Mark no es amigo de asignar un verbo de acción a cada frase como hacen otros directores; porque si bien hay un objetivo general vinculado a cada frase que se dice en una obra de teatro; la verdad es que la complejidad humana es tan grande que no tiene sentido limitar la inmensidad de intenciones comunicativas que pueden existir en una frase a tan solo un verbo de acción. Por eso la convicción de Mark, es que entre más a conciencia y bien realizado se haga este ejercicio de abrir el texto dando prioridad a la comunicación real, cada vez será mayor el entendimiento del actor sobre la relación que se establece en la escena o las relaciones que se establecen, el entendimiento sobre la situación de su personaje y la complejidad del universo de la obra.

12.3 Entonces, ¿cómo se llega a la memorización del texto?

Nos sentamos a leer el texto. Es como realizar una lectura dramática. Pero cada frase que se dice toma su tiempo, se busca la verdad y la naturalidad; la verdad desde la conexión real con el compañero; desde el establecimiento de una relación sincera donde los impulsos corresponden a nuestro verdadero estado interno y donde no se impone ni el volumen ni afectaciones a la voz ni emociones forzadas ni gestos forzados. Es sentir que el texto se convierte en el motor de la acción y que todos los cambios que sucedan en nosotros se den de forma natural

porque al hacer el ejercicio a conciencia nos vemos afectados realmente y si sale el grito, un gesto, una afectación en la voz, no es porque la impongamos sino porque no pudimos evitar hacerlo. Es sorprendente cómo solo a través de la lectura se puede vivir con tal intensidad la situación y el texto, y cuando nos damos cuenta ya nos sabemos la escena de memoria y frases de la obra, toman una fuerza enorme al verse llenas de significado y profundidad en el contexto dramático. No nos proponemos memorizar el texto, este proceso se da de forma natural mediante la repetición de este ejercicio día tras día.

Al realizar de forma consciente y disciplinada este acercamiento natural al texto, el actor se sumerge cada vez más y de forma más comprometida y profunda en el conocimiento del universo de la obra y de los personajes. Cada vez entiende que lo más importante no es qué palabras dice el personaje o en qué orden las dice, sino, su intención comunicativa, lo que quiere en la escena, lo que le importa de verdad, lo que siente y lo que vive. Por eso Mark no tiene ningún inconveniente en que los actores hablen con sus propias palabras y se explayen en improvisaciones largas siempre y cuando su actuar vaya acorde con las intenciones del personaje que nunca son las mismas para cada actor. Y es aquí donde entra a jugar un elemento fundamental para la creación del personaje en los montajes de Mark y es que cada actor según su propia forma de ser y personalidad justifica el actuar de su personaje de formas diferentes.

12.4 La individualidad del actor matizando al personaje

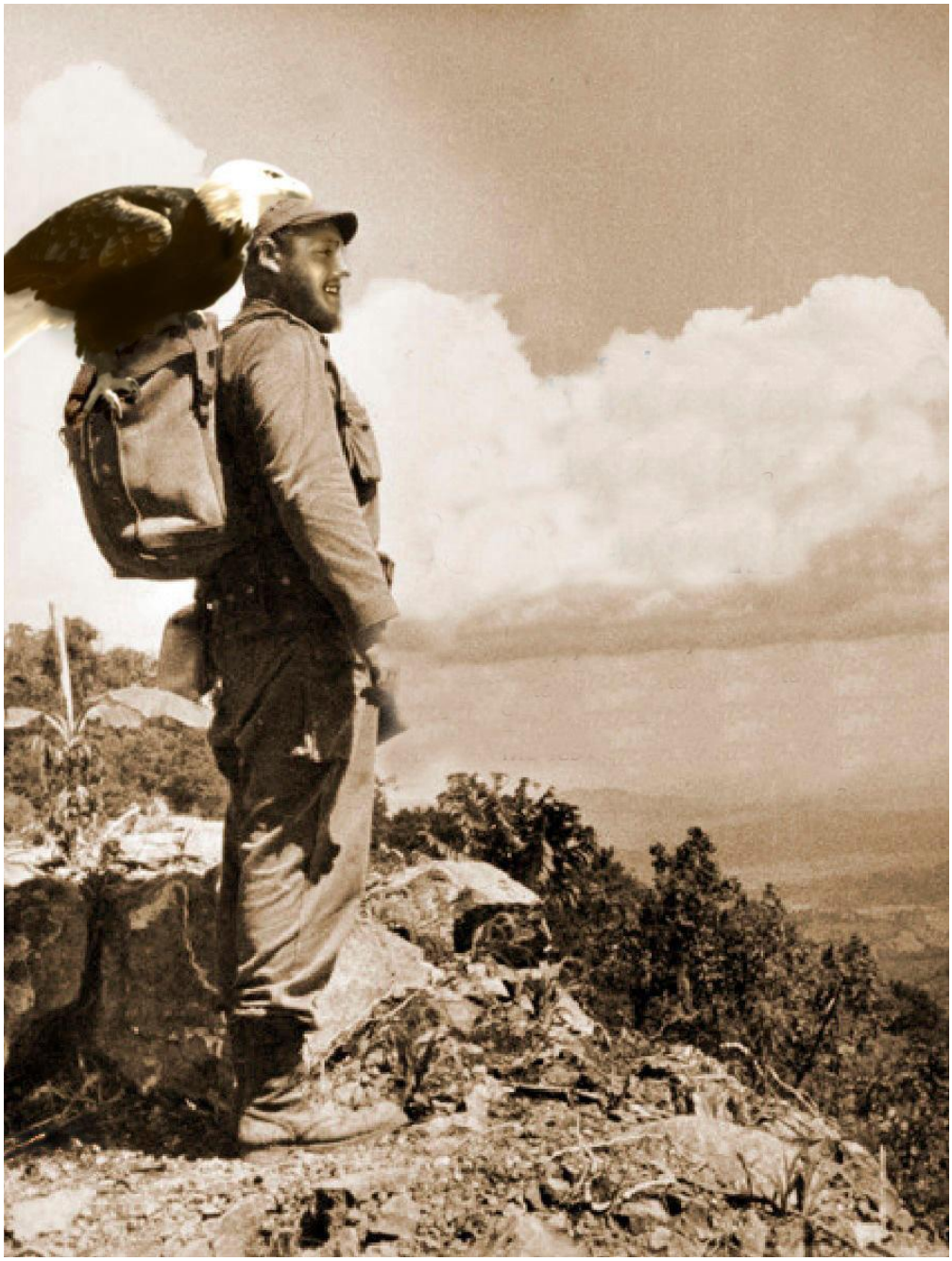
Después de cada improvisación o ejercicio de texto, lejos de preocuparse porque el actor haya dicho el texto al pie de la letra; Mark se preocupa por tomarse el espacio de preguntarle a cada actor ¿qué sintió? y ¿por qué dijo lo que dijo? y ¿por qué hizo lo que hizo? Cada actor entra

en un conflicto personal tratando de explicar como si fuese el mismo personaje por qué actúa de tal manera y en cierta medida se desdibujan los límites entre el actor y el personaje, lo cual es completamente natural durante el proceso de creación ya que se ha establecido un vínculo emocional y de empatía que hace que como actores vivamos los sucesos de la obra como si fuésemos nosotros mismos en esa situación. Por tanto, se siente casi como si el personaje le estuviera explicando al director lo que siente y por qué hizo lo que hizo. Si el enfoque durante esta parte del ejercicio es más emocional que lógico, es aún mejor pues son las emociones las que al final nos van a hacer entender a fondo al personaje mientras que la lógica nos ubica como observadores externos que no se ven afectados por las situaciones de la obra.

> *<< Lo que tenemos que corregir aquí es desterrar la lógica, porque la repetición lleva a la emoción real, y la lógica es mental>>*

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 4 (La llamada a la puerta) pág. 50

-



Esta es una foto editada a partir de una imagen real del comandante Fidel Castro, corresponde a la obra cómica “Viva Vargas” del módulo de adaptación de cuento en integral de V semestre dirigida por Camilo Vargas y que tuve el honor de protagonizar. A pesar de la mala calidad del montaje esta foto hace que se llenen de lágrimas los ojos al pensar en el aire de la sierra y la sensación de plenitud de la que se llena el corazón al tener un propósito tan grande en la vida como es luchar por la vida, la justicia y la libertad de tu gente.

Explicándolo con un ejemplo concreto, después de un ejercicio de improvisación, un actor discutió con el director porque no estaba de acuerdo con el accionar de otro personaje y le parecía absurdo. El actor creía que estaba juzgando la interpretación que el otro actor hacía de su personaje, pero en realidad su confusión y no aceptación del actuar del otro personaje, coincidía a la perfección con la situación en la que se encontraba su propio personaje respecto a esa situación. En resumen, estas discusiones que suceden entre los actores y el director después del ensayo, nos permiten ver cómo el personaje ya se está incubando en el cuerpo del actor, y es trabajo del actor definir en qué se parece y en qué se diferencia del personaje para marcar la línea entre su verdadero yo y el otro yo que está descubriendo a través del texto. Es allí donde pierde todo sentido imponer una manera de hacer las cosas; pues de forma natural la verdad del personaje nos va a impulsar a actuar de una manera singular, convirtiéndola acto transparente en la medida en que nos involucramos con el tejido dramático a un nivel emocional, racional, objetivo y subjetivo.

12.5 ¿En qué punto se da el proceso de memorización?

El trabajo de memorización del texto no se da sino al final del proceso; cuando el actor ya entiende a fondo cada escena de la obra, cuando ya entiende, desde una perspectiva profunda, las emociones y pensamientos por los que transita su personaje en cada momento y las relaciones con los demás. Este trabajo se hace con tanta naturalidad que un espectador desprevenido podría tomarlo por verdad en caso de no saber que se trata de una escena de teatro.

Ahora el reto es conservar esta naturalidad y al memorizar el texto conservar estas sensaciones y necesidades, pero ahora con las palabras del autor y en el orden en que las escribió. Este es el mayor reto porque se tiende a perder el trabajo anterior de búsqueda de la naturalidad y verdad en las reacciones, pero si se parte de la misma base en que se trabajó al principio: establecer una comunicación real, escuchar tu estado interno, entender la obra a profundidad; entender las relaciones a profundidad; enfocarse emocionalmente; entonces se puede decir el texto con las mismas palabras del autor y en el mismo orden sin perder la naturalidad, pues el enfoque está en la intención comunicativa y en la vivencia de la escena y su intensidad.

12.6 ¿Dónde entra Michael Chejov en este proceso?

Es al final del proceso, cuando ya el actor entiende la escena, puede pasarla de forma natural diciendo el texto perfectamente memorizado con las palabras del autor y sin perder la verdad, la naturalidad y la expresividad, cuando podemos aplicar los principios de Michael Chejov para a voluntad, introducir pequeñas variaciones en las escenas que, tanto a nivel individual como a nivel general, van a tener un impacto sobre la intensidad dramática de la obra.

Pequeñas variaciones de ritmo, de postura, de intensidad, de forma, de nivel y cualquier variante externa que influya de una u otra forma, en el potencial dramático de una escena debe poder introducirse sin que los actores pierdan la verdad en su actuación.

El entendimiento de la obra, las intensidades comunicativas y los impulsos que hacen surgir el texto, ya están tan bien definidos en cada actor que hacer un pequeño cambio de ritmo no

tiene por qué sacarlo de su conexión emocional con la escena. Es allí donde entra a trabajar un punto fundamental de la técnica de Chejov, que es la concentración pues el actor debe tener toda su energía enfocada en no perder la verdad en la escena, la conexión con su compañero, la relación con su propio estado interno, mucho menos la intensidad emocional y al mismo tiempo ser capaz de cumplir con las premisas del director que le piden un cambio de ritmo, de nivel, de volumen, de irradiación y demás variantes externas que hacen parte del método Chejoviano.

Mi objetivo ahora es indagar en la Técnica Chejoviana y resaltar los principios más influyentes que pueden ser aplicados a la creación de personajes, a la facilidad y efectividad con la que generan variantes potentes que afectan tanto la experiencia del actor como la de los espectadores.

13. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DE MICHAEL CHEJOV EN SU LIBRO "SOBRE LA ACTUACIÓN"

AGREGANDO PINCELADAS DE COLOR A MI PERSONAJE

El objetivo de este capítulo es recopilar de la manera más clara y concisa posible los conceptos que Michael Chejov considera fundamentales para que un actor consiga su cometido. Todos estos conceptos expuestos a continuación son extraídos de la obra: Chejov, Michael. (2015). *On the Technique of Acting* (Sexta edición). Y son en su mayoría herramientas de una naturaleza práctica; es decir no se pierden en rodeos y recovecos filosóficos, sino que son conceptos muy tangibles y visibles en el cuerpo del actor y en la escena. Por supuesto en gran medida su

efectividad y aplicabilidad dependen de la experiencia del actor y su capacidad de ligar cada concepto a su trabajo específico en una obra específica y también a su capacidad de identificar qué principios son más efectivos en cada momento de su trabajo ya sea de forma individual o en sinergia con otros principios.

Si el actor logra aplicar estos principios en su trabajo creativo, va a poder diversificar y potenciar su capacidad expresiva y sacar el máximo partido de sus capacidades actorales y su imaginación.

13.1 Cuerpo y centro imaginario

Todo comienza en el mundo de las ideas. No podemos crear un cuerpo diferente al nuestro sin visualizarlo primero. El centro del personaje es diferente al centro del actor. Definir esto ya puede ser el punto de partida para crear todo un personaje, a partir del centro podemos definir la personalidad, el ritmo y hasta la voz de nuestra creación.

Ejercicio para desarrollar esta técnica:

Primero caminar tranquilamente para identificar cual es el centro cotidiano del actor. Posteriormente buscar cuál sería el centro más cercano al “neutro” en el cuerpo del actor.

Y el tercer paso sería probar diferentes centros según las características del personaje. Esto quiere decir que un personaje que piensa demasiado puede tener su centro en la cabeza; o uno

que es muy sexual puede tener la pelvis hacia adelante. Probar cada centro y cómo afecta los demás medios expresivos del actor es la forma de acercarse al personaje.

13.2 Composición

Todo lo que tiene que ver con la estructura, el equilibrio y la forma. Todo en escena es imagen y el actor debe de forma consciente darle un sentido estético y en caso de ser antiestético esto debe ser una decisión consciente y no un accidente. En el estudio de los lenguajes escénicos se ahonda en esto y es que los cuerpos y la escenografía tejen formas en el espacio; por un lado el ojo del director tiene en cuenta estos factores a su voluntad para explotar el potencial expresivo de las formas y por otro los actores deben entender los flujos que se generan en el espacio y entender cómo su posición y la forma en que maneja su cuerpo hacen parte de un todo que como sucede en el cuadro de un pintor; tiene un balance, una estética y un cometido expresivo global.

Los buenos directores se caracterizan por no dejar detalles a la suerte y en su meticulosidad yace el secreto de controlar con maestría los signos que pueden aparecer en una obra teatral y conseguir de esa manera que todo diga justo lo que “tiene” que decir según los deseos del director o la directora. Es trabajo de los actores compaginarse y entender a profundidad el sentido de estos signos y potenciarlos de todas las formas posibles desde su actuación vinculando así su accionar a la semántica implícita en el espacio y convirtiéndola en su aliada para aumentar su irradiación al máximo y darles vida a sus personajes.

13.3 Gesto psicológico.

Teniendo claro cuál es el objetivo del personaje en la escena en cuestión; buscamos en la expresión del cuerpo un gesto grande que encarne ese objetivo. Ej. Alguien quiere alcanzar algo; por tanto, el gesto será el de extender los brazos y los dedos con todo el deseo de llegar a ese fin.

Una vez desarrollado un gesto que despierte intensas sensaciones en el actor en relación a su objetivo; este se guarda en la mente como una sensación. Luego el actor puede realizar cualquier actividad completamente diferente; por ejemplo, tomar un vaso de agua; pero en su mente imagina esa expresión vívidamente y siente la sensación, el deseo intenso de alcanzar. Si se realiza correctamente la sensación que despierta este gesto imaginario permea la actividad "tomar agua", la mirada, la postura y todo el cuerpo del actor están afectados por la intensa necesidad de alcanzar y su cuerpo se torna expresivo en relación con su objetivo en escena.

13.4 Sentimiento de estilo

Esto está más en relación con el tono de la obra. Cada obra tiene un estilo único, una atmósfera, paleta de colores, tonos de actuación. También se pueden clasificar por géneros como melodrama, comedia, tragedia, tragicomedia, farsa, naturalismo. y cada uno con su volumen de actuación; refiriéndonos con volumen al tamaño de las acciones en cada género. Entender el estilo de una obra en particular llevará a una actuación más acertada y que no resulte disonante en relación con la de los demás actores y el entorno.

13.5 Sentimiento de verdad

Es la capacidad de tener un comportamiento creíble al actuar, todo empieza por creérselo uno mismo y por otro lado el tener en cuenta todas las circunstancias dadas que envuelven al personaje y que definen su situación hacen que sea cada vez más real.

13.6 Sentimiento de facilidad

Esto está relacionado con la relajación y la capacidad del actor de sentirse cómodo en escena. La fluidez y la naturalidad en las acciones, la sensación de naturalidad al accionar.

13.7 Sentimiento de forma

El actor debe ser consciente de la forma de su cuerpo y de las formas que se dan en el espacio, Chejov lo compara con el trabajo que hace un escultor o un pintor, pero su lienzo es el espacio.

13.8 Sentimiento de belleza

Todo artista puede despertar de su interior un manantial de belleza. Incluso en lo feo puede haber belleza si se entiende como una estética donde la armonía y la naturaleza de las formas y materiales, movimientos y matices llevan hacia el placer de los sentidos estéticos.

13.9 Sentimiento de Globalidad (o totalidad)

Este concepto se refiere a la completud que debe tener la obra de arte, tener un inicio, un intermedio y un final. Esto se aplica tanto a una acción simple, como a la escena, como a la obra. Lo inacabado o inconcluso genera una sensación desagradable, se siente incompleto.

La misma naturaleza tiene este principio y por eso el arte llama a esta plenitud. El día nace, tiene un punto álgido y muere con la noche, los seres vivos también, todo tiene su plenitud en estas tres fases.

13.10 Cualidades (sensaciones y sentimientos)

Los sentimientos no se pueden forzar, pero pueden ser inducidos por medio de las cualidades que son en esencia matices que se imprimen al movimiento, a la "actividad" para convertirla en una acción física que alcanza un nivel expresivo y poético superior en relación con el personaje que la ejecuta.

El entrenamiento del actor tiene un componente físico y otro psicológico, pero no se entrenan nunca por separado. Todo ejercicio y acción que realiza el actor tiene que estar guiado por estas dos naturalezas de su ser.

13.12 Imaginación y concentración.

Existen numerosos ejercicios para entrenar la imaginación; una imaginación vivida le permite al actor alcanzar una expresividad mucho mayor y encontrar muchas más facetas de su personaje y de la obra.

No basta con imaginar vívidamente algo que despierte nuestra sensibilidad, sino que además debemos entrenar un poder de concentración que nos permita adentrarnos mucho más a fondo en esas imágenes que despiertan nuestras sensaciones más intensas. Si la capacidad de concentración del actor es baja, las imágenes se desdibujan rápidamente y se pierde la conexión que tiene con la escena y con sus compañeros.

13.13 Irradiación / recepción

Es la capacidad de irradiar con fuerza cualquier emoción o sensación en la escena. La recepción es la capacidad de hallar esa energía en los demás elementos de la escena. La podríamos definir también como la sensibilidad del actor hacia ciertos estímulos específicos. La irradiación se puede entrenar para hacerse más grande, es una cuestión de proyectar la energía.

"Conectándome con mi propia fuerza interior"
Muestra del módulo de actuación (farsa) en el 2017 dirigido por la maestra Isis Exsury. Obra "Dónde ladran los perros". Una obra cruda y salvaje, capaz de sacar lo mejor y lo peor de cada actor.

13.14 “Joyas” de improvisación

Así como se utiliza la improvisación en los primeros momentos del trabajo de creación, una vez establecidos los “andamios” (estructura base) de la obra; Chejov recomienda regresar a improvisar al final del proceso. desligarse de lo ya establecido y cambiar los parámetros pueden hacer que surjan esos pequeños matices; momentos mágicos que surgen de la espontaneidad e individualidad del actor y en relación con su público.

13.15 Conjunto

El teatro tiene una naturaleza de arte colectivo; cuando hay buena química y sintonía entre los actores, cuando logran sentirse cómodos juntos; la experiencia en escena es mucho más potente y vívida. Una buena cohesión grupal repercute en que la energía esté sincronizada y sea más impactante para el espectador.

13.16 Punto focal

Está en la experiencia de los actores y del director, poder dar importancia a lo que se requiere en cada momento de la escena. Los actores deben saber cómo tomarse el foco cuando es necesario, y cómo hacerlo. Todo está en la asertividad de los gestos o pequeños ademanes que se ejecutan para llamar la atención de los espectadores antes de iniciar una acción o una línea de texto. De la misma forma los actores deben ser conscientes de cuando el foco está en otro lugar y aprender a ser “invisibles” cuando así lo requiera el momento.

13.17 Objetivo

Es el objetivo del personaje en la escena. Todo personaje tiene siempre que tener un objetivo en escena por superfluo que sea; un propósito. Según Chejov se debe expresar con un "Quiero" seguido de un verbo "actuable". Toda la técnica de Chejov se basa en los principios de Stanislavsky por tanto el análisis de objetivos, circunstancias dadas y demás elementos que definen la escena y el arco del personaje se estudian siempre como base de la creación.

13.18 Atmósfera

Así como la tierra está cubierta por un medio gaseoso que llamamos atmósfera; el escenario también tiene su propia atmósfera creada por la energía de los actores y los demás lenguajes teatrales que intervienen en un montaje teatral. Aunque es invisible la atmósfera se siente intensamente y se pueden crear a voluntad por medio de la técnica y la sensibilidad para radiar la energía indicada.

13.19 El ego superior

Es el artista que todos llevamos dentro; la capacidad de conectarnos con este ego superior, momento de máxima inspiración creativa y proyección energética es nuestro fin como actores. En primer lugar, debemos conectarnos con nuestra individualidad creativa, el discernimiento entre el bien y el mal, ya que como artistas debemos tener clara esa diferencia para actuar en consecuencia. No olvidarse el público tampoco; las reacciones del público alimentan la vida interna del artista y viceversa. El desarrollo de un buen sentido del humor se potencia al

conectarse con el ego superior, se trascienden las limitaciones normales de los paradigmas de nuestra existencia para tener una percepción mucho más elevada de los sucesos y somos capaces de apreciar la verdadera belleza de todo lo que ocurre a nuestro alrededor y dentro de nosotros mismos.

14. ¿CÓMO SE COMPLEMENTA LA TÉCNICA DE MEISNER CON LA DE MICHAEL CHEJOV?

DOS ENORMES VERDADES EN ENCUENTRAN Y DIALOGAN EN EL ESPACIO TEATRAL.

14.1 ¿Hay un orden para aplicar las técnicas?

Cómo lo mencioné anteriormente en el capítulo donde describo el método de trabajo de texto del director Mark Maughan; en primera instancia el enfoque está dirigido principalmente por la técnica Meisner especialmente en lo que se refiere a la capacidad que tiene el actor de ser fiel a sus impulsos verdaderos y a dejar de lado la necesidad de imponer acciones falsas que no surjan de su ser y que lo lleven a una actuación poco creíble. A través de Meisner y ejercicios como el de la repetición el actor puede conseguir escucharse a sí mismo y en la base del entendimiento de su propio estado tanto físico como emocional actuar de forma sincera en consecuencia aportando reacciones sinceras a la escena y convirtiendo el espacio diegético en un espacio tan potente y verdadero como la misma realidad; al punto de que los límites entre lo real y lo actuado se hacen difusos si es que no imperceptibles para el espectador.

14.2 ¿En qué momento aplicar la técnica Chejov?

Una vez conseguida esta sinceridad y verdad a través del trabajo de texto que expuse en el capítulo 12, podemos empezar a jugar con los lenguajes teatrales y con la practicidad de la técnica Chejov. Como lo expuse en el capítulo anterior esta técnica se caracteriza por su efectividad para conseguir potentes cambios en lo que expresa el actor simplemente jugando con las variables que nos brinda el aparato expresivo del actor. Su aplicación es sencilla y super efectiva; por ejemplo, si estoy haciendo una escena y hago un cambio sutil en mi postura y lo mantengo, este cambio a su vez va a cambiar mi forma de caminar, mi ritmo, las tensiones en mi cuerpo se ubican en lugares diferentes y con el tiempo empezaré a notar que, hasta mi energía, todo de voz y líneas de pensamiento se ven afectadas; todo por cambiar el centro de equilibro de mi cuerpo. Algo tan simple como un cambio de ritmo puede redefinir el significado de una acción o de toda una escena y el objetivo de vincular estas dos técnicas es justamente conseguir un poderoso sentido de verdad con la primera que se potencie y matice con la exploración de la segunda.

14.3 Si Meisner nos lleva a encontrar la verdad, ¿cuál es el fin de usar la técnica Chejoviana?

Michael Chejov hablaba sobre la capacidad del actor de irradiar su presencia de forma contundente. La trampa en la que caen los actores principiantes es que creen que para irradiar sus emociones de una manera más intensa tienen que hacer voces afectadas y gestos grandilocuentes,

pero resulta que cuando no están intentando actuar, irradian mucho más que cuando lo intentan. Todo lo que les sucede en su cotidianidad, cuando están siendo ellos mismos es más interesante por su misma verdad y naturalidad; por la autenticidad de sus emociones y la naturalidad con la que estas emociones se filtran a través de los mecanismos de su ser con una fuerza irrefrenable y por más que intenten inhibirlos.

<< Stanislavsky, que no era ningún tonto, hablaba de la "soledad en compañía". Decía que cuando estás solo en tu habitación y nadie te ve -simplemente estás de pie ante el espejo, peinándote- alcanzas una relajación total, en cierto modo poética. Solo tienes que olvidarte de una cosa para llegar a tu auténtica personalidad de actor, y esa cosa eres tú. >>

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 4 (La llamada a la puerta)
- pág. 49

Esa es la naturalidad que buscamos. Es la capacidad de entender y necesitar realmente hacer algo sin imponer gestos, sin imponer acciones falsas. Es permitir que una necesidad real nos lleve a la acción.

"*Si realmente lo haces no tienes tiempo de observarte a ti mismo haciéndolo*"

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 2, pág. 35 (Poner los cimientos. La realidad de la actuación)

- *Es como estar afuera de uno mismo así nada se vive en realidad.*

<<" Nos pides que hagamos cosas que realmente se pueden hacer, como mirar a otra persona o escuchar coches", dice Ray. "Y si de veras estás concentrado exclusivamente en escuchar coches o en mirar a una persona, no tienes que preocuparte por interpretar a un personaje. Tienes algo que hacer y en lo que concentrarte">>

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 2, pág. 35 (Poner los cimientos. La realidad de la actuación)

14.4 ¿Si construyo todo desde mi mismo, ¿dónde está la riqueza de mi actuación?

Uno de los miedos más comunes que genera este construir la actuación desde mí mismo es que todos los personajes van a ser iguales ya que me estoy poniendo mi propio yo en diferentes situaciones. Si bien soy capaz de lograr naturalidad y verdad en mi actuación, no se verían matices ni diferencias entre una creación y otra. Esto está muy lejos de la verdad ya que la diferencia más contundente es la forma en que cada uno reacciona a los sucesos a los que se enfrenta en el tejido dramático. Es aquí donde el texto se convierte en el mejor aliado del actor para encontrar los matices que diferencian a un personaje de otro; pero no son matices impuestos; se encuentran de forma natural por medio de una exploración paciente y dedicada.

"*No hagas nada a menos que ocurra algo que te haga hacerlo"*

"*Lo que haces no depende de ti, depende del otro*"

<<" ¿sabes? En los primeros tiempos del Group Theatre los actores solían hacer lo que llamaban improvisaciones. Eran verbalizaciones genéricas de lo que pensábamos que era una aproximación a nuestra situación en la obra, Volvíamos a contar lo que recordábamos del argumento de la obra con nuestras propias palabras">>

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 3 (El pellizco y el grito) pág. 45

14.5 La importancia de que el actor esté tranquilo, relajado y perceptivo

Un buen calentamiento define la calidad de un ensayo; y este calentamiento no se limita a calentar las articulaciones y los músculos del cuerpo; sino que consiste en hacer lo que se tenga que hacer para entrar en un estado en el que seamos perfectamente conscientes de nuestro estado interno tanto físico como emocional. Es decir, consiste también en un diagnóstico interno. Si somos plenamente conscientes de ese estado natural también sabemos qué podemos brindar al personaje a la hora de actuar.

Para resumir esta idea; un actor principiante tiene a imponer de entrada un ritmo, un resonador, una forma de caminar, un peso, gestos, manías, focos y toda suerte de afectaciones intentando desesperadamente forzar la expresividad e intensidad dramática que considera que debería tener el personaje a partir de su apreciación en el estudio del texto. En cambio, el actor profesional busca su actuación desde la tranquilidad y la aceptación de su propio estado real como persona, es la base de su creación; él mismo, su estado anímico, energético, su respiración, sus nervios, sus virtudes y defectos. Concentrarse en sus impulsos reales como persona ya lo ubican

en un estado de presencia real, en un aquí y ahora sincero en el que lo único que tiene que hacer es observar y escuchar lo que sucede en su entorno y reaccionar a ello con toda naturalidad sin imponer nada. Solo tiene que "ser" y allí ya se para sobre un principio de verdad absoluta sobre el cuál se va a construir todo lo demás. Permite entonces que sea el texto y las circunstancias del drama los que le hagan transformarse gradualmente; se centra en la intención comunicativa real, en mirar a los ojos a ese otro personaje y buscar realmente verlo, entenderlo. Cuando habla es porque realmente busca algo con esas palabras y las dice con una sinceridad absoluta porque sabe a quién le está hablando y permite a su ser conectarse con una necesidad comunicativa real. No impone un volumen o proyección antinatural porque su interés es hablarle a la persona que tiene enfrente y que esta le entienda. Quiere convencer, disuadir, animar, reclamar; algo quiere y eso mueve su acción; no está pensando en nada técnico. Su objetivo es real y claro como el de cualquier ser humano en una situación real; entonces está realmente sumergido en la situación, viviéndola, reaccionando a cada micro gesto de su interlocutor, porque cada parpadeo le brinda toneladas de información.

<< Tenéis que tener una razón por la que queráis hacerlo, porque ese es el origen de vuestra concentración y, finalmente, vuestra emoción, que vendrá por sí misma>>

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 4 (La llamada a la puerta) pág. 46

14.6 ¿Dónde aparece el matiz?

Es la escena dramática misma la que por su naturaleza exige una forma de actuar; un nivel energético. El entramado dramático define el ritmo, el volumen y todos los matices que se puedan agregar. Es algo a lo que se llega naturalmente; no se impone; la obra lo pide. El trabajo del actor es permitir que la obra suceda a través de él; no tiene la necesidad de forzar nada. La forma en que se dice un texto está definida por el entramado dramático, así como las acciones que se ejecutan.

<< Recuerda esto: la actividad independiente debe ser difícil, y la razón por la que la haces tiene que ser apasionante para ti>>

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 4 (La llamada a la puerta) pág. 47

14.7 El miedo a la exposición.

El miedo que parecen tener los actores, especialmente los menos experimentados, es el de no atreverse a usar su verdadero yo como base para la creación de la escena. No es que teman enfrentarse a las verdades que encierra una obra dramática imponente, es el miedo a que su propia verdad sea expuesta a través de la obra, a no ser capaces de enfrentar y exponer frente a los demás su propia naturaleza como individuos, exponer sus defectos y virtudes a los demás; verse desnudos e indefensos por miedo a ser juzgados o rechazados.

En la capacidad de poner nuestras propias vulnerabilidades, deseos, miedos, manías y perversiones al servicio denuestos personajes está la clave para lograr una actuación sincera y

contundente, llena de esa vida y esa verdad que esperamos encontrar cada vez que entramos a ver una obra de teatro; cruda como la vida misma, impactante, apasionada, ardiente y llena de matices.

A la larga deberíamos temer más a ocultarnos que a mostrarnos desnudos en escena; (desnudos desde una perspectiva emocional las más de las veces); porque irónicamente ocultarnos nos hace más vulnerables; débiles; inexpresivos y convierte el escenario en un lugar muerto, terrorífico y cruel. Irónicamente somos más fuertes cuando estamos cerca de nuestras debilidades y en ellas encontramos las facetas más poderosas de nuestro propio ser; de nuestra propia personalidad.

"Exponerse da miedo, pero más miedo me da el lugar al que me lleva esconderme"
Obra "tirano banderas" dirigida por Kelly Guerra en el módulo de farsa de V semestre. A pesar de no entender muchas cosas de la obra, nos tiramos a escena y enfrentamos el reto con valentía.

<< lo que tenemos que corregir aquí es desterrar la lógica, porque la repetición lleva a la emoción real, y la lógica es mental>>

- *Sanford M, <<Sobre la actuación>>* Cap. 4 pág. 50

14.8 Entonces ¿no se utiliza la técnica Chejov en la primera parte del proceso?

Claro que sí se puede utilizar; el director Mark Maughan en fases tempranas del proceso de creación le pedía a un actor que entrara a un ritmo mucho más lento y sigiloso a una escena. Pero lo importante es que se justificara la imposición de ese ritmo y calidad de movimiento a la escena en la base del entendimiento de las circunstancias dadas de la obra. Si entendemos que el personaje acaba de colarse por una ventana, y no quiere hablar con nadie, qué está en un momento de mucha sensibilidad emocional y busca ser sigiloso, entonces podemos imponer estos matices sin perder el sentido de naturalidad y verdad que venimos trabajando.

El problema es cuando imponemos este tipo de matices sin justificarnos ante nosotros mismos, cuando no le damos una razón verdadera a actuar de una forma u otra. Podemos hacer que nuestro personaje camine muy rápido pero solo si entendemos la sensación y la emoción que guían ese ritmo, si realmente sentimos esa desesperación que nos obliga a movernos de afán. En resumen, desde que se justifique en el entramado de la obra y sea concordante con las circunstancias dadas del personaje y la obra, cada variación en la actuación puede ser justificada y aplicable. Chejov nos da las herramientas y nosotros como actores y directores debemos aplicarlas con sabiduría para hacer de la obra algo mucho más vivo, más impresionante, más significativo;

lo que es bueno puede ser mejorado y en esa búsqueda incesante se sumergen los directores y las obras más experimentadas. Esa es la magia y la belleza del teatro y es que una obra con más de 5000 representaciones puede seguir mutando y mejorando y sorprendiendo día tras día a los actores con nuevas interpretaciones y variantes; cambiando y desarrollándose con los años como un animal vivo e incluso adquiriendo significados y ritmos totalmente opuestos en cada escena a los propuestos inicialmente; un arte vivo para actores vivos y espectadores vivos.

15. EL ARTE ES UNA ETERNA BÚSQUEDA.

15.1 No hay reglas fijas

Como en todo lo que se refiere al universo de las artes no podemos establecer reglas fijas porque los procesos de creación artísticas son tan volátiles e impredecibles como lo es la esencia misma de lo humano. Pero lo que sí puedo hacer es establecer un orden de premisas para la búsqueda enfocándome en lo que mejor me ha funcionado en base a estos dos grandes teóricos como son Meisner y Chejov, y aportando además mi experiencia con un gran director inglés como es Mark Maughan. Estas premisas pueden ser utilizadas por mí mismo y por los estudiantes de actuación que lean este documento al pie de la letra o aplicando sus propias variaciones y teorías pero lo importante es que sientan la base de lo que yo considero una estrategia efectiva para la creación de personajes que nos brinda herramientas para evadir la incomodidad de sentirnos falsos al actuar, nos da la seguridad de buscar a un personaje sin tener miedo de utilizar nuestra propia naturaleza como base para la creación y sin miedo a exponernos frente a los demás en el

reconocimiento de que nuestra propia verdad, nuestros defectos y nuestras virtudes son el recurso más potente para crear personajes reales y lo más generoso que le podemos brindar a nuestro público es exponernos sin tapujos frente a ellos respetando al autor de la obra y respetando la fuerza de vida que encarnan los personajes que duermen bajo las letras de un texto dramático.

15.2 No hay que limitarse a un sólo método teatral

Grandes teóricos se han abierto camino en el universo teatral, todos llegando a crear increíbles obras de teatro con métodos completamente diferentes. Pero eso no significa que unos sean mejores que otros, simplemente perciben el mundo de formas diferentes y asignan valor a cosas diferentes. El motivo por el que yo escogí a Meisner y a Chejov en el marco del montaje con Mark Maughan es porque mi interés personal está enfocado en la actuación naturalista al estilo inglés, y en conseguir crear personajes tan reales que no se diferencie cuando están actuando y cuando pueden ser parte de nuestra propia realidad. Por eso seleccioné a estos teóricos, pero no hay que olvidar que todos los demás han hecho exploraciones igual de valiosas y que no hay una sola forma de verdad en el arte.

Por eso los estudiantes de actuación deben estar abiertos a la diversidad de métodos que hay en el mundo del teatro porque puede que encuentren las respuestas a su búsqueda en el lugar menos pensado.

15.3 En definitiva ¿dónde está la verdad?

La verdad no está solo en lo que se parece a la realidad; sino que a veces se encuentra en lo que menos se le parece; o tal vez sea una verdad diferente más parecida a lo que llamamos una mentira. Podemos hacernos un lío con esto, pero en las variantes infinitas de la sensibilidad del alma y en los recovecos más impensados de la conciencia están los cimientos de nuestro arte y debemos reconocer que muchas veces no sabemos lo que buscamos hasta que lo encontramos; o en ocasiones nos damos cuenta de que no buscamos encontrar nada, sino que encontramos una eterna búsqueda y es allí donde en verdad cobra sentido nuestra existencia.

"Las posibilidades del teatro son tan infinitas como la naturaleza misma del ser"

Obra de teatro «Las Euménides» del módulo de farsa en IV semestre.

Imagen de las Erinias despertando, yo soy una de ellas y mi querida compañera Diana Martin que interpretaba a Clitemnestra nunca dejó de llamarme erinia.

El cuerpo del actor se convierte en polvo, en roca, en sonido, en gemido y esa esencia trasciende la naturaleza del actor

16. BIBLIOGRAFÍA

Chejov, Michael. (2015). *On the Technique of Acting* (Sexta edición). España: Editorial Alba

Stanislavsky, Constantin. (1995) *La construcción del personaje.* Editorial Alianza.

Stanislavsky, Constantin. (1951). *El trabajo del actor sobre sí mismo. En el proceso creador de la vivencia.*

Sanford, Meisner "Sobre la actuación" 2003 Ed. LA AVISPA