

TEMA Y VARIACIONES EN LA FORMACIÓN CORPORAL DEL ACTOR

La formación corporal del actor en el paradigma educativo y artístico del siglo XXI

*El desarrollo artístico de un hombre es lento.
Konstantin Stanislavski, El arte escénico.*

Gabriela González López¹

Resumen

Estamos en el siglo XXI y asistimos a complejos cambios de paradigma sobre el cuerpo y sobre la formación artística: La ciencia avanza hacia una cosmovisión integradora cuerpo-mente a la vez que la cotidianeidad nos impulsa a una vida más sedentaria, virtual y de comunicación mediatizada a través de la distancia y los objetos electrónicos. Los saberes artísticos se transmiten no solo en la tradición de una experiencia directa maestro o profesor y estudiante-artista; sino que las escuelas de pensamiento y crítica hicieron pie en la formación artística académica. Generando, de este modo, una sobrevaloración de los juicios de valor transmitidos acerca del deber ser del artista y relegando los espacios de transmisión técnica para abordar el arte y el oficio. ¿Cómo dialogar e interactuar con estos aspectos de la realidad en la formación corporal del actor encuadrada en las gimnasias conscientes?

¹ Actriz, cantante, bailarina y directora con una intensa labor en el campo de la docencia y la investigación del Entrenamiento Corporal del Intérprete (músico, bailarín, actor) y el trabajo corporal para la salud. Egresada de la carrera de Actuación de la Escuela Nacional de Arte Dramático de Buenos Aires (1992). Becada por la Universidad Internacional de Andalucía para asistir al seminario “García Lorca, autor de dos orillas”(1995). Becada por el Fondo Nacional de las Artes (2009), para llevar adelante la investigación "La función del oído interno en el trabajo del intérprete músico y/o actor". Docente de Iniciación a la Actuación en la Sala Alberdi del C.C.S.M (1992 a 2006). Profesora Titular de las materias Interpretación Teatral y Repertorio Escénico de la Carrera de Nivel Terciario de Intérprete Superior de Danza Española (1996 a 2003). Desde 2001 es Profesora Adjunta de la materia Entrenamiento Corporal de Actor de la Licenciatura en Actuación del Instituto Universitario Nacional del Arte (IUNA).

gabrielagonzalezlopez@yahoo.com.ar

Palabras claves

Técnica corporal – Actuación – Presencia escénica- Formación artística-

Executive summary

We are in the 21st century. The paradigms related to the body and the artistic education has been complexly changing: Science moves to an overall body-mind cosmogony. And everyday life is becoming more and more sedentary, virtual and mediatized through electronic devices and distance. Artistic knowledge is not only transferred by a direct teacher-artist/student traditional relationship. Schools of thought and critic have focused on the artistic academic education and overvalued those judgements about the must-be of the artist. Passing on technical knowledge to approach the art and the craft have been relegated. How to establish a communication between these two aspects of the corporeal education in conscious gyms?

Keywords

Corporeal techniques- Acting- Stage presence – Artistic Education

EL ESTUDIANTE

Imaginemos que desde que nacimos y cumplimos nuestras etapas de desarrollo fuimos guiados a escuchar nuestras intuiciones con naturalidad, a alimentarnos cuando teníamos hambre y dormir cuando teníamos sueño, a prestar atención por igual a todos nuestros sentidos, a vivir pensando y haciendo consciente la experiencia y que luego de hacer toda una educación primaria y secundaria que nos respalda como personas creativas y pensantes nos encontramos empezando a formarnos como actores. Nos hemos desarrollado con naturalidad en la comprensión de nuestros impulsos, nuestras acciones y nuestros pensamientos y en la relación de éstos entre sí. Ahora, tendremos que aprender a desarrollar nuestra observación y nuestra capacidad motora e intelectual para incorporar matices, dinámicas y expresiones que no nos son propias y desarrollar la capacidad de observar la realidad que nos rodea con agudeza e iniciarnos en la búsqueda de cómo plasmarla y transformarnos expresivamente, en nuestra actividad escénica.

Ahora imaginemos que nacemos con toda esa capacidad y la misma se nos estimula hasta alrededor de los 4 o 5 años; pero al ingresar a la escuela primaria, nos vamos adaptando a sentarnos alejados del piso y dejando de registrar si estamos cómodos o incómodos, a estar en una fila en relación a los demás pares y tener un único punto de vista que es hacia adelante, donde se sitúa la nuca de nuestros compañeros y el cuerpo de los maestros o profesores que están de frente a nosotros. Imaginemos que, de todos modos, vivimos en una familia donde se nos estimula a tener un pensamiento propio en la intimidad de nuestro hogar y también se nos alimenta artísticamente: asistimos a conciertos, museos, espectáculos teatrales, donde podemos observar cómo la realidad se transforma y adquiere otras dimensiones, colores, texturas y calidades; cómo se nos habla de lo que nos sucede o sucede a través de lenguajes que no son necesariamente una copia fiel o una copia devaluada de la realidad. También, en la escuela o en el club, podemos asistir a las clases de Educación Física y a practicar deportes. Allí queda enmarcada la experiencia física: podemos correr, hacer esfuerzo, sentir que nos cansamos, que el movernos nos pone contentos o tal vez nos frustra si nuestra relación con el movimiento no se aviene a este tipo de actividad. Así tenemos varios territorios que delimitan estos campos como realidades diferentes y recortadas: la del aprendizaje formal, la estética y cultural, la corporal o física. Crecimos y estamos empezando nuestra formación como actores: Tendremos que aprender a conectar todas estas experiencias delimitadas en territorios aislados en una experiencia integrada. Rever nuestras ideas sobre el cuerpo y lo físico, para que no queden solo relegadas al

virtuosismo o lo deportivo; aprender a integrar el pensar y el hacer y el intuir y el sentir. Reconectar la comunicación entre esas áreas como cuando éramos niños. Y también, aprender a hacer algo con ciertos pensamientos adquiridos que limitan nuestra creatividad o inhiben nuestros impulsos.

Imaginemos, una vez más: Esta vez poco tiempo después de nacer, antes de inclusive hablar, aprendemos a usar los dedos para observar cosas sobre una pantalla. Nos quedamos quietos mientras observamos humanos de pequeñas dimensiones que se mueven dentro de una ventanita que está entre nuestras manos. La experiencia de ir a jugar o correr al club o a la plaza se recorta por posibilidades o imposibilidades de nuestros padres de acompañarnos o por simple falta de deseo de salir a movernos ya que a través de esas ventanitas podemos ver cosas mucho más fantásticas que las que vemos si salimos de casa, podemos movernos de una manera más increíble con nuestros cuerpos virtuales, tener varias vidas y varios cuerpos y amigos con los que establecemos un contacto lúdico que no nos pone en riesgo emocional ni físico real. El cuerpo es una especie de carga que poseemos, nos ocupamos de darle de comer, pero no necesariamente de alimentar, hemos sido bastante torpes en nuestro movimiento, la experiencia de transitar y reconocer el espacio fue bastante tortuosa, del mismo modo agarrar un lápiz o jugar con nuestros amigos corriendo. Por otra parte, el aspecto emocional está relegado o a la intimidad familiar o mayormente a una experiencia mental o lúdica. No podemos entender o imaginar cómo las vivencias se conectan con la corporeidad de las personas, no entendemos el sentido de percibir el propio cuerpo porque es una realidad que vivimos en la prehistoria de nuestra propia vida y nos parece que de eso no quedan ni rastros. Nada nos sorprende de lo que pueden hacer los humanos. Nos consideramos como un organismo vivo, con posibilidades mecánicas. También hemos aprendido a elaborar teorías que justifican nuestras ideas y a explicar las ideas a través del discurso verbal; pero hemos disminuido nuestra capacidad de expresar nuestras ideas y de leer la realidad a través de la acción, el espacio y las calidades. Hemos decidido empezar nuestra formación como actores. Ahora tendremos que aprender una serie de relaciones entre lo que consideramos que es el cuerpo, el pensamiento, la emoción, que nos resultan totalmente ajenas y, por momentos, incomprensibles.

Con estos tres ejemplos y con una mayoría que por el momento se corresponde con lo descrito en segundo lugar, y con una gama de matices entre estas características, podemos pensar la población de estudiantes actuales en una ciudad como Buenos Aires.

LA FORMACIÓN: EL TEMA.

Particularmente los intérpretes teatrales deben adquirir y desarrollar la capacidad de realizar distintas acciones corporales y esto significa un uso determinado del cuerpo y sus articulaciones tanto en estado de inmovilidad como en movimiento².

Con estas palabras de Rudolf Laban, podemos señalar la búsqueda esencial a través de las técnicas corporales para el actor.

Mayormente, y debido al paradigma dominante en la educación, cuando un estudiante inicia su formación siente que TIENE un cuerpo. El cuerpo le pertenece a la mente. Es objeto. Está cargado de una afectividad ignorada o desoída. También en la mayoría de los casos está rotulado: ágil, torpe, gordito, débil, flexible, rígido, tónico, fuerte, grande. Se es bueno o malo con el cuerpo. Por lo tanto, ese cuerpo que le pertenece y obedece a la mente y se adecuó a los preconceptos que la mente tiene sobre él, es un medio para el movimiento y el movimiento es un fin en sí mismo. Y a su vez, ése, su cuerpo, es su presente y su futuro casi como un presagio o una condena, sin posibilidades de ser modificado. La afectividad, la experiencia de vida inscripta y vivida físicamente está desoída, congelada y relegada al espacio de lo mental. El cuerpo es un objeto que se posee y que se utiliza para moverse por el espacio, para exhibirse u ocultarse como objeto virtuoso o estético, sirve para hacer cosas. Por otra parte, la mente pareciera no estar en ningún lado o estar confinada en el cerebro, o sea en la cabeza, y la cabeza y el cuerpo no se corresponden entre sí. A pesar de que en la cabeza residen la mayoría de los órganos sensorios, pareciera que no forma parte del cuerpo y que no tiene nada que ver con lo que sentimos y percibimos.

Escuchamos frases como “bajar de la cabeza al cuerpo”, “sacar la cabeza”, “poner el cuerpo”, “bajar al cuerpo”, “poner más la cabeza”, “el cuerpo es mi instrumento”. La cabeza y el cuerpo son dos cosas que el estudiante posee y que parecieran estar en combate permanente. Él no se haya en ninguno de estos dos lugares o se haya principalmente en el que está combatiendo y la posición que tiene tomada en esta contienda es que, según sea su naturaleza -la cual debe combatir- o la cabeza o el cuerpo debe ganar la batalla. Al parecer, la mente o uno de los aspectos de la mente, está subjetivado, es decir se le dio carácter de sujeto. Y nuestro estudiante entiende por mente y pensar, en general, solo algunos de los aspectos del pensamiento: mandarse, opinar, juzgar, repetir lo que ya sabe o lo que le han dicho. La mente sabe, pide, ordena,

² Rudolf Laban: *El dominio del movimiento*. Ed. Fundamntos, Madrid, 1987.

valora y justifica y el cuerpo obedece, hace o no hace. Y la mente piensa opiniones o ideas que escuchó de otros. El cuerpo no es un cuerpo sentido ni un cuerpo pensado sino, ante todo, un cuerpo opinado: adecuado o inadecuado. Y el aprendizaje se confunde con la capacidad de responder acertadamente e ipso facto. Está desligado de la cualidad de apropiación mediante la prueba, el error, la investigación, la experiencia, la repetición y la observación de cambios.

Podemos pensar la formación corporal del Actor organizada en tres períodos³.

En el primero, nos proponemos despertar la conciencia de lo propio-perceptivo y de lo perceptivo y la curiosidad ante lo que aparece como obvio. Que el estudiante acepte la posibilidad de modificarse y de no saber cómo resolver de ante mano, es decir, que descubra que el aprendizaje y la superación de las dificultades se realizan mediante procesos. Que se dé cuenta que la capacidad de sentir su cuerpo le permite tener un dominio sobre sí, le abre las puertas del diálogo consigo mismo: de modificar su postura o mantenerla a lo largo de los años de manera saludable, de trabajar físicamente sin lastimarse utilizando recursos técnicos, de desarrollar su flexibilidad y su tonicidad muscular, de trasladarse por el espacio de múltiples maneras, de obtener información no solo a través de lo que ve sino también a través de lo que percibe, de desconocerse en lo que hace para reconocerse con su nuevo potencial. También, debe darse cuenta de que posee la capacidad de percibir el espacio que lo rodea y que esa percepción le permite interactuar expresivamente con los objetos y las personas.

Y a la vez, debe entrenar la capacidad de percibirse simultáneamente a sí mismo y al espacio externo, ampliar su kinesfera, organizar su postura y actualizar su imagen corporal. Tornar experiencia el estar en el espacio. Verticalidad, horizontalidad, sagitalidad, se vuelven posibilidades integradas de habitarlo, potencialidad relacional.

³ Al hablar de períodos no hacemos referencia a años de estudio ni a módulos; sino a etapas que se considerarán cumplidas una vez integrados los conocimientos propuestos en ellas. Por ejemplo: un período puede llevar 2 años y los otros un año, dependiendo de los temas, tiempos, disposición y contexto que tengamos para trabajar. Lo que consideramos es que determinados alcances de la corporalidad están inscriptos en una fase o período, que puede tener a su vez subdivisiones, módulos; pero que es la aprehensión de los conocimientos de un período la que permite iniciar y comprender el siguiente de manera óptima.

Stanislawski nos dice:

La primera señal que ayuda a liberar al hombre total para sus problemas escénicos creadores es la función del cuerpo-el movimiento. Toda vida, cualquiera que sea su forma o estructura, es siempre movimiento. Puede ser movimiento de pensamiento o de cuerpo, pero siempre es movimiento⁴.



Trabajos del nivel II (izq.) y del nivel III (dcha.) de Entrenamiento Corporal del Actor, de la estudiante María Eugenia González

En esta primera etapa, la experiencia corporal se concientiza casi exclusivamente en el movimiento del cuerpo.

De a poco, el combate que originalmente era entre el cuerpo y la mente del estudiante, se transforma en un combate entre el antiguo modo de aprender y éste -que vive como nuevo aunque sea reflejo de su aprendizaje original-.

⁴ Konstantin Stanislawski: *El arte escénico*. Alba editorial, Barcelona, 2013

Si a pesar de las resistencias, ha perseverado en la reiteración de pautas técnicas y ejercicios, con el tiempo se producen los resultados. *Su cuerpo es aceptado como propio y su pensamiento utilizado como aliado.* Se fija objetivos con la certeza de que tendrá posibilidades de lograrlos o acercarse a ellos. Su corporalidad continúa asociada, casi exclusivamente, a la posibilidad de virtuosismo, de lo que denomina “escenas o personajes corporales” y le cuesta encontrar el sentido lúdico atravesando la técnica o en el marco de pautas formales. Ignora todavía lo que Laban describe con estas palabras:

El arte teatral usa movimientos del cuerpo y los órganos emisores de la voz para reflejar la tendencia que surge de ahí para adelante hacia valores y conflictos. Ese premio por valores lo revela el artista en el escenario por medio de su movimiento expresivo, lo que significa movimiento del cuerpo y movimiento de la mente⁵.

Su presencia se ha vuelto precisa, domina su postura, su flexibilidad, su tono muscular, y orgánicamente su imaginario se libera. Puede integrar: Aplica lo que aprende en una clase de Entrenamiento Corporal para intentar estar relajado en una escena o para investigar un comportamiento de un personaje, para adoptar una actitud diferente a su actitud habitual.

Iniciamos, entonces, una segunda etapa en la formación en la cual el estudiante adquiere o desarrolla su capacidad poética: imagina lenguajes expresivos, busca maneras de crear escénicamente, *desarrolla un pensamiento poético a través de su presencia escénica, habita el espacio con matices y sutilezas, se adueña de su expresión e investiga qué puede hacer con su movimiento, el cual adquiere cualidad de acción.* Descubre en su cuerpo infinitos espacios anatómicos que le sirven de punto de partida para habitar el espacio escénico. Las secuencias de antaño son ahora estructuras más elaboradas con potencial escénico y sentido. Nos encontramos ante la dramaturgia del actor en la escena. Nuestro estudiante ejerce su autonomía creativa:

Así como el pintor se arriesga a que al crítico le guste o no su cuadro, el actor debe arriesgarse a que se acepte o no su interpretación

⁵ Rudolf Laban: *El dominio del movimiento*. Ed. Fundamentos, Madrid, 1987.

de una escena. El control de un hábil director puede servir de guía para el desarrollo del gusto del estudiante, pero no puede sustituir al discernimiento personal.⁶

Es capaz de pensar, accionar, sentir y percibir de manera expresiva e integrada. Su presencia escénica se acrecienta y adquiere una capacidad dialéctica con su producción que le permite forjarse en su autonomía, afianzarse en su búsqueda personal. Ya no justifica lo que no puede con discursos ni es tan fácil que se sienta a sí mismo como un objeto. *Su cuerpo se corresponde conscientemente con su psiquismo. Ejerce con naturalidad la capacidad de ser objeto y sujeto de su propio conocimiento.* Comprende de manera cabal desde la experiencia que, no sólo el aprendizaje y el cambio son procesos, sino también el desarrollo creativo. Ya no trabaja para cumplir con sus ideas previas, sino que parte de éstas para explorar sus posibilidades en acción y llegar a territorios nuevos.



Trabajo final de Entrenamiento Corporal III a partir de cuentos de Ítalo Calvino,
de la estudiante Daiana Álvarez.

⁶ *Ibíd*em

Estos nuevos territorios son esa realidad que, estipulada y creada por él, por otros o por varios, debe ser re producida y actualizada cada vez. Nuestro estudiante debe encontrar una disposición a la repetición en la que, inclusive, no modifique nada de lo aparente. Quiere decir que ahora estamos en la etapa de formación en la que el estudio de lo corporal se dirige a aspectos más sutiles, que le permiten generar una ocupación en continuum durante su actividad escénica. La precisión se vuelve cada vez más necesaria. Desarrolla simultáneamente la posibilidad de sentirse en el espacio y de ser consciente de lo que expresa en él. Es sujeto y objeto de su expresión escénica. *En este estadio de aprendizaje de su arte y oficio, de alguna manera, actualiza aquellas primeras etapas de vida en las cuales percepción, pensamiento, sentimiento e intuición conformaban una unidad integrada a su movimiento y se construía a través de su experiencia relacional con el espacio y los otros.*

Hoy en día las neurociencias postulan que las emociones y sentimientos influyen en la toma de decisiones, y que lo que llamamos mente es el resultado de un proceso conjunto de circuitos nerviosos que tienen estaciones no solo en las áreas del cerebro sino también a lo largo de la médula espinal y algunos órganos. Se postula, con sustento científico, que el cuerpo modifica a la mente y viceversa porque existe un funcionamiento en bucle entre ambos.⁷ La mente que crea está en el cuerpo que crea, en la persona que crea, en la actividad mancomunada de un organismo con un poderoso sistema nervioso que procesa emociones y sentimientos que son elaboraciones sutiles de los instintos básicos⁸. El ambiente en el que aprendemos influye en el estado de la mente. La posibilidad de hacer y repetir a lo largo del tiempo, resultan claves en este desarrollo motriz implicado en nuestro hacer.

⁷ El neurólogo Antonio Damasio, considera al cuerpo de importancia fundamental para el análisis y comprensión de la consciencia y postula como aspectos de la mente consciente: Un sentimiento primordial, que es la sensación de que existe nuestro propio cuerpo y está presente. Una consciencia central, que es de mínimo alcance y es la relación del sí mismo con el aquí y ahora.

Una consciencia autobiográfica o expandida que es la capacidad de la mente de conectar al yo con el pasado y el futuro a través de imágenes.

⁸ Referencias a las teorías e investigaciones del Médico Neurólogo, Profesor e Investigador Antonio Damasio, publicadas en sus libros “El error de Descartes”, “En Busca de Spinoza”, “Y el cerebro creó al hombre”

EL CONTEXTO. ¿VARIACIONES O CAMBIAR EL TEMA?

Entonces, ahora, imaginemos escenarios posibles. La ciencia avanza hacia una cosmovisión integradora cuerpo-mente a la vez que la cotidianeidad nos impulsa a una vida más sedentaria, virtual y de comunicación mediatizada a través de la distancia y los objetos electrónicos. Los saberes artísticos se transmiten no solo en la tradición de una experiencia directa maestro o profesor y estudiante-artista; sino que las escuelas de pensamiento y crítica hicieron pie en la formación artística académica. En este escenario se transmiten opiniones y juicios de valor que generan un deber ser al artista y relegan los espacios de transmisión técnica para abordar el arte y el oficio. Se dedican más horas al análisis de lo ya producido que al aprendizaje y práctica técnicos y artísticos. Pienso que nos debemos una valoración académica del arte en un escenario en el cual se estimule el aprendizaje y la formación artística a través de la experiencia, de la integración del pensamiento con la acción, de la conceptualización de las técnicas y procedimientos de quienes nos preceden. Una experiencia académica que incluya más espacios de creación e investigación en la praxis, validados como espacios de aprendizaje en los que capitalizar y desarrollar lo que se explica y se vivencia en las materias. Es factible formar para que los futuros artistas miren su porvenir sin sentir que como integran la post modernidad ya no tiene nada para decir e inventar.

En este contexto, ¿Qué lugar ocupa la formación como una realidad posible y superadora para las personas que eligen aprender un oficio? ¿Es posible considerar que educamos si solo enseñamos los artilugios que posibilitan la inserción en la producción artística inmediata y validada por la crítica del momento? ¿Qué podemos hacer cuando desde la educación se replica el modelo en el cual se arman teorías para explicar lo que la obra debiera generar sin explicaciones? ¿Qué sucede cuando en el contexto educativo se alimenta la falacia de que el oficio del artista se aprende de los libros?

Elegí para iniciar una frase de Stanislavski que nos recuerda que el desarrollo cultural de un hombre es lento. Fedora Aberastury postula:

Técnica del movimiento significa poder llegar a adquirir un conocimiento acerca del uso de nuestro cuerpo, el cuerpo total, es decir todo lo que involucra la apariencia que mostramos, que no es sino el reflejo de un complejo y misterioso funcionamiento.⁹

⁹ Fedora Aberastury: Escritos. Catálogos Editora, Buenos Aires, 1991.

Este complejo funcionamiento al que se refiere Fedora nos llama a revivir nuestro origen, nuestras primeras experiencias. Nos invita a encontrar nuestra sabiduría en nuestros propios orígenes y desarrollos primigenios, acercándonos de manera consciente para actualizarla. Este es el TEMA de nuestra formación: integrar y personalizar, es decir, que el estudiante recupere la correspondencia entre cuerpo y psiquismo, que se sienta en su cuerpo. Y además, que logre reconocer procesos motores que debe potenciar y utilizar conscientemente en escena, darle herramientas para ser un actor creador que tenga un desempeño saludable a lo largo de su carrera, que desarrolle su autonomía, para que se independice. Las VARIACIONES son las adecuaciones que podemos realizar de acuerdo al contexto: el diálogo y contrapunto a través de la didáctica que entablamos con el contexto formativo de cada estudiante para generar las condiciones propicias para el aprendizaje. En el contexto social actual, son necesarias más horas para la experiencia física. Velar por los espacios de práctica, generar consciencia de los tiempos que hacen falta, incentivar a los estudiantes a encontrar tiempo y espacio para la prueba y el error. Formarse es adquirir más o menos desarrollo, aptitud o habilidad. Muy distinto es instruirse: aprender ideas, doctrinas. Actuar es poner en acción.

¿Qué pone en acción el actor? En primer lugar, debiera poner en acción su pulsión original y actualizarla. Saber su propio sentido sobre el oficio. El arte es el sueño colectivo, lo que articula lo consciente e inconsciente de una sociedad, lo que interroga e interpela directamente a cada miembro de ella. Si este vínculo está mediatizado, la función artística pierde potencia. Son los propios sujetos, actor y espectador quienes deben preguntarse los sentidos de lo que hacen-ven sin esperar que les expliquen qué tienen que pensar. Lo incomprensible y simbólico, la conmoción, lo que escapa a la explicación discursiva, está implícito y es vital en la producción artística. Es por eso que en nuestro pasado está nuestro futuro como artistas. Lo genuino está en los genes y lo original en el origen. Como nos dice Oskar Schlemmer en sus escritos:

Crear formas significa: vivir. Los niños son creadores porque, partiendo directamente del secreto de su percepción, sacan, encuentran, crean, más que un imitador de las formas griegas. ¿Qué hace el artista? Hace claro lo confuso, consciente lo inconsciente,

posible lo imposible, del caos extrae la unidad, de lo múltiple saca lo simple.¹⁰

¹⁰ Oskar Schlemmer: Escritos sobre arte: pintura, teatro, ballet. Ed. Paidós, Barcelona, 1987.