

Recibido: 17 de febrero 2020
Aceptado: 28 de septiembre 2020

Pasaje: articulación de producción de experiencia y presencia en la práctica actoral de *Éxtima, perdida como una figura* (2018)

Marcela Nathaly Lagos Rodríguez¹

Resumen

Partiendo de considerar la experiencia un aspecto fundante de la práctica actoral, el presente artículo se instala en el campo de los estudios teatrales, concretamente, en el de la actuación, y metodológicamente, se incluye dentro de los estudios que investigan en, y a través, de la práctica artística. Este estudio se basa en la articulación de mecanismos para la producción de experiencia y presencia, abordándose la práctica actoral desde la noción de eroticidad. La cuestión del erotismo como experiencia corporal, subjetiva e intersubjetiva, abre el territorio acerca de la discontinuidad/continuidad del sujeto y a la noción de pasaje, relacionada a la práctica actoral llevada a cabo durante el proceso creativo de “*Éxtima, perdida como una figura*” (2018). En cuanto a los aspectos metodológicos propiamente tales, este estudio se sitúa dentro del campo artístico que investiga a través de la práctica misma PaR (*Practice and Research*). Esta metodología cuestiona acerca de qué se puede descubrir y compartir en y a través de la práctica como investigación.

¹ Lic. Arte Escénico, UPLA/Chile; maestranda Teatro, mención actuación, investigadora G.I.A.P.A, UNICEN; Profesora de Yoga Integral, mención Astrología Védica y Yogasutras Centro Internacional de Yoga Kali Shakti y Vasanti Veda Yoga/ Escuela de Yoga y Ciencias Védicas, 7000, marcela.lagos.arte@gmail.com

Palabras clave: práctica actoral - erotismo - Práctica e Investigación - pasaje - Teatro performático

Abstract

Starting from considering experience as a founding aspect of acting practice, this article is intalled in the field of theater studies, especifically on performance, and methodologically it is included within the studies that investigate in and through artistic practice (Practice and Research). This study is based on the articulation of mechanisms for the production of experience -called passages- between the actresses, addressing the acting practice from the notion of eroticity. The question of eroticism as a bodily, subjetive an intersubjetive experience, opens a territory about the discontinuity/continuity of the subject and the notion of a passage, related to the performance carried out during the creative process of the staging *Éxtima, perdida como una figura* (2018).

Key words: acting practice - eroticism - Practice and Research - passage - performance theater

Introducción

El objetivo general de esta investigación fue profundizar en la experiencia erótica dentro del campo de la actuación/creación, articulando práctica y paradigmas teóricos de otros campos disciplinares, con el fin de enriquecer el análisis y la reflexión teatral, contribuyendo fundamentalmente con aquellos actores y actrices que buscan referencias específicas para abordar la actuación en tanto que experiencia de creación y transformación interior.

Investigación a través de la práctica

Investigación en y a través de la práctica, PaR (*Practice and Research*, en inglés), se cuestiona sobre qué se puede descubrir y compartir en y a través de la práctica como investigación, qué sería lo que se perdería durante los procesos, qué es lo que permanecería silenciado, qué modalidades de conocimiento y formas de trabajo están en juego.

PaR, reconoce el proceso intelectual y creativo del artista como una forma de investigación; demandando al investigador artista la reevaluación del estado de los procesos de su hacer, de los procesos de teorización y de la relación entre ambos.

Este es un tipo emergente de investigación que reconoce y que reelabora métodos de la práctica creativa, y que requiere de estrategias de articulación. Esta metodología demanda del investigador artista la formulación de preguntas, que sólo pueden ser hechas a través de la práctica, con el fin de ir encontrando formas de hacer que concuerden con los procesos y la forma externa de la investigación.

Requiere pensar con el cuerpo, accionar, más que abstraer, trabajar con la propiedad de los materiales, más que con los objetos, entrando en la “cosidad” de las cosas y, por, sobre todo, darle relevancia a la transformación y a la sensorialidad, más que a las ideas y categorías fijas o moldeadas.

El proceso reflexivo que deviene en, a través y después de la práctica implica la escritura como modalidad de desciframiento que permite encontrar las palabras para revelar aquello que se ha encontrado, de tal modo que la escritura está implicada como parte de estos procesos materiales.

Proceso de Articulación Creativa, CAP²

Con exactitud, el modelo metodológico que fue aplicado durante el proceso de investigación proviene del campo de la danza y se denomina Proceso de Articulación Creativa / Proceso de Enunciación de la Creación, CAP (*Creative Articulation Process*, en inglés), está compuesta por varias fases que van revelando distintos prismas de la práctica.

Con intención de guiar y asesorar a artistas/ practicantes/ académicos en un trabajo de búsqueda y exploración más profunda

² Hacer es Saber, I Jornada Internacional de Investigación a través de la Práctica Artística (IPA), Facultad de Arte, UNICEN. Organizadas por Secretaría de Investigación y Posgrado - Facultad de Arte. Proyecto de Investigación: La investigación como creación y la creación como investigación: Artefactos Escénicos. Recuperado de http://www.arte.unicen.edu.ar/artepublicaciones/actas/hacer_es_saber.pdf

de sus procesos creativos, Vida Midgelow³ y Jane Bacon⁴, proponen CAP como un modelo investigativo, planteado y desarrollado dentro sus propios estudios académicos en danza, dentro del contexto de laboratorio coreográfico en el Reino Unido.

La relevancia de este paradigma es la de buscar quedarse cerca de la práctica creativa y de lo somático; conociendo desde la práctica misma en lugar de usar discursos de otras áreas, en un intento de prescindir de otras maneras de conocer que se alejan de la experiencia creativa y corporal.

CAP, posee una clara concepción de la investigación artística - como algo que tiene lugar dentro y a través de la práctica, donde el conocimiento y su puesta en palabras, surge desde dentro mismo del proceso práctico de investigación encarnada⁵.

³ Professor of Dance and Coreographic Practices, Middlesex University, Reino Unido. Es improvisadora, realizadora de video instalaciones, mentora y docente. Su trabajo se centra en aproximaciones somáticas al entrenamiento en Danza, improvisación y en la puesta en palabras de procesos coreográficos. Sus últimas publicaciones incluyen: ‘Nomadism and ethics in/as improvised movement practices’ (*Critical Studies in Improvisation*, 2012) and ‘Sensualities: Dancing/writing/experiencing’ (*New Writing*, 2013). Se encuentra en proceso de edición de un extenso volumen sobre Improvisación en Danza a publicarse a la brevedad (Oxford University Press). Contacto: Middlesex University, School of Media and Performing Arts, Town Hall Annex (TG56), TheBurroughs, Hendon, London, UK. E-mail: v.midgelow@mdx.ac.uk

⁴ Professor of Dance and Somatics, University of Chichester, UK, es especialista en Movimiento Auténtico, entrenadora en Focusing y Analista Jungiana. Artista visual de instalaciones. Su trabajo se centra en aproximaciones somáticas a la puesta en palabras de procesos de investigación guiados por la práctica y procesos creativos guiados por el movimiento; así como en la investigación y profundización de Movimiento Auténtico. Contacto: Dance and Theatre Departments, University of Chichester, Bishop Otter Campus, College Lane, Chichester, West Sussex, PO19 6PE, UK. E-mail: j.bacon@chi.ac.uk. Conjuntamente dirigen Choreographic Lab y editan la revista académica *Choreographic Practices* <https://www.intellectbooks.co.uk/journals/view-issue,id=3232/>.

⁵ “El cuerpo entrenado/ formado/ que sabe hacer es el punto de encuentro común tanto para la mente y la actividad, (...) como para el individuo y la sociedad” (Schatzki, 2006, p.3. La traducción es de Mg. Gabriela Gonzalez). Documentación en investigación a través de la práctica artística: algunas claves. Charla – taller, Encuentro GIAPA – TECC. UNICEN, 2019.

La consciencia encarnada, o reflexividad, en este modelo incluye lo relacionado con lo 'inconsciente', lo 'creativo' e 'intuitivo' o cualquier otro aspecto de la experiencia que resulte difícil de explicar y racionaliza, reconociendo que la consciencia está encarnada y que esta tiene su propia claridad.

En la práctica actoral la experiencia es fundamental; CAP, propone una metodología que permite ahondar en ella y desarrollar modos de poner en palabras lo vivenciado. Por un lado, CAP se presenta como una herramienta para producir experiencias, y a la vez, articularlas para compartirlas. Como metodología hace hincapié en la sensación sentida y en la experiencia que mantiene una conciencia abierta y atenta.

Esta metodología permite que el investigador se enfoque en algo particular, es decir, la experiencia sentida y así hablar o moverse desde un lenguaje/lugar basado en cada experiencia corporal singular. Según las autoras, la razón más importante para utilizar este modelo es sentir curiosidad por saber más sobre lo que uno mismo hace y estar abierto a dedicar tiempo a este proceso de auto-investigación.

Facetas. Proceso de articulación creativa: ¿Cuál es mi sensación sentida?

A continuación, expondré mi experiencia al aplicar la metodología CAP, con el objetivo de trazar continuidades de la práctica artística como investigación, en un intento de diagramar aquellos caminos y hallazgos.

Abriéndonos, Situándonos, Hurgándonos, Revisitándonos, Anatomizando y Saliendo; cada una de ellas contiene estímulos para recuperar la importancia de la experiencia y del encarnar, como el lugar desde el cual sea posible revelar y hacer evidente la práctica creativa. El investigador artista puede tomarse un momento para sentir las en su cuerpo, y preguntarse: ¿cómo se siente estar trabajando desde la faceta Abriendo?; y así, con cada una de las facetas.

Estos procesos están emparentados con las acciones de pescar, excavar u otras actividades que implican el ahondar en una misma

cosa para así revelar/ encontrar más de lo descubierto originalmente. Se espera que estos verbos de acción resulten evocativos, emergentes, imaginativos y simbólicos.

Tanto las fases como el modelo son iterativos y cíclicos; cualquiera de las fases puede ser empleada de manera independiente, como un rápido momento de enunciación, o, como una línea de investigación que requiere un proceso más largo de profundización dentro de la misma creación.

En este modelo la práctica está implícita; muchas de las tareas que propone este modelo tienen que ver con la escritura, de modo que esta surge a partir de la práctica. Por otro lado, la práctica deberá ser una compañera de trabajo, vinculada profundamente con la impronta de quien investiga, de tal modo que sea capaz de arrojar nuevas luces sobre su trayecto y herramientas.

En mi caso en particular, las facetas de CAP, me sirvieron como un sustrato definido por el cual deambular, concretamente, la focalización en la sensación sentida fue una dirección clara que dio inicio a mis exploraciones.

La pregunta base fue ¿cuál es mi sensación sentida de este momento, aquí y ahora? Esta pregunta direccionó una indagación íntima e interna en relación a cómo percibía mi cuerpo y mi estado interno en ese momento. De modo que, esta investigación comenzó a partir de un acontecimiento personal, con el surgimiento de una disruptiva sensación que comenzó a tomar protagonismo en mi vida de un modo particular. Me refiero, exactamente, a una afectación psicósomática que cambió mi percepción de la realidad, de manera íntegra. De esa sensación, concretamente ubicada en mi útero, interpreté que mi energía se había estancado y bloqueado, en este espacio corporal, justamente donde se ubican los órganos reproductores. Se manifestaba allí, una sensación particular que era ajena a mi sentir cotidiano y que comenzó a instalarse en mi corporalidad.

Cuando pude hacer consciente dicha sensación, sostuve la intención de transmutarla, y para ello, comencé a estudiar e indagar sobre Erotismo y Goce, y a vehiculizar mi trabajo como investigadora y actriz hacia esos territorios, enfocándome en mi entrenamiento, especialmente, en lo concerniente a mi práctica

corporal. El erotismo y el goce se convirtieron en mis territorios temáticos; indagué las implicancias de estas dos nociones en varios autores, con el fin de articular un mapa conceptual que más tarde utilicé como material de base para el proceso creativo de *Éxtima*, con el fin de aplicar y encausar la exploración corporal según su compromiso terapéutico. En este sentido, para enmarcar esta indagación e insertarla en los estudios teatrales, a continuación haré un pequeño recorrido por los aportes realizados por Jerzy Grotowski, quien dio preponderancia a la potencialidad que tiene el arte y sobre todo a la práctica corporal del actor como vehículo de transformación interna.

Jerzy Grotowski: Arte como vehículo

Desde el punto de vista del arte del actor, en las prácticas corporales de *Éxtima, perdida como una figura*, se mantuvo presente la idea de Arte como Vehículo. En esta vertiente del teatro occidental, emerge esta premisa, entendiéndolo que la práctica del actor es utilizada como medio de auto- conocimiento y exploración continua.

La investigación de Grotowski en el campo de actuación, forma parte de la tradición de teorías y métodos contemporáneos de creación y dramaturgia de actor. Para este director, la realización escénica toma todo su peso a partir de la performance de los actores/ actrices “significa que el actor nunca poseerá una técnica permanentemente *cerrada*, porque a cada paso de su auto escrutinio, a cada desafío, a cada exceso, a cada ruptura de barreras escondidas corresponden técnicas nuevas en un nivel más alto.” (Grotowski, 1971: 31)

En el teatro grotowskiano, el cuerpo es percibido en su realidad material y potencial desestabilizador de las estructuras dominantes - campo simbólico-, a través de la carga performativa de sus actos, enfatizando este aspecto: la materialidad del cuerpo en acto. La presencia del actor/actriz está mediada por la producción de estados corporales y subjetivos, a través de una profundización en la consciencia del estar y hacer, en un presente continuo. Este director, afirma y reconoce las posibilidades terapéuticas del teatro para la

civilización; el actor invita al espectador a deshacerse de los compromisos, exigiendo revelación plena, apertura y la salida de sí mismo, como contraste de la cerrazón vital del individuo.

Para Grotowski, el acto de apertura del actor podría compararse al acto de amor más genuino entre dos seres humanos, como si ésta fuera una salida de sí mismo, inexplicable. La actuación toca los límites vitales del actor/actriz, las experiencias umbral de su vida, desenchajando los límites de la cotidianeidad de su vida normal; el actor “lleva a cabo un acto con todo su ser, un acto que es una respuesta general al desafío planteado en la obra, por el personaje y por la propia vida y experiencia.” (Grotowski, 1971: 225)

Durante la última etapa de su trabajo investigativo sobre el arte del actor, Grotowski desarrolló el Arte Ritual, que posteriormente se denominó, Arte como Vehículo; esta etapa se caracterizó por la formación permanente de los actores/actrices. La finalidad de esta etapa era la crear una Acción, que correspondía a una estructura performativa, precisa y acabada. Según Grotowski, el resultado es un impacto de tipo energético. Sin embargo, lo más importante, según él, era el hecho de generar un tránsito en el actor/actriz: un pasaje de lo tosco a lo sutil en cuanto a las energías y a la profundización interna, como resultado de la objetividad del ritual. Esta objetividad ritual, posibilita la transformación interna del actor mediante la Acción, estructurada de manera muy consciente, suscitando el movimiento corporal y subjetivo. Estas Acciones presentan la posibilidad, según Grotowski, de que el actor trasmute sus energías y modifique su corporalidad de manera integral.

Según Grotowski y Thomas Richard, su discípulo, el Arte como Vehículo puede entenderse como una especie de Yoga, de unión total. Durante la etapa del Arte como Vehículo, el actor/actriz se plantea como un hacedor, un contemplativo en acción, que avanza hacia el conocimiento de su propia naturaleza.

En este sentido, la experiencia del hacer fue central durante el proceso creativo de *Éxtima*, la idea de transformación interna del actor/actriz se erigió como premisa durante el entrenamiento actoral. Dadas las implicancias personales que motivaron las exploraciones corporales durante el proceso creativo se hizo necesario, a nivel intelectual, comprender el énfasis grotowskiano acerca de la

transformación que vive el actor/actriz a través de su entrenamiento. La última etapa de las investigaciones grotowskianas permitió abrir una puerta hacia la propuesta de un modo de abordar la práctica actoral, relacionada directamente con el rito y sus implicancias terapéuticas. La transformación interna del actor es suscitada por medio del cuerpo en relación con su entorno, esto requiere, que el actor se mantenga abierto y dispuesto para, efectivamente, entrar en contacto consigo mismo y con el afuera, procesos que deben ser llevados a la consciencia.

Eroticidad y pasaje en la aplicación de la práctica actoral de *Éxtima, perdida como una figura*

La cuestión acerca del erotismo como experiencia corporal, subjetiva e intersubjetiva, abrió un territorio fértil en el proceso actoral, con foco en las ideas de discontinuidad y continuidad del sujeto, desplegadas desde el pensamiento erótico de George Bataille, quien menciona el estado de *discontinuidad* como aquel en que el individuo permanece cerrado, replegado sobre sí mismo. La *continuidad*, por el contrario, sería un estado de completa apertura hacia el otro.

Explicaré la noción de *pasaje*, como parte constitutiva de la experiencia erótica que fue aplicada durante la práctica actoral, dicha experiencia, refiere a un proceso de transformación interna en el individuo. Bataille considera que lo erótico es la ruptura de la *discontinuidad* del ser, traspasa toda la existencia y que sólo puede percibirse cuando se profundiza en la interioridad del ser humano. Según él, existe la posibilidad de que los seres discontinuos - individuos aislados-, entren en vínculo y disminuyan la distancia entre los cuerpos, haciendo más pequeña la brecha que los separa; el gran esfuerzo de la pasión erótica es mantener la *continuidad* del ser, de la existencia. El erotismo, como experiencia, consiste en vincular con los otros; es abrirse a la continuidad que promueven las relaciones, salir de la discontinuidad del sujeto que implica mantenerse en su individualidad cerrada; en la práctica actoral, este proceso de desarme, es inminente. El vínculo actoral requiere que la

conciencia de los implicados esté abierta y alerta a estas manifestaciones de la intersubjetividad, a estos procesos de fusión con el otro.

A este movimiento, que va desde la discontinuidad a la continuidad, Bataille le llamó *pasaje*. Se refiere a un cambio de estado en el sujeto, y entre los sujetos. El pasaje funciona como un proceso de fusión, es decir, un proceso de intersubjetividad. El pasaje, como cambio de estado en el individuo, genera nuevos lazos y nuevas fusiones voluntarias y conscientes, apasionadas, donde la corporalidad está en su centro. En consecuencia, esta idea fue aplicada al proceso de la práctica actoral en *Éxtima*, la actuación en tanto que experiencia erótica, que se vio reflejada en la búsqueda de pasajes que promovieran estos cambios de estado.

En este sentido, tomé la noción de *pasaje* cuyo fin fue articular la producción de experiencia y presencia. La aplicación de esta noción se vincula con la hipótesis de que toda experiencia actoral es una experiencia erótica, ya que la práctica corporal de un actor es una meta pasaje, constituido por micro pasajes, que a su vez se constituyen de diversas técnicas y diversos métodos, cuyo fin es la producción de experiencia, y en consecuencia de presencia, en el actor/actriz.

Articulación de producción de experiencia y presencia/ Aplicación de Pasaje: Hacia una presencia plena y consciencia abierta

A partir de la metodología CAP y la noción de pasaje -un cambio de estado interior- se propuso la articulación de producciones de experiencia y presencia para abordar y guiar las prácticas corporales del entrenamiento actoral durante el proceso creativo. La producción de experiencia y presencia tuvo como objetivo generar vínculos, donde la práctica actoral fue entendida como una acción relacional, productora de experiencia, y consecuentemente, de presencia. La práctica actoral en tanto que experiencia erótica. En este sentido, el proceso de encuentro con la actuación fue el resultado de distintas articulaciones de producción de experiencia y de presencia;

configuradas en base a una serie de prácticas corporales - experiencias eróticas- que dieron forma al entrenamiento actoral.

La hipótesis que encierra esta investigación plantea que la actuación está atravesada por la experiencia erótica, en decir, que los procesos actorales son experiencias eróticas en sí mismas, e íntimas. Toda experiencia actoral es una experiencia erótica e interior: *erótica* porque está mediada por el cuerpo; *interior* porque está mediada por la subjetividad. Estos aspectos están siempre presentes en toda experiencia.

La idea de una auto transformación movilizó la articulación de los pasajes; aquellas producciones fueron entretejiendo el proceso creativo, incluyendo el vínculo con el material teórico y con el material práctico. Por un lado, una primera instancia consistió en situarse dentro de un marco conceptual que sentó las bases para movilizar las subjetividades, tomando contacto con aquellos datos que dieran inicio a las indagaciones, deambulaciones y búsqueda de nuevos materiales, otorgando la posibilidad de proliferar y multiplicar el material a través de todos los medios posibles. La función del siguiente pasaje en particular, se asentó en la búsqueda de un estado de *conciencia abierta y presencia plena*, acechando mantenerse expectante a las experiencias, apreciando de un modo consciente lo que arrojara cada práctica.

A partir del entrenamiento actoral, surgieron interrogantes relacionados con la investigación artística en el campo de la actuación; aquella centrada en el cuerpo y en el campo de la corporalidad desde el ejercicio del performer, específicamente. Estas necesidades surgieron con el afán de permanecer desde el lado de la práctica, donde las experiencias vivenciadas en ella como investigación, fueran susceptibles de ser reflexionadas y plasmadas en palabras, sin caer en la limitación del fundamento por sobre la experiencia, es decir, de una teoría por sobre una práctica. El énfasis de esta necesidad estuvo en la posibilidad de hacer consciente la multiplicidad y heterogeneidad de las emergencias que deviene de las experiencias de lo real y orgánico, teniendo la oportunidad de desplegar verbalmente aquello que acontece en el organismo, con relación a las sensaciones y percepciones de un estado interior en particular.

En este sentido se pueden distinguir dos facetas, por un lado, la experiencia en sí misma, en un estado preconsciente y por otro, la comunicación-expresión de aquella experiencia, en un estado consciente.

La distinción anterior declara la situación en la que se encuentra un performer en relación al trabajo que realiza con su cuerpo, siendo problemática en tanto investigador que hace teoría de su práctica y que sitúa una propia praxis. Este planteo permite establecer nuevamente otras distinciones, como, la perspectiva que toma el investigador en el estado consciente de la corporalidad, es decir, al enfoque y a la actitud frente al modo en que investiga, a los medios por los cuales reflexiona y comunica la experiencia.

La praxis a la que apuntó este pasaje estuvo relacionada a un determinado enfoque del investigador u observador, que indaga acerca de la experiencia misma y reflexiona sobre ella. Dicho enfoque propone un modo reflexivo, por lo que da lugar a una metodología de la investigación basada en la reflexión de los hechos o fenómenos acontecidos a nivel de la percepción del propio cuerpo, orgánico y mental. Tal enfoque permitió observar los aspectos que tienen relación con la experiencia del organismo, consigo mismo y con el espacio circundante, vislumbrando una nueva actitud y perspectiva en quien investiga su propio cuerpo, por lo que se transformó en una herramienta de gran utilidad para esbozar la idea de investigador/performer.

Uno de los factores claves de la indagación corporal es el fenómeno de la experiencia, por lo que este aspecto se constituyó como un eje fundamental en la investigación de las prácticas actorales durante el proceso creativo de *Éxtima*, situando de este modo, la problemática de la experiencia en el campo de la actuación. La filosofía, por ejemplo, ha guiado las preocupaciones de la ciencia, enmarcándose en una vertiente epistemológica que abarca a las teorías del conocimiento, el empirismo como teoría filosófica, enfatiza el rol de la experiencia en la formación de conocimiento a través de lo sensorio y perceptivo, especifica que para la creación de conceptos siempre se parte del mundo sensible, fenoménico, en donde realmente reside su funcionamiento.

La fenomenología nace del empirismo, con la intención de penetrar en la esencia de lo fenomenológico, para encontrar los fundamentos de la realidad que lo sostiene. Según, Edmund Husserl, quién fundó la fenomenología trascendental, la intencionalidad de la consciencia está basada en la idea de que la consciencia, es siempre consciencia de algo, de un estar en el mundo.

Esta concepción de la consciencia deviene en la intuición trascendental en la que los límites del racionalismo y el empirismo se difuminan. En los años 90 del siglo pasado surgió en las ciencias cognitivas el enfoque Enactivo propuesto por el biólogo Francisco Varela, basado en investigaciones en el campo de las neurociencias, planteando que la cognición se produce por el acto de moverse, y que este hecho está implicado de un modo activo en los procesos de aprendizaje. Para el modelo Enactivo la cognición es un bucle, una circularidad entre mente y cuerpo, por lo que este enfoque se convierte en un modelo explicativo de los procesos cognitivos que emergen de una causalidad no lineal y circular de interacciones sensorio-motoras continuas. Lo interesante de este modelo cognitivo es que está centrado en una matriz biológica, que considera al organismo en relación con sus procesos internos, nerviosos y físicos, primero que a sus procesos mentales y constitutivos de pensamiento-fundamento. Si bien esboza que la cognición es una circularidad en la que mente y cuerpo están relacionándose simultáneamente, pone énfasis en la importancia de la corporalidad en el proceso de cognición, por lo tanto, el paradigma se centra en los aspectos corporales de la experiencia en conjunto con la mente, en una co-determinación constante.

Para la investigación en prácticas corporales del actor/actriz, experiencia y reflexión son pilares fundamentales en la formación de la consciencia, la que se nutre, indudablemente, de las experiencias preconscientes a través de las cuales el ser humano adquiere las impresiones del entorno y del sí mismo. La experiencia de la práctica del performer y su posterior reflexión se convierten en una necesidad dentro de los procesos de aprendizaje, ya que a través de ella se crea consciencia acerca de lo que ocurre a nivel de las sensaciones. En este sentido, el investigador/performer se prepara para descubrir cómo acechar, hacer emerger, un estado en el que toma distancia de

su Yo, de sus sujeciones y de sus preceptos, de su consciencia y realidades mentales que es capaz de analizar y observar a través de la reflexión. De modo que todos esos procesos, siempre circulares, progresivos, constantes lo van acercando a la comprensión de la naturaleza de su arte, cuyo centro es el cuerpo.

En oriente encontramos un sistema filosófico que tiene como problemática esencial el concepto de la experiencia, pero cuyo tratamiento no es meramente teórico, sino que su base metodológica está fuertemente arraigada en una tradición práctica de estudio y análisis. En este punto he generado un cruce para la investigación práctica-corporal del performer, considerando que existe otra tradición que utiliza métodos avanzados de reflexión y análisis, centrados en el organismo, incluyendo la observación del devenir de la mente; me refiero al budismo. Para los budistas el Ser es Vacuo, este aspecto es fundamental, ya que la toma de distancia en relación a los pensamientos es esencial para alcanzar un estado corpóreo de plena consciencia, el llamado Estado Primordial. Para los budistas el Yo real, que se diferencia del Yo como ego, se constituye de una “estructura emergente de factores mentales dentro de un momento de la experiencia y la emergencia de la configuración causal kármica (entendido el karma como patrones habituales de conductas, motivaciones, pensamientos) en el decurso del tiempo.” (Varela, Thompson y Rosch, 1997: 22)

En las enseñanzas dzogchén se considera que el individuo funciona en tres niveles interdependientes, que son el del cuerpo, el de la voz o energía, y el de la mente. Ni siquiera quienes afirman no creer en nada pueden decir que no creen en su propio cuerpo, pues éste es algo básico para su existencia, y los límites y problemas del mismo son claramente tangibles. (Norbu, 1995: 22)

A partir de la revisión de los métodos y prácticas meditativas budistas, resalta una modalidad de análisis de la experiencia de lo real, que consiste en un estado de *presencia plena/consciencia abierta*, en la que la reflexión juega un rol importante. La relación cuerpo y mente en la experiencia real, el cómo se desarrolla esta relación y qué formas puede cobrar es la problemática reflexiva y

analítica de la presencia plena/consciencia abierta como práctica en su vertiente budista se inserta en un paradigma filosófico. En este sentido, la problemática del estatuto del Yo o la noción de sujeto cognitivo es fundamental, asumiendo que “la experiencia se puede examinar de manera disciplinada y que la aptitud para dicho examen se puede refinar considerablemente con el transcurso del tiempo” y que “la tradición de la práctica meditativa avanza gracias a su vínculo sistemático y disciplinado con la experiencia humana.” (Varela, Thompson y Rosch, 1997: 21-22)

Esta perspectiva propone a la cognición como acción corporizada, recobrando la idea de corporalidad, extraída de la fenomenología. Estas ideas provenientes de la escuela no fundamentalista del budismo Mahayana en la que se funda todo pensamiento budista, explora la experiencia y la mente, incluyendo la atención meditativa a la experiencia de la vida cotidiana, como la atención científica al estudio de la mente, basada en la primacía de la percepción.

Lo que sugerimos es un cambio en la naturaleza de la reflexión, desde una actividad abstracta e incorpórea a una reflexión corpórea (alerta) y abierta. Por "corpórea" aludimos a una reflexión donde se unen el cuerpo y la mente. Esta formulación pretende aclarar que la reflexión no es sobre la experiencia, sino que es una forma de experiencia en sí misma, y que esa forma reflexiva de experiencia se puede realizar con la presencia plena/consciencia abierta. Cuando se hace de esa manera, puede cortar la cadena de patrones de pensamiento y de preconceptos habituales y conducir a una reflexión abierta, es decir, abierta a otras posibilidades aparte de las contenidas en nuestras actuales representaciones del espacio de la vida. La designamos reflexión alerta y abierta. (Varela, Thompson y Rosch, 1997: 52)

Presencia plena/consciencia abierta, es la función y expresión de la corporalidad en sí misma, libre de los fundamentos arraigados en la mente, lo que permite avanzar en la problemática del dualismo mente-cuerpo. Aquí es donde surge la idea de la conexión con el cuerpo erótico, en el sentido del goce y de lo pulsional, es decir,

aplicar la noción de eroticidad a la práctica actoral consiste expresamente en tomar la dimensión corporal y subjetiva tal como funciona. Esto quiere decir, que ambas dimensiones están conectadas y son interdependientes. Lo erótico, propone la plena disposición del ser para dejarse atravesar por la otredad, sin permitir que la predisposición al cierre en sí mismo le coarte. Para ello, algunas prácticas específicas permiten observar aquellos movimientos con el fin de hacerlos conscientes y combatir el temor que la movilidad subjetiva trae consigo.

Lo que en estas reflexiones se propone, es vislumbrar las relaciones entre el estado de presencia plena/consciencia abierta y la experiencia erótica, ambas entendidas como estados de consciencia particulares, en los que el movimiento subjetivo es posible de observar de manera consciente. Si bien para el budismo existe un Yo o un Ego, la verdadera naturaleza de éstos no es más que ilusoria y susceptible de ser examinada a la luz de las prácticas meditativas que promueven la experiencia de la presencia plena/consciencia abierta, como un modo de experiencia en sí misma. Finalmente, este pasaje/producción de experiencia y presencia tuvo como objetivo acercarse a la idea de presencia plena/consciencia abierta a través de la práctica consciente de varias técnicas de meditación basadas en la respiración, extraídas de las sadhanas (prácticas espirituales) budistas. Estas prácticas aplicadas promovieron la capacidad de escucha y observación interna en relación al sí mismo constatando la experiencia de los estados internos.

Conclusiones

La aplicación de este pasaje, tuvo como finalidad fortalecer la auto observación de los procesos internos; físicos, mentales y emocionales. Su función fue generar un sustrato de base para las demás prácticas que se fueron desarrollando. Las técnicas de respiración fueron consideradas como parte fundamental para la generación del estado de presencia plena/conciencia abierta, de modo que, formaron parte del entrenamiento en todo momento. Estas se utilizaron la mayor parte del tiempo al inicio de cada

encuentro, sin embargo, también fueron utilizadas en otras instancias preparatorias.

A partir del modelo de investigación CAP, se inició el proceso de búsqueda y de observación corporal, con el fin de identificar las sensaciones sentidas, considerando algunas cuestiones fundamentales para el trabajo creativo basado en la improvisación corporal y vocal. Los objetivos específicos de este pasaje, consistieron en la preparación actoral hacia un estado de atención relajada, dispuesta, que permitiera experimentar técnicas específicas, tales como danza Butoh, Contact improvisation, danza contemporánea y voz cantada. Las facetas de CAP, se utilizaron para entrar y salir de las indagaciones, con el fin de generar un buceo sobre aquellas cuestiones de interés que surgían durante los encuentros prácticos. Uno de esos hallazgos tuvo relación con la observancia de la percepción de la velocidad interna a nivel mental, por lo que se presentó la necesidad de utilizar dichas técnicas de respiración, con el fin de apaciguar y desacelerar un estado mental apabullado de pensamientos. Esto generaba un cierre mental -frustración- y para hacer frente de manera consciente a estos estados de cierre -discontinuidad- se propuso aplicar la respiración consciente como herramienta de desaceleración y de entrega, hacia el método de prueba y error, que generalmente se aplica a los procesos creativos basados en improvisación.

Por otro lado, estas técnicas de respiración tuvieron como objetivo elevar la energía vital, permitiendo que todas las dimensiones del ser y todos sus sistemas entren en sintonía; facilitando los estados de alerta relajada, atención y concentración. Estos aspectos son muy importantes en la labor del actor, porque, además, se necesita contar con ciertas capacidades de memoria para retener y repetir determinadas acciones que hayan surgido durante las improvisaciones. A nivel mental se buscó que durante la práctica se mantuviese una actitud de observación imparcial en relación a la propia práctica, es decir, cuando se accionaba corporalmente se intentaba mantener al margen los prejuicios y preconceptos, ya que, al mantener muy presente pensamientos negativos se imposibilitaba el flujo energético, generando frustración. Cuando la mente está

alterada, proliferante de pensamiento, se bloquea la creatividad y se mantiene juzgando; la práctica se torna infértil.

Por último, también facilitó y expandió la escucha en relación las premisas que dirigían la práctica, realizándolas con desapego, cuyo fin fue acechar una experiencia erótica que afectara la corporalidad y generara modificaciones en los patrones y hábitos que obstaculizaran las potencias creativas. En este sentido, el acecho de la experiencia erótica en sí misma, no fue mas que el acecho de experiencia de apertura corporal y mental hacia una práctica basada en la experimentación.

Bibliografía

- Bataille, G. (2003). *El erotismo*. México: Octaedro.
- Cheng, F. (2016). *Vacío y plenitud*. Madrid: Siruela.
- Deleuze, G. (2002). *Mil mesetas: esquizofrenia y capitalismo*. España: Pre-textos.
- Freud, S. (1973). *Obras completas*. España: Biblioteca nueva.
- Grotowski, J. (1971). *Hacia un teatro pobre*. México: Siglo veintiuno.
- Han, B.-C. (2014). *La agonía de Eros*. Barcelona: Herder.
- Jay, M. (2009). *Cantos de experiencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Lacan, J. (2006). *Seminario 10: La angustia*. Buenos Aires: Paidós.
- Marcuse, H. (1983). *Eros y civilización*. España: Sarpe.
- Merleau-Ponty, M. (1993). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Planeta-Agostini.
- Norbu, N. (1995). *El cristal y las vías de la luz*. Barcelona: Kairós.
- Pellegrini, A. (2013). *Lo erótico como sagrado*. Argentina: Argonauta.
- Rimpoche, T. (2001). *Una introducción a la meditación mahamudra*. Canadá: Namu Buddha Publications.
- Sivananda, S. S. (1995). *Kundalini Yoga*. Buenos Aires: Kier.
- Svâtâmârama, G. (2009). *Los Orígenes del Hatha Yoga: El Hatha Pradîpikâ, el Gheranda Samhitâ y el Goraks-Shataka*. Argentina: Librería.
- Varela, Thompson y Rosch (1997). *De cuerpo presente*. Barcelona: Gedisa.