



UNIVERSIDAD ACADEMIA HUMANISMO CRISTIANO  
ESCUELA DE TEATRO

## EL USO DEL CUERPO DE LA ACTRIZ

Estudiante: González Gormaz, Antonia Stephanie

Profesora guía: Retuerto Medaña, Iría

Seminario de Grado para optar al grado de Licenciada en Teatro e Intérprete Teatral

Santiago, 2022

## Índice

Índice .....	1
Capítulo 1: Introducción .....	2
1.1. Planteamiento del problema y pregunta de investigación .....	2
1.1.2. Objetivos.....	7
Capítulo 2: Marco teórico .....	8
2.1. Stanislavski .....	8
2.2. Meyerhold .....	10
2.3. Grotowski .....	13
2.4. Antonin Artaud .....	17
2.5 Otras Visiones sobre el cuerpo .....	21
Capítulo 3: Marco metodológico.....	23
3.1. Enfoque cualitativo.....	23
3.2 Perspectiva fenomenológica .....	24
3.3. Unidad: Estudio de Caso .....	25
3.4. Muestra: Entrevistas semiestructuradas .....	25
Capítulo 4: Análisis de contenido .....	26
4.1 Comprensión sobre el trabajo cuerpo/mente .....	26
4.2. Como trabajan los profesores la relación cuerpo/mente .....	28
4.3. Un cuerpo habitado .....	32
Conclusiones.....	35
Referencias .....	37
Anexo 1: Pauta de entrevista .....	39
Anexo 2: Entrevista nº1 .....	42
Anexo 3: Entrevista nº2.....	46

# Capítulo 1: Introducción

## 1.1. Planteamiento del problema y pregunta de investigación

La actriz debe experimentar una serie de entrenamientos en su proceso de formación<sup>1</sup>, donde se vincula y desempeña con sus herramientas y posibilidades físicas, emocionales y vocales previo al fenómeno representativo. En este proceso investigativo, su principal herramienta de trabajo es el cuerpo, que debe sostener y representar en el plano físico y escénico. Los impulsos, acciones y un buen uso del cuerpo de manera consciente, permiten decidir y accionar desde y sobre este de manera más concreta y efectiva.

Grandes actrices, actores e investigadores teatrales, exploraron metodologías buscando espacios de realidad escénica con la necesidad de crear vida, y llegaron a la base del cuerpo logrando entenderlo como el soporte de la exploración, desde donde comienza todo, por lo que lo denominaremos como la herramienta que hace posible esta indagación. Stanislavski (1994), por ejemplo, instituye e inaugura el paradigma del entrenamiento del actor como sistema durante el período final de su escritura. Luego, Grotowsky (1992), toma esta concepción y la desarrolla desde la investigación de la memoria física, entendiendo el territorio del cuerpo como un espacio acumulador y fértil, desde el cual se podría llegar a la memoria emotiva, desplazando el trabajo psicológico que en un primer proceso constituirá la antigua base Stanislavskiana.

Centeno (2005), por su parte, explica que Meyerhold en su investigación del método de la Biomecánica, plantea en el área de la investigación y adiestramiento corporal una serie de

---

<sup>1</sup>Durante el proceso de investigación y escriturase hace referencia a la “actriz” como sujeto, utilizando el pronombre “Ella” o “La” sin el fin de excluir que estas premisas puedan vivenciarlas tanto hombres como mujeres sin que el género tenga que ser excluyente, más bien es una decisión escribir respetando el pronombre desde el lugar que habito como ser socializada como mujer y por lo tanto experimento la necesidad de hacerlo.

herramientas que permiten estructurar y sistematizar la precisión en los gestos y dibujos corporales, sosteniendo que un cuerpo técnicamente hábil podría luego traducirse en distintas formas de expresión, ya que, la intérprete, podría dirigir su interpretación y conocer las posibilidades del mismo.

A partir de estas premisas surgen preguntas como ¿qué sostiene la técnica en el movimiento?, ¿cuál es el contenido de ese movimiento?, ¿qué hace a un movimiento más significativo que otro? Esta investigación se muestra muy de acuerdo con el planteamiento del segundo periodo de Meyerhold (antes de ser perseguido por la fiebre roja) al mencionar que “el teatro no podría ser un lugar en el cual se expongan ideas, ya que la propaganda racional es nociva: el teatro puede lanzar ideas, pero debe ocuparse ante todo de otro aspecto: la sensibilidad” (Centeno, 2005).

Como creadoras no podemos permitir que el teatro sea un lugar solo para exponer ideas, tenemos que preocuparnos de La sensibilidad (Centeno, 2005) pero, ¿Qué es la sensibilidad? ¿Acaso es la facultad de un ser vivo de percibir estímulos externos e internos a través de los sentidos? ¿Cómo interactúan estas manifestaciones fenomenológicas y simbólicas en relación al cuerpo y sus experiencias?

Entendiendo que el cuerpo es la primera capa que se relaciona con el exterior, capta y percibe todos los fenómenos externos e internos. Por esto es de suma importancia entender, desde distintas perspectivas, las maneras en que puede explorarse y conocerse. Como se plantea en *Fenomenología de la Percepción* (Merleau-Ponty, 1999) sobre la experiencia perceptiva, esta será siempre una experiencia de estructuras, la cual se va a ir entendiendo y con la cual se va interactuando y generando relaciones, sin embargo, por más que podamos desagregar esa

estructura en estructuras subyacentes, estas últimas son también estructuras. Incluso una sensación, es también una pequeña estructura. A su vez, para Merleau-Ponty (1999), el mundo se capta en relación con el esquema corporal. Eso implica que las cosas se aprenden como tales gracias a que el cuerpo es capaz de explorarlas, con todo lo que esto implica en cuanto a capacidades y limitaciones.

Más allá de lo físico, existe una dimensión psicofísica y somática en la que el movimiento se experimenta de manera cualitativa, pues se conecta directamente con la biografía de la actriz, su cuerpo y su mente, que está directamente relacionada con su proceso de formación actoral como la conciencia, la percepción y las múltiples formas de habitarse. Según Wilhelm Reich (Lowen, 1982), quien plantea el concepto de microcosmos (el cuerpo humano y su psique), lo central está en la energía que moviliza a un cuerpo, siendo ésta el impulso vital. Similar a lo que plantea Eugenio Barba desde el enfoque antropológico teatral sobre las variadas cualidades de energía y el trabajo riguroso del cuerpo de la actriz para moldear (1988).

La materialidad es lo que percibimos: en ella se manifiestan los deseos, las ideologías, e incluso las relaciones imaginarias y subconscientes a partir de la necesidad de comunicar. Aquí es importante destacar que, generalmente, en las investigaciones occidentales, los conocimientos carecen de una visión de conjunto y tienden a hacer subdivisiones entre cuerpo-mente, mente-cuerpo, cuerpo-alma, etc. También en otras disciplinas existe una híper racionalización y dualismo de los aprendizajes que nos limitan como sujetos sentipensantes (Citro, 2011). Es necesario replantear estos preceptos para no concebirlos como entes aparte, o como si no fuese el mismo ser complejo y completo, en que su cuerpo y mente coexisten y existen gracias a la presencia y funcionamiento del otro. Aristóteles lo mencionó hace muchísimos años:

En la mayoría de los casos se puede observar cómo el alma no hace ni padece nada sin el cuerpo, por ejemplo, encolerizarse, envalentonarse, apeteer, sentir en general. No obstante, el inteligir parece algo particularmente exclusivo de ella; pero ni esto siquiera podrá tener lugar sin el cuerpo si es que se trata de un cierto tipo de imaginación o de algo que no se da sin imaginación (Aristóteles, 2004, p. 25)

Para una actriz, es imprescindible aprender a trabajar con su cuerpo y alma para moverse y habitarse, idealmente desde un cuerpo activo, presente y permeable que se estimula y aprende. Sin embargo, no es un trabajo fácil detener la automatización a la que el cuerpo se ha expuesto desde que se nace socializados en la cultura occidental, por lo que requiere mucha práctica, entrenamiento, trabajo y muchas veces de un espacio de formación. Asimismo, las escuelas de teatro son un espacio en donde se experimentan aprendizajes, donde se habita ese tránsito entre el cuerpo aprendido como algo ajeno y a veces una carga del ser, y el cuerpo apropiado, incorporado, el cuerpo que decidimos que somos. Por ello es interesante indagar en estos espacios para entender precisamente dicho tránsito entre una y otra noción, percepción y forma de vivir el cuerpo.

Las y los profesores de teatro que se especializan en la asignatura de movimiento, transitan y comprenden el uso del cuerpo, pero desde distintos paradigmas y diferentes prácticas de enseñanza del trabajo con el mismo. Por eso, esta tesis se centra en comprender cómo ellas y ellos, desde su experiencia en el acompañamiento de las actrices, y en sus estrategias, metodologías, paradigmas y sensaciones vivencian el proceso en que una actriz logra habitar su cuerpo.

A partir del planteamiento anterior, cabe realizar la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo entienden y trabajan la relación cuerpo-mente las y los distintos profesores en la formación actoral?

Desde la inclusión del cuerpo en la escena contemporánea, es necesario indagar más aún en sus posibilidades, procesos y usos. Frente a esto, se complejiza la forma en que percibimos y trabajamos desde y con nuestro cuerpo como investigadoras e investigadores escénicos. Además, se vuelve fundamental buscar y conocer las diversas perspectivas que nos invitan a trabajar en base a las experiencias vividas con el cuerpo entendido como un territorio que se habita políticamente y que a su vez nos permite llevar a cabo una comunicación activa con el exterior. Esto es importantísimo al momento de explorar su superficie y sus profundidades para no traicionarnos a nosotras mismas, encajando nuestros cuerpos a diseños preestablecidos que no tienen relación alguna con lo que creemos, sentimos, hemos vivido y próximamente viviremos.

Finalmente, una vez comprendido cómo han indagado distintos profesores de la asignatura de movimiento, entendiendo sus diferencias, y motivaciones, podremos tener un abanico de posibilidades que permita entender maneras diferentes de transitar en este proceso de habitarse. Esto permite formular una base desde donde se sostiene una discusión más amplia entre actores y actrices sobre el uso del cuerpo.

Por otra parte, la investigación realizada se trabaja en torno a las experiencias de los docentes y no a la de las actrices porque son estos (los docentes) quienes enseñan y traspasan sus conocimientos en calidad de profesores y representan, además, a otras generaciones y puntos de vista como personas con un camino ya recorrido en la formación de lo teatral.

## **1.1.2. Objetivos**

### Objetivo General:

Comprender cómo se trabaja la relación cuerpo-mente en la formación actoral.

### Objetivos específicos:

1.- Identificar los referentes en los que se basan los profesores de la línea de formación actoral para llevar a cabo sus clases.

2.- Analizar las percepciones del trabajo cuerpo-mente de distintos profesores.

3. Comparar las visiones y experiencias que han tenido en relación al trabajo cuerpo-mente.

## Capítulo 2: Marco teórico

En el campo teatral y de la actuación se han producido una gran cantidad de pensamientos, reflexiones, estudios y escritos sobre el quehacer teatral y la participación del cuerpo en éste. Aquí abordaremos una recopilación de escritos sobre el trabajo del actor y el uso del cuerpo, desde Stanislavski, Grotowski, pasando por Meyerhold, Artaud, y estudios más contemporáneos como Silvia Citro en antropología de y desde los cuerpos hasta Jean Luc Nancy.

### 2.1. Stanislavski

El autor señalaba que para poder expresar en el teatro era necesario entender la vida subconsciente, por lo tanto sus investigaciones teatrales estudian la dimensión psicológica de los personajes, asumiendo que el ser humano es movilizado por sus deseos internos, pero para lograr representar esto tendría que tener el control y la preparación de su aparato vocal y físico. Así, afirma “En el teatro, el actor es observado por millares de espectadores, con binóculos que aumentan su tamaño. Esto exige que el cuerpo que se muestra sea sano, hermoso, de movimientos plásticos y armónico” (Stanislavski, 2013, p. 63).

Stanislavski (2013) en “Mi vida en Arte” narra sobre el inicio de sus experiencias intentando dominar su cuerpo, evitando ser manejado por el sentimiento de inspiración o exaltación, que no le permitía utilizar su cuerpo a su propia disposición, y lo describe “por falta de control de los sentimientos, la anarquía cunde por todo el cuerpo” (Stanislavski, 2013, p.183). Él se propone a sí mismo adiestrarse y controlar sus movimientos partiendo desde el esquema físico externo del cuerpo. Afirmando que “Es natural que ante todo sea necesario combatirlo dentro de sí; o sea, destruir la anarquía, liberar al cuerpo del poder de los músculos y supeditarlos al sentimiento” (Stanislavski, 2013, p.183).

Para Stanislavski, un entrenamiento actoral contribuye a que el aparato físico se haga más dinámico, flexible, expresivo y sensible, por lo que trabajó minuciosamente en distintos procesos de sí mismo, hasta finalmente realizar la construcción de un método que materialice y sistematice el trabajo que debe realizar un actor o actriz.

Toro (1999) resume los conceptos básicos del sistema de Stanislavski “como superobjetivo(s), objetivos físicos y psicológicos, sub-texto, las circunstancias interiores y exteriores, la imaginación artística, la memoria emotiva, donde todos van destinados, o tienen un objetivo central: engendrar en el actor sentimientos análogos al del personaje y por ello “vivir el papel” (p.81). Así, el autor (1999) continúa explicando que lo fundamental para Stanislavski era crear vida en el escenario. Y más tarde, logrará complementar su sistema con el trabajo sobre las acciones físicas, el cual la sitúa como la unidad base para la composición del actor: “El núcleo de la investigación consistirá, ahora, en desplazar el centro de atención, de lo emotivo-psicológico, al cuerpo del actor, como base estable” (Toro, 1999, p. 82), ya que no se pueden fijar los deseos, sentimientos o relaciones imaginarias, pero si las acciones físicas, los movimientos corporales orientados a alcanzar un objetivo.

Esta acción física requiere de ciertos elementos, el inicial es la intención. Aquí de donde proviene, lo que le da la vida a la acción misma, otro elemento es el movimiento, que corresponde al desplazamiento espacial y esfuerzo físico que conlleva realizar la acción. Un tercer elemento es la organicidad: intentar lograr un espacio de realidad, que parezca la vida misma, ya que la acción debe estar viva para ser significativa.

## 2.2. Meyerhold

Así como Stanislavski presenta la inquietud y necesidad de un sistema que considere y utilice los movimientos del cuerpo para lograr una actuación correcta y completa, será Meyerhold quien desarrolla y, paradójicamente, quien rechaza los principios stanislavskianos para crear el sistema de adiestramiento que más tarde llamará Biomecánica.

Meyerhold es decisivo al buscar nuevos métodos de representación. Así lo afirma cuando pretende crear un nuevo teatro que deje de lado “los antiguos cimientos de Konstantin Stanislavski” (ctd. en Toro, p.97). En ese entonces, comenzar un teatro desde cero significaba abandonar los principios del teatro naturalista de la época y que, según Meyerhold, hace caso a una necesidad de cambios culturales.

Uno de los primeros asuntos que plantea el autor para hacer entender este rechazo al teatro de su maestro, es que la escenografía y la recalcada necesidad de presentar una escenografía copiosa y perfecta emulando a la vida real lo más cercana posible, no es necesaria para el actor. De acuerdo a Centeno (2005), Meyerhold afirma que la escenografía, el maquillaje o imitar acentos extranjeros, son condiciones externas que no permiten que el actor logre una máxima expresión. Así, Meyerhold propone el método de estilización para abandonar las técnicas anteriores concentrándose en el movimiento y entrenamiento del cuerpo: “Por estilización no entiendo la reproducción precisa del estilo de una época o de un acontecimiento determinado, propio de la fotografía. Al concepto de estilización, en mi opinión, está indisolublemente unida la idea del convencionalismo, de la generalización, del símbolo” (ctd. en Centeno, 2005, p.3). Y gracias a la estilización, Meyerhold cree que será posible montar producciones más simples, sin maquinarias complicadas donde el actor quede liberado de

cualquier obstáculo externo y superfluo, es decir, “libre de todo adorno meramente incidental” (ctd. en Toro, 1999, p. 97).

Así es cómo surge el Teatro de la Convención Consciente instaurado por Meyerhold y que será el principio de su biomecánica. Con este teatro, Meyerhold buscaba traer de regreso algunas técnicas del teatro antiguo, específicamente la energía extática (éxtasis) de los rituales dionisiacos. Se trataba de un, afirma Centeno (2005), estar fuera de sí mismo, de una exaltación de los sentidos, reminiscente a las emociones de la fiesta. A saber, Meyerhold instaura uno de los grandes cambios de paradigmas con el teatro anterior: el rol participativo del espectador en el teatro. Meyerhold cree que el espectador debe ser partícipe del acto creativo colectivo: “La función del espectador no será reconocido desde la pasividad contemplativa, sino por el contrario, en el reconocimiento de la alteridad” (Centeno, 2005, p.5). De este modo, el espectador se convierte en el cuarto creador, después del autor, del director y del actor (Centeno, 2005).

Con estos cambios (que cree necesarios), pasa a instaurar el principio de la biomecánica, entendida como el *entrenamiento del cuerpo*. Además, con la idea de estilización que busca la noción de *convención, generalización y símbolo* más el principio simplificador del trabajo del actor con su cuerpo, se pretende conseguir un teatro donde el cuerpo y el movimiento primen por sobre todo.

Para lograr lo propuesto, se centra en dos aspectos claves: “la plasticidad del movimiento para revelar el diálogo interior y la reducción del espacio escénico con el propósito de centrar la atención del espectador, es decir, obligarlo a concentrarse en los movimientos del actor” (Toro, 1999, p. 83-84). Como ya se mencionó anteriormente, la clave para entender las propuestas de

Meyerhold están en abandonar distracciones externas -como lo hacía el teatro naturalista con el exceso de escenografías- y concentrarse cien por ciento en el cuerpo del actor.

De esta forma, lo postulado por Meyerhold, se convertiría en uno de los primeros sistemas de “codificado de entrenamiento corporal del actor, basado en una buena cantidad de elementos circenses, como la acrobacia y la Commediadell’Arte” (Toro, 1999, p. 84), pues si bien Stanislavski propone o plantea una línea de entrenamiento para el actor, Toro (1999) afirma que será Meyerhold quien la desarrolla.

La biomecánica de Meyerhold, entonces, utilizará muchos elementos de la danza y del arte circense, pues su foco es el cuerpo casi como el único material para la actuación. Se basará en cuatro componentes claves: “a) la eliminación de todo movimiento superfluo; b) el ritmo del cuerpo y del movimiento; c) la relación del cuerpo con el centro de gravedad; d) el equilibrio” (Toro, 1999, p. 84). Estos elementos componen el entrenamiento biomecánico que el actor debe realizar previo al espectáculo teatral para conseguir provocar reflexión y reconocimiento en el espectador.

El actor biomecánico, explica Centeno (2005), usa los principios simplificadores organizando su material productivo, es decir, su cuerpo: “Trabaja y crea economizando los medios expresivos a su alcance, dirigiendo y coordinando su actuación” (p. 7). Se trata, entonces, de un sistema donde prevalece el dominio del cuerpo por sobre la emocionalidad, donde el cuerpo funciona como “un acumulador, como memoria física; la acción física absorbe y fija el sentimiento de una forma estable, y no ya subordinada a la memoria emotiva; la acción física y su memoria física, generan una memoria emotiva” (Toro, 1999, p. 82). Es necesario dejar de lado la visceralidad y lo emotivo-psicológico del teatro anterior. En este sentido,

Meyerhold será el primero en establecer un sistema para “crear vida en el escenario, un sistema fundamentado en el cuerpo del actor, a través de la codificación (fijación) de las acciones físicas” (Toro, 1999, p 82).

El cuerpo del actor, como la base, el centro de atención, lo que provoca las emociones, es decir, el cuerpo como el todo. Esta noción del cuerpo como el centro de la creación seguirá siendo desarrollada por los contemporáneos y los siguientes teatristas e instauradores de escuelas, con algunos cambios, por supuesto. Este trabajo en el cual el actor comienza su búsqueda del personaje desde el cuerpo hacia el sentimiento, será la base que luego será retomada por Grotowski. Se trata de la piedra angular del cuerpo del actor por sobre lo demás, ya no equiparado a ser un mero recipiente de la emocionalidad, sino a protagonista de la actuación.

### **2.3. Grotowski**

La eliminación de todo lo superfluo que plantea Meyerhold (Toro, 1999) será retomada por Jerzy Grotowski (1992), afirmando que busca una pureza, casi una actuación desnuda. El punto de partida para comprender todos los aportes que Grotowski entrega para la formación del actor es comprender lo que hace con su Laboratorio Teatral. En este, propone que el entrenamiento para cada actor es diferente.

Grotowski (1992) no cree en fórmulas ni en sistemas tan mecánicos –diferenciándose de la biomecánica de Meyerhold. Sus métodos para trabajar con el actor se basan en una búsqueda por vía negativa, contestando la pregunta *¿qué es lo no debo hacer?* Se trata, pues, de ejercicios que buscan expandir al máximo las posibilidades del actor.

En los años 60, Grotowski (1992) se instaló como el cambio radical en el trabajo del actor con sus concepciones éticas y estéticas del trabajo grupal. Continúa con la línea de sus predecesores al trabajar con el cuerpo del actor como el eje principal del trabajo actoral. Si bien no será el que inicia este nuevo paradigma, será el “resultado y el producto de un trabajo que se inició a fines del siglo pasado” (Toro, 1999, p.89) por Stanislavski, Meyerhold, Craig, Artaud, entre otros. De esta forma, sus propuestas radicarán en la especificidad irremplazable que significa el cuerpo del actor “como productor de signos y como centro del hecho teatral” y en la relación actor-espectador (Toro, 1999).

Grotowski (1992) pone el cuerpo del actor como eje principal, sin distracciones, como productor de signos, destacando también la relación que se da en el teatro entre el actor y el espectador y que no se da en el cine y la televisión<sup>2</sup>. En este sentido, Grotowski comprende que el teatro debe eliminar todo lo innecesario y partir con el actor, solo y sin, como lo llama él, obstáculos: “La nuestra es una *vía negativa*, no una colección de técnicas, sino la destrucción de obstáculos” (Grotowski, 1992, p. 11). Dichos obstáculos pueden ser: la dicotomía escenario-auditorio, pues cuando el actor se encuentra solo es propenso a encontrar una desnudez total; los efectos de luces, para que el actor encuentre las sombras y pueda trabajar con ellas; el maquillaje, como las narices prostéticas o las barrigas falsas para que el actor adopte siluetas y exprese con su rostro logrando así una transmutación teatral; los trajes, que por sí solos carecen de valor; así también como los objetos escenográficos, permitiendo al actor convertir, con sus gestos, una mesa en un confesionario, por ejemplo; y la música que no haya sido producida por los mismo actores, como con sus voces o con el golpeteo (Grotowski, 1992).

---

<sup>2</sup> Toro (1999), explica que Grotowski, afirma que en el teatro existe una “proximidad con el organismo vivo” y que “es necesario abolir la distancia entre el actor y el público” (ctd. en Toro, p. 98).

Todos estos y otros elementos son, para Grotowski, obstáculos para que el actor encuentre las respuestas más sencillas para su trabajo actoral. Por eso, en su Teatro de Laboratorio, despoja a los actores de estos objetos y los inspira a encontrar sus propias resistencias, qué cosas son las que los detienen: “Quiero eliminar, despojar al actor de todo lo que lo perturba. Todo lo que es creativo quedará dentro de él. Es una liberación. Si nada permanece, ello significa que no es creativo” (Grotowski, 1992, p. 178).

El Teatro de Laboratorio de Grotowski, por, sobre todo, no busca darle al actor un sistema rígido y estático para su trabajo, sino “dotarlo de una forma de trabajo, o de una forma de búsqueda... De hecho, estos ejercicios y entrenamiento constituyen una base, pero no un fin (Toro, 1999, p. 90). De esta forma, Grotowski (1992) explica algunas formas o ejercicios para alcanzar este propósito. Uno de ellos será *destilar los signos*: en vez de encontrar los signos comunes se trata de sustraerlos “tratando de destilar los signos eliminando de ellos los elementos de conducta “natural” que oscurecen el impulso puro” (Grotowski, 1992, p. 12). Así, por la vía negativa, se pretende encontrar los signos que sean ideales para cada actor y no utilizar un conjunto de signos preestablecidos y genéricos que no provocan emociones reales. Otro ejercicio que propone Grotowski (1992) es la *contradicción* “entre el gesto y la voz, la voz y la palabra, la palabra y el pensamiento, la voluntad y la acción, etc.” (p. 12). Se trata, de nuevo, de la utilización de la vía negativa, de buscar la respuesta correcta para cada actor al enfrentarse a estas contradicciones. Grotowski (1992) habla de un proceso involuntario, es casi una inevitabilidad, “estado en el que no “se quiere hacer algo”, sino más bien en el que “uno se resigna a no hacerlo” (p. 11).

Este sentido inevitable que debe invadir al actor provocaría, tanto en él como en el espectador, un estado espiritual elevado. Grotowski (1992) se refiere a esto como un regreso a

las “raíces rituales” (p. 12). Se trataría de volver al teatro primigenio y provocar esa tan necesaria catarsis en el espectador: “El espectador recogía una nueva percepción de su verdad personal en la verdad del mito y mediante el terror y el sentimiento de lo sagrado llegaba a la catarsis” (Grotowski, 1992, p. 17). Esto recuerda al teatro de la crueldad de Artaud, y que el mismo Grotowski confronta cuando dice que se trata de una provocación, de una transgresión que permite al actor ofrecerse desnudo y lograr así un sacrificio. Este sacrificio del actor tiene relación con el aspecto ritual al que hay que regresar:

Desde el punto de vista del espectáculo, el actor realiza un acto de sacrificio, de revelación, de entrega, donde ofrece un acto teatral al público. En efecto, el actor grotowskiano desarrolla una performance, donde muestra el modo cómo utiliza su cuerpo, y en este también incorpora la ritualización de ese cuerpo. Este acto ritual debería a su vez, y es el objetivo incorporar al espectador, confrontarlo a ese acto y a realizar él también un acto de conocimiento personal” (Toro, 1999, p. 90).

Comprendiendo este sentido ritual es que se puede entender este regreso a las raíces teatrales, que, si bien sus predecesores ya habían postulado, Grotowski, con la eliminación de todo lo superfluo, con la contradicción, con el choque de los signos preestablecidos, con una exploración introspectiva, busca no solamente que el actor siga estos preceptos, sino más bien que encuentre las posibilidades dentro de él. Grotowski (1992) no pretende que el actor consiga este objetivo siguiendo estos ejercicios, sino que logre una apertura total hacia otra persona utilizando sus propios métodos, buscando en su interior. Por ello, es necesario este despojo de lo exterior y concentrarse en el cuerpo, en lo que puede lograr el cuerpo y que el actor vuelva a nacer, logrando una total aceptación de un ser humano por otro. Grotowski entiende que el cuerpo es el primer elemento, este antecede cualquier otro aspecto, incluso la voz.

## 2.4. Antonin Artaud

El aspecto ritual que rescata Grotowski se vio claramente influenciado por El Teatro de la Crueldad de Antonin Artaud. En él, Artaud, propone una concepción primitiva del teatro, donde se rechaza el aspecto intelectual y el texto queda relegado. Varios autores estarán de acuerdo en que Artaud encarna una rebelión escénica y será el ataque más radical a la práctica teatral (Sánchez, 2004). Artaud, influenciado fuertemente por el teatro oriental balinés, querrá proponer un nuevo lenguaje teatral donde la palabra queda relegada casi por completo y donde el lenguaje de los gestos, de los efectos de sonidos y luces, predomina. Se trata, en fin, de un teatro donde el cuerpo, tanto del actor como del espectador, estarán en el frente, tratando de provocar reacciones viscerales y despertar fuerzas dormidas primitivas que obliguen a la introspección y a examinar la vida/muerte misma. Es un teatro cruel por estas razones, pues busca lograr estos cometidos a través del sufrimiento y el flagelo.

Artaud perteneció por un tiempo breve al movimiento surrealista. Influenciado por este, propone “un automatismo de los cuerpos que rompa el cuerpo rutinario” (Juanes, 2005, p. 193). En el Teatro Jarry<sup>3</sup>, Artaud buscaba “alterar por completo el alma y el cuerpo de los participantes” (Juanes, 2005, p.192). El teatro Jarry será el inicio de la crítica que Artaud hará contra el teatro instaurado y que retomará con el Teatro de la crueldad. Este automatismo será un método de producir esta alteración usando el cuerpo del actor que comunica a través de flujos energéticos: “Cuando esto sucede, cada cuerpo transfiere su energía a los otros cuerpos y es a través de flujos energéticos como todo se comunica con todo” (Juanes, 2005, p. 193). En este

---

<sup>3</sup> En 1927, Artaud, junto con Roger Vitrac y Robert Aron, crean el grupo de Espectáculo Integral Alfred Jarry. Véase en Juanes, Jorge. Artaud y el teatro de la crueldad en Assaig de teatre: Revista de l'associació d'investigació i experimentació teatral, 2005, p.192.

sentido, es a través de estas energías cambiantes que se produce algo único e irrepetible en el teatro, pues esa transferencia no puede producirse dos veces (Juanes, 2005).

Artaud plantea, con el Teatro Jarry primero y luego con el Teatro de la Crueldad, que el actor se transforme, que su cuerpo se metamorfosee provocado por la sinrazón “tras lo cual el cuerpo cesa de interpretar (borra el texto) y se convierte en un cuerpo cabal” (Juanes, 2005, p. 193). Esto se logrará con un trabajo meticuloso por parte del actor, donde el espacio teatral debe ligarse con la vida interior oculta y “vivificar el lenguaje con fuerzas subterráneas” (Juanes, 2005, p. 195). Por lo tanto, el cuerpo del actor cobrará valor más allá de ser un mero recitador.

En *El teatro y su doble*, Artaud (2001), re-imagina el papel del actor y su cuerpo e incita a un reencuentro entre el distanciamiento del cuerpo y del espíritu: “Hay que procurar un reencuentro y ello exige, antes que nada, restaurar el diálogo con la fuerza primigenia, antropocósmica, patente en los ritos ancestrales que dieran nacimiento al teatro: la reserva de energías que constituyen los mitos” (Juanes, 2005, p. 195). Volver a lo primigenio, a los aspectos rituales del teatro, implica, para Artaud, despojar a la escena teatral de toda racionalidad, pues afirmaba que esta mermaba su capacidad espectacular (Sánchez, 2004).

Artaud se opone, por tanto, “a la fijación sobre el lenguaje del ámbito teatral” (Sánchez, 2004, p.92) y a que el teatro esté supeditado a este mismo. Artaud (2001) cree firmemente que el teatro Occidental “está íntimamente ligado al texto y limitado por él. Para el teatro occidental la palabra lo es todo, y sin ella no hay posibilidad de expresión” (p. 79). El autor llega a afirmar que el teatro en Occidente es una rama de la literatura y nunca queda separado del texto en la interpretación. Por eso, Artaud (2001) propone instaurar un nuevo tipo de lenguaje teatral, inspirado enormemente en el lenguaje del teatro Oriental. Se trata de un lenguaje basado en el

mundo de los gestos, ruidos, colores, movimientos. Lo que Artaud (2001) propone es restituir su aspecto primitivo, por esto diferencia este tipo de lenguaje con el de la palabra afirmando que esta no se puede concebir en un plano universal y que es incapaz de expresar conflictos psicológicos.

En definitiva, Artaud (2001) afirma que el lenguaje hablado es demasiado limitado, insuficiente y egoísta. La manera correcta, para Artaud, es ocultar, y la expresión verdadera oculta lo que manifiesta. Al mostrar, al no decir, se dice más sobre la condición humana que con las palabras. Es por esto que “una imagen, una alegoría, una figura que ocultan lo que quisieran revelar significan más para el espíritu que las claridades de los análisis de la palabra” (Artaud, 2001, p. 83). La gran diferencia entre el teatro oriental y el occidental, es que el primero es de tendencias metafísicas mientras que el segundo es de tendencias psicológicas (Artaud, 2001). Por tanto, el teatro oriental, al tener multiplicidad de aspectos, produce “una vibración que no opera en un solo plano, sino en todos los planos del espíritu a la vez... puede así perturbar y encantar y excitar continuamente al espíritu” (Artaud, 2001, p. 84).

Este aspecto metafísico que rescata Artaud del teatro oriental, explica Juanes (2005), no es el concepto moderno de metafísica de la razón, se trata de una física primordial, algo que es visible y experimentable, es la transfiguración de lo ordinario en algo extraordinario. Según Artaud, esta metafísica no habla sobre «el más allá» “sino sobre un «más acá» que reside en el cuerpo y en las cosas mismas” (Juanes, 2005, p. 196). Por ende, para Artaud, no es necesario prescindir por completo de la palabra, sino que cuando se usa debe tener poderes metafísicos, solo de esa forma puede equipararse al poder del gesto en un plano universal “como fuerza disociativa y desestabilizadora” (Sánchez, 2004, p. 95).

De esta forma, con la palabra reducida, el Teatro de la Crueldad de Artaud, propone un lenguaje cifrado, casi de caracteres jeroglíficos que el actor debe interpretar y transcribir. Es utilizar signos, expresiones gestuales, entonaciones, poses, etc. Y es tarea del actor codificarlas convirtiéndose en “un actor cuyo cuerpo es entendido como jeroglífico tridimensional, viviente y móvil” (Sánchez, 2005, p. 96). Es así como el cuerpo del actor cobra total relevancia para Artaud, pues el cuerpo se convierte en el regreso a la escena primitiva, la vuelta al ritual, a los mitos y a la catarsis. El aspecto físico será elemental entonces para provocar tales reacciones en el espectador. Artaud propone una alegoría y compara al teatro con la peste, específicamente con lo que la peste provoca: “Cuando la peste se establece en una ciudad, las formas regulares se derrumban” (Artaud, 2001, p. 26). Artaud (2001) afirma que los apestados comienzan a ver alucinaciones, hay reacciones guturales, un encuentro con lo más básico. Eso es lo que quiere provocar con su teatro de la crueldad, esas mismas reacciones: “afectar directamente al organismo del espectador, abandonar la psicología, apelar a los sentidos, inducir el trance, conducir a una comprensión que no pasa por el entendimiento, arrastra al espectador y le hace abandonarse en la experiencia sensual” (Sánchez, 2004, p. 97). Por tanto, el teatro para Artaud tiene que ver con la vida misma; no se trata solo de un arte, ni de interpretar, es ser.

Por esto, para Artaud (2001) será importante este nuevo lenguaje teatral, donde ahora la palabra quedará supeditada a la acción y al espacio: “lenguaje de sonidos, gritos, luces, onomatopeyas. El teatro debe organizarlo en verdaderos jeroglíficos, con el auxilio de objetos y personajes, utilizando sus simbolismos y sus correspondencias en relación con todos los órganos y en todos los niveles” (p. 102). El actor debe trabajar desde un plano interior que rodee y atraviese al espectador. Para esto, por ejemplo, Artaud (2001) eliminará el uso de la escena y la sala y pondrá al actor en el centro donde la acción se despliegue desde cuatro ángulos, en un

lugar único. A su vez, en este lugar, el actor no posee sexo, puede ser andrógino, pues solo debe existir una transmutación de los estados “y la integración del hombre y el Cosmos” (Juanes, 2005, p. 204).

No es difícil entender por qué se le considera a Artaud como uno de los teatristas más radicales de la escena teatral, porque si bien tenía ideas muy concretas respecto a lo que quería lograr con su Teatro de la Crueldad, es comprensible, al mismo tiempo, el fracaso de sus obras por ser más abstractas y viscerales que sus contemporáneos y/o sucesores. No obstante, es innegable el aporte y las huellas que dejará junto a su teatro de la crueldad en la escena teatral. Se destaca, sobre todo, en la importancia que le entrega al papel del cuerpo del actor, al tratarlo no como un recipiente de palabras, sino como un productor, despojando al director de tanto poder y entregándolo al actor ya no como intérprete, sino como creador de mundos.

## **2.5 Otras Visiones sobre el cuerpo**

Jean Luc Nancy (2004) sostiene que la mente y el cuerpo están firmemente unidos. La cosa pensante como le denomina él a la función mental, y la cosa extensa, tienen una unión sustancial, se necesitan entre sí, y que “Hemos tomado la costumbre de concebirlas de un modo apresurado y perezoso, como dos cosas puestas la una junto a la otra, extrañas la una a la otra, incluso exclusivas y opuestas” (Nancy, 2004, p.1). En su Indicio número 29, este cuerpo, se presenta como perceptivo, en relación consigo mismo y su exterior “...no puede haber un solo cuerpo, y el cuerpo lleva la diferencia. Son fuerzas tensadas las unas contra las otras. El “contra” es la principal, las aprehensiones, las penetraciones, las repulsiones, las densidades, los pesos y medidas. “Mi cuerpo existe contra el tejido de su ropa, los vapores del aire que respira, el resplandor de las luces o los roces de las tinieblas” (Nancy, 2004, p.20-21).

Por otro lado, los cuerpos, para Silvia Citro (2011), son entendidos, en relación a todo lo que en ellos circulaba, ya sea culturalmente, a modo de signo, y en relación a las experiencias corporizadas que vivenciaba físicamente ese cuerpo-mente / mente-cuerpo.

## **Capítulo 3: Marco metodológico**

Para esta investigación se eligieron cuatro tipos de acercamientos metodológicos que funcionan tanto en un modo teórico y práctico, pues desde la investigación fenomenológica cualitativa se pasa a una forma más personalizada e inmersiva que trata de capturar distintas perspectivas, como la de dos docentes con experiencia en la enseñanza de actuación y de la misma actriz que realiza esta investigación.

### **3.1. Enfoque cualitativo**

El enfoque metodológico que se utilizará para esta investigación es de carácter cualitativo, ya que “abarca una mayor comprensión de la complejidad humana y no se limita a los hechos observables, sino a sus significados y sus particularidades culturales” (Bautista, 2011, p.19). Por lo tanto, se trabajará desde la comunicación y el análisis de las percepciones, sensaciones, vivencias y experiencias de manera sensible, subjetiva y humana a través de un trato directo con las y los sujetos de investigación.

Dicho enfoque acude a teorías interpretativas porque ellas comparten el objetivo de dar la palabra a las diferentes voces, personas o grupos sociales, con el fin de llevarlas a ocupar el lugar que les corresponde en el seno de la sociedad. Los Investigadores, por su parte, disponen de un conjunto de paradigmas, métodos y estrategias para realizar la investigación. A este respecto, la noción de subjetividad adquiere un importante valor porque permite ver claramente la realidad psicológica, emocional y espiritual de los actores implicados (Anadón, 2008, vol. XXVI).

Según Pita-Fernández y Pértega-Díaz (2002), la investigación cualitativa trata de determinar la naturaleza profunda de las realidades, su sistema de relaciones y su estructura dinámica. Ha realizado ciertos avances, y hoy en día puede caracterizarse por algunos trazos particulares. Es flexible en la construcción progresiva del objeto de estudio y se ajusta a las características y a la complejidad de los fenómenos humanos y sociales. Se interesa en la complejidad y valora la subjetividad de los investigadores y de los sujetos, combina varias técnicas de recolección y análisis de datos, es abierta al mundo de la experiencia, de la cultura y de lo vivido, valoriza la explotación inductiva y elabora un conocimiento holístico de la realidad (Anadón, 2008, vol. XXVI).

Este tipo de investigación hace registros narrativos de los fenómenos, trabaja con el discurso de la gente: la comunicación verbal y no verbal. La estudia mediante técnicas como la observación participante, entrevistas no estructuradas, entre otras (Bautista, 2011, p.15).

### **3.2 Perspectiva fenomenológica**

La perspectiva de enfoque de esta investigación es fenomenológica. Esta tiene como objetivo “comprender las habilidades, prácticas y experiencias cotidianas, y articular las similitudes y las diferencias en los significados, compromisos, prácticas, habilidades y experiencias de los seres humanos” (Bautista, 2011, p. 53).

El método fenomenológico persigue el estudio de los fenómenos en tanto actos de conciencia más que del hecho en sí, por lo que es útil para estudiar los significados culturales en cualquier aspecto, o para hacer estudios de tipo sociológico y psicológico que pretendan conocer las estructuras de conciencia de determinados grupos. Además, indaga en la comprensión y las particularidades que tienen las diferentes experiencias y vivencias de las y

los entrevistados, para poder reconocer sus propias lógicas subjetivas en relación al trabajo con el uso del cuerpo y el acompañamiento en procesos de formación de actrices.

### **3.3. Unidad: Estudio de caso**

Para lograr abordar una unidad se indagará en las opiniones, sensaciones, percepciones de sujetos que trabajan y son docentes en el trabajo del uso del cuerpo en la formación actoral de actrices. De esta forma, como explica Merriam (1998) el estudio de caso permite una visión particularista, descriptiva, heurística e inductiva, siempre y cuando se aborde como una unidad, es decir a una persona o grupo con particularidades en comunes, en este caso dos profesores de actuación.

### **3.4. Muestra: Entrevistas semiestructuradas**

Para profundizar el estudio de caso de esta investigación se realizaron entrevistas semiestructuradas y formales, con preguntas preparadas con anticipación<sup>4</sup>, a 2 profesores de distintas escuelas en el área de trabajo de formación actoral para así poder tener un muestreo significativo con experiencias reales que aportan a esta investigación más allá de la lectura o desde una posición externa.

Se realizaron transcripciones de dichas entrevistas para poder revisar y citar los aportes que los docentes entregaron a esta investigación<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Véase en el Anexo 1.

<sup>5</sup> Véase en el Anexo 2 y 3.

## Capítulo 4: Análisis de contenido

### 4.1. Comprensión sobre el trabajo cuerpo/mente

En esta área se pretende rescatar y comprender, a partir de las entrevistas, la manera en que los docentes del área de la formación actoral han logrado comprender el uso de su cuerpo y mente durante sus procesos de aprendizaje y enseñanza, puesto que, a través de sus experiencias y trayectoria en el oficio, han ido mutando sus propias concepciones en torno a la temática cuerpo-mente y se fueron enriqueciendo de las distintas visiones que se han creado sobre el sentido del movimiento.

Yo creo que mi primera aproximación del uso del cuerpo tuvo que ver con heredar frustraciones, como reprobación, y una asociación a que tiene que existir cuerpo hegemónico, un cuerpo atlético y que todo lo que se salga de eso es un cuerpo que está en problemas, que genera un problema también para el profesor y que de alguna forma no tiene espacio. Entonces para mí, el primer aprendizaje fue que mi cuerpo y mis capacidades físicas como que venían mal de fábrica. (Entrevista N°1, p.42).

La persona entrevistada tuvo una experiencia compleja en relación a cómo percibía su cuerpo en el exterior. Se puede decir que el sentimiento de rechazo va acompañado con una sensación de minusvalía. Esto influye en la manera en cómo nos relacionamos con nuestros cuerpos, ya que entramos en un modo de comparación. Se nos enseña que la competencia tiene que darse con el objetivo de superar a otro, se nos dice que somos espejos, que hay que hacerlo mejor que la compañera de al lado, que hay que brillar más. Si no tienes un cuerpo que cumpla con ciertos parámetros tanto fisiológicos como estéticos, no encajas. Y esto supone también una

pérdida de tiempo para los docentes que son más estrictos en ese sentido, y no se adaptan a las nuevas generaciones.

Por otra parte, lo anterior también requiere que los docentes generen un ajuste en sus preceptos con el fin de que se vayan formando círculos virtuosos y no viciosos, pues en algún momento el profesor vuelve a ser alumno y el alumno se convierte en profesor. Así también es importante tener que desaprender algunas costumbres arraigadas como juzgar antes de conocer y más bien pensar antes de actuar, sentir correctamente antes de moverse.

Pero a veces el cuerpo toma lugar y hace caso omiso de las exigencias de la mente. Esta última, por su lado, envía mensajes perjudiciales provocando que se produzca un cortocircuito en la relación de ambos, pues la mente está entregando una información preconcebida. Entonces el cuerpo-mente funciona de manera independiente y se produce una ruptura en la relación y, en consecuencia, cambia la forma en cómo percibimos el entorno, los movimientos, la expresión corporal en su totalidad, pues queda fragmentada y en ese caso es necesario reaprender de ambos entes:

Cuando uno piensa en el cuerpo, el cuerpo es mente también, es cerebro, a veces es tu cerebro el que te gobierna y hacís' las mismas tonteras todo el rato y no podís' escaparle a lo que tu cerebro tiene registrado. A veces tu mente es demasiado poderosa y no te deja hacer nada. Todo el rato depresivo porque pensai' demasiado las cosas antes de hacerlas. Tienes muchas ideas, pero no pasan al cuerpo. (Entrevista N°2, p.54)

Con esta primera aproximación a ambos entrevistados se puede distinguir un arraigo muy latente y no tan distinguible entre el cuerpo y la mente, tal como hemos visto a lo largo de esta

investigación lo dificultoso que puede ser para las distintas escuelas de pensamiento lograr una separación entre ambas y que el cuerpo se el actor principal.

## **4.2. Como trabajan los profesores la relación cuerpo/mente**

Este apartado tiene que ver con la manera de entender cómo se trabaja, desde la experiencia de los docentes la relación mente-cuerpo, ya que cada persona es diferente y sus vivencias son diferentes. Por ende, este y las relaciones que genera consigo mismo, cuerpo y mente es una creación propia de cada persona consigo misma y la percepción de su entorno, sus recuerdos, sus sensaciones, ya que los entrevistados lo entienden como algo que no tiene solo una forma correcta, si no caminos y tips que pueden servir para estimular ciertos procesos cognitivos, físicos, psicofísicos.

El cuerpo es y le significa a cada uno de manera muy distinta también. Lo que es fácil para uno, de repente es muy complejo para otro/a que en esas diferencias hay mucho que observar porque el cuerpo siempre le significan diferencias a cada ser humano. Algo que pa' mí es fácil ,pa' ti es difícil, y viceversa. Entonces sí, creo que ese lugar también es interesante. Pa' mí lo más difícil en un principio fue doblar, no sé si es la manera más bonita de decirlo, pero doblar el cuerpo. Yo me tomé todo esto, pero en serio, más o menos grande, entonces había mucha pega que hacer, en términos de ser más flexible. En un primer momento te decía que lo más dificultoso es todo el proceso de doblar la corporalidad, de hacerse más flexible, de tener resistencia al entrenamiento, de sumar coordinaciones nuevas, de las diversas cosas que entrenaba, de ir generando esa inteligencia física que claro, está en todas las personas pero no siempre está tan activa, tan despierta. (Entrevista N°2, p.48)

Aquí se aborda, sin juzgar, las distintas visiones que se tiene de la relación cuerpo/mente y que se van formando en base a las experiencias propias de cada individuo. No se trata de qué es lo correcto o no, se trata de lo que un docente, en tanto su capacidad de traspasar sus conocimientos, de enseñar a la persona que se encuentra detrás de la actriz, sus propios saberes en cuanto a sus experiencias. Por eso es importante, el escuchar y la comunicación en el proceso educativo, puesto que es necesario contar con una cuota de empatía, ponerse en el lugar de otro porque todos los cuerpos y las mentes son diferentes y cada aprendizaje requiere de un proceso de adaptación, de hacer consciente lo que no está tan consciente.

El cerebro envía señales al cuerpo sobre cada movimiento milimétrico que este va a realizar. El participante de la entrevista N°2, por ejemplo, bien habla de “doblegar la corporalidad”, lo podemos ver desde la no resistencia, desde la entrega del cuerpo como canal de energía, pero también desde la no sobreexigencia. Los músculos tienen memoria. Sin embargo, si no hay masa muscular que proteja los huesos no es posible pretender hacer determinados movimientos, pues todo en la vida requiere de práctica y paciencia.

No obstante, hay límites. Los límites deben ser puestos por el docente que debe ser capaz de percibir e identificar aquellas dificultades que ve en una alumna y desde ahí poder ayudarla y guiarla con lo que esta necesita en particular. Y antes que, en una alumna, en la persona. Todas y todos poseemos debilidades, y también fortalezas.

Hay maneras de estimular este trabajo cuerpo-mente, así el entrevistado afirma que:

Sería bacán que todos los actores y las actrices meditaran y tuvieran un súper control mental o, qué sé yo, pero hay gente que le gusta hacer teatro, no le gusta meditar. No lo podís’ poner como la condición basal de la cosa. Claro, si no hay ningún interés en generar esas

conexiones después tenís' un territorio ingobernable de seres humanos, por supuesto. Pero sí creo que es interesante esa relación como diverso donde hay gente que elabora un montón y gente que no elabora tanto y esa frescura también es bacán. (Entrevista N°2, p.55)

Es importante que cada actriz trabaje para encontrar sus propias conexiones internas, así lo afirma el entrevistado:

Hay que estar trabajando a nivel de conexiones más que de intenciones, de buscar maneras, ejercicios concretos que conectan la mente, porque igual hay procesos cognitivos que están asociados a moverse, a jugar, qué se yo, a actuar, pero si esos procesos cognitivos desconectan totalmente la intuición... Son un poco enemigos del trabajo formativo actoral. Entonces, yo creo que se trata de tener diversas estrategias para poder ir dialogando y negociando con las diferentes personas, poder escuchar como cada quien establece sus relaciones internas de cuerpo-mente y estar buscando aquello que te pueda sacar de lo más conocido, de lo más sabido, de lo más cómodo, de lo más habitual. (Entrevista N°2, p.54)

Es posible destacar que el cuerpo y la mente se necesitan y corresponden en la misma medida para fines teatrales, ya que hay diversas instancias en las que pueden funcionar por separado, pero existe un punto de convergencia entre ambos sistemas. Y si en algo han estado de acuerdo los entrevistados de forma consciente, es decir, integrada, es que sus propios profesores les hicieron ver que existía *ese algo* que es propio, íntimo, y diferente, y que los podía movilizar más allá de los asuntos básicos y requerimientos mínimos que se exigen en el camino teatral, tratándose tal vez de un despertar de lo humano, de lo esencial, de lo que ya no es tangible como la energía vital y que puede denominarse de variadas maneras:

Había algo que era interesante en ese intercambio como las cosas que se movían en las personas y como alguien de repente conectaba con su biografía o con una parte de sí o con un juego y cómo eso alimentaba la experiencia y enriquecía tanto a la persona como al grupo, lo gratificante que es en sí mismo ese descubrirse. (Entrevista N°1, p.52)

Así también el otro entrevistado nos cuenta sobre su experiencia propia en la exploración de ese *algo*:

Él nos habló de aquello y cuando nos pide ese aquello a mí se me abrió algo importante ahí, sentí que por primera vez alguien estaba dando el espacio para que yo me hiciera una pregunta por una esencia, por algo que estaba detrás del músculo tal vez, o detrás de la forma, detrás de la estética, que era algo que ya sabía que no podía satisfacer y era muy débil, claro, además de abrirme las puertas a las prácticas contemplativas, las artes marciales, lo que he seguido practicando hasta hoy, me hizo preguntarme por algo que tal vez es súper elemental, pero que nadie en primer semestre me lo transmitió así, que es que hay un acontecer también, ese aquello descubrí que tiene que ver tanto con la esencia propia, como con habitar el presente en un estado de conexión mucho más particular (Entrevista N°1, p.43)

Ese “algo” o “aquello” puede fácilmente corresponder a lo que conocemos como “alma” que todo ser vivo posee, es decir, un ente inmaterial que se mueve y nos moviliza en pro de lo que nos apasiona. Es intangible, no se toca como el cuerpo, no se identifica fisiológicamente como al cerebro (donde entendemos que reside la mente), quizás es lo que en algunas religiones llaman espíritu, una luz que nos guía y se vuelve un motor: el cuerpo puede ser su canal, su vía de escape, su medio de transporte.

### 4.3. Un cuerpo habitado

Está enfocado en cómo nombramos a un cuerpo que está más disponible a los estímulos, es decir, un cuerpo que escucha, que logra conectarse consigo mismo y su entorno, un espacio más metafísico en donde el cuerpo y la mente consiguen llegar a un estado más particular, un cuerpo pensante que logra permitirse estar y habitar el presente, el momento del aquí y el ahora:

Creo que esos son los ingredientes que participan de eso que denominamos un cuerpo habitado: un cuerpo que está muy conectado, muy sensible, muy ocupado en eso que está haciendo en este presente. Y para efectos del teatro pienso que eso tiene un espesor también en cómo conecta con lo que quiere hacer en escena, con lo que la obra le pide, con el lenguaje en que la obra se expresa, sea una obra que está construida o en proceso de construcción, porque a veces uno lo ve y es una improvisación y están recién apareciendo las cosas pero podemos percibir a alguien que encuentra un modo de desplegarse que es fértil, que es conectivo, que tiene mucho que ver con la escucha, con la sensibilidad con la escucha, de poder interactuar con los estímulos que son presentes, con hacer evidentes las reacciones también, que no queden en lo psicológico”. (Entrevista N°2, p.51)

Lo que podría dar cuenta de un cuerpo que está en presente, que está siendo habitado mente/cuerpo no es tan calculable, es decir no tiene un parámetro exacto que pueda dar cuenta de esto de una manera matemáticamente exacta, así lo afirma el entrevistado:

No es tan objetivable y esa es parte de la complejidad de la disciplina en el sentido en que no todo el tiempo es exactamente o es reconocible de la misma manera por todos quienes la percibimos. Todos percibimos diferente, entonces es difícil llevar la percepción a una especie de homogeneidad. Entonces, claro, es complejo porque a mi me pareció que cierta

actriz o cierto actor estaba muy involucrado en lo que estaba haciendo. Para mí tiene hartito que ver con eso, con cómo te involucras en lo que estás haciendo, en lo que está pasando o lo que quieres hacer. Qué sé yo. Y a ti te puede parecer que no tanto. Y ahí tenemos una discusión. Vamos a ver una obra de teatro y yo digo “Oh qué increíble lo que hacía Juanito”. Y tu dices: “En serio, te pareció, yo sentí que no estaba tan conectado”. Chuta, el sistema perceptivo, antropométrico, la escala humana, no tiene parámetros tan exactos, no se puede medir en centímetros, en decibels. Es antropométrico. Sucede en una escala que tiene cada ser humano y hay seres humanos que son súper sensibles así pero salen desarmados de la obra de teatro, llorando a moco tendido y otros no. Y no les pasó, no les tocó, lo vieron, les pareció interesante, no les conmovió. En ese sentido, lo que yo puedo observar (que no necesariamente es lo mismo que observan otros y otras), es primero un nivel de gasto en relación a lo que se hace si hablamos de disciplina artística. Hay un nivel de gasto. (Entrevista N°2, p.50).

La percepción juega un rol fundamental a la hora de entender o de dar cuenta de lo que ocurre en el cuerpo habitado,

había algo que era interesante en ese intercambio como las cosas que se movían en las personas y como alguien de repente conectaba con su biografía o con una parte de sí o con un juego y cómo eso alimentaba la experiencia y enriquecía tanto a la persona como al grupo, lo gratificante que es en sí mismo ese descubrirse (Entrevista N°2. p.52)

Ya que cada persona puede tener o no consciencia, en primer lugar, de la materialidad de su cuerpo, si lo graficamos como un templo, una estructura. En este aspecto es posible ejemplificar ese espacio (y hacerlo más concreto), imaginando que es una casa que se construye con ciertos

materiales que le sirven de soporte para armar un esqueleto. Distinto es aquello que llamamos “hogar”. Este lo describimos (y asociamos) con una fuente de calor y con descripciones más sensoriales. Llegar al hogar es vivir una experiencia más inmersiva, es sentirse en una zona segura. En cambio, llegar a una casa es casi tanto más primitivo como lo es el hecho de encontrar un techo para aislarse, y ya no protegerse, del frío.

Y es cierto, se genera un nivel importante de gasto energético que va de la mano con la voluntad, una mezcla entre el ser y el deber ser. Se entiende que tenemos un cuerpo y una mente, pero, por lo general, se les concibe como elementos separados, equidistantes y no como un algo unificado que se nutre y desarrolla de forma complementaria, es decir, soy cuerpo y a la vez soy mente. No obstante, para que uno (cuerpo) pueda ejercer sus funciones de manera óptima, es necesario que lo otro (mente), también se esté desempeñando en su totalidad, o sea, que ambas partes trabajen en armonía.

## Conclusiones

Habitar el cuerpo es ocupar un lugar que solo puede ser recorrido por la persona misma en un estado consciente, es decir, que con plena determinación y entendimiento de que se está en él, sintiendo, experimentando y delimitando el territorio (y cada uno de sus rincones).

Los autores, directores y teóricos revisados en esta investigación dan cuenta de la evolución del entendimiento en torno a los conceptos de cuerpo-mente y sus usos en la actuación. Desde Stanislavski hasta Artaud, hay distintas maneras de tratar las relaciones de los ya mencionados cuerpo-mente, cómo van ocurriendo movimientos desde el interior hacia el exterior, pero que aun así se ven influenciados en su interpretación por factores externos, ya sea las vivencias personales o la visión del espectador. Incluso en la actualidad, en este mismo presente, es un razonamiento que se vuelve complejo de abordar y explicar, pues hay que integrarlo y vivenciarlo. Al llegar a un punto de encuentro imaginario en base a las respuestas de los entrevistados quienes, sin decirlo explícitamente, hablan de un “algo” que impulsa tanto el pensamiento como el movimiento, un “algo” que es propio, y que tiene su origen en las experiencias personales de cada persona... pues se nos enseña culturalmente desde la infancia que el cuerpo está dividido y diseccionado de la cosa pensante, nos lo hacen sentir. Luego hay que cuidarlo porque es un templo, pero no es tan fácil cuidar ese templo si no se tiene consciencia de que existe tal cuerpo. Ese “algo” (o “aquello”), del que hablan los entrevistados les permitió ver, y poder explorarse de una manera más profunda, o presenciar una conexión más armoniosa entre cuerpo y mente. Incluso les generó tener confianza en sí mismos y en sus capacidades tanto humanas como actorales. Les permitió aceptar sus cuerpos y expandir sus mentes, entender que ambos se necesitan, pero también se corresponden. Porque ambos se necesitan y se enriquecen (o empobrecen) mutuamente. Logrando mantener la voluntad y la energía vital que influyen directamente en que pueda producirse este espacio más habitado, en

el presente.

Es por todo lo anterior que en esta investigación se habla de “habitar” el cuerpo, de insistir y dejar de resistir: entregarse. Es posible que a veces la mente sea quien tome el mando de las acciones y que sea el cuerpo quien se resista, y viceversa, pero aun así hay un espacio entre ambos que es un espacio interno, puede estar vacío, carente o lleno de complejidades, pero algo está ocurriendo, cambiando, porque somos seres en constante movimiento. Hay un fluir de cuerpo y de mente, generando un diálogo constante.

## Referencias

- Anadón, M. (2008). La investigación llamada cualitativa: de la dinámica de su evolución a los innegables logros y los cuestionamientos presentes. *Revista investigación y educación en enfermería*.
- Aristóteles. (2016). *Acerca del Alma*. Biblioteca Básica Gredos.
- Artaud, A. (2001). *El teatro y su doble*. Barcelona: Edhasa.
- Bautista, N. (2011). *Proceso de la investigación cualitativa*. Colombia: El manual moderno.
- Centeno, E. (2005). Biomecánica y Antropología Teatral: Meyerhold y Barba. *Revista de filosofía*(50).
- Citro, S. (2010). *Cuerpos plurales: antropología de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Editorial Biblos.
- De Marinis, M. (2005). *La Parábola de Grotowski: el secreto del “novecento” teatral*. Buenos Aires: Galerna.
- Flores, I. (s.f.). *Del Movimiento a la palabra: Meyerhold*.
- Grotowski, J. (1970). *Hacia un teatro pobre*. México: Siglo Veintiuno Editores.
- Juanes, J. (s.f.). Artaud y el teatro de la crueldad. *En Assaig de teatre: Revista de l'associació d'investigació i experimentació teatral*(48-49.), 189-206.
- Merriam, S. (1988). *Case Study research in education. A Qualitative Approach*. San Francisco.
- Nancy, J.-L. (2007). *58 indicios sobre el cuerpo, extensión del alma*. Buenos Aires: Ediciones La Cebra.
- Pita-Fernández, S., & Pérttega-Díaz, S. (2002). Investigación cuantitativa y cualitativa. *Cuadernos de atención primaria*, 9(2), 76-78.

Sánchez Montes, M. (2004). Teoría teatral del siglo XX el cuerpo y el ritual. *Teatro: Revista de estudios teatrales*, 87-101.

Stanislavski, K. (2009). *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la encarnación*. Barcelona: Alba Editorial.

Stanislavski, K. (2013). *Mi vida en el arte*. La Habana: Ediciones Alarcos.

Toro, F. D. (1999). *Desde Stanislavsky a Barba: Modernidad y Postmodernidad o la epistemología del trabajo del actor en el siglo XX*.

## Anexo 1: Pauta de entrevista

<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	<b>TEMA</b>	<b>PREGUNTAS ORIENTADORAS</b>
<p>Identificar los referentes en los que se basan los profesores de formación actoral para llevar a cabo sus clases.</p> <p>(su aprendizaje)</p>	<p>1. Trayectoria-aprendizaje-maestros-autores</p>	<p>¿Podría relatar alguna experiencia que haya experimentado durante su formación actoral, y al trabajo de habitar su cuerpo?</p> <p>- ¿Quiénes fueron sus principales maestros en su aprendizaje y formación actoral?</p> <p>- ¿Cuáles considera que son sus referentes teóricos en el trabajo del uso del cuerpo-mente?</p> <p>-</p>

<p>2. ¿Cuáles son los Hitos experienciales</p> <p>3.</p> <p>4. Hitos relevantes que redefinieron su trabajo</p> <p>5. hitos</p>	<p>6. En relación a su proceso de habitar su cuerpo ¿cuál o cuáles fueron las principales dificultades que tuvo que trabajar?</p> <p>¿Qué se puede observar en cuerpo habitado, o qué principios podrían decirnos que lo está?</p> <p>¿Cómo percibe el trabajo de sus estudiantes?</p>
<p>6. Visión- expectativas de la formación actoral</p>	<p>- ¿Qué le motivo a ser profesor y enseñar su oficio?</p>

<p>Analizar las percepciones que han tenido distintos profesores de formación actoral, del trabajo cuerpo y mente.</p>	<p>1. proceso de enseñanza</p> <p>2. aprendizajes experienciales que quieren transmitir</p> <p>3. dificultades y posibilidades que enfrentan en su oficio de enseñar</p>	<p>- ¿Cuáles son los aprendizajes claves que ud le recomendaría una estudiante en formación?</p> <p>- Cuales son los principales aprendizajes que ha tenido en su proceso de profesor guía de estudiantes en formación?</p>
<p>. Comprender las visiones que han tenido en su experiencia de habitar su cuerpo y mente</p>	<p>1. Análisis o reflexión del cuerpo y mente del actor. (Diagnóstico y propuesta)</p>	<p>¿Cómo ves la relación cuerpo y mente en el trabajo actoral?</p>

## **Anexo 2: Entrevista n°1**

**E: ¿Cuáles fueron sus primeras experiencias conscientes en torno al uso del cuerpo?**

**P1:** Eh, Creo que pasa por una primera exploración en la escolaridad, en educación física, en los deportes en verdad, y creo que ahí es súper muscular, ni siquiera técnico, es super frío, estoy hablando de mis experiencias. Hay lugares donde eso es muy bueno. Estudié en un colegio donde el deporte era muy importante, pero la educación física era muy mala, y yo era muy malo para el deporte, entonces no tuve el privilegio de ser bien guiado, entonces yo creo que mi primera aproximación del uso del cuerpo tuvo que ver con heredar frustraciones, como reprobación, y una asociación a que tiene que existir cuerpo hegemónico, un cuerpo atlético y que todo lo que se salga de eso es un cuerpo que está en problemas, que genera un problema también para el profesor y que de alguna forma no tiene espacio. Entonces para mí, el primer aprendizaje fue que mi cuerpo y mis capacidades físicas como que venían mal de fábrica, había algo aquí que no podía encajar. Yo entré a estudiar teatro siendo muy ignorante también, pensando que era estar sentado leyendo textos y actuando de forma super realista y cómoda. Me invadió una sensación de, ya voy a escoger esto pensando que aquí estaría a salvo de ese mundo que me parecía súper hostil, y ahí la trayectoria de educación formal desde lo actoral partió justamente con esta herencia súper nefasta del colegio, de llegar a primer año a reprobarme mi primer curso de movimiento porque yo tenía muy clara esa programación en mi cabeza de que yo no podía, no sabía. Me tocó también una profesora muy débil en eso de guiar en los procesos con muy poca percepción. El curso se llamaba percepción y movimiento y había muy poco de eso, era mucho más de mostrar capacidades ya resueltas, entonces claro, ahí partió lo de la escuela, reafirmando eso del colegio que ya me parecía muy malo, y que fuera un poco un eco de eso. Me pareció super desesperanzador para mi proceso, eso es lo primero que te podría decir que recuerdo.

**E: Y ¿podrías contarnos alguna experiencia que tu hayas vivido, experimentado durante tu formación en torno al uso del cuerpo que para ti haya sido realmente significativa?**

**P1:** Yo creo que un momento, el Elías cohen, que yo lo considero un maestro muy importante (a mí me cambió la vida), fue desde el cuerpo. Recuerdo que hizo un trabajo. Como reprobé me quedé debajo de mis compañeros de generación con los que había entrado y yo siempre escuchaba una cosa muy rara de ellos que hablaban de no le compro o sí le compro, entonces para mí era muy disonante, era como qué estará vendiendo, que habrá que comprarle o no comprarle, ¿qué es eso? Y ya habían hablado mis compañeros antes de la flor, y la flor era algo que entendía un porcentaje muy chico del curso, me lo trataban de explicar y no les entendía tampoco. Entonces cuando llegué a tener clase con el Elías, él no nos habló de la flor, él nos habló de aquello y cuando nos pide ese aquello a mí se me abrió algo importante ahí, sentí que por primera vez alguien estaba dando el espacio para que yo me hiciera una pregunta por una esencia, por algo que estaba detrás del músculo tal vez, o detrás de la forma, detrás de la estética, que era algo que ya sabía que no podía satisfacer y era muy débil, claro, además de abrirme las puertas a las prácticas contemplativas, las artes marciales, lo que he seguido practicando hasta hoy, me hizo preguntarme por algo que tal vez es súper elemental, pero que nadie en primer semestre me lo transmitió así, que es que hay un acontecer también, ese aquello descubrí que tiene que ver tanto con la esencia propia, como con habitar el presente en un estado de conexión mucho más particular que lo que me pedían desde el colegio hasta primer año, que era el abdominal, la flexión de brazos (que por cierto hay que hacerla, pero no era lo que determinaba si yo podía ser actor, moverme o no, y ahí me paso. Algo yo entendí, no en la cabeza, dejé descansar esos prejuicios, dije: “ya, aquí me está pasando algo importante”, y lo más importante fue el decir “parece que yo también puedo”. Eso te podría decir que fue el

primer hito profesional de mi carrera, porque ahí mi carrera se volvió súper física, cosa que yo nunca imaginé.

**E: ¿Quiénes consideras que fueron tus principales maestros durante tu formación actoral?**

**P1:** Mira, para mí el Elías Cohen y la Sara Pantoja fueron gente muy importante, por reafirmar este “tú también puedes”. Mario Cort, en primer año, que me acuerdo que fue súper duro conmigo, fue muy severo y yo lo entendí como un papá, y me ayudó mucho a entender lo que yo hago. Me importa mucho lo que dice Mario, hay una especie de apoyo, y cree mucho también en mi trabajo, entonces también me enseñó esto mismo, el “tú puedes”. La Macarena Baeza. Trabajé en su compañía mucho tiempo, y en el movimiento también la Eli Rodríguez me mostró muchas cosas, con todo esta capa de ser dura que tiene la Elizabeth, a mí me ayudó. Lo que te quiero decir es que todos estos maestros y estos profes, siento yo, que se han sumado a esta declaración de “sí puedes” y varios de ellos lo han hecho desde un lugar muy amoroso, entonces a mí también me queda algo no solo de herencia como actor, sino como docente.

**E: En relación a tu proceso de habitar tu cuerpo, ¿cuáles piensas que fueron las principales dificultades que tuviste que trabajar?**

**P1:** Yo creo que tuve un cambio importante. Bueno, lo que te decía de la mentalidad, eso fue lo más importante, tenía muy claro el telón. Había algo también con mi peso. Yo pesaba más cuando entré a la escuela y yo creo que hay algo con la imagen ahí también, no tener este cuerpo canónico también está hablando que lo más probable es que tú no puedas hacerlo, entonces yo veía la invertida en compañeras y compañeros que tenían un cuerpo absolutamente fuera del canon y que eran brillantes moviéndose, pero yo en mí no lo podía pillar, entonces cada vez fui cuidando más eso, y fui entrenando más, y haciendo más lo que hacía en el colegio, y yo creo que para mí este

reconocimiento de “entre comillas” este nuevo cuerpo, me ayudó a extender más mi cuerpo original, con mis memorias, con mi información, capaz de conectar con emociones, con información más sutil. Pienso que asumir también mi estatura, que está sobre un metro ochenta y cinco (no sé cuánto es ahora exactamente), pero, que es una estatura que, primero, es difícil pasar desapercibido, que era algo que yo quería, y ocupar el espacio, uno trata de ocupar el mismo espacio que el compañero que mide un metro y medio y no es eso, entonces tienes que jugar con ello, y te dicen prueba todo y muestra y no quiero, no quiero que me vean. Fue duro en el sentido que tuve que golpearme hartos con problemas que en el colegio yo había cristalizado de otra manera, y yo creo que finalmente abrí un espacio de más sutileza todavía, espacios de energía, de cosas mucho más etéreas, procesos íntimos de otras prácticas que tienen que ver con entrenamiento de la sabiduría asiática que yo he tenido y me han hecho descubrir cosas potenciales de mi cuerpo.

**E: ¿Podrías compartirnos algunos referentes en relación a ese trabajo asiático, que tiene otra visión, otra manera de entender el cuerpo, la mente, de una manera más compleja?**

**P1:** Mira, yo entré a practicar como hace un poco más de diez años artes marciales chinas. Empecé a conocer una potencia distinta, una forma de estar diferente, cosas que yo creía que no sabía. Y te lo digo con toda la humildad que tengo. Barba es muy asiático para entrenar, Peter Brook es el primer maestro. Empecé a estudiar meditación desde el yoga, que tiene que ver mucho con la energía y la introspección. Luego volví al teatro y tuve el espacio de encontrarme con dos maestros. Me encontré con la Ariane Muchkins. Ella dice que el teatro es oriental, queriendo dar a entender que el teatro no responde al imperialismo, responde con el rito, gran referente de práctica. Y luego conociendo a Grotowsky que también ha trabajado con la cultura africana y afrocaribeña, un espacio japonés. Pero a ellos los situaría como el gran centro que para mí reúnen para mí una técnica asiática sobre el trabajo del cuerpo, más una técnica del trabajo interno.

## **Anexo 3: Entrevista n°2**

**E: Me estabas comentando la experiencia que habías tenido en la escuela con una profesora...**

**P2:** Sí, y como decía. Ella muy amorosamente, muy progresivamente te iba ofreciendo muchas posibilidades para irte encontrando con tu cuerpo, con tus posibilidades, muy exploratoriamente. Yo creo que aprendí a explorar con ella, entonces, en ese sentido, tuve la suerte de tener estas primeras experiencias como tú me preguntas que fueron todas muy generosas. Muy generosas para alguien que no sabía nada. Yo había leído teatro, había visto teatro, pero no había hecho nada, entonces fue una buena entrada. No fue en absoluto traumática. Y después se fue complejizando. Se fue complejizando en el terreno actoral y eso, claro, quizás me hizo tomar un poquito de distancia en algún momento de ciertos procesos. Me hizo un poco difícil el progreso dentro de, se me complicó un poco el universo actoral.

**E: ¿El proceso de formación misma?**

**P2:** Sí. El proceso de formación misma. Y eso yo creo que a la larga me forjó un poquito hacia la danza, cachai, como un espacio un poquito más generoso, menos exigente en términos, cómo decirlo... de rendimiento. En la actuación es un poco exigente en términos de que te estruja, y la danza te estruja de otras maneras, de una manera más física. Pero como que ese camino a mí me resultó más concreto o más generoso. Yo necesitaba un lugar un poquito donde sumergirme más que quedar tan expuesto. Esa es la sensación que tengo de esos primeros años. La danza, esa mezcla entre el teatro y la danza, de un teatro muy expresivo a nivel físico, etc. Se me hizo un lugar un poquito más generoso para mí.

**E: Súper, ¿y quiénes fueron los principales maestros que tú podrías considerar dentro de tu aprendizaje y de tu formación, también aparte de esta profesora que en su momento también dejó un gran aprendizaje.**

**P2:** Ella, sin duda.

**E: ¿Quién es ella?**

**P2:** Francisca Infante se llama. Hace clases. Hizo clases muchos años en la Chile. Hoy en día está en la Católica si no me equivoco. Un tiempo largo en la Mayor también. Ya no es tan profesora de

movimiento, hace otras cosas, pero ella fue muy importante en el proceso. Antes de ella, un profesor de teatro que se llama Rafael Ahumada, que es un incansable del teatro. Sí como de una línea menos académica, más popular, más social, más comunitario, muy creativo. Él me enseñó mucho también, y después el Pato Bunster.

**E: Patricio Bunster.**

**P2:** Sí, tuve una relación muy generosa también, nos hicimos muy amigos. Mauricio Celedón también, que te llevaba a lugares muy potentes del cuerpo, de la creatividad, de lo colectivo. Ese paso por el Teatro del Silencio fue muy enriquecedor, de entrenamiento, de complicidad, de estar ahí con los compañeros, de probar, de etc... Y bueno, después algunas y algunos profes como más específicos de la danza, la Manuela Bunster, otra profe que ya falleció que se llama Elisa. Y sí, yo diría que por ahí.

**E: Ya. Y si nos vamos, por ejemplo, al ámbito más teórico, cuando hablamos de referentes sobre el trabajo del cuerpo, de la mente, de la formación actoral misma también, ¿Cuáles son los referentes que tu piensas y qué piensas también en tu trabajo, en lo que a ti también te hace sentido hacer y seguir investigando?**

**P2:** Sí. Mira, ahí en términos teóricos hay hartas cosas que son muy interesantes. Inevitablemente Laban, porque está muy implícito en las cosas que uno estudia. Quizá yo lo conocí más empíricamente, no tan teóricamente, y después en la medida que lo leí y todo este rollo con la expresividad, como tú movilizas el espacio, lo humano que no son tan entendibles, algo ahí que se empezó a desarrollar de a poco, que va más allá de lo semántico, del significado explícito de las cosas. Eso fue muy interesante. También fue muy interesante en lo teórico o conceptual ciertos aprendizajes que tenían que ver con las artes marciales. Yo practiqué muchos años artes marciales, AIKIDO, que es un arte marcial que sintoniza mucho con cierto sentido danzado del cuerpo, porque en el fondo, no tiene el objetivo de lastimar a otra persona, aunque se aprenden cosas en ese sentido, claro como las técnicas; pero en el fondo tiene la lógica de hacer dialogar los cuerpos, de armonizar con los otros cuerpos. Entonces, esa idea de la armonización a mí me pareció súper interesante también. Y, entonces, esos años que estuve vinculado a la práctica del Aikido, creo que me nutrí mucho de eso. Ueshiba habla sobre el Aikido, sobre el ser humano, sobre las artes marciales, sobre la armonía, sobre la fuerza vital y uno se empapa de eso y lo va haciendo carne porque es muy

parte de la práctica.

**E: Claro...**

**P2:** Y ahí justamente lo que predomina es un cuerpo despierto, alerta, que escucha, que negocia con el otro cuerpo, etc, etc. Después diría que... Me acuerdo de haber tomado unos seminarios con una argentina que se llama Susana Tambuki. La Susana en esa época a todos nos abrió un poquito la cabeza en ese sentido de pensar la danza o el cuerpo, porque también es interesante: si uno dice teatro o danza, termina en el cuerpo y el cuerpo es su disciplina. Y la Susana como que ayudaba mucho a interrogar, a poner en tensión esas cosas que a ratos se dan por hecho desde las disciplinas. Y llevaba como a un territorio semiótico a través del cuerpo que era súper interesante. Y a través de ella conocí a Le Bretón, David Lebreton. Tiene hartos textos sobre el cuerpo, uno de los más conocidos: Antropología del cuerpo y modernidad, donde instala unas cosas que son bien pilares fundamentales pa` entender cómo entendemos y cómo nos relacionamos con los cuerpos en la cultura occidental, aunque nosotros no somos tan cultura occidental, pero estamos bien bombardeados por ella. Yo diría que esos, para no atosigarte con más nombres. Después hay otros, Jean Luc Nancí , que también hace referencias al cuerpo. Esa conversación entre el espacio reflexivo de ver el cuerpo como el expresor de lo humano y no necesariamente como una cosa técnica, es lo interesante.

**E: Claro. ¿Cuál crees que fueron o que fue las principales dificultades que se enfrentan, durante el trabajo o durante el proceso de habitar el cuerpo o cuáles fueron tus propias experiencias?**

**P2:** Creo que eso es distinto en cada persona. Ahí ya inevitablemente hablo más como profe que como estudiante. El cuerpo es y le significa a cada uno de manera muy distinta también. Lo que es fácil para uno, de repente es muy complejo para otro/a que en esas diferencias hay harto que observar porque el cuerpo siempre le significan diferencias a cada ser humano. Algo que pa' mí es fácil ,pa' ti es difícil, y viceversa. Entonces sí, creo que ese lugar también es interesante. Pa' mí lo más difícil en un principio fue dobligar, no sé si es la manera más bonita de decirlo, pero dobligar el cuerpo. Yo me tomé todo esto, pero en serio, más menos grande, entonces había harta pega que hacer, en términos de ser más flexible. En un primer momento te decía que lo más dificultoso es todo el proceso de dobligar la corporalidad, de hacerme más flexible, de tener resistencia al

entrenamiento, de sumar coordinaciones nuevas, de las diversas cosas que entrenaba, de ir generando esa inteligencia física que claro, está en todas las personas pero no siempre está tan activa, tan despierta.

**E: Claro...**

**P2:** Pero al mismo tiempo eso era muy interesante porque es muy concreto, te mantiene ocupado en no pasarte tantas películas, tantos rollos, es menos psicológico, es muy concreto, vas a entrenar y poní a prueba todo eso que te pasa con la resistencia física, el aguante. Eso me tomó hartó trabajo y al mismo tiempo fue muy fascinante, lo pasé muy bien haciéndolo. Y eso me hizo tener un lugar concreto de trabajo, de saber la experiencia, que son las bases de lo que hago hoy día, digamos, más enfocado en la formación de actrices, actores, como dices tú, también de bailarines, bailarinas... Son saberes transversales de las disciplinas, pero son interesantes en ese lugar.

**E: ¿Qué se puede observar en un cuerpo habitado o qué principios podrían decirnos que un cuerpo está siendo habitado?**

**P2:** O sea, todos los cuerpos están siendo habitados.

**E: Jajaja. Es bien amplia la pregunta...**

**P2:** O sea, lo que pasa es que ahí tengo que forzosamente contra preguntarte -para hacer más precisa la definición de cuerpo habitado-, es poco precisa la definición de cuerpo habitado porque en el cotidiano todo el mundo habita su cuerpo, cachai.

**E: Claro. Está más enfocado hacia el proceso formativo porque cuando me refiero a habitar un cuerpo, principalmente en mi tesis lo hago desde la perspectiva de estudiante que se está formando como actriz y que dentro de esa formación también está intentando habitar un cuerpo o explorar este territorio llamado cuerpo. Y siempre se nos habla del trabajo actoral, el trabajo del cuerpo del actor y se nos habla que el cuerpo tiene que habitarse, que tiene que estar en ciertas condiciones, del presente también, el cuerpo puede vivir y experimentar las experiencias que uno va viviendo en el teatro. Entonces cómo se podría llegar o qué principios nos podrían decir como “esta persona sí está habitando su cuerpo” o no necesariamente si sí o si no, pero ¿cómo sabemos que esta persona lo está haciendo o cómo podemos darnos cuenta**

## **que una persona sí está logrando habitar su cuerpo?**

**P2:** Son preguntas difíciles. Claro, porque en el fondo buscamos a ratos en estas investigaciones, en estas preguntas, un saber que sea super evidenciable, cierto, algo que de más o menos ciertas garantías de que la cosa sucede y sucede de cierta manera perceptible. Pero es un saber que ocurre a través del mismo cuerpo, ocurre super cinestésicamente, sensorialmente no es un saber que sea todo el tiempo explicitable en un sentido cognitivo. No es tan objetivable y esa es parte de la complejidad de la disciplina en el sentido en que no todo el tiempo es exactamente o es reconocible de la misma manera por todos quienes percibimos. Todos percibimos diferente, entonces es difícil llevar a la percepción a una especie de homogeneidad. Entonces, claro, es complejo porque a mí me pareció que cierta actriz o cierto actor estaba muy involucrado en lo que estaba haciendo. Para mí tiene hartito que ver con eso, cómo te involucras en lo que estás haciendo, en lo que está pasando o lo que quieres hacer. Qué se yo. Y a ti te puede parecer que no tanto. Y ahí tenemos una discusión. Vamos a ver una obra de teatro y yo digo “Oh qué increíble lo que hacía Juanito”. Y tu dices: “en serio, te pareció, yo sentí que no estaba tan conectado”. Chuta, el sistema perceptivo, antropométrico, la escala humana, no tiene parámetros tan exactos, no se puede medir en centímetros, en decibels. Es antropométrico. Sucede en una escala que tiene cada ser humano y hay seres humanos que son súper sensibles así pero salen desarmados de la obra de teatro, llorando a moco tendido y otros no. Y no les pasó, no les tocó, lo vieron, les pareció interesante, no les conmovió. En ese sentido, lo que yo puedo observar (que no necesariamente es lo mismo que observan otros y otras), es primero un nivel de gasto en relación a lo que se hace si hablamos de disciplina artística. Hay un nivel de gasto. Yo pienso que la actuación o ese fenómeno performativo que a ratos puede ser danza, teatro u otras manifestaciones o la mezcla de todas ellas, es algo que gasta, que gasta energía, que moviliza, que gasta corporalidad, que no sale de lo primero que uno quiere hacer, que involucra, vuelve, transforma, el que está actuando, que está performeando, está gastándose. Y ese gasto se hace perceptible, en grados como ya dije, pero se hace perceptible. Luego creo que hay ciertos dominios, pueden ser muy poquitos o muchos, más versátiles o más virtuosos, cachai. Cualquiera que sea, hay ciertos dominios porque todo el mundo tiene algo que conecta y que domina de su cuerpo. Entonces, o el peso, o la velocidad, o la respiración, o esa velocidad tiempo-distancia que hace que uno tenga un *timing*, un ritmo, la cadencia, la temperatura, la cualidad. Hay algo, cuando toma la cosa que era increíble con la sutileza. Todo el mundo puede movilizar algo, eso es lo bonito del teatro que no pasa en todas las disciplinas. Y entonces eso que

cada ser humano conecta y puede hacer y tiene cierto grado de particularidad y definición, de precisión, sea mucha o sea poquita, es un fenómeno que es perceptible, cachai. A todos nos pasa “qué bonito cuando hacía así pa’ allá, qué cuático cuando se caía”, ¡qué *heavy* el gordo!. Cuando uno va al teatro y el estereotipo, “Oh, y el gordo pegaba una mirada y era increíble, por poner un ejemplo, o alguien que era muy flexible. Te lleva a un lugar que tiene cierta potencia en sí mismo, algunos le llaman magia, belleza, etc.

**E: Claro...**

**P2:** Y los seres humanos yo creo que somos muy sensibles a todo eso. Después cuando tratamos de objetivarlo es más difícil llegar como a acuerdos tan tajantes, pero todos podemos percibir esas cosas. No sé si te respondo, pero creo que esos son los ingredientes que participan de eso que denominamos un cuerpo habitado: un cuerpo que está muy conectado, muy sensible, muy ocupado en eso que está haciendo en este presente. Y para efectos del teatro pienso que eso tiene un espesor también en cómo conecta con lo que quiere hacer en escena, con lo que la obra le pide, con el lenguaje en que la obra se expresa, sea una obra que está construida o en proceso de construcción, porque a veces uno lo ve y es una improvisación y están recién apareciendo las cosas pero podemos percibir a alguien que encuentra un modo de desplegarse que es fértil, que es conectivo, que tiene mucho que ver con la escucha, con la sensibilidad con la escucha, de poder interactuar con los estímulos que son presentes, con hacer evidentes las reacciones también, que no queden en lo psicológico. Esas son las cosas que yo más o menos he percibido.

**E: Y cuál fue la principal motivación o cuál fue el principal motivo en donde tú decidiste ser profesor y enseñar la profesión. Donde tu dijiste, ya, yo voy a ser profe o yo voy a empezar a trabajar y a enseñar este conocimiento y a trabajar en esto. ¿Cuál fue el principal motivo para hacerlo?**

**P2:** Ehhh, bueno, varias cosas, porque en el fondo es una manera de compartir también la experiencia, es muy parte de la profesión. El teatro, la danza, son artes colectivos, aunque se pueden hacer unipersonalmente también, se puede hacer un monólogo. Pero en general son artes colectivos, que se desarrollan en colectivo y uno lo ofrece con la manada, cachai. Vas a un seminario o a un encuentro, te toca participar en grupo o formar parte de un curso y todo lo que vas desarrollando, lo vas desarrollando en ese correlato con el resto. Entonces, desde ahí, cuando uno tiene un ejercicio

que es bacán, lo lleva al ensayo, lo comparte con los compañeros, las compañeras y hacemos *training* y nos juntamos a ensayar y nos hacemos *training* los unos a los otros. Entonces ese es el terreno de compartir que es muy familiar y es muy enriquecedor. Por ahí hay algo. Y luego, como súper en concreto, un colega me llamó pa' hacer un reemplazo. Yo no quería hacer clases, encontraba que era muy difícil y que yo no sabía lo suficiente para enseñarle a otra gente. Me perseguía eso y también porque mi formación es un poco ecléctica entre algunos años de teatro, varios años de danza, artes marciales, es un territorio un poco híbrido que al principio me confundía un poco. Entonces, en esa inseguridad, no quería hacer clases y terminé haciendo este reemplazo un poco por apañar a este colega que tenía que hacer un gira. Y lo que percibí fue, a propósito de ese intercambio, de ese compartir que te hablaba, un *feedback* que era súper interesante, en relación a lo que la gente descubre. Y claro, y es difícil en el ámbito académico porque hay que evaluar a la gente y toda una cosa un poco tediosa. Es mucho más interesante la experiencia humana que las notas, pero había algo que era interesante en ese intercambio como las cosas que se movían en las personas y como alguien de repente conectaba con su biografía o con una parte de sí o con un juego y cómo eso alimentaba la experiencia y enriquecía tanto a la persona como al grupo, lo gratificante que es en sí mismo ese descubrirse .

**E: Claro.**

**P2:** Cuando alguien te relata que el ejercicio X que puede ser cualquiera, da lo mismo, todos los ejercicios son súper particulares en ese sentido, algunos terminan siendo como una revelación para algunas personas, y cuando la gente te relata estas cosas: “Oh me pasó esto, sentí aquí, nunca había sentido esto otro, o lo pasé pésimo con el ejercicio y al día siguiente te pasa otra cosa y después todo eso se suma y ves un cuerpo que está más abierto, que escucha más, que es más reactivo, que lo pasa mejor. Todo eso en sí mismo es súper gratificante. Ves toda esa habilidad blanda que tiene el ser humano, pasa por el cuerpo, se nutre y es muy enriquecedor. Yo creo que eso es lo más interesante, lo más seductor y a veces eso pasa poquito, pero con ese poquito es hartito para esa persona y, a veces, pasa heavy: hay gente que tiene unos procesos de transformación que son gigantescos. Todo eso creo que me moviliza.

**E: ¿Cuál consideras que han sido las principales dificultades a las cuales te has enfrentado en el oficio de enseñar?**

**P2:** No sé si es de las principales, pero puede ser la que está más presente, más vigente. Quizás como una ausencia o intermitencia en la consistencia de las experiencias. En general, somos una cultura particularmente desordenada en ese sentido, no sé si sea verdad, no lo sé. También creo que, no sé, es un sesgo en el tiempo y de tanto repetirlo se vuelve verdad. Pero sí es como que cuesta la consistencia: algunos le llaman disciplina, rigor. Yo creo que son ingredientes de algo que finalmente es o no es. Cómo sucede o no sucede. Lo podemos sostener o se me escapó entre los dedos, cachai. A veces hay un proceso y pasan cosas bacanes, en la clase 1, la 5, la 7 y la 11 pasaron cosas increíbles, pero el resto fueron o no se pudieron hacer o la gente no llegó. Entonces tú te quedas con la impronta de que hay un potencial que es muy grande y que ese potencial tiene que ver con las personas, pero también con cosas colectivas, con las transformaciones de poder hacer algo realmente bueno potente, interesante, alucinante que tienen que ser la bencina, cachai. Pero es cierto que cuesta que eso pase, cuesta, tienes una clase increíble hoy día y esto va a terminar por consolidar este grupo y la próxima semana van a estar como avión, arriba de la pelota, sopeados de todo eso que les pasó, cuidándolo, queriéndolo, y no, llega la mitad de curso, apareció un paro. Todas cosas muy legítimas pero como que aportan a esta licencia de riqueza, y eso es fome. Eso es la principal dificultad, cuesta llegar a un lugar donde tu digas: Bacán, la hicimos completa, aquí no faltó nada.

**E: Sí...**

**P2:** Eso pa' mí es como la parte menos gratificante y eso me significa lidiar, andar discursando a la gente: "Oye, ya, pónganse las pilas". Un poco como la experiencia última que tuvimos nosotros, cosas alucinantes y entremedio otros momentos aguachentos. Tu decí' aquí hay información gigante pa' hacer cosas buenas y creo que se logran, pero es una dificultad en medio de la cultura. Lo otro ya son cosas que tienen que ver también con la sistematicidad de los saberes.

**E: ¿Cómo es eso?**

**P2:** Es que en el fondo cuesta también mantener estos espacios de nutrición... es un país duro. No sé si eso tiene que ver con lo que me estás preguntando, permanente como que trabajamos un montón. Quizás no hay tantos espacios para que, ponte tú, a mí se me pare la pluma y la próxima semana vaya a tomar un seminario con tal persona y haya cierta energía y se renueve y se actualice. Como en ese sentido también es un espacio que podía ser un poco más generoso. Tenís' que estar

reinventando tú, investigando tú, siempre una cosa muy exigente, solitaria, colectivo, pero lo sostenemos solitariamente, siempre es un poco difícil estar en el lugar en que querís' estar.

**E: Sí. Y la última pregunta. En relación a tus experiencias, a tus percepciones también y las sensaciones que has experimentado, nos podrías compartir alguna reflexión de cómo ves la relación del cuerpo y de la mente en el trabajo actoral.**

**P2:** Churra. Creo que es diversa. Eso es lo que creo. Creo que es diversa. Creo que no se puede establecer una única relación entre mente y cuerpo. Y ahí volvemos a esta realidad antropométrica. A mí me gusta nombrarlo así también, a propósito de que son cosas que son interesantes, son necesarias, son potentes, pero son difíciles de estandarizar también. A veces hay gente super animalito de escenario o de teatralidad y entonces, churra, no logras saber cuáles son las conexiones o instrumentales en ese cuerpo, es mucho más orgánico, cachai. Es un cuerpo que reacciona no más y prueba todo lo que se pueda probar y ahí uno piensa “hay una mente mucho más ausente” o no hay mucha colaboración, pero sí hay mucha disponibilidad. Y eso para el teatro es increíble. Siempre se va a agradecer. Claro, después como para un ejercicio más reflexivo se va a echar de menos, igual funciona, pero en ese sentido. Cuando uno piensa en el cuerpo, el cuerpo es mente también, es cerebro, a veces es tu cerebro el que te gobierna y hacís' las mismas tonteras todo el rato y no podís' escaparle a lo que tu cerebro tiene registrado. A veces tu mente es demasiado poderosa y no te deja hacer nada. Todo el rato depresivo porque pensai' demasiado las cosas antes de hacerlas. Tienes muchas ideas pero no pasan al cuerpo. Entonces creo que es algo que hay que estar trabajando a nivel de conexiones más que de intenciones, de buscar maneras, ejercicios concretos que conectan la mente, porque igual hay procesos cognitivos que están asociados a moverse, a jugar, qué se yo, a actuar, pero si esos procesos cognitivos desconectan totalmente la intuición... Son un poco enemigos del trabajo formativo actoral. Entonces, yo creo que se trata de tener diversas estrategias para poder ir dialogando y negociando con las diferentes personas, poder escuchar como cada quien establece sus relaciones internas de cuerpo-mente y estar buscando aquello que te pueda sacar de lo más conocido, de lo más sabido, de lo más cómodo, de lo más habitual. Ahí creo que están los lugares más interesantes para habitar la creatividad.

**E: Claro.**

**P2:** No sé si contribuye mucho la respuesta. Sería bacán que todos los actores y las actrices meditaran y tuvieran un súper control mental o, qué sé yo, pero hay gente que le gusta hacer teatro, no le gusta meditar. No lo podís' poner como la condición basal de la cosa. Claro, si no hay ningún interés en generar esas conexiones después tenís' un territorio ingobernable de seres humanos, por supuesto. Pero sí creo que es interesante esa relación como diverso donde hay gente que elabora un montón y gente que no elabora tanto y esa frescura también es bacán.

**E:** **Porque son relaciones diferentes, cada uno se vincula de manera distinta con cada uno y con el resto...**

**P2:** Claro, y en ese sentido todo el mundo tiene una mente. Y lo que quizá más busquemos y lo más importante en ese sentido es una mente que sea flexible, también, con el cuerpo, que pueda dejar espacio, que pueda salir pa' un lado, que pueda estar atenta a si puede salir pa' un lado, que pueda rescatar de algo que hacemos, que claro, se nos olvida después "hiciste algo bacán" y no tengo ni idea qué pasa. Entonces una mente despierta, alerta, flexible. Esas son las cosas importantes de nuestros entrenamientos.

**E:** Bacán, gracias Jano.

**P2:** De nada, pues, Anto. Estoy feliz de aportar.

**E:** Muchas gracias por la entrevista. Voy a enviarte mañana ese permiso que necesito para poder trabajar con ella.

**P2:** Ningún problema. Y yo lo puedo firmar digitalmente.

**E:** Muchas gracias por tu tiempo, la disposición y todo el material que me entregaste.

**P2:** Muchas gracias a ti y espero que le vaya fantástico.