EL CUERPO NO DIVIDIDO

Un cuerpo dividido, donde mente y cuerpo vayan cada uno por su lado, es una de los mayores enemigos de todo actor y de toda persona, y uno de los obstáculos más insalvables para la creatividad tanto de un actor como de cualquier otra persona.

PROGRAMA

1) El cuerpo como instrumento del actor
   A) Partes del cuerpo: Energía. Tronco y extremidades.
   B) Usos del cuerpo: Abrir/cerrar- tirar/empujar. Arriba/ abajo, a un lado
   C) Tensiones del cuerpo
   D) Miedos del cuerpo: Equilibrio y desequilibrio
   E) Energía: Animus / anima. Danza del viento.
   F) Reconocer el propio cuerpo: en el espacio y en el tiempo. Solo y con los otros. Los ojos cerrados. Rueda.

2) La mente como instrumento del actor
   A) La mente como elemento bloqueador: No adelantar el pensamiento: Hablar de uno mismo. Ejercicios: Gracias, Oh, Eh, Si, pero, película
   B) La mente en el proceso emocional: Emociones.
   C) Memoria sensitiva y memoria sensorial.
   D) La mente como elemento clave en la observación interna y externa: Observación.
   E) La mente como herramienta de comprensión e imitación: Imitar a alguien. Animales y personas.

3) La voz como instrumento del actor
   A) Trabajo con la respiración
   B) Trabajo con la emisión y articulación
   C) Trabajo con los resonadores de la voz
   D) La voz en el cuerpo y la voz fuera del cuerpo: Canción
   E) Reconocer la propia voz.: Texto

.

4) La improvisación como instrumento de creatividad y desinhibición
   A) Improvisación a partir de un tema musical
   B) Improvisación a partir de un texto: frase
   C) Improvisación individual; Un tema o un objeto

D) Improvisación grupal.

5) Personaje / Actor
   A) ¿Dónde termina el personaje y donde comienza el actor?
   B) ¿Que hay del actor en el personaje?
   C) ¿Ser uno mismo o ser otro? Diderot / Artaud – Grotowski / Brecht
   D) ¿Cómo influye lo particular del actor en la creación?
   E) ¿Actor real y personaje imaginario?
   F) ¿Actor imaginario y personaje real?

6) El trabajo del actor sobre si mismo
   A) Como lo personal tiñe lo general
   B) Sexualidad y actuación