ENCUENTROS 2013- EL CUERPO EN SITUACION DE REPRESENTACION

PRIMERA TARDE
==========
Oracion

El objetivo de todo actor es no dejar indiferente, aburrido, al espectador.
¿Cómo ser eficaz en relación al espectador?

a) Del exterior al interior
b) Del interior al exterior.

a) Actores del Polo Norte (actores que trabajan con un código: ballet, actores orientales, etc.) Lo físico acaba determinando lo mental.
b) Actores del Polo Sur (actores del teatro euroamericano: trabajan de dentro a fuera) Lo mental acaba determinando lo físico.

Diferencia entre PRESENCIA y FOTOGENIA

Entrenamiento – Preexpresion – Presencia – Cuerpo ficticio –Organicidad (eficacia)

LA GRAMATICA DEL CUERPO

El cuerpo es el que sostiene el traje – decía Decroux –, *es lo primero que verá el espectador; el cuerpo es el que lleva la voz. Es el esqueleto, la mano en el guante*

1) Partes del cuerpo: La primacía del tronco. *El cuerpo es un cuadrado expresivo formado entre los hombros y la pelvis.*
2) Extremidades: Independencia de los segmentos, de las diferentes partes del cuerpo. Ejemplo Ingemar
3) Funciones de las partes del cuerpo
4) Posiciones del cuerpo: Introversión y Extroversión.
5) Composición de las partes del cuerpo: consonancia, complementariedad y contraste.
6) Tirar o empujar, ser tirado – ser empujado, me tiro, me empujo, "tu y yo", conceptos básicos de Lecoq. La Rosa de los Esfuerzos de Lecoq: El movimiento vertical hacia arriba: trágico. El movimiento vertical hacia abajo: bufones. El movimiento hacia los lados es sentimental, lírico, el melodrama
7) El cuerpo en el espacio: direcciones en el espacio. Recto/curvo. Ir al techo, ir al suelo. Espacio occidental/ Espacio oriental.
8) Interior / Exterior. *El dialogo entre lo visible y lo invisible es precisamente lo que el actor siente como interioridad y en algunos casos incluso como meditación. Es lo que el actor percibe como interpretación.* Eugenio Barba
9) Ritmo / Melodía

El verdadero actor sabe que la autentica libertad se produce en el momento en que lo que procede del exterior y lo que sale de dentro forman una perfecta combinación. Peter Brook

Uso del cuerpo en la vida cotidiana, uso del cuerpo en situación de representación.

Principios: Equilibrio. Ejemplos occidentales y orientales.
Oposición: en el espacio y en el tiempo: Ejemplos orientales.
Omisión: Una cosa de cada vez.

1) Impulso - *sats*

2) Cuerpo decidido. *Un cuerpo que reacciona con el impulso, no con la interpretación, es un cuerpo orgánico, un cuerpo decidido.* El impulso es la reacción.

3) Energía

Un buen actor es el que logra un equilibrado manejo de la energía. La frase "ese actor tiene presencia" se traduce como dominio y seguridad de su energía.

4) Trabajo con la energía: Movimiento: Danza

Lectura Training de Eugenio

PRIMERA MAÑANA: EL VOCABULARIO CORPORAL
==========

EL ENTRENAMIENTO

Entrenamiento: a) Con ejercicios (3 años)
b) Con principios (3 años)
c) Entrenamiento personal (3 años)

Cuando me entreno tengo que tener la mente ocupada pensando en los siguientes elementos:

- espacio (en que dirección quiero moverme y qué líneas quiero seguir: rectas, curvas, zigzag)
- energía (con que qué intensidad realizar la acción)
- velocidad (con que tiempos y ritmos)
- dimensión (qué magnitud darle a ala acción)

Construcción de un entrenamiento personal: 3 años mínimos.

Trabajo con algún ejercicio
Todo ejercicio tiene tres partes: un principio, un final y un cambio en el centro.
Todo ejercicio contiene una oposición que viene dada por las diferentes direcciones o los *sats* o por una resistencia.
El *sats* es impulso y contra impulso Ejemplo: sentado dejarse caer. Detenerse justo en el punto antes de caer. Otro ejemplo: moverse y detenerse para una foto
El *jo-ha-kyu* japonés.
Las tres partes de la *biomecanica* de Meyerhold
Michael Chejov divide el ejercio en: *La preparación* (el inicio) *La sustentación* (el final)

Ejercicios de Ir al suelo, ir al techo, de ir a la derecha y a la izquierda.
Trabajar con el metrónomo haciendo en cada parada una oposición con los miembros.

Trabajo de composición: pies, manos y brazos.

Acción / Reacción. *El teatro es un arte de relaciones que se manifiestan en un dialogo con o sin palabras. Las relaciones escénicas son ficticias. Por lo tanto, para darles fuerza de persuasión es esencial encontrar su sistema muscular, una red física de acciones y reacciones.* Eugenio Barba

Ejercicios de Acción / Reacción
Ejercicios de Escucha.

Cada uno enseña un ejercicio al otro. Aprender los ejercicios de todos.
Trabajar con una cadena de ejercicios

1) Boxear a distancia: Grande y pequeño. Caminar y boxear
2) Secuencia que incluya un salto y una patada, cada uno en una dirección
3) Secuencia donde la base sea perder el equilibrio e ir a caer. Caer hacia delante, caer hacia atrás. Antes de caer, cambiar la dirección y cambiar el equilibrio. Ha de hacerse a cámara lenta.
4) Unirlo todo: Boxeo- Secuencia – Movimiento.

Trabajo con la energía.

Improvisación corporal

¿A qué proceso deberían someterse el actor para provocar en el espectador esta sensación de vida, este efecto de organicidad? Es desde esa perspectiva que debemos ver la introducción de una nueva pedagogía basada en ejercicios, una práctica hasta entonces ausente en el aprendizaje de un actor europeo. Eugenio Barba

Lectura texto Julia

SEGUNDA MAÑANA
==========

Trabajo con la cadena de ejercicios: ritmo, espacio, etc.

Construir una secuencia a partir de 3 cosas: tirar / empujar / abrazar. Primero hacerlo con el compañero, luego solo. Fijarlo. Repetirlo con diferentes cualidades. Luego hacer la secuencia con el movimiento. Intercalada en el movimiento.

Improvisación corporal a partir de diferentes estímulos.

Improvisación corporal: Partitura / Subpartitura.

El trabajo del cuerpo con los objetos

Trabajo del cuerpo con máscara

Todo cuerpo entrenado contiene oposiciones: enraizado en la tierra y elevado hacia el cielo (o viceversa) En el cuerpo entrenado es natural la asimetría. No tiene repeticiones idénticas. El cuerpo que contiene oposiciones es capaz de hacer cosas diferentes a la vez. Las tensiones cambian todo el tiempo. No puede haber tensiones innecesarias (manos, arrugas frente) o una relajación excesiva (una boca que cuelga abierta). Los cambios en las tensiones se controlan con el cambio de peso. Todo cuerpo entrenado es un cuerpo *organico*.

Todo entrenamiento sirve para sacar al cuerpo de los usos cotidianos, para aculturizar el cuerpo. Para crear el cuerpo ficticio del actor y por tanto crear su nueva su presencia, su nueva organicidad, que nada tiene que ver con la organicidad de la vida cotidiana.
Lectura texto Roberta.

Oración