INFIESTO 05
==========

ENTRENAMIENTO PARA EL ESPECTÁCULO
==========

Lectura Stanislavski Texto 1

Sin técnica el actor no puede hacer una autentica creación diferente del texto, tendrá que quedarse sino en una simple *traducción* del texto.
Toda técnica nos permite ese transito del texto al espectáculo.
Hay tantas técnicas como estilos o formas teatrales existentes, pues toda representación es una convención, desde el naturalismo al expresionismo.
Todos los actores se tienen que especializar en alguna técnica para actuar.
Esas diferencias técnicas nos hablan, pues, de la existencia de diferentes escuelas.
Pero antes de las diferentes *técnicas* existe otro espacio técnico común a todas las formas teatrales, a todas las técnicas, y ese espacio es el que estudia la Antropología Teatral.
El actor antes que ser personaje ha de conseguir su presencia. Una presencia que comporta el paso del cuerpo de lo cotidiano a lo extra-cotidiano. Una presencia que estimula la atención del espectador, antes de que el espectador vea el personaje.
Eugenio Barba estudió estos principios, estas técnicas, que dilatan la presencia del espectador antes de ser Hamlet o Julieta, que le enseñan a contruir un cuerpo extra-cotidiano, un cuerpo ficticio.
Y esos principios comunes a todas las formas teatrales son el espacio donde, cada día, se puede entrenar el actor, para aprender a utilizar el cuerpo de forma diferente a como lo utiliza en la vida cotidiana, para dilatar su presencia, para ponerse en forma, para ponerse en situación de representación.
Y esos principios tienen que ver con los tres elementos que el actor utiliza en situación de representación: Cuerpo, emoción y voz.

Lectura Brook Texto 2

1) CUERPO
   =======
   El cuerpo en la vida cotidiana / El cuerpo en situación de representación

   PRINCIPIO DEL EQUILIBRIO
   a) Cambio de peso

b) Tercer ojo
c) Acento en diferentes partes del cuerpo
d) Secuencia de mirar
e) Equilibrio Balines, Japonés, Katakali, Flamenco, etc.
f) Secuencia de mirar
g) Ejercicio Linsey Kem
h) Baile de capoeira
i) Luchar con navaja
j) Diferentes maneras de andar

PRINCIPIO DE LA OPOSICIÓN
1) Hacerse resistencias por parejas.
2) Caminar con los ojos cerrados.
Oposición en el espacio:
a) Opera de Pekín, Japón, Odiáis, Bali
b) Ejercicio Julia
c) Ejercicio de ir al suelo, ir al techo, ir a un lado y otro.
d)Resistencias al avanzar o al ir al suelo
e) Desplazarse con la cadera
f) Oposición mediante sats: alzar una piedra y luego tirarla
g) Ejercicio de Roberta
Oposición en el tiempo:
a) yo-ja-kiu
b) Dilatar la acción

La oposición y el equilibrio son inseparables.
La precisión de pies, manos y ojos hace creíble la acción.

PRINCIPIO DE LA SIMPLIFICACION

a) Trabajar una cosa de cada vez
b) Trabajar lo pequeño como grande (Eje. Encender un cigarrillo) o lo grande como pequeño
c) Andar y reducir: moverse como Chejov, como Shakespeare, como piedra, como aire, etc.
d) Absorción y retención

Lectura Marco de Marinis: “Antropología Teatral”

2 DIA
=====

2 EMOCIÓN
==========
La emoción en la vida cotidiana / La emoción en situación representación

Emoción sentida / Emoción repetida

Puede existir actuación sin voz, solo con cuerpo, pero jamás sin emoción.
Puede existir actuación sin cuerpo, solo con voz, pero jamás sin emoción.
La emoción es siempre "emotriz", motor. A cada acción debe de corresponder una emoción distinta, un motor concreto.

- Moverse al ritmo de una música rápida. Moverse al ritmo de una música lenta.. Movimiento emoción.
- Andar rápido en el espacio: Alegrarse
- Andar lento en el espacio: Entristecerse
- Mezclar rápido / tristeza y lento / alegría
-

Relación estrecha de cuerpo y emoción.

Las emociones no se pueden controlar con la voluntad, por ser algo que va de dentro a fuera, de ahí que los grandes maestros del siglo XX se concentrasen sobre el cuerpo como el gran vehiculador de la emoción y no sobre la emoción misma. De ahí que los grandes creados del siglo XX casi nunca hablan de emoción y si Stanislavski habló de ella en la primera parte de su trabajo, en la segunda, habla de acciones físicas y no de emoción.
Por desgracia, las emociones no se controlan con la voluntad, pero podemos, con la voluntad utilizar el cuerpo de forma que sea un estimulador del aparato emotivo.

Trabajaremos, pues de fuera a dentro:
- Abrir y cerrar el cuerpo. Sensaciones internas. Introversión y extroversión
- Centro imaginario en diferentes partes del cuerpo: pecho, pelvis, etc. Comprobar lo que genera dentro de nosotros.
- Irradiar con las diferentes partes del cuerpo
- Mover un brazo - voluntad – y añadir una cualidad sicología. Se activa todo el sistema emotivo.
- Cuerpo imaginario: actúa sobre la voluntad y los sentimientos: Cuerpo de hierro, vidrio, madera, aire, agua.

Diferencia entre EMOCIÓN y ESTADO DE ANIMO

Emociones son reacciones *fásicas* o *tónicas*. Las *fásicas* son de corta duración. Las *tónicas* duran en el tiempo. Las reacciones *fásicas* es lo que normalmente llamamos emociones, las *tónicas* son estados de animo.

Trabajar de fuera adentro

Pero, en realidad: ¿Qué pasa cuando nos emocionamos?

Siempre que nos emocionamos ocurren en nosotros fenómenos: fisiológicos, expresivos y subjetivos.

¿Y que ocurre si en vez de trabajar de dentro a fuera, como proponía el primer Stanislavski, trabajamos de fuera a dentro?
¿Si reproducimos los fenómenos que acompañan a cada emoción básica se re producirá la emoción?

Nosotros trabajamos con los patrones de 6 emociones básicas, que son fundamentalmente reacciones *fásicas*, y que se corresponden con el nivel pre-expresivo, con el cuerpo ficticio. En escena, cuando aparece el personaje ficticio, las emociones son siempre mixtas.

Los patrones de la 6 emociones básicas
Pasar de una emoción a otro con rapidez. Hacerlas grandes y pequeñas.
Hacer emociones mixtas

- Partir del cuerpo y añadirle una emoción. La emoción genera una cualidad.
- Partir de una emoción y añadirle un cuerpo.

Con su propio texto, decirlo con diferentes emociones.
Cantar la canción con diferentes emociones.

Trabajar de dentro a fuera

Memoria sensorial (al mas sencilla y primaria): calor, frío, claustrofobia, caminar en nieve, en agua, etc.

Tirar de una cuerda real, luego quitar la cuerda y tirar de la cuerda imaginaria recordando la sensación física (memoria sensorial)

Coger un vaso imaginario y echarse la bebida preferida. Sentir el olor, después beberla. (Memoria sensorial) Lo mismo pero con una bebida que se detesta.
Memoria sensitiva o emocional (Imágenes interiores): *Toda resonancia interna genera una manifestación externa.*

Coger el bolso personal e ir sacando cosas, y dejar venir para cada objeto lo que evoca emocionalmente .

Palabras y esculturas: La visualización.

Trabajo con el objeto personal.

Memoria auditiva: Una canción de la infancia: Cantarla fuerte y moverse a la vez. Cantarla fuerte e inmóvil. Cantarla para si mismo sin moverse.

Ejercicio de transición de una emoción a otra: ponerse el abrigo con alegría y terminar sentado deprimido. Mirar por la ventana con temor y rápido exclamar: ¡ya está aquí otra vez!

Ritmo interior y exterior: uno hace una cosa y siente otra. A) pensar *quiero que me dejen solo* y llevar el cuerpo encogido. B) pensar lo mismo y cambiar el gesto corporal.

Ritmo interior: pensamientos, imágenes, sensaciones.
Ritmo exterior: acción, que puede ser rápida o lenta.

No olvidar: *Todas las emociones son , en esencia, impulsos que nos llevan a actuar.*

Dice Susana Bloch: *Siempre he pensado que si un ser humano en la vida corriente no expresa todas las emociones, puede llegar a ser más o menos neurótico; pero si un actor no es capaz de identificar y expresar bien todas las emociones, está a mi juicio profesionalmente limitado. El actor debe ser capaz de representar sobre el escenario toda la gama de la múltiple complejidad humana con todas sus emociones, ser un verdadero "atleta de las emociones".*

3 DÍA
======

LA VOZ
=======
La voz en la vida cotidiana / la voz en situación de representación
Diferencia entre acto de habla en la vida cotidiana y falso acto de habla en el teatro.

Ejercicios de respiración
Ejercicios de articulación: Uno frente a otro articular.
Introversión / Extroversión con la voz frente a un compañero.
Nasalización
Tono, Intensidad, Cantidad y Timbre
Trabajo con los resonadores
Decir el propio texto con diferentes resonadores y diferentes ritmos.
Decir el texto al ritmo que se camina.
Trabajar con la cantidad: Subir y bajar volumen
Dialogar con el cuerpo. Contrapunto con el cuerpo.
Decir el texto acentuando una palabra cada vez.
Cantar la canción.
Decir el texto con las diferentes emociones y por tanto con diferente color vocal.
Texto: Subjetivo / Objetivo / Visceral.. Decir el texto de estas tres maneras.
Improvisación vocal: El mar, el mercado, la plaza.
Improvisación vocal a partir de un disco.

¿Para que entrenarse?
Dice Roberta Carreri: *Me sigo entrenando para estar lista para responder, para poder satisfacer las exigencias de la próxima producción.*

INFIESTO 2005
==========

TRABAJO CON LAS ESCENAS: LIGAZON

Parafraseando a Stanislavski: *No hacemos Ligazón para el montaje del espectáculo, sino solo nos servirá como material de estudio, para estudiar la técnica del trabajo mismo sobre el papel.*

1) Primer encuentro con la obra, con el papel, constituye la primera etapa de la creación: Qué dice mi personaje, que dicen los demás personajes sobre el mío, que dicen las acotaciones, qué me dice la intuición.

2) Hablar de Valle y "Ligazón"
   A) Lectura en superficie y lectura del lenguaje simbólico. El simbolismo proyecta sobre personajes y acciones un sentido más universal y sugerente. La realidad – viene a decirnos Valle – no es solo lo que vemos en las apariencias de las cosas; es también lo que no vemos, lo que llegamos a presentir a través del simbolismo del lenguaje.
   B) La representación que está implícita en este texto dramático , intenta recuperar los orígenes del teatro, pretende ser un rito.
   C) El indagar de Valle en lo mítico, en lo ritual y en lo mágico, como ocurre con los otros grandes escritores simbolistas, es la manera que tienen Valle de rechazar la sociedad y el teatro de su tiempo, de *contestar* a su sociedad.

3) La estructura de la obra, su dramaturgia narrativa. La estructura debe sostenernos. "¿Qué fenómenos , condiciones y vivencias son esenciales como para que, al prescindir de ellas, no resulte posible la obra?" Si la estructura está clara por ella os debéis de guiar y os servirá como hito en el camino.

4) En toda obra existe el qué y el cómo: contenido/ estilo

   - El qué: contenido, significado.

   ¿De que trata la escena?
   Buscar el conflicto
   En el análisis de las escenas utilizar la recomendación de Peter Brook: necesidad de intuición y necesidad de reflexión.

5) Determinar los personajes
   Los personajes, según Michael Chejov, han de ser diferentes, pero han de complementarse. Tres rasgos psicológicos dominan a cada personaje: voluntad, sentimientos o ideas.
   Según Lecoq, el carácter del personaje no son las pasiones, ni los estados de animo, ni las situaciones en que se encuentra, el carácter son las líneas de fuerza que lo definen. Debe poder expresarse en tres palabras: "orgulloso, generoso y colérico".
   Cada personaje, según Chejov, ha de tener un centro imaginario y un gesto sociológico. El gesto sociológico es una gesticulación arquetípica. El gesto sociológico activa nuestra voluntad, nuestro deseo y nuestros sentimientos.

6) Definir los personajes

7) Determinar las relaciones entre los personajes

- El cómo es el estilo

1) La forma tienen que ver con el estilo, pero, no olvidar, que todos los estilos o convenciones son artificiales sin excepción. Todo estilo puede parecer falso. La tarea del actor consiste en hacer que cualquier estilo sea natural.

2) El estilo no son los decorados o el vestuario. El sentido ha de estar vivo en el alma del actor.

3) Sin forma no hay manifestación teatral que pueda ser eficaz, pero la forma ha de estar animada por el SER. El ser es una manera de pensar. Stanislavski lo construye de un manera, Brecht de otra: El ser mantienen viva la forma.
   Eje: Estar inmóvil y que pasen cosas.
   Este ser tiene que ser visible. Todo lo que hago en el escenario tienen que ser visible, muy diferente de la vida cotidiana. El la vida cotidiana puedo tener una depresión y no notarse nada, en el escenario todo ha de verse. El ser hace visible lo invisible.
   Eje: Mirara un pozo: *¿Qué ves? ¿Qué te recuerda? ¿Cómo suena?*
   El ser se hace visible con la acción física. Por ejemplo con los ojos.

Método de Stanislavski

1) Las circunstancias dadas: Estudio de la obra y los personajes
2) Sucesos: Simples acciones físicas relacionadas con los sucesos ya determinados. "¿Qué habría hecho usted si le hubiese ocurrido tal cosa?"
3) La valoración de los hechos: Exige del actor la habilidad de transportar sus experiencia personal a la asimilación de cada detalle de la obra.
4) Supertarea o superobjetivo. La supertarea ha impulsado al autor a crear su obra y ha de dirigir al interprete en su actuación.
5) Acción transversal: Todo lo que hace el actor ha de ir en esta acción transversal, sino lo está sustituyendo por acciones pequeñas o inexistentes.
6) La línea del papel: Relatar la línea del papel.
7) Ensayos con estudios: *No tienen la menor importancia las palabras en que se apoye el interprete. Lo importante es que esas palabras estén dictadas por los pensamientos que el autor ha colocado en el fragmento ejecutado en el estudio.*
8) El segundo plano: La línea interior : *carga interna*.
9) Monologo interno: *Del texto depende qué decir y del monologo interno como decirlo.* El actor, una vez que se le ha entregado su papel, ha de fantasear por si mismo decenas de monólogos internos, y entonces todo los momentos de su papel en los que calla estarán repletos de profundo contenido.
10) Visualización: *¿Qué significa convencer, explicar? Significa traspasar al interlocutor sus visualizaciones, para que este mire con sus propios ojos aquello de lo que yo hablo. No se puede relatar en general, convencer en general. Es preciso saber a quien se convence y para qué. L visualización conserva el papel eternamente vivo.*
11) Caracterización: *La caracterización no solo consiste en reflejar la miopía, la cojera o el encorvamiento del personaje. Es mucho más importante su forma de hablar, de escuchar, la naturaleza de su comunicación con los demás.*
12) La palabra en la creación actoral: *Los actores olvidan que la misión principal de la palabra es la transmisión de las ideas, los sentimientos, la imágenes, los conceptos, etc., y esto depende en gran medida de saber hablar en el escenario con una entonación bien justificada.. El actor debe crear la música de sus sentimientos sobre el texto de la obra y aprender esa música con las palabras del papel.*
13) Atmósfera creativa: *Estar embarazado del papel. A lo largo de todo el proceso de trabajo no separarse mentalmente de él. El papel se convierte en una obsesión.*

LIGAZON
=======

1) Lectura del texto
2) Análisis de la obra:
3) Análisis desde el conflicto (protagonista /antagonista) Superobjetivo.
4) Cada personaje y sus circunstancias: de clase, edad, históricas, sicologías, etc. Cada personaje en relación al conflicto.
5) Relación entre los personajes: relaciones sociales , relaciones emocionales
6) Trabajo físico de los personajes: Material físico. *Si mágico* . Como anda, como se mueve, como se sienta, etc. Buscar con *su cuerpo*
7) Construcción de una partitura de acciones físicas.
8) ¿Cómo habla? Ritmo, tono, velocidad, etc.
9) Improvisación con estudios: el actor utiliza sus palabras. Aparecen las emociones.
10) Partitura emocional.
11) Trabajo con el texto. Sinalefas, respiraciones, problemas articulatorios, etc. Texto subjetivo, texto objetivo.
12) Lo que verbaliza espontáneamente el personaje es el *consciente*. Lo que puede verbalizar, pero no es espontáneamente es el *subconsciente.* Lo que se estructura en forma de sueños, alucinaciones, etc., es el *inconsciente.*
13) Unir todos los elementos. Y trabajar con el compañero. La escucha.
14) Ensayo con el monologo interior o segundo plano: lo que piensa el personaje.

Ejemplo texto de Stanislavski de *Otelo*

DECLAN DONNELLAN
==========

- Toda la búsqueda de un actor es parte del trabajo invisible, mientras que la representación es parte del trabajo visible.
- El público jamás debe ver el trabajo invisible.
- El ensayo comprende todo el trabajo invisible y parte del visible.
- La representación consiste solo en trabajo visible.

1) Nunca sabrás lo que estás haciendo hasta que sepas para qué lo estás haciendo. Para el actor, todo hacer debe de ir encaminado hacia algo. El actor no puede actuar un verbo sin un objeto. El actor no puede , simplemente, "ser": Ser feliz, estar triste, etc. El actor solo puede interpretar verbos.
2) El actor ha de buscar algo especifico, movil, exterior, cambiante, activo y que espera ser descubierto. No puede buscar nada que sea: general, quieto, interno, constante, pasivo y que necesite ser creado.
3) Los conflicto son siempre dos direcciones opuestas. Siempre hay algo que perder y algo que ganar.
4) Actuar no es una cuestión de cómo vemos las cosas; actuar es cuestión de qué es lo que vemos.
5) Necesitar y hacer no pueden divorciarse. Una reacción es lo que sigue a una acción, porque la reacción es la consecuencia de la acción.
6) Lo que decimos nunca es "sobre" lo que decimos; lo que decimos es una herramienta para cambiar las cosas.
7) La mente visible es esa parte del personaje que un actor puede interpretar; y la mente invisible es la parte que el actor no puede interpretar.
8) Todos los actores hacen trabajo invisible. Apenas hay reglas para el trabajo invisible, aparte de la propia regla de que debe existir algún tipo de trabajo invisible.
9) Dice una vieja y útil máxima teatral que nunca debes interpretar el personaje, sino la situación. Dictaminar que un personaje es bueno o malo bloqueará al actor. Solo lo que hacemos es uno o malo.
10) Uno de nuestros errores en el ensayo es insistir en una racionalidad y una coherencia de la cual la realidad, sencillamente, carece.
11) Todo texto intenta alterar una perspectiva. "Quiero cambiar lo que crees", es la base fundamental de todo texto. Todo texto es una reacción. Todo texto debe ser una reacción a alguna acción original. Todo texto dice: "¡No!"

12) El actor debe separar lo que el personaje siente de lo que el personaje hace. Un actor nunca puede interpretar una emoción, pero puede actuar como si la emoción se lo impidiera. Lo que sentimos es siempre mayor que nuestros medios de expresarlo. El gesto es siempre más pequeño que la emoción que lo precipita. La palabra siempre es más pequeña que el sentimiento.
13) El sentimiento vivo necesita resistencia para ser percibido. La emoción necesita ser retenida antes de hacerse visible. Incluso si la gente parece expresar emoción intensa, lo que en realidad vemos no es esa persona expresando un sentimiento, sino su control desesperado del mismo.
14)