

**UNIVERSIDAD NACIONAL  
CIDEA  
ESCUELA DE ARTES ESCÉNICAS**

**Informe del trabajo final de graduación  
para optar por el Grado de Licenciatura en Artes Escénicas**

**Training: Entre lo crudo y la flor**

**Modalidad: Proyecto de Graduación**

**Comité de Asesoría:  
Dr. Janko Navarro Salas  
Dra. Anabelle Contreras-Castro  
M.A. Erika Mata Gonzalez**

**Sebastian Acuña Chaverri**

**Campus Omar Dengo, Heredia, Costa Rica  
2021**

## Agradecimientos

A Rosi, mi madre, por la esperanza

A Anselmo, mi padre, por su acompañamiento desde el Otro Lado

Al Comité Asesor, por su lectura y confianza

Al maravilloso equipo: Dayan Pérez García, Randy Gutiérrez Loria, Dago Uridrún, Yerline Selena y Carlo Mario Cabezas, por enseñarme lo que aún desconozco

A Mariana de la Cruz Salas y Reinaldo Amién Gutiérrez, por sus ojos de videotape

Al Shifu y a la Shima del Templo Shaolin Costa Rica, por sus preceptos

A José Alvaréz Sanóu y Nantai, Espacio de Artes Marciales y Artes del Movimiento,  
por darnos refugio

Al Taller Nacional de Teatro, por ser otro refugio

A Sofia Sandoval Navarro, por ser la luna y la espada

*La pregunta que debemos hacer es la siguiente, si en este mundo resbaladizo que se suicida sin saberlo, podremos encontrar un núcleo de personas capaces de imponer una noción superior de teatro, personas que puedan restaurar para todos nosotros el equivalente natural y mágico de los dogmas en los que ya no creemos*  
*-Antonin Artaud. El Teatro y su doble*

## Tema de investigación

El Entrenamiento Actoral o *Training* desde la mirada del Teatro Performativo como catalizador de la presencia de la persona intérprete

## Presentación

*Training*, como concepto ligado a las artes escénicas, evoca la práctica individual/colectiva psicofísica que una persona intérprete podría tener con su fuente de creación: su cuerpo y las capacidades performativas que se originan del mismo. El cuerpo, nos plantea el *training*, es más que una herramienta de la persona intérprete, es el sujeto-objeto de las acciones físicas y a su vez, centro sobre el que gira la perspectiva del teatro contemporáneo.

¿Por qué entrenar? o ¿que debo entrenar como intérprete?. Las respuestas que aparecen van desde lo simple a lo complejo, sin embargo encuentro una razón en común: el conocerse o mejor aún, el volver a conocerse. Desde un enfoque integral y creativo para la construcción de un tiempo presente.

Si, existen beneficios a la salud física y psicológica, que lejos de ser la respuesta para nuestro oficio, traen consigo un acercamiento al reconocimiento del cuerpo como materia sensible: ¿que cosas hacen los cuerpos de las personas intérpretes que no hacen los cuerpos no-intérpretes? Adentrarnos en dimensiones extracotidianas que merecen detalle. Por ello, más que entrenar el cuerpo como fin, se enfatiza en el proceso de percepción que nace a partir de ello, capas y abismos de sensibilidad.

El músculo de la sensibilidad, recordando a Artaud, no puede ser entrenado por gimnasios o técnicas recicladas que aseguran un cuerpo *fit*. El teatro parafraseando a Grotowski, Meyerhold y a Lidell, es lo grotesco o lo que está más allá de lo que socialmente consideramos como "lo real cotidiano".

Por esto, el *training* busca agilizar las energías que mueven a los cuerpos intérpretes sin dar fórmulas o recetas, más que el reconocimiento de las facultades y los deseos. Es una práctica para reconocer lo mutable, lo polimorfo del cuerpo y la posibilidad de entender que cada día es otro cuerpo, cada segundo células van y vienen, los aprendizajes se modifican, los *behaviors* según Schechner son implementados y re-hechos. El *training*, en este caso, es como un radar para el cuerpo performativo.

Más que correr más lejos o más fuerte o ganar destrezas o verse hermoso, es vincularse con las propias energías psicofísicas para expandir la propia energía de la presencia. Cada persona buscará su proceso de *training*, que responderá a sus necesidades psicofísicas.

Es necesario hacer pausas, escuchar en silencio la melodía que el Universo sin necesidad de las invenciones y creaciones humanas ha improvisado desde el Origen del mismo. Oida nos menciona, que el actor/actriz, perfecciona su oficio tanto que permite a las personas espectadoras ver “la danza del espacio”. Tal es su compromiso con las energías cósmicas, que desaparece para mostrar lo que ya no percibimos.

No es difícil imaginar un teatro donde otras energías son también más accesibles. Por ejemplo, el teatro performativo, se vincula más como ceremonia escénica, un medio de contacto entre personas intérpretes y personas espectadoras, además de ahondar sobre acciones que permitan desmitificar este contacto.

El *training* dentro del teatro performativo que aquí presento, destaca cuatro ejes :

- Práctica psico-física a través de ejercicios
- Reconocimiento de la acción a través de los deseos
- La presencia de la persona interprete
- La relación con otras y otros desde sus estados creativos

De Tavira menciona que la actuación “exige ser pensada como epistemología de la acción”; incluso *dramatis*, proviene del griego acción. El término performativo hace referencia a los procesos de acciones que crean al sujeto. El Teatro Performativo, y el teatro en sí, profieren a la “acción” que es mostrada. El *training*, es un “afinar” esas acciones, moldearlas, crearlas, tal vez sin un fin en específico, más que como plantea Nussbaum, el de crear empatía.

## Índice

<b>Capítulo I: Aspectos Introdutorios</b>	<b>9</b>
<b>1.1 Introducción</b>	<b>9</b>
<b>1.2 De la experiencia propia</b>	<b>12</b>
1.2.1 Nociones de atletismo para adolecer menos	12
1.2.2 Del Primer Teatro	13
1.2.3 Del Segundo Teatro	14
1.2.4 Residir = Habitar	15
1.2.5 La Máquina de hacer finales	16
<b>1.3 Un pequeño vals teórico</b>	<b>17</b>
1.3.1 Teatro Performativo	17
1.3.1.1 Inicio y Simbiosis	17
1.3.1.2 Acciones pactadas	18
1.3.2 Entrenamiento Actoral o Training	20
1.3.2.1 Training y Entrenar	20
1.3.2.2 Sobre la Técnica	22
1.3.2.3 Procesos	24
1.3.2.4 En la soledad de los ejercicios	25
1.3.3 Cuerpo	26
1.3.3.1 Cuerpo en expansión	26
1.3.3.2 Sobre los Cuerpos intérpretes	27
1.3.4 Catalizador	28
1.3.5 Laboratorio	30
1.3.6 Presencia	31
<b>Capítulo II: Metodología</b>	<b>35</b>
<b>2. 1 Tipo de Investigación</b>	<b>35</b>
<b>2.2 Descripción Metodológica</b>	<b>36</b>
2.2.1 Etapa 0	36
2.2.2 Etapa I	37
2.2.3 Etapa II	38
2.2.4 Etapa III	38
2.2.5 Etapa IV	39
<b>Capítulo 3. Un Teatro Performativo</b>	<b>41</b>
<b>3.1 Sobre la Etapa 0</b>	<b>41</b>
<b>3.2 Etapa I</b>	<b>44</b>
3.2.1 El acervo que sirve de puente	44
3.2.2 Un estudio más sobre lo performativo	46
3.2.3 La teatralidad y el teatro	49
3.2.4 Conceptos para un Teatro Performativo	52
3.2.5 Conceptos para una Experiencia Umbral	53
3.2.6 Conceptos para una Visión del Hacer en la Persona Interprete	59
3.2.7 Conceptos para una Acción Performativa	71
3.2.8 Conceptos para un Ser y una Presencia	83

3.2.9 ¿Un training desde el teatro performativo dice usted?	88
<b>Capítulo 4- Del Laboratorio</b>	<b>92</b>
<b>4.1 Etapa II- Diseño de un Plan de Training</b>	<b>92</b>
4.1.1 Premisa para diseñar	92
4.1.2 Metodología del Diseño del Plan de Training	94
<b>4.2.1 Etapa III- Ejecución del Laboratorio</b>	<b>97</b>
<b>4.2.2 Metodología de las sesiones</b>	<b>99</b>
Sesion 0	102
Sesión 1- 7 de Marzo	103
Sesión 2- 14 de Marzo	104
Sesión 3- 21 de Marzo	107
Sesión 4- 28 de Marzo	109
Sesión 5- 11 de Abril	111
Sesión 6- 18 de Abril	114
Sesión 7- 25 de Abril	115
Sesión 8- 23 de Mayo	119
Sesión 9- 30 de Mayo	120
Sesión 10- 6 de Junio	122
Sesión 11- 13 de Junio	124
Sesión 12- 20 de Junio	127
Sesión 13- 27 de Junio	129
<b>4.3 Hallazgos del Proceso</b>	<b>130</b>
4.3.1 Hallazgos de los Módulos	130
Módulo 1: Con el Cuerpo Propio y el Espacio	130
Módulo II: Con el Cuerpo Propio, el Espacio y descubrir la Otredad	134
Módulo III: Con el Propio Cuerpo, Otros Cuerpos y las Relaciones	138
Módulo IV: Con el Propio Cuerpo y Acciones con Otros Cuerpos	142
4.3.2 La Muestra y sus Hallazgos	146
4.3.3 Demos	154
<b>Capítulo V: Análisis y Conclusiones</b>	<b>159</b>
<b>5.1 Análisis de los Hallazgos</b>	<b>159</b>
<b>5.2 Conclusiones</b>	<b>165</b>
<b>Bibliografía</b>	<b>170</b>



# Capítulo I: Aspectos Introductorios

## 1.1 Introducción

Akira Kurosawa, le escribió a Ingmar Bergman una carta felicitándole por su cumpleaños cuando este cumplió 70: se alegraba por su vida y le agradeció por sus trabajos, de la misma forma, le explicaba sobre un pintor japonés del periodo Meiji, que aunque había pintado obras bellísimas en su juventud, fue a los ochenta años que sus creaciones tuvieron un giro 'superior' a los anteriores. Le menciona también, que el ser humano nace bebé, crece, se desarrolla y en los momentos finales de su vida, vuelve a ser bebé y es allí, donde el ser humano crea sus mejores obras, en la segunda etapa de bebé. Kurosawa, a sus setenta y siete años, -solo por mencionar ya había creado Yojimbo, Siete Samurais, El Ángel Borracho, películas denotativas del trabajo cinematográfico que le brindaron reconocimiento tanto en Japón como en el mundo- estaba convencido que su verdadero trabajo estaba a punto de comenzar, justamente a los 80 años.

A menudo me pregunto, ¿cuándo termina el trabajo de la persona intérprete: cuando sale de una academia, cuando recibe un premio, cuando se convierte en persona mentora, cuando muere? Ligado a esto: ¿cuál es el trabajo que hace una persona intérprete para hacerse a sí misma intérprete? Tal vez como Kurosawa y Bergman, se que a mi corta edad, no se nada de teatro ni nada de interpretación, por lo tanto mi deseo es seguir recorriendo ese camino con los ojos del bebé que viene de los planetas y aprende de este mundo. Encuentro en mi mismo una necesidad de re-aprender, de guardar silencio, de estar conmigo mismo, de renovar la presencia, de preguntarme: ¿cuánto entrenamiento necesita una persona intérprete para afrontar la práctica teatral?

Hablemos de la historia de nuestro oficio: Stanislavski vincula la necesidad de desaprender los modelos cuadrados que plagaban al teatro del siglo XIX y con ello, reaprender desde el 'aquí y ahora de las circunstancias'; Artaud se burlaba de las convenciones del teatro burgués que aletargaban más que despertar. Profetiza entonces, la

posibilidad de un teatro crudo formado por intérpretes que habían recorrido una línea visceral en la cual se rompen las restricciones psicofísicas y hay comunión con ‘algo más’; 1960, Polonia, Grotowski, propicia un espacio donde sus intérpretes se volvían en un núcleo contagioso a través de la proeza física como espiritual.

La línea que planteo acá es la de tres precursores del teatro que revolucionaron desde sus metodologías, dos de ellos pudieron formalizar sus investigaciones y generar un material con el que trabajamos actualmente y el otro, pronosticó las capacidades del cuerpo-mente cuando eran “liberados” a través de procesos escénicos, tanto quienes interpretan como quienes observan.

Podemos entender que estas metodologías eran pautas para un entrenamiento de un teatro determinado. Su búsqueda implicó reformular contenidos de su contexto histórico-artístico y experimentar otras condiciones que pudieran desarrollar una práctica acorde a su sentido de teatro.

A propósito, Josette Feral (2010), fundamenta los inicios del entrenamiento y del *training* como conceptos dentro de la práctica teatral y concibe el entrenamiento como el “trabajo que efectúa el actor para perfeccionar su arte antes de entrar en escena” (p. 13). Además hace énfasis en que el concepto que deberíamos tratar es el de *training* el cual su base semántica es la de prácticas corporales que se integran en un proceso y escapan del estricto lenguaje de lo deportivo, de lo militar. Un concepto que nos habla de un proceso de autoexploración a través de dinámicas psico-físicas que concientizan el cuerpo en la escena.

Entendiendo que el teatro es un proceso humano de varias aristas, Feral enuncia un punto clave de esta investigación:

Entonces, para que el entrenamiento sea el trayecto de una vida, debe inscribirse en la duración. No hay entrenamiento rápido, todo aquel que sea para unidades, puntual, sin visión global, está condenado a tener un efecto menor. (2010, p. 24)

El entrenamiento dentro de las artes escénicas en nuestro país se ha limitado porque nos enfocamos más en la producción del espectáculo -ya sea por motivos de tiempo o económicos- que en la profundización del trabajo que sustenta las calidades y cualidades de las personas intérpretes. También, quiero aclarar, que somos las personas intérpretes quienes tenemos que responsabilizarnos por nuestro propio entrenamiento, por nuestro propio re-conocimiento como un proceso constante.

Este se convierte en una decisión, en una pauta con uno mismo, en un propio proceso de reconexión con el cuerpo como catalizador de las experiencias. Fischer-Lichte (2014) compone el concepto de presencia dentro de las realizaciones escénicas como “un proceso de corporización muy concreto” (p. 192) con el cual el intérprete enfoca su cuerpo para comunicar sin la necesidad de decir algo en concreto y, está “suscita o contagia”. Quiero inferir que la presencia va de la mano con el *training* y ambas son procesos que se construyen en el cuerpo, que requieren de constancia, tiempo sobre los cuales la persona interprete vuelca su esfuerzo y atención, ligados a una serie de dinámicas extracotidianas que permiten este acercamiento.

Sumado al concepto de presencia como un desarrollo que podemos encontrar en el *training*, me es necesario incluir al Teatro Performativo como un campo del teatro en donde el trabajo sobre la presencia es fundamental para la/el intérprete. Feral (2017), encuentra que el teatro se alimentó del giro performativo de los años sesentas para incluir nociones como ‘la persona intérprete o performer’, el enfoque en la acción más que en el texto y en la actualidad -presencia- de la persona performer más que en la representación. Esta última como he mencionado con Fischer-Lichte (2014) es una construcción que la persona practicante de teatro genera en sí misma cuando concientiza sus procesos de corporización.

Creo necesario encontrar este teatro desde el lugar del entrenar o del training -que sería metaforizando- vincularlo al arcano del Mago: la mesa de trabajo donde encuentro todo lo que puedo hacer y perfeccionarlo, antes de realizar cualquier milagro. El Teatro Performativo que sustenta la vitalidad del *performer* y se centra en la construcción de

experiencias mediante la copresencia entre intérpretes y espectadores me da insumos para explorar ese terreno oscuro, tan familiar y tan añorado.

En los 9 años que he ‘caminado por el espacio’, estoy seguro que algo tan simple me ha resultado un complejo estudio de la práctica: a veces mi talón se dobla, a veces hundo el pecho mientras camino, o tengo la base inactiva o la mirada perdida. Otras veces, tengo perfecto equilibrio, comparto mi mirada y sin embargo, chocó con alguien más y unas pocas veces, estoy con todo el espacio, con las y los demás y conmigo para el día siguiente volver al talón que se dobla. Lo que me lleva a pensar y descubrir que “la técnica” no tiene un punto final ni soy capaz de forzarla, pero soy capaz de reconstruirla y redescubrirla cada día. El *training* es, para la persona intérprete, una variable permanente.

Como el título de actor puede parecer formal, necesito encrudecerlo: replantear mi proceso y dudar del mismo, reconfigurar dentro del abrazo de los principios de la interpretación, el coraje para tal vez, empezar a hacer. Necesito generar distancia/cercanía. Regresar al huevo, al bebé.<sup>1</sup>

## **1.2 De la experiencia propia**

Aquí propongo un cuerpo constituido por experiencias personales, a sabiendas que hablar de uno mismo es difícil en cuanto a la memoria tiende a crear laberintos en los cuales uno habita y migra.

### **1.2.1 Nociones de atletismo para adolecer menos**

Cuando tenía 13 y 14 años era parte del equipo de atletismo del cantón de Moravia, en ese tiempo corría rápido y corría sin lesiones en las rodillas, ‘practicábamos’ los jueves en la tarde y los sábados en la mañana. Eran días bellos, lo primero fue re-aprender a correr, o correr con técnica: *sprint*, relajación muscular, retención y ejercicios de respiración para mantener al cuerpo en frecuencia, dirección del cuerpo en cuanto al suelo para

---

<sup>1</sup> En Anexo 1, se pueden consultar los objetivos y metas del anteproyecto.

conservar energía y aprovechar la gravedad, eran algunos de los conceptos estudiados. No era sólo correr para ganar, para llegar a una meta, era el condicionamiento físico-mental para identificar las estrategias que volvían la carrera un momento único, cuasi-sagrado.

Claro, en el 2003 y el 2004 la masculinidad no se había replanteado en lo absoluto en los círculos sociales y a veces había un clima de competencia tóxica en el mismo equipo, lo que volvía una que otra práctica poco agradable. Sin embargo, el profe solía recordarnos que ‘no estamos acá para hacer amigos, maes, estamos para jugar fino’, además, hacía mucho énfasis en reconocer las condiciones de nuestro cuerpo: cuánto pesábamos, cuánta velocidad alcanzábamos, cuánta resistencia teníamos etc. Después mi padre murió, y correr con la cabeza llena de tristeza era complejo, dejé de correr -lastima-.

Esto en retrospectiva, me habla de que físicamente he vinculado mi cuerpo a una acción concreta y de entender los procesos técnicos por los que acondicionamos al cuerpo para extracotidianizarlo y claro, en ese tiempo como hoy, el placer de la velocidad que el propio cuerpo da cuando corre, el placer de la acción física que libera.

### **1.2.2 Del Primer Teatro**

En el 2012, entré al plan de estudios del TNT. Aunque me interesaba mucho el campo de la actuación, a veces me parecía que por el lapso del programa de estudios, no lograba profundizar: eran pocos los ensayos, demandaban una construcción que a mi parecer necesitaban más tiempo y las críticas se volvieron muy absolutas por parte del cuerpo docente y del cuerpo estudiantil, pensaba en ese momento, que no era necesario siempre estar haciendo escenas con justificación aristotélica o que calzaran dentro de un “porqué y para qué”.

También me di cuenta que el teatro puede ser un problema para quienes queremos hacer teatro pero ‘carecemos de talento’ ya que el apoyo será principalmente para las personas virtuosas o con ‘duende’ lo que les da un privilegio ‘marlonbrandonista’ -de ensayar cuando se les antoje con una actitud poco o nada empática- lo que me llevó

inmediatamente a desconfiar del trabajo sobre producir la obra, porque me parecía que las cosas se hacían por un arbitraje resolutivo para satisfacer la mirada ajena y no con una conciencia de las actividades que construyen los procesos.

Con esta desconfianza, aparecieron dos maravillas que componen este relato: el Yoga como disciplina integral y el apoyo de Elia Arce en materia del arte como proceso. Cuando salí del TNT, empecé a llevar clases de Yoga y en materia de dos meses, mi cuerpo aumentó su flexibilidad, su resistencia y lo más importante, confianza sobre mi propio cuerpo y el reconocimiento de que en los espacios de confianza, el cuerpo aflora.

Por otro lado, tuve la oportunidad de asistir a los cursos de Elia Arce sobre performance, quien humanamente me brindó una perspectiva diferente de las prácticas artísticas donde la creación nace de la propia experiencia de la persona y su percepciones corpóreas.

### **1.2.3 Del Segundo Teatro**

En el 2016 entre a la Escuela de Arte Escénico. En primer año con el profesor Marco Guillen recibimos acercamiento al teatro desde la pre-expresividad, este trabajo permite la apertura del cuerpo al juego escénico y a la construcción poética. Los ejercicios y dinámicas preveían un entrenamiento, un proceso de corporización hacia una técnica teatral a través de ejercicios que iban desde lo simple, hasta terrenos más densos o acomodados sobre postura y activación de la percepción, que des-estructuran la normativa del cuerpo colonizado por un cuerpo que empieza a vincularse con sus capacidades performativas.

Sin embargo, siento que en los años consecuentes este entrenar se abandonó para dar paso a la creación de escenas, trabajo con el personaje o montajes de espectáculos que por su desarrollo en el tiempo no dan la oportunidad de reflexionar sobre el proceso de corporización que existe en cada cuerpo. Este afán puede limitar las posibilidades interpretativas cuando son reducidas a la representación de textos o situaciones lejanas a los procesos internos o externos de las y los estudiantes. A su vez, pueden mermar el

diálogo y los disensos en las fibras de las relaciones creativas.

De hecho, Korish habla sobre la falta de profundidad en los programas curriculares de las escuelas de teatro del país:

Y así, a pesar de la existencia de esta infraestructura, la opción académica con demasiada frecuencia lleva a los estudiantes de una formación defectuosa a una participación “profesional” demasiado apresurada en las tablas nacionales, una faja transportadora que produce actores alejados del diálogo activo contemporáneo sobre teatro y oficio escénico. (2007, p. 239)

Lo cual me remite a la necesidad de cuestionar el modelo de hacer teatro que ahora persiste en mí. El apresurarnos a crear o a crear en espacios donde el disenso no es opción, puede no propiciar un efecto profundo en la reflexión y la realización escénica.

#### **1.2.4 Residir = Habitar**

Con esa incomodidad que me da el producir arte, para la Práctica Profesional Supervisada afronté el hecho de que la Escuela no tiene que darme lo que busco, por lo que centré mi práctica en una investigación sobre el tema de ‘representación/presentación’ el cual consistía en hacer un cuerpo teórico sobre el tema, facilitar un laboratorio corto donde explorábamos las raíces y conceptos que teníamos del tema y por último una residencia artística de 1 mes en un espacio llamado Move.

Esta investigación tenía como centro la no representación e indagar cómo se construía desde las prácticas escénicas: en el laboratorio lo resolvimos desde ejercicios de actuación, pero nos quedaba claro que el cuerpo como centro de actividades humanas debía des-estructurar y volver a aprender conceptos para generar acciones más orgánicas -viscerales y conscientes-. La residencia, por otro lado, me planteó mucha incomodidad conmigo mismo: me sentía torpe escapando de la Escuela, pero utilizando sus formas para crear, repitiendo los modelos creativos y produciendo a costo de la solicitud del espacio. Hablando con el profesor de ese curso, me insistió que lo que compone una residencia

artística es “habitar” ese espacio, y que en ese habitar, algo ha de aflorar.

Con este cambio de perspectiva, terminé las dos últimas semanas de la residencia con una energía más exploratoria sobre mi cuerpo y mi realidad en cuanto al espacio, a sabiendas de que lo único que tenía que hacer era estar ahí y relacionarme con lo que emergía, en vez de producir contenidos.

### **1.2.5 La Máquina de hacer finales**

Desde el 2017, soy parte del colectivo Máquina Teatro, plataforma escénica que centra su investigación en la poética, el teatro físico y el entrenamiento como estudio de las condiciones escénico-poéticas y los lenguajes que pueden habitar al performer.

Bajo esta premisa, Máquina trabaja centrándose en la puesta en escena como un universo complejo armado por distintos focos: la dirección, la poética, el lenguaje conceptual y físico, la acción pulsante, la orquestación de símbolos, voz y movimiento en confabulación de partituras escénicas. Esta precisión -tipo reloj suizo- no nació de la noche a la mañana: somos las personas integrantes del colectivo quienes hemos tenido que reformular nuestros comportamientos frente al hecho escénico para afianzar una perspectiva global e individual. El entrenamiento se ha enfocado en que desarrollemos habilidades que más tarde procesamos como un lenguaje personal para luego, solo luego de todo ese proceso, empezar a concebir una estructura de montaje.

Justamente en una sesión sobre trabajo de la relación, la persona que funge en el rol de dirección nos lanzó una enigmática pregunta: ‘¿que entrena el actor?’. Desde entonces he pensado mucho lo que hay detrás de esa interrogante: ¿qué clase de entrenamiento existe desde el teatro que se enfoque en el teatro?



### **1.3 Un pequeño vals teórico**

Planteado el cuerpo de mis antecedentes, es necesario para esta investigación referirme a quienes compusieron desde las prácticas y estudios del teatro los conceptos que sustentan mi deseo. Propongo acá, un ligero cuerpo teórico.

#### **1.3.1 Teatro Performativo**

##### **1.3.1.1 Inicio y Simbiosis**

Feral (2017) nos menciona que el teatro ha sido de los principales beneficiarios del giro performativo de los años sesentas, esto porque el teatro había caído, como Stanislavski y Artaud previeron con anterioridad, en un estancamiento de la realización escénica en cuanto a formas de montar y modelos de interpretación que no vinculan la totalidad del hecho escénico: el teatro como un acontecimiento literario o de entretenimiento burgués.

Sin embargo, los escritos de estos dos, más una larga fila -Cocteau, Brecht, Meyerhold por mencionar a algunos- de creadores escénicos desbordaron la necesidad de reinventar los límites y visiones del teatro. Los cambios sociales que impactaron al mundo en los años cincuentas y sesentas también se reflejaron en quienes pulsaban las fibras del teatro y de las prácticas artísticas, que para ese entonces, dejaban de posicionarse dentro de una categoría.

Fischer-Lichte (2014) inscribe que con la aparición del concepto de *performance* perfilado por Austin -palabras que hacen cosas- y Goffman -conjunto de acciones que desarrollan la personalidad según donde la persona se presente-, podemos encontrar a Kaprow aplicando estas nociones a acciones artísticas que no cabían dentro de las prácticas del arte: *happenings*, como acciones físicas realizadas en vivo frente a una audiencia que realizaban artistas que muchas veces eran caracterizadas por una cotidianidad aparente que se mostraba expandida en escena.

Esta hibridación, de la cual Kaprow es un referente de importancia, conformaría uno de los pasos del giro performativo de los sesentas. Recordemos que en Europa, las

pos-vanguardias en las artes -Ono, Beuys, Bowie- así como el pos-estructuralismo en la filosofía -Arendt, Derrida, Foucault, Barthes- y la crítica al modelo sociopolítico que Lyotard calificó como posmodernismo, generaron un descontento hacia las grandes narrativas y perspectivas totalizantes, lo cual se reflejaba en el teatro europeo de estas décadas, un teatro que apostaba más por la fisicalidad que por el texto, por el acompañamiento afectivo que por el efectismo emocional, por los dispositivos escénicos creadores de conceptos que por los discursos.

Encontramos en la Polonia soviética de los sesentas, a dos directores teatrales que enfocan sus trabajos en estas nuevas perspectivas, tanto Kantor como Grotowski, rompen con la idea del teatro como pretexto para incluirse en un teatro basado en el acontecimiento. De una forma similar, Lehmann (2013) percibe que muchas de las propuestas de teatro en países europeos que se conformaban en esas décadas darían como resultado el fenómeno que él analiza y bautizaría como “Teatro Posdramático”.

### **1.3.1.2 Acciones pactadas**

Feral (2017) plantea que el ‘Teatro Posdramático’ es solo otro nombre del Teatro Performativo, que para motivos de esta investigación, se hará énfasis en la implementación de la experiencia del intérprete como ‘performer’ -quien realiza una acción- desde un modelo de presentación. A propósito de esto, Feral nos menciona que existen tres operaciones para Schechner que suceden en el ‘to perform’:

1. ser (being), es decir, realizar un comportamiento (to behave);
2. hacer (do). Es la actividad de aquello que existe, desde los cuarks hasta los seres humanos;
3. mostrar lo que se hace, aquel “showing doing” vinculado a la naturaleza de la conducta humana y que consiste en volverse espectáculo, en exhibir (o exhibirse).

Estos verbos, que representan acciones y que todo artista reconoce en su proceso creativo, están presentes en todo performance. (2017, p. 31)

Estas acciones presentes dentro de la noción de Teatro Performativo remiten a la

importancia de encontrar y generar sentido en 'el hacer' como un proceso, ligado al hecho del acontecimiento donde la experiencia creada en conjunto, tiene más valor que el aparato de la representación. La representación podría aparecer también, pero como un dispositivo dentro de la puesta o del registro de la dramaturgia escénica. Así, el Teatro Performativo evoca más la 'presentación' que la 'representación': las acciones se hacen para ser compartidas en la relación directa entre intérpretes y expectantes, desde una posición más denotativa que convencional.

Las acciones se hacen 'cara a cara', con una conciencia de generar contexto e identificación más que un sentido lógico. Este nuevo pacto que se establece dentro de las esferas del teatro, asume que la acción ya no necesita de la jerarquía de hacer avanzar la escena, su atención se ha modificado a "la combinación entre la ejecución naif o blasfema de una ceremonia mágica, performance interactiva o producción de presencia" (Lehmann, 2013. p. 250).

En este puente que trajo el giro performativo al teatro, la persona interprete ya no debía esconderse detrás del personaje o ocultar su cuerpo en una fachada, más bien en entender el personaje como una construcción de su cuerpo a modo de partitura además de abrir pautas donde la persona intérprete puede crear desde la autorreferencialidad, la experimentación de lenguajes, la renuncia a los resultados de la comprensión y a la realización personal desde la perspectiva escénica. (Fischer-Lichte, 2014)

La diada de *performance* y teatro trajo consigo numerosos estudios tanto prácticos como teóricos del hecho performativo. En, De Toro, encuentro un concepto que apoya y vincula la visión de *performance* teatral que bien podría enmarcar preceptos del Teatro Performativo:

La noción de performance teatral se entiende, pues, como la puesta in situ de una actriz o actor, de una problemática, (ficción-simulación) y de un juego. El performance teatral posmoderno, por ejemplo, no performatiza una palabra o un espectáculo, sino una problemática, que deviene central, no solamente para el teatro, sino para toda la cultura posmoderna. (2005, p. 32)

Como la función de la *performance* es destacar la acción que se presenta y la experiencia que esta crea en un espacio-tiempo determinado en la co-presencia entre intérpretes y personas espectadoras, es necesario entender que la misma no depende de una ocurrencia, sino que es una construcción, una preparación tanto técnica como poética. Más allá, la acción es pactada desde el diálogo y la relación -el juego- y esta adquiere una dimensión vinculativa al cuerpo de las personas relacionadas. Así, hablemos también que la *performance* teatral pone en juego el material humano de las personas involucradas en este pacto.

De una forma similar quiero suscribirme al pensamiento de Korish (2015) en su artículo 'Dramaturgia y Performance', este nos dibuja una relación específica entre una pieza de Regina Galindo y el deporte del basquetbol: donde cada acción aunque ha sido pensada, practicada u entrenada tiene un desenlace distinto y no programado, ya que media la relación con lo presente, que al ser mostrada u ejecutada, modifica su hacer. En el mismo artículo, Korish (2015) hace ver que el concepto de performance radica en una "acción viva, una forma de presentación más que de representación" (p. 96).

La *performance*, como el Teatro Performativo, entienden que la creación no es una línea recta única y predeterminada. Entienden que la creación implica rizomas, horas de diálogo, de trabajo, de dispositivos de estructuración y de des-estructuración, sin embargo reconocen la importancia de la preparación y del proceso entendido como un balance entre la disciplina y la entrega.

El Teatro Performativo rehace las posturas clásicas del teatro, deconstruye el discurso para abrir camino al diálogo desde las artes y más que ser una fórmula creadora de sentido, es una praxis sobre la presencia y al igual que otras prácticas artísticas, merece tiempo, técnica y conciencia de su puesta en práctica o ceremonia.

### **1.3.2 Entrenamiento Actoral o *Training***

#### **1.3.2.1 *Training* y Entrenar**

Anteriormente, hablé de Stanislavski, Artaud y Grotowski como directores que

apostaron por deshacer las formas escénicas de su contexto temporal y social para explorar desde un lenguaje que daría cuerpo a su concepto de teatro, me atreví incluso, a llamarle entrenamiento a estas búsquedas.

Feral (2010) nos menciona que existe una polaridad entre el concepto de entrenamiento y *training*, este último tiene más cabida dentro del mundo de las artes escénicas porque su evolución hace referencia a procesos interculturales, léxicos y educativos, de la misma forma, el concepto de entrenamiento aunque ha sido utilizado por figuras influyentes del teatro, podría hacer referencia a lo militar o a lo deportivo. Este entrenamiento militar o deportivo aunque tengan similitudes con algunos principios y búsquedas del teatro, tienen objetivos finales con los cuales tal vez no nos identifiquemos tanto, por ejemplo, ver al “otro” como enemigo.

Sin embargo, considero que *training* y entrenamiento, cumplen un balance dualista: tratan los procesos de ejercicios y prácticas que desarrollan habilidades y capacidades para la persona intérprete. Cuando esta se focaliza sobre el ‘cómo’ de su práctica, por ende despierta otro reconocimiento de lo que está desarrollando en sí misma y que de-construir.

Grotowski (2009) considera que el trabajo de la persona intérprete está en reconocer que le bloquea creativamente y que este auto-saber le permitirá adaptar los ejercicios para romper estos bloqueos. A su vez, este *training* nace de la conciencia de buscar más allá de las formas e indagar en las capacidades creadoras que brotan del cuerpo.

Aunque Grotowski, llama vía negativa lo que ahora podemos entender por *training*, el concepto ahonda en la de-construcción de lenguajes instaurados en el cuerpo de la persona intérprete y que su funcionalidad radica en ‘liberar’ a la persona para que esta pueda - si así lo desea- establecer otras formas de comunicación. Grotowski (2009) también plantea que las prácticas de *training* son como una preparación física y espiritual, de índole personal, que no solo se instaura en la repetición de ejercicios sino en el acontecer de algo más vivido, que lleva a que la persona intérprete a una construcción poética.

Si bien la premisa que planteo no es la creación poética o escénica de algo similar a una pieza, sí creo necesario rescatar el potencial poético que desarrolla el *training* y que la construcción poética lejos de ser un proceso de talento o genialidad, es una sensibilidad adquirida que puede manifestarse desde múltiples recursos expresivos humanos, en nuestro caso particular, la acción, la relación y que estos pueden ser desarrollados en espacios de *training*.

Resituar nuestras capacidades expresivas implica reconocer el sistema que nos ha moldeado a su imagen y semejanza, Barba nos dice:

El uso social de nuestro cuerpo es necesariamente el resultado de una cultura. Ha sido culturizado y colonizado. Conoce únicamente los usos y las perspectivas para los que ha sido educado. Para encontrar otros debe apartarse de sus modelos. Debe fatalmente dirigirse hacia otra forma de “cultura” por la que ser “colonizado”. Pero este paso hace descubrir al actor su propia vida, su propia independencia y su propia elocuencia física. Los ejercicios del *training* representan esta “segunda colonización”. (2010, p. 326)

El concepto que inferimos es el del *training* como proceso de liberación del cuerpo, que enmarcado dentro de las prácticas teatrales, podría fungir el rol de esta segunda “aculturación”. Como implica Barba (2010) a través de los ejercicios físicos descubrimos un cuerpo extracotidiano y la labor del *training* es hacer que este cuerpo extracotidiano se vuelva cotidiano para la escena y la persona, de la misma forma que las personas hierofantes tras un proceso de muchos años y practicas, podían comunicarse con lo divino. Hablamos de un proceso largo, de muchos años, donde mutamos el cuerpo para volverlo un espacio habitable por un dios, o en nuestro caso, por una fuerza primordial: creadora de poesía y destructora de las restricciones materialistas.

### **1.3.2.2 Sobre la Técnica**

El cuerpo de la persona intérprete está en constante aprendizaje de su hacer: con los

años nuestras perspectivas cambian y así también los hábitos de nuestros cuerpos. Una de las labores que permite el *training* es ese des-aprendizaje de factores sociales que restringen las capacidades creadoras. Feral expresa:

¿Qué se aprende más allá de la técnica? El actor se descubre en ella, aprende a conocer mejor su cuerpo y sus bloqueos, explora las leyes del movimiento (equilibrio, tensión, ritmo) e intenta siempre extender sus límites. “El teatro y el trabajo del actor son para nosotros una especie de vehículo que permite realizarnos”, dice Grotowski. Este aprendizaje pasa por un conocimiento del cuerpo propio y sus límites, por supuesto, con el fin de extenderlos, pero también pasa –sobre todo– por un trabajo sobre sí mismo. (2010, p. 23)

La técnica es una aliada para la construcción de lenguaje y de dominio corporal, pero la técnica no lo es todo - quiero aclarar, creo que la técnica es necesaria-, porque todo cambia, nuestros cuerpos y los saberes. Es justamente en el proceso de adaptación del cuerpo a otras prácticas que es necesario identificar los bloqueos y concepciones que hemos ganado con ellas.

En las artes escénicas es igual: he aprendido uno que otro truco pero a cambio ‘vivo’ de esos trucos, los cuales ya no son mi extracotidianidad sino mi forma de resolver las tareas. Vuelvo a la necesidad de *training* como vía negativa para desaprender estos hábitos corporales y mentales que en vez de ayudarme a crear desde mi organismo, repiten las formas preestablecidas.

A propósito de la técnica, Oida (2005) menciona que poco importa la técnica que se practique, lo importante está en aprender algo más allá de la técnica. Este algo más allá de la técnica, la cual es la que abre el camino para la transformación del cuerpo, se visibiliza en las acciones y en la forma de abordar el trabajo. Un ejemplo de esto, es que todos los ejercicios de movimiento que hacemos de columna: ondas, torsiones, estiramientos no solo nos brindan más flexibilidad, movilidad y conexión, también desarrollan una conciencia

corporal y energética, que en el caso de Schechner, se convirtió en un pivote sobre el *training* del intérprete en el Performance Group.

### 1.3.2.3 Procesos

Schechner (1988) hace especial detenimiento sobre el *training* que hace la persona intérprete. Insiste en que el *training* es un proceso de descubrimiento por parte de la actriz/del actor y que esta búsqueda es lo que él considera les vuelve *performers*. El trabajo de la persona *performer* -que en su versión al español se ha traducido como intérprete- está en descubrir que bloquea su cuerpo y que relación tiene con sus capacidades expresivas, por eso le incita a estar en proceso constante de trabajar con su cuerpo-mente para abandonar la máscara y accionar tal y como es.

La conceptualización de proceso en Schechner tiene muchas aristas que quiero mostrar acá:

Proceso = ese estado del ser cuando al intérprete no le preocupa cómo se ve o cómo se oye, ni siquiera está consciente del efecto que causa su trabajo. Da todo lo que es al trabajo de ese momento, se entrega al impulso, únicamente busca hacer contacto con sus compañeros. Proceso = participación concreta en el aquí y el ahora. Proceso = revelación de asociaciones, siguiéndolas hasta sus últimas consecuencias, donde quiera que lleven. El proceso no es improvisación o caos. Tanto la improvisación como el caos son útiles a veces. Pero el proceso es una conversación entre la espontaneidad y la disciplina. La disciplina sin el proceso resulta mecánica; el proceso sin disciplina es imposible. (1988, pp. 96-97)

El anterior texto trae a colación el punto al que quiero llegar con el *training*. El *training* es un proceso que se manifiesta a través de ejercicios psicofísicos que facilitan capacidades creativas a la vez que focaliza restricciones tanto físicas como mentales que impiden un desarrollo orgánico de la acción. El *training*, me atrevo a decir, es un proceso de des-estructuración que acontece cuando la persona intérprete se vincula consigo misma



como creadora de experiencias, que aboga en niveles físicos, sociales, de relación, mentales y espirituales.

Además busca un equilibrio y un progreso interno en tanto se entienda que la disciplina no viene de las y los maestros, sino de cómo replicamos los saberes desde nuestros cuerpos, adaptándolos y reconfigurando para generar nuestro propio material.

Planteo que el entrenarse, el reconocerse y la necesidad de encontrar las estructuras que forman nuestros aprendizajes escénicos forman una primera capa que acompaña al intérprete, pero ligado a ello, es necesario un proceso de destrucción de estas capas para que un cuerpo crudo y nuevo salga de ellas.

#### **1.3.2.4 En la soledad de los ejercicios**

Al hablar de *training*, no borramos la huella del teatro: el *training* facilita y expande el registro performativo de la persona intérprete. Más que hablar de lo 'real' o de la 'irrupción de la realidad' en la escena, me parece más pertinente hablar que el *training* formula esa dinámica de presentar acciones más cercanas a los cuerpos que las componen. Las prácticas teatrales merecen un balance entre técnica -y lo que hay más allá de ella- y poética, los ejercicios que se realizan en talleres, clases, laboratorios, seminarios etc, prevén generar ese equilibrio.

Al respecto de los ejercicios, Barba expresa lo siguiente:

Hoy podemos afirmar que los ejercicios son una ficción pedagógica. No enseñan a actuar, a interpretar un papel, a revelar una personalidad original, sino a desarrollar ciertos reflejos, a continuar una manera de pensar, a forjar un "comportamiento escénico" de base, una 'presencia' lista para representar con eficacia personajes, conflictos y situaciones" (2010. p. 72)

Los ejercicios habitúan a la persona intérprete. Con habituar me refiero a que le dan un hábitat dentro de los extensos márgenes de las práctica teatrales: le ayudan a relajar, a concentrar, a seguir secuencias y desarrollar acontecimientos. Pero ¿qué pasa cuando la

persona intérprete se encuentra en su soledad, sin 'maestro ni director, ni profe' que le guíe?

La persona intérprete debe desarrollar los medios corporales y mentales que le permitan seguir desarrollando su trabajo, sin la necesidad de un guía más que de su propia experiencia. Los ejercicios son material mutable que la persona intérprete puede usar para hacer "aflorar" su técnica y proceso acorde a su cuerpo como vehículo de la invocación poética.

### **1.3.3 Cuerpo**

Ofrezco acá una humilde visión de cuerpo, en la cual no quiero detenerme mucho, porque estoy proponiendo el cuerpo como un espacio de infinitas posibilidades como ya mostraré acá y que estas se inscriben dentro de las prácticas escénicas. De la misma forma, la visión de cuerpo que doy acá, se refiere a un tipo de cuerpo que desea entrar en preparación y en contacto consigo mismo, en palabras dichas por el intérprete mexicano Gerardo Trejo Luna en un taller: "somos espíritus corpóreos".

#### **1.3.3.1 Cuerpo en expansión**

El reconocerse es una acción que toma tiempo. Infinitas son las prácticas religiosas, culturales, psicológicas, históricas, políticas, ideológicas, filosóficas, biológicas y demás, que plantean la posibilidad de entrar en contacto consigo mismo. Quizás porque entrar en contacto consigo mismo va más allá de cerrar los ojos y saberse en un momento presente, implica un largo proceso de autocuidado.

El cuerpo menciona Foucault, es la "superficie de inscripción de los sucesos (...) lugar de disociación del Yo (...) , volumen en perpetuo derrumbamiento" (1980, 14-15). Es decir, el cuerpo está marcado por acontecimientos que lo hacen y lo deshacen, desde una perspectiva escénica, en el cuerpo se inscriben la vía positiva y la vía negativa. Los cuerpos pasan por la socialización que restringe muchos de sus deseos -desde Freud a Butler este pensamiento se ha vuelto cada vez más visible- lo cual modela sus acciones, sus actividades y en materia de lo teatral, sus capacidades performativas.

Acaso un cuerpo que fue reducido al sillón y a la humillación, ¿podría creer que existe algo más allá de esa conformidad? Siendo esa su forma de relacionarse con su marco, ¿como descubre su capacidad de transformarse, de hacer poesía? Nuestros cuerpos son entrenados para destacar socialmente o para servir fines jerarquizantes, sin embargo, hay un más allá de ese cuerpo que nos han construido. Por eso es necesario reconciliarse con el cuerpo como materia polisémica, como menciona Schechner (1994): “el cuerpo es un organismo de adaptabilidad infinita” (p. 97).

Esta perspectiva recae en las personas intérpretes. Las prácticas teatrales evocan complejismos procesos de adaptación y a veces, de liberación. Considero que la búsqueda del *training* y de la visión del teatro performativo que mencione anteriormente, pueden generar otras dimensiones donde es posible inscribir en el cuerpo otras realidades.

### **1.3.3.2 Sobre los Cuerpos intérpretes**

El *training* para la persona intérprete focaliza esa adaptabilidad: tiene relación directa con el cuerpo, materia sensible donde ocurre y se proyectan infinitas posibilidades. En Andrade-Esparza se visibiliza la necesidad por poner al cuerpo esta importancia primaria:

¿Qué importancia tiene el cuerpo del actor? El cuerpo es el principal revelador de la identidad y lo que la conforma. El trabajo sobre este es fundamental para el creador escénico, ya que permite obtener claridad en la representación, o bien, en la comunicación establecida con el espectador y el intercambio de códigos que se están generando dentro de un ejercicio artístico. (2016, s.p.)

Desde esta visión, el *training* se refleja en las acciones que hace el cuerpo de la persona intérprete en escena. La construcción de movimientos, ritmos, secuencias, modulaciones que sustentan la fabricación de acciones, son un aprendizaje que se suscribe al cuerpo el cual adquiere otras formas de expresión, muchas de estas se insertan y modifican la ‘naturaleza’ del mismo como la postura, el tono muscular, el pensamiento, la

mirada sobre el oficio, la disposición sobre el aquí y ahora de la persona intérprete, etc.

Retomando a Foucault, si el cuerpo de la persona intérprete puede adquirir conocimientos también necesita un espacio de sistematización perceptiva de sus propios procesos, donde la inscripción de estos códigos aprendidos puedan ser de-formados por prácticas propias.

El cuerpo de la persona intérprete trabaja no solo con el cuerpo como estado físico, del mismo depende su imaginación como vehículo de la construcción poética, el cual se traduce en acciones; también ejercita la composición de elementos físicos que evoquen algo similar a la emotividad. Por eso, el *training* de la persona intérprete no debe ligarse solo a satisfacer los planeamientos de determinado montaje, porque estos pueden condicionar más para lograr un fin que por una profundización de la persona intérprete sobre su trabajo.

Aquí es donde entra “lo crudo y la flor”. Nuestros cuerpos son materia orgánica sensible, capaces de crear cosas maravillosas como devastaciones totales, sin embargo, prefiero ahondar en lo primero, en la capacidad del demiurgo: crear algo.

Las personas intérpretes aprendemos saberes físicos y energéticos sobre la escena, esto nos brinda una adaptación a las formas y dinámicas teatrales, las cuales se pueden volver bloqueos con los años. El *training* identifica bloqueos y concientiza su liberación, este proceso de liberación podría considerarlo como “lo crudo”, lo que está más allá de la técnica pero que se ha creado gracias al estudio de ella. Esta “crudeza” no es un logro o un punto final, es un paso que acerca a la persona intérprete a la “flor”, siendo la flor la forma visible en que este *training* se ha fomentado y llevado al uso de lo crudo a la construcción poética.

La flor se expande para seducir -atraer-, para reproducir la vida, en nuestro caso, en la creación de acciones.

#### **1.3.4 Catalizador**

La persona intérprete construye con su cuerpo movimientos que se codifican a través de acciones que quienes espectan pueden reconocer, existe una transferencia energética y

de significado en el teatro. La persona intérprete comunica con sus habilidades algo extracotidiano, algo a lo que el trabajo escénico -y lo que ello implica- junto a la conciencia sobre su hacer generan un puente de múltiples vías: con su propia persona, con quien le acompañe en escena y con quienes espectan.

La persona intérprete adopta una postura similar a la del hierofante, quien para Eliade (1998) tras un proceso de interpretación simbólica y ritual, se convierte en catalizador del mensaje de lo divino. Pero este acontecer hierofánico, se establece en el acondicionamiento -la búsqueda y el encuentro con lo sagrado- de la persona que ahonda de forma consciente lo espiritual. Aunque intérpretes y hierofantes no tengan las mismas búsquedas o procesos, como tampoco es la hierofanía el centro de esta investigación, es importante percibir que el cuerpo cuando es expuesto a diversos estados más allá de lo profano o cotidiano, se re-valoran a sí mismos, lo que implica una postura del cuerpo como catalizador de otras experiencias. En el caso de las artes escénicas, el cuerpo como catalizador de experiencias sensibles.

Bajo esta línea, Eliade (1998) expresa sobre la hierofanía una condición similar que tienen las personas intérpretes dentro del teatro performativo: “Se convierte en otra cosa sin dejar de ser él mismo, pues continúa participando del medio cósmico circundante” (p. 10). El hierofante se construye a sí mismo para transmitir a su divinidad, de una forma similar, la persona intérprete presenta acciones que son mostradas dentro de una construcción mayor, llámese puesta en escena, montaje, convivio, etc es decir, con su cuerpo y energía se presta para ser símbolo y código de una experiencia escénica que transmuta su ser en escena sin borrarle su condición.

Creo que la técnica de la persona hierofante y la de la persona interprete pueden tener aspectos que les acerquen, ambos oficios buscan salir de la materia social para tratar la comunión entre los seres -divinos o profanos-, lo que quiero destacar es la capacidad de creación de un espacio-tiempo donde se expanden las posibilidades, donde emerge la flor del contagio entre los seres.

La construcción de este espacio-tiempo en el teatro, en cuanto a material sagrado, es la relación entre seres humanos: intérpretes y expectantes se reúnen a compartir cuerpo, voz, acción, sentipensares y con ello a establecer una comunicación que rompe las pantallas y las ventanillas donde nos han acostumbrado a realizar transferencias. Las personas intérpretes podríamos ser ‘ceremoniantes’ de estas relaciones, catalizadores de estos intercambios humanos.

Lo que emerge, en el caso que planteo para esta investigación, es la experimentación del cuerpo más allá de la técnica y esta conciencia es una acción constante a la que la persona intérprete debe fundirle “vida” para que no se mecanice. Eliade (1983) menciona que: “Sólo se puede animar lo que se ha creado mediante la transmisión de la propia vida (sangre, lágrimas, esperma, «alma», etc.)”(s.n.p). Quisiera agregar, además de las que menciona Eliade: cuerpo, sudor, respiración, dolores musculares, que son algunas conocidas en las prácticas escénicas y todas como producto del trabajo que hacemos.

### **1.3.5 Laboratorio**

Voy a basarme en el concepto de laboratorio que hace años planteó Grotowski, para ello ofrezco la premisa que estudia Rodríguez sobre laboratorio:

(...) cuyos participantes iban a formar una comunidad dedicada a la propagación de un arte que se estaba esforzando en su propia transformación  
(...) importaba en el teatro no solo el resultado final, el espectáculo, sino también el mismo proceso de trabajo, en el cual los actores rompían los esquemas de actuación y descubran partes hasta entonces desconocidas de su psique. (2015, p. 53)

Para ello, el laboratorio de *training* tendrá como propósito explorar metódicamente deseos, saberes a modo de ejercicios para desarrollar reflexión en torno al cuerpo. El investigar posibles rutas de des-estructuración sería primordial, más allá de crear un “producto finalizado”, “un cuerpo perfecto” o “un cuerpo liberado”. De la misma forma que se

busca ese proceso de ruptura de los modelos establecidos dentro de nuestros cuerpos escénicos, se busca generar un clima de respeto por la disidencia, por las adaptaciones al trabajo y por naufragar buscando una disciplina que nos haga sentir bien.

Con respecto a los ejercicios y dinámicas que sustentan cada sesión, Grotowski expresa que:

El entrenamiento consistía en ejercicios que los actores ideaban o que adoptaban de otros sistemas. Aun aquellos ejercicios que no son el resultado de la investigación personal del actor que han desarrollado y elaborado para satisfacer los objetivos precisos del método. (2009. p. 95)

Los ejercicios deberán aportar dinámicas psicofísicas en los que podamos desenvolvemos sin la preocupación de montar; su finalidad está en identificarnos con las percepciones que se desarrollan gracias al mismo trabajo que se realiza con el ejercicio y más que su uso en escena, su incorporación como expansor de las posibilidades, tanto físicas como mentales de cada quien, como medio para el encuentro en escena.

### **1.3.6 Presencia**

¿Pero de qué trata el ‘aquí y ahora’ del teatro?, ¿Cuál es el presente de la persona intérprete?, ¿De qué forma la persona intérprete nos hace conscientes de estas ‘otras’ posibilidades poéticas del cuerpo y de la vida? ¿Cómo entender el conjunto de acciones que suceden en el teatro como un acontecimiento único?

Quizás porque existe “algo más” que se mueve desde un velo oscuro dentro las dinámicas del teatro. Pavis apunta un concepto sobre la presencia que relata sobre este “algo más”:

La presencia: Cualidad de un actor capaz de atraer la atención del público, cualquiera que sea su papel. “Tener presencia” es, en lenguaje teatral, imponerse a un público; es también, hallarse dotado de un “no sé qué” que provoca inmediatamente la identificación del espectador, dándole la impresión

de vivir en otro mundo, pero en un presente eterno. (1994, p. 354)

El 'no se que' que menciona Pavis es una situación a la que creó las artes escénicas pueden prestar más anhelo investigativo. Me gusta pensar que este es el eslabón entre la figura del hierofante y el de la persona intérprete: el trabajo sobre la presencia propia invoca 'algo más'. Sin embargo, para llegar a ese 'algo más' es necesario abandonar la idea del 'genio', del 'talento' y brindar más apoyo a la técnica, la disciplina y las habilidades que nos remiten a la construcción de estos procesos artísticos y humanos que anhelan a develar lo oculto. Las personas intérpretes somos heraldos de algo invisible pero que suscita la percepción y el compartir de este 'algo más'.

Fischer-Lichte (2014) plantea que la presencia más que ser algo mágico, es algo ordinario que se vuelve acontecimiento. Es mediante el proceso de corporización de la presencia que el cuerpo como material orgánico visible asume otras cualidades. Esta adaptación del cuerpo de la persona intérprete agrega a esta ecuación de la presencia, el deseo, visto como un contagio por algo vital, un llamado al momento 'presente' que hace que la persona espectadora sea contagiada por lo que percibe.

Esto que se percibe, Fischer-Lichte (2014) lo desarrolla como presencia. Ofrezco un resumen de los tres niveles que plantea:

- Concepto Débil de Presencia: Como la comparencia del cuerpo físico frente a las personas espectadoras
- Concepto Fuerte de Presencia: Como el dominio del espacio y capacidad de centrar la atención en su cuerpo
- Concepto Radical de Presencia: En que el cuerpo de la persona intérprete se proyecta como *embodied mind* y la persona que especta, lo percibe como tal, se infecta de esa sensación vital, lo que la hace sentirse a sí misma con esa misma condición.

De esta forma, el concepto débil, es nuestro cuerpo acostumbrado a salir a escena,



aun con las mejores intenciones, pero que carece de la capacidad de afectar el tiempo-espacio; el concepto fuerte hace referencia a las prácticas escénicas que vinculan los años de entrenamiento y los procesos, más que “dominio del espacio” quisiera inscribirlo como conexión con el tiempo-espacio escénico que ha formado la técnica.

Sin embargo, el concepto radical de presencia es el misterio de la zona oculta que habita detrás del velo. Es aquí donde el *training* es necesario, como hilo de Ariadna que nos guía por el laberinto interno para encontrar que bestia y héroe son lo mismo. Presencia es convertirse en un umbral, en un agujero negro de posibilidades. No me refiero a la magia como algo perteneciente a círculos sincréticos o logias ancestrales, sino como la construcción de energía que vuelve especial cosas ordinarias. Precisamente en Fischer-Lichte:

la “magia” de la presencia consiste en la extraordinaria capacidad del actor para generar energía de tal modo que el espectador pueda sentir que circula por toda la sala y que le afecta, que incluso lo tiñe. Esta energía es la fuerza proveniente del actor. (2014, p. 201)

Una de las formas en las que se puede aspirar a esta construcción energética, es en procesos de corporización que apuesten por la capacidad performativa del intérprete, en la que su cuerpo se desprenda de la necesidad por significar o llegar a un fin; el proceso debe ser una inscripción en el tiempo de la persona interprete.

Por último, destacó este texto de Schechner, quien amarra presencia y *training* dentro de su práctica que combina teatro y *performance* :

En el sentido más profundo, ninguna consideración por escrito puede sustituir a la presencia, y la presencia es el aspecto fundamental del entrenamiento. Yo creo en el aprendizaje: observación e imitación consciente, sazónada con cuestionamientos críticos y experimentación. La presencia es posible solamente en lugares seguros, en momentos de confianza, cuando las

fronteras del ego se disuelven, o por lo menos se debilitan. El entrenamiento es la lucha por crear lugares seguros, por fomentar la confianza en medio de un sistema social que produce peligro y aprehensión. (1988. p. 94)

La necesidad por re-aprender y dudar del teatro que hemos establecido no es terrorismo ni rebeldía pueril, es considerar que nuestras prácticas se reformulan con las condiciones sociales imperantes y los planteamientos en ontología humana. La confianza es un proceso que implica la familiarización y los afectos con respecto a determinada instancia. Planteo en volver a confiar en el cuerpo como catalizador de “algo más”, de lo cotidiano que se vuelve único y en la construcción que esta implica desde el lugar del *training*.

De esta forma, el training tiene esa capacidad dualista: *creadora y destructora* de las capacidades performativas, como quien arranca sus “malas hierbas” para sembrar las frutas del árbol de la vida.

## Capítulo II: Metodología

Aquí ofrezco un cuerpo metodológico, que pueda dar respuesta a cómo se afrontó el proceso de construcción de este proyecto.

### 2. 1 Tipo de Investigación

Esta investigación se planteó como una reflexión a la práctica del *training*, el cual como se ha mencionado anteriormente, es una constante en la vida y oficio de la persona intérprete. El *training* se constituye principalmente como una experiencia escénica que desarrolla la presencia a través de ejercicios psicofísicos que revaloran el oficio de la persona intérprete, un proceso de corporización.

Entendido esto, la experiencia que puedo arrojar a través de esta investigación sobre el campo de las prácticas teatrales sería una perspectiva sobre un tema incluso más grande. Esta mirada, toma forma de “Investigación en Artes”, o como también le llama Borgdorff una “perspectiva de la acción”, en la cual se destaca que :

Después de todo, no hay prácticas artísticas que no estén saturadas de experiencias, historias y creencias; y a la inversa, no hay un acceso teórico o interpretación de la práctica artística que no determine parcialmente esa práctica, tanto en su proceso como en su resultado final. Conceptos y teorías, experiencias y convicciones están entrelazados con las prácticas artísticas y, en parte por esta razón, el arte es siempre reflexivo. De ahí que la investigación en las artes trate de articular parte de este conocimiento expresado a través del proceso creativo y en el objeto artístico mismo. (2010, pp. 11-12)

Esta mirada que puedo aportar al teatro, pasa por las investigaciones de quienes estuvieron antes de esta y que a su vez, dan una perspectiva sobre el campo de acción-reflexión que habita en las artes escénicas. El objeto de estudio y el sujeto propulsor

de esta investigación comparten el mismo cuerpo: su carácter reflexivo sobre la propia experiencia de concebir el *training* como un proceso de construcción y destrucción sobre la perspectiva de la interpretación.

Como las artes escénicas tienen su contexto y sus formas de crear, es necesario ver la experiencia personal como un llamado a entretelar experiencias subjetivas que puedan relatar una visión de un tema. En este caso, por eso es necesario aplicar el laboratorio con otras personas participantes, porque la perspectiva de una persona no puede aplacar a un mundo entero. El entretelar las experiencias desde la investigación en artes provee un campo de diversas prácticas humanas: el debate, la crítica, los saberes que emergen, el contagio de la presencia, entre otras.

A su vez, el laboratorio, como el cuerpo conceptual creado antes del mismo, son una misma médula: teoría que abraza la práctica, práctica que confabula con la teoría. El hacer brinda reflexión y ese espacio de reflexionar sobre lo que estamos haciendo, solidifica y cuestiona los procesos creativos. El laboratorio y lo creado en ese espacio, acompañará los cuerpos participantes como un material de la experiencia hecha.

Reflexionar sobre lo que hacemos en las prácticas artísticas nos permite estudiar un tema a la vez que nos estudiamos a nosotras y nosotros. Con respecto a esto, Sánchez (2013) menciona que “La investigación debe situarse en la dimensión de la experiencia o en la dimensión de las prácticas” (p. 328). Esta investigación asume ambos lados.

## **2.2 Descripción Metodológica**

### **2.2.1 Etapa 0**

Este punto cero fue clave para entender el proceso personal de desconfianza y de afecto construido a través de los 9 años que se supone vengo aprendiendo teatro.

Si deseo identificarme con algo similar a la etiqueta de ‘intérprete-investigador’, es necesario plantearme la construcción de la técnica en mi cuerpo y de lo que ella se

desprende como una muestra de mi presencia. En Schechner (1994) encuentro este principio develado: “Es necesario trabajar muy duro si el actor quiere desarrollar el valor y la técnica para dejar a un lado su máscara y de mostrarse a sí mismo tal y como él es en la situación extrema de la acción que está interpretando” (p.93). Para reconocer mi propio proceso, trazó las líneas que me han traído hasta acá: el teatro, el entrenamiento y cómo han hecho eco en mi presencia.

La etapa cero consistió en la realización de dos sesiones de trabajo independiente en la que se hizo un registro en video sobre ejercicios que conformaban mi entrenamiento, con las cuales se pretendió establecer la conexión entre cuerpo/escena y mi vinculación con el *training* como proceso. A sabiendas que la presencia no es algo contagiabile por la pantalla, el registro en video sirve como archivo de una *performance* -atravesado por la situación de Covid-19 que afronta el mundo desde marzo del 2020- como un marco referencial para descubrir que parece ser un bloqueo y con ello, indagar cómo podría ser de-construido.

### **2.2.2 Etapa I**

La fase cero me dió un material concreto sobre el cual profundizar desde mi experiencia para reflexionarlo según la teoría y praxis teatral. Como primer punto se investigó sobre los conceptos de *training* y planteamientos del teatro performativo y un posible entretrejo teórico entre ambos. Fue necesario indagar en los planteamientos de quienes han hablado del *training* de la persona intérprete, tales como Grotowski, Barba, Schechner, Oída quienes explícitamente proponen ejercicios.

Esta conceptualización se ligó a uno de los saberes globales del teatro: no existe una receta para lograr ser intérprete y que la multiplicidad de caminos dentro de las prácticas teatrales genera más posibilidades, tratarlas permite hibridar conceptos, expandir y abrazar las diferentes capacidades de cada cuerpo.

Esta primera fase es consecuencia del primer objetivo específico, que es proponer un concepto de *training* desde la mirada del Teatro Performativo, es decir que proponen las

fuentes consultadas -y más- del Teatro Performativo a las personas intérpretes como oficio. Un indicador de logro de esta primera fase, fue la articulación y puntos de conexión entre el Teatro Performativo y el *training* que me llevaron a la segunda fase.

### **2.2.3 Etapa II**

Esta segunda fase contiene el diseño de un plan de *training* focalizado en ejercicios y dinámicas que proponen las fuentes consultadas y el puente conceptual de la primera parte para aplicar al Laboratorio. Aquí es vital pactar el concepto de *training* como un proceso independiente de la funcionalidad en una escena. El teatro, como he presentado anteriormente, es un proceso complejo que no solo radica en la puesta en escena, también en el reconocimiento y atención de las capacidades performativas. El *training* ayuda al intérprete a descubrirse en sus fortalezas y debilidades, y más que ayudarlo a crear proezas fantásticas, le vuelven un ser consciente en sus aproximaciones tanto artísticas como personales, que es a donde se pretendió llegar.

Un indicador de logro en cuanto al diseño del plan de *training* fue su estructura en relación a su duración, objetivos internos así como su enfoque en los conceptos desarrollados en la Etapa I a través de la práctica. Por último, el diálogo y discusión del mismo con las personas participantes del laboratorio.

### **2.2.4 Etapa III**

El plan de *training* se centró en desarrollar perspectivas como estrategias propias, replantear modelos y re-tratar principios de la actividad interpretativa: peso, movimiento, energía, espacialidad, mirada, relación, voz, ritmo, estiramiento, secuencia, centros del cuerpo, base, equilibrio, sensibilidades. Estos fueron trabajados a medida que se profundizó en el *training*, como ejes que se benefician de la actitud sobre el proceso y la concientización de la presencia escénica..

Se trabajó con un laboratorio escénico, un espacio de confianza con otras 5

personas, que abarcó una práctica grupal para descubrir el estar, ser y procesos de corporización para descifrar la presencia. Además, tuvimos micro-estudios, los cuales denominados 'Demos' personales dentro del Laboratorio donde más que construir una pieza, se ofrecía una muestra de lo desarrollado. Este Laboratorio fue planteado para 5 meses de duración, aunque se modificó a 4 meses por motivos del Covid-19, de 4 horas entre semana. Ligado a esto, fue necesario sacar algunos minutos en cada espacio de trabajo para reflexionar lo hecho en cada sesión, llevando una bitácora que sumó las experiencias.

Al final, realizamos una muestra abierta de lo desarrollado en el laboratorio. Nos basamos libremente en las investigaciones del *Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards* y su pieza "*The Living Room*". La muestra fungió similar a un convivio teatral: alguien llegó a observar y alguien llegó a mostrar. Esto tuvo dos vías: mostrar como ofrenda al otro y mostrarse en relación de las personas que construimos el espacio de *training*.

Los 'Demos' los tomé prestados de las prácticas musicales y su relación con las discográficas: archivos de audio que se componen como una muestra de la potencia y posibilidades creativas de la persona música. Consideré vital que dentro de este espacio de training cada quien pueda articular una praxis en la cual se puede aproximar la presencia y de ello, propiciar reflexión.

Estos 'Demos' en esta investigación tuvieron una función compilatoria o, como una *performance* que se ofrece: no un producto sino un instante de una frecuencia psicofísica que emana de la persona intérprete. También fueron registrados en video el 'Demo' de cada integrante.

#### **2.2.5 Etapa IV**

La sistematización final consiste en este documento académico de todas las etapas de la investigación: desde el registro del Etapa 0 hasta los registros del laboratorio y las experiencias. Para esto, se hará registro del Laboratorio y una reflexión final

post-Laboratorio, para entender qué hizo eco. Los registros en video del proceso son parte también de esta bitácora, todo esto con el fin de dar fe de lo que des-aprendimos y lo que construimos, de manera tal que otras y otros colegas puedan alimentarse de esta sistematización para sus eventuales premisas.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Para consultar la descripción de las estrategias y el cuadro de actividades relacionado al anteproyecto, ver Anexo 2.



## Capítulo 3. Un Teatro Performativo

Acá se presentan los acontecimientos así, como las reflexiones de la Etapa 0 y el entretrejo de la Etapa 1, que corresponde a un objetivo de la investigación.

### 3.1 Sobre la Etapa 0

Como he mencionado anteriormente, cuando hablamos de entrenamiento imaginamos gimnasios especializados o hazañas virtuosas realizadas por cuerpos experimentados. Rara vez, lo entendemos como un proceso para crear experiencias, en el que pocas veces hay resultados a corto plazo lo que puede llevar a desestimar la constancia en la realización de prácticas de re-aprendizaje. Es allí justamente, donde quiero dar una idea de la práctica de *training* como algo que no necesita de mucho, sino un deseo por encontrar destrezas y sensibilidades.

Por ello, es necesario hacer inventario de lo que hay al inicio de esta investigación, desde el lugar de la 'herramienta creativa', la del demiurgo, la de mi cuerpo escenificado después de varios años de academia y experiencias a fin.

Partiendo de ahí, realicé dos sesiones de trabajo individual en las cuales trabajé en solitario bajo la premisa de como activar el cuerpo o cómo prepararme para una eventual acción escénica. Ambas sesiones fueron realizadas en diciembre del 2020, en un espacio no adecuado para la realización escénica, de dos horas cada una.<sup>3</sup>

**Primera sesión:** Fue un análisis tentativo de ejercicios y condiciones físicas que han marcado mi desarrollo psico-físico. Pase por un espacio de calentamiento y estiramiento, juego escénico solo o con el espacio, calentamiento de la voz y consistió más en un trabajo de reflexión sobre la musculatura y la respiración. Aca iniciaron preguntas como: ¿en qué momento inicia la presencia, específicamente en esta soledad? o, ¿cuáles son los medios por los cuales puedo referirme a mi mismo como listo para la escena?

Un descubrimiento es la incomodidad al estar solo, la mente focaliza menos no tener

---

<sup>3</sup> El registro de video de la Fase 0 se puede ver en el Anexo 6.1

directamente a alguien con quien compartir, se piensa innecesariamente y se predispone en vez de descubrirse a sí misma como un todo en el trabajo. A propósito de esto, Paya (2010) expresa: “la dificultad para el actor contemporáneo es saber cuál entrenamiento no lo encierra en un estilo para hacerlo conocer su cuerpo” (p. 119).

Me pregunto si desde este planteamiento, el crearme que ya tengo un entrenamiento me ha bloqueado mi facilidad de sorprenderme por mi propio cuerpo o si he diseñado estrategias en las que se me ha hecho más sencillo contar con otras personas que con mi propio trabajo. Aquí descubro, que es posible que la academia no es totalmente responsable de la coraza que yo mismo he impuesto en mi creatividad. Si lo que he ‘entrenado’ hasta el día de hoy me ha servido para ‘ser conmigo’ o para ‘ser dentro de los estándares reconocidos como mejor’. Considerando esto, me vuelvo a preguntar sobre lo que nos vuelve intérpretes.

**Segunda sesión:** Esta sesión se caracterizó por encontrarme con un ojo externo, una persona que me colaboró grabando mi preparación física y archivando el proceso de mi cuerpo en ese punto determinado en el tiempo. Utilizo estas palabras para referirme a los sentires que me atravesaron a la hora de realizar la sesión, me sentía observado, incluso invadido. ¿porqué esto me modifica en algo y que es?

Dicho esto, de esta sesión puedo encontrar más presión en mi mismo por hacer las cosas ‘bien’, por el simple hecho de que serán registradas y mostradas, ¿que fuerza ejerce la mirada ajena y como modifica esto nuestra percepción del ser en el hacer?

A propósito de esto, Oida (2005) propone que a la hora de realizar prácticas escénicas es importante que haya alguien observando o la simple noción de imaginar que alguien nos observa para “producir una especie de conciencia desdoblada” (p. 49). Siendo entonces esa conciencia desdoblada la que surge en la práctica, también habría que asumirla como un campo a vincular y con el que entrenarse, es decir, no es que nunca haya percibido esta otra conciencia pero ¿cómo asumirla como un estímulo para la creación?

La mirada, estudia Barba (1998), es el sentido más activo del cuerpo. En base a esto me pregunto: ¿cómo hacer la mirada consciente, la propia y la ajena?

Siguiendo esta línea, mi mirada estaba cerrada, ni siquiera conmigo mismo, sino atrapada dentro del pensamiento, no acompañando mis movimientos. Con todo esto, no había calma o forma de sentirme dentro de esta preparación psicofísica, sino que ambas estaban separadas. ¿cuántas veces habré replicado esto en ensayos o escenas? ¿cuántas veces he dejado de estar presente para estar pensando en lo que tenía que mejorar?

Considero que no se trata de cuánto se muestra, sino lo que se muestra. Mostrarse a sí mismo, desde ese lugar, casi íntimo, casi total, sin representación alguna, me aterro. Creo que es un punto necesario a trabajar dentro del Laboratorio.

Además encontré la importancia de los espacios adecuados. Esta práctica la realicé en una cancha, donde el suelo estaba con pequeñísimas piedras que punzaban la suela del calzado, el sol me quemaba y la respiración se me cortaba más que en la sesión anterior, era como si mi cuerpo estuviese en estado de alerta, de una exposición no preparada y no en condición de mostrarse en su placer psicofísico.

Como conclusión de esta fase, puedo decir que en ambas sesiones me percate de una lejanía al buscar el uso de la voz más que solo meterla como un anexo, como si no fuera parte del cuerpo o como creadora de instancias- canto, vibraciones, susurros, incluso gemidos primales-. Me pregunto si será desconfianza por el espacio y la cámara o si será falta de confianza en mi aparato vocal. Incluso me planteo, si fue falta de atención a lo que venía planteando como inicio de esta investigación la que me llevó a desligarme de una presencia en lo que estoy realizando

Todo esto sirve para reconocer que los estándares que uno tiene de uno mismo pueden estar mezclados entre el pensar y el hacer, balancear esto es parte de la investigación. Esta fase sirvió para hacer un análisis previo sobre qué condiciones me llenan, como conectar el pensamiento a la acción y que ambas no estén separadas.

Pensamiento posterior a la observación y edición del video: Esta preparación física, ¿para que es? Si su finalidad es la de acercarme a una presencia escénica, ¿porque me ausento de una conciencia sobre el disfrute? ¿porque me preocupe tanto en analizarme desde lejos que profundizar en la experiencia que me dispuse?

## **3.2 Etapa I**

### **3.2.1 El acervo que sirve de puente**

Al hablar de esta fase, me gusta verlo como un '*work-in-progress*', ya que en mis adentros sé que hay mucho material referencial que quedó por fuera o no he encontrado todavía. Además, creo que no toda la teoría del mundo ha sido escrita, así como no todas las prácticas hechas. Desde que planteé esta investigación era muy consciente de mis limitaciones en materia teórica. De la misma forma, no estaba en mi consideración plantear algo nuevo o refutar un saber que no he experimentado ampliamente.

Pude entonces, re-visitar lo que se supone ya visité en la academia y tratar de asumirlo desde otra perspectiva menos pueril y más enfocada en el trabajo de la persona interprete como un quehacer dentro de lo que constituye al teatro. De esta manera, hago revisión de los "clásicos": sus formas de probar y de sistematizar sus hallazgos y de cómo estos se volvieron cimientos de las prácticas escénicas.

Sobre este punto es necesario demarcar la estrecha línea, que considero hay entre teatro performativo y *training*. El término de *training* -como ya he mostrado- fue acuñado por Feral y Barba a finales de la década de los 80, como una exportación del lenguaje anglosajón a la práctica del teatro. Años antes, el teatro y la performance iniciaban sus coqueteos y eventuales fusiones: colectivos como el Performance Group de Schechner, el Living Theater de Beck y Malina -por mencionar algunos-, las realizaciones performativas de Kaprow, Grey, Schneemann o la latinoamericana Mendieta, el movimiento Fluxus así como el teatro que desarrollaron Müller o Kantor, son muestras anteriores al teatro performativo sin ser todavía definidas bajo ese precepto.

Desde estas tempranas formas de implementación de una estética que rompía con los esquemas habituales del teatro burgués, se hacía notar una escisión entre la representación como un todo y la misma como una ficción dentro de un aparato de presentación, así Sánchez (2016, p.176) hace un estudio sobre lo que conocemos como ficción para decirnos que la misma no es una situación de mentiras, sino una fabricación que utiliza nexos semióticos y éticos. La ficción es 'forjar' un material que nos asusta por su parecido a la 'vida real'.

La ficción, cuando la miramos sobre la escena, ya no depende entonces de la trama o del autor de un texto, sino de la construcción de dispositivos que nos acercan a su eventual poética. Entonces, quiero apuntar que esta ruptura con los medios tradicionales de representación trajo un cuestionamiento de lo que se muestra y de lo que se "es" dentro del teatro. Un ejemplo podría ser el Hamlet de Müller, que después de presentarnos como el trágico príncipe danés, se quita su máscara y maquillaje para decirnos "*Yo no soy Hamlet. No represento a nadie (...) No voy a actuar más*" (p. 3).

Algo paradójico había descubierto Müller al hacer que un actor rehusase a actuar en escena y sobre todo, Hamlet, quien originalmente actúa de bufón para eludir las sospechas de la corte. Sánchez (2016) también explica que el rol del bufón, históricamente, era el de ser y no ser: era ciudadano pero uno que podía hacer comentarios políticos sin recibir parte real pero que su estrato era tan bajo, que no era un peligro a saber. Era como si estuviera dentro y fuera, similar a como Schechner o Grotowski hablan del intérprete, como un ser que entra y sale de la ficción, que creo queda mejor explicada en Oida (2010) y su metáfora del ninja.

En ella, la persona intérprete debía ser como el legendario ninja japonés, quien tras un largo entrenamiento marcial y estratégico, podía entrar y salir sin ser visto usando el manto de la noche para cometer ataques de total precisión; aquí el intérprete que plantea Oida (2010), puede desaparecer para mostrar algo que de otra forma pasaría por inadvertido.

Aunque es muy bella esta visión de la persona interpretada como guerrero legendario, es necesario distinguir conceptos que quepan dentro de los estándares de las prácticas teatrales que componen esta investigación, para que la ficción que también aquí se plantea se encuentre cada vez más cercana. Para ello, específicamente, voy a elucubrar algunos preceptos del Teatro Performativo, como una rama del teatro que apuesta por la presencia tanto de quien interpreta como de quien observa y de cómo estos tienen estrecha relación a la práctica del *training* como un enfoque que invoca la presencia.

### **3.2.2 Un estudio más sobre lo performativo**

Una de las primeras cosas que observo dentro de lo que vengo planteando es que debo referirme más puntualmente a lo performativo dentro del espacio de las prácticas artísticas. Al inicio de esta investigación, mi concepto de *performance* partía más de la eventual construcción de sentido e identidad a través de signos y prácticas constituyentes, que podían darse dentro y fuera de espacios artísticos.

Schechner (2000) vincula los Estudios de la *Performance*, que a su vez se basan de la ciencias sociales, estudios de género, historia, ciencias biológicas, para investigar y aclarar una noción de *performance*. Para Schechner esta noción es amplia, “un continuum de final abierto” (p. 12), y llama la atención sobre algunas de las cualidades de las *performances*: “marcan identidades, tuercen y rehacen el tiempo, adornan y remodelan el cuerpo, cuentan historias, permiten que la gente juegue con conductas repetidas, que se entrene y se ensaye, se presente y se re-presente esas conductas” (p. 13).

De todas ellas, se desprende un nexo común: el hacer algo de forma consciente. Estas generan una noción de ‘ser’ específica en el mundo, similar a la que personas estudiosas como Turner o Butler observan al ratificar que una comunidad o un individuo, aunque practiquen acciones similares, tendrán formas diversas de realizarlas y de generar creencias que escogen como una definición de su ser. En este caso, asumo el concepto de lo performativo como un accionar en un contexto dado para generar conciencia o presencia del ser.

Schechner (2000) también apunta una condición que mantiene este concepto de lo performativo, en la que la *performance* puede ser visto como *as performance*, en lo que todo puede ser visto y estudiado como *performance*, es decir como acción creadora de sentido o identidad; por otro lado como, *is performance*, cuyo estudio es contextual a prácticas específicas como lo son ciertas ramas de las artes o de actividades socioculturales que caracterizan a una comunidad o creencia.

A propósito, Schechner, escribe acerca de la “*performance*” -entendida como la realización de un evento-, como:

(...) un término incluyente. El teatro es solamente un modo en un continuum que va desde la reutilización de animales (incluyendo seres humanos) a través de performances en la vida cotidiana -saludos, manifestación de emociones, escenas familiares, roles profesionales, etc- mediante juegos deportivos, teatro danza, ceremonias, ritos y performances de gran magnitud. (2004, p. XVII)

Lo que nos interesa recalcar de esta visión de la *performance* es su polisemia que trasciende la barrera occidental y mercantilista entre arte y vida para proponernos un espacio de expresión continua de las formas de vida humana. Lo que quisiera es adentrarnos en la fisicalidad como su propio sujeto-objeto de estudio: del cuerpo se desprenden las sensaciones vistas como acción a diferentes estímulos, entre ellas el ser. Reconocerlas y trabajar con ellas es lo que quiero dar a entender con la importancia del *training* como catalizador de la presencia.

Para esta investigación fue requerido tomar el teatro performativo y el *training* como *is performance*, en el hecho en que suceden en espacios y prácticas específicas creadoras de contenido y sentido estético. Con ello, al hablar de lo performativo, estaría tratando un accionar consciente sobre, dentro y fuera de lo que podríamos considerar escena. Goffman (1959), establece que podemos definir una performance por “toda la actividad que cierto participante en determinada ocasión que sirve para influenciar en cualquier forma a otros

participantes” (p.15). Visto así, el carácter de presencia que genera lo performativo es detonante para las actividades teatrales contemporáneas, en las que cualquier individuo u acción, pueden ser acontecimientos o influir sin la necesidad de un texto o un drama.

Así, el pensamiento de Fischer-Lichte, es el que me parece mejor se adapta a lo que corresponde a esta investigación, en cuanto a su definición y propuesta de lo performativo se evoca en el concepto de “una estética de lo performativo”. En este,

(...) tiene por objeto de estudio ese arte del rebasamiento de fronteras. Trabaja incesantemente para superar fronteras establecidas a finales del siglo dieciocho y asumidas desde entonces como inamovibles e insuperables, divisiones que se tenían como establecidas por naturaleza: nos referimos a la división entre arte y vida, entre alta cultura y cultura popular, entre el arte de la cultura occidental y el de aquellas otras culturas para las que es extraño el concepto de autonomía en el arte. (2014, p. 404)

Es en la liminalidad en que la *performance* se ha establecido como práctica identitaria y como nicho de estudio nuestras acciones codificadoras de contexto y sobre ellas trazar puentes en una cosa disímil de la otra. La *performance*, como el teatro, pone en manifiesto y en cuerpo lo que otros campos no toman en cuenta o marcan como una dicotomía irreconciliable. Nos habla de procesos más que de productos, de relaciones simbióticas -como la espectacularidad que puede tener los rito o el riesgo de muerte en ciertos tipos de juegos- y de la atención al “ser” como un acontecer en sí mismo, lejos de las estandarizaciones que definen lo que es o no es. El concepto de lo performativo pudo ajustarse radicalmente en nuestra disciplina porque nos mostró la vulnerabilidad de nuestros cuerpos, de nuestras prácticas y de las tradiciones que nos han traído hasta acá, así como la necesidad de reaprender lo que ejecutamos -metáfora del *twice-behaved behavior*-. El concepto de la *performance* nos permite desfasarnos del paradigma clásico del ‘producir contenido’ para destacar los procesos, haciendo a un lado la estereotípica versión de las artes, para abrazar una práctica estética que encuentra su ser en la acción y en su “como”



es presentada.

Feral (2016) además acota, que en el teatro performativo, este 'hacer' es lo primero que acontece dentro de los procesos escénicos, es lo que guía las relaciones de trabajo y la estética por encima de otros estímulos como han sido el texto, la producción o el discurso. El lenguaje de la 'acción' presente en todo teatro se intensifica dentro del teatro performativo.

Por último, considerando que la *performance*, como he mostrado puede parecer un término incluyente de cualquier rama, quisiera adherirme a las palabras de la artista colombiana de *performance*, Elvira Santamaría (2021), quien alude a que "la práctica de la performance es la reflexión de los actos y la creación de otros. Se vuelve una filosofía, una práctica de vida en vistas a un ideal o a una conciencia en evolución" (s.p). Esta práctica que evoluciona en conciencia de los actos que nos componen me lleva a pensar en qué mecanismos y estrategias utilizamos para identificarnos, tanto en la vida como en las prácticas artísticas y viceversa. Entonces, la conciencia no es un logro inmutable, es construcción sobre el presente.

### **3.2.3 La teatralidad y el teatro**

También me di cuenta de un fatídico error del cual quiero salirme: no pretendo ni he pretendido dar una idea del teatro, ya sea como dogma o como visión revolucionaria de los modelos con los que hemos trabajado. Por lo tanto, creo importante construir un pequeño soporte que justifique la pequeña rama del teatro sobre la cual me apoyo.

Como he mencionado anteriormente, el prisma teatral es una gama de estilos, contextos históricos, culturales, regionales, institucionales e incluso de preferencia. La performatividad del y en el teatro es una exuberante mezcla de signos e identidades a la hora de componer o crear.

Cada visión del teatro -por lejana que parezca- guarda ese espesor del contacto humano y de su apremio por hacerle saber a la otra, al otro o por 'contar' algo. No muy lejos quedan del origen del teatro como plantea De Tavira (2017) cuando menciona que en su

mito, el teatro nació cuando tres posibles cazadores en la edad de piedra sin un lenguaje común alrededor del fuego empezaron a ‘contarse’ sus hazañas de cacería. Al carecer de palabras, usaron sus cuerpos, sus gemidos primales, sus movimientos de cazadores que, al parecer, entendían a la perfección y permitían a los otros dos relacionarse con el relato. Imagino que conocían el ‘sats’ sin habérselo preguntado nunca, su nexa era la soledad que rompían con el ejercicio del relato y el cuerpo en movimiento.

En ese prehistórico mito, en el de la unión a través del hacer, me es menester encontrar una esencia del teatro, similar a la que plantea Grotowski al esencializar el teatro a intérpretes y personas espectadoras: ¿qué es lo que identifica al teatro? Dubatti (2017), se hace la misma pregunta y nos ofrece un concepto interesante: el de la teatralidad antes del teatro, siendo esta la condición y capacidad de organizar la mirada de la otra o el otro, aludiendo a la teatralidad como acompañante de la especie humana desde sus orígenes y que esta es implícita en organizaciones sociales, familiares, públicas, educativas, ceremoniales, entre otras y que es el teatro como disciplina quien se sirve de la misma.

Dubatti (2017) también explica que los seres humanos estamos envueltos en una “red de miradas” entre lo que se muestra y lo que se oculta. Cabe destacar, para este que escribe, que la mirada que nos plantea Dubatti no solo es un ejercicio de los globos oculares sino de la percepción de lo que nos rodea y de múltiples campos sensibles. Una vez más, hablo de lo que se presenta y de lo que aparece en ese presentar.

Ese presentar, o ese algo que se presenta, podríamos verlo como la poiesis de la que también habla Dubatti (2017) cuando compone el ‘teatro-matriz’, siendo la expectación y el convivio los otros dos elementos de esa triada escénica. Es interesante ver esta perspectiva que no enfoca el teatro en diálogos, actuación o emociones y lo hace ver como la reunión de seres humanos que hacen algo, que se acompañan a presenciar el desenvolvimiento de un suceso particular poético: ceremonia quiero llamarle. Grotowski (2009) plantea el teatro como un encuentro: de cada intérprete consigo, con el equipo creativo y con las personas del público.

Iré más lejos: el teatro es un acto engendrado por reacciones humanas e impulsos, por contactos entre la gente. Es a la vez un acto espiritual y biológico. Pero seamos completamente claros, no quiero decir que debamos hacerle el amor al público, eso nos convertiría en una especie de artículo de venta. (2009, p. 52)

El teatro como *as performance* podría ser la observación de un eclipse, nuestra organización para contemplar este evento estelar, cuyas cualidades astrológicas y astronómicas nos fascinan, convirtiéndolo en un teatro cósmico; o podemos verlo como *is performance* desde la práctica y oficio del desarrollo histórico, cultural, literario, social, político y filosófico que han realizados incontables intérpretes, personas directoras, dramaturgas, diseñadoras, teóricas y demás profesiones que hemos inventando en este evento que nos insta a unirnos: extraños que presentan para extraños que observan.

De manera similar, Brook (1996) desde las primeras líneas de su 'Espacio Vacío' nos regala una pequeña fórmula que decanta lo que se necesita para que haya teatro: "Puedo tomar cualquier espacio vacío y llamarlo escenario. Un hombre camina a través de este espacio vacío mientras alguien más le observa, y esto es todo lo que se necesita para que se cumpla el acto del teatro" (p. 7).

Quizás podría parecernos perezoso o poco imaginativo este precepto que demarca Brook pero es en esa simplicidad, que el potencial del teatro alumbra: en la acción y en dos personas conectadas a través de ella, volvemos a la unión, al fuego primigenio.

Un poco más afondo, suscitando las palabras de Oida (2005) cuando menciona que la condición primordial del intérprete es la de desaparecer del escenario para mostrar la danza del espacio: "El trabajo del actor no consiste en exhibir lo bien que trabaja, sino, en el mejor de los casos, en que, por medio de sus actuación, el escenario cobre vida" (p. 22). Para ello, Oída cree en la necesidad de desaparecer para mostrar algo más, remitiendonos al ninja que desaparecía en la oscuridad:

Para mi actuar no consiste en exhibir o en demostrar mi técnica. Consiste más bien en revelar por medio de la actuación “algo más”, algo con lo que el público no se topa a diario. El actor no tiene que demostrarlo. No tienen que volverlo físicamente visible, sino que, al hacer que la imaginación del espectador se involucre, “algo más” aparecerá en la mente de aquel o aquella. Para que así suceda el público no debe tener la menor idea de lo que el actor está haciendo. Debe poder olvidarse del actor. El actor debe desaparecer (2005, p. 21)

Situación dicotómica la que nos plantea: mostrarnos para desaparecer, aprender a estar presentes para que, en nuestra presencia, aparezca lo que ha estado ausente. El teatro es ese acto liminar donde es posible ser partícipe de estas dualidades, lo inquietante, es el cómo desarrollarlo más allá de la teoría.

### **3.2.4 Conceptos para un Teatro Performativo**

Luego de elucubrar los puntos anteriores que me parecían necesarios para seguir esta diatriba académica, puedo seguir relatando los intentos que nos traen acá: un terreno común entre quienes estudiaron desde las perspectivas teatrales el uso del cuerpo como materia sensible para entender el umbral en el cual se perfilan el teatro y la *performance* para darnos una idea de lo que se podría definir como teatro performativo y el entrenamiento actoral que este podría usar.

Estos conceptos que mencionó no son absolutos, fueron encontrados en las sesiones que conforman la etapa I y se les da un valor muy específico ya que fundamentan esta investigación y sus demás etapas..

La metodología que se utilizó fue leer y plantear como estas palabras que resonaban en mi cuerpo podrían tener algo que ver con mi investigación. La unificación de conceptos que se muestran acá parten de puntualidades que me parecen esenciales de tratar, ya que considero impregnan la práctica a la que quiero acercarme y a la vez, son actos visibles que

son conceptualizados por investigadoras e investigadores.

Este es el delicado puente por el que miro hacia al abismo del teatro.

### **3.2.5 Conceptos para una Experiencia Umbral**

Me he referido al teatro como un acontecimiento, esto es esencial para apreciar la esencia del mismo en la contemporaneidad. El teatro como un cronotopo -lugar y tiempo- donde “acontece” no solo una muestra poética de recursos psico-físicos, plásticos, sensoriales, etc; además, una reunión de personas extrañas que vienen a ser parte de “algo más” -refiriendome a Oida, Fischer-Lichte y a Pavis-: lo extracotidiano.

Podríamos entender que en diversos eventos co-participativos por ejemplo las Olimpiadas, un mitin político -expertos en la representación-, un desfile patriótico o un quinceañeros, las personas se reúnen a atestiguar una gesta o acto de rememoración o transición, que en gran o pequeña escala pueden contener ciertos elementos de poiesis; aunque no necesariamente pertenecen a la esfera del teatro y de la teatralidad como ya mencioné hace unas páginas.

Al hablar del teatro como acontecimiento me remito a las palabras de Dubatti (2017, p. 27), quien caracteriza este convivio teatral como “zona de experiencia y subjetividad en la que intervienen convivio-poiesis-expectación” las cuales generan una atmósfera adecuada para que “acontezca” otra realidad de naturaleza emergente y trascendental.

Trascendental en el aspecto en que no involucra competencia aunque la persona interprete “arriesgue la vida”; trascendental porque vincula otras características del trabajo humano -recordemos que Marx determinaba el trabajo artístico lejos y contrario del progreso lineal económico capitalista (2012); trascendental ya que su naturaleza rehúye de la cotidianidad para forjar otras intensidades de la experiencia humana.

Es decir, el teatro es un constructo que mezcla la ontología y la historia humana así como sus múltiples expresiones culturales. Está construido como un todo por diversas partes y podríamos darle una funcionalidad: la del acontecimiento.

Desde una perspectiva contemporánea, Lidell, observa que el teatro es:

(...) una unión de sensibilidades, de voluntades, es un acontecimiento misterioso donde se produce una epifanía individual frente a lo incomprensible, lo que no puede ser explicado, Kierkegaard lo llama “anfaegtelse” [...]. Frente a la obra de arte, frente a la poesía, sea o no teatro, sucede lo mismo, entramos en estado de “anfaegtelse”, al fin y al cabo frente a dios y frente al arte nos hacemos las mismas preguntas, es un shock espiritual [...] deber creer, creer, para que al final aparezca el ángel, eso es el teatro, el ángel impide el derramamiento de sangre, el teatro responde al concepto de sacrificio” (2015, pp. 124-125)

Con Lidell, volvemos a lo que planteé al inicio de esta investigación, cuando mencioné que las personas intérpretes y hierofantes comparten una tarea primordial al recordarle a las personas la existencia de “algo más” entendido como otras formas de reconocer la vida, otras experiencias que rompen con lo cotidiano, epifanías o shock espiritual. Lo que asemeja al teatro performativo y al ritual es su acontecer.

Para Lehmann, esta noción es primordial para entender lo que acontece en el teatro contemporáneo. Pero no está de más, articular algunas de las percepciones del teatro posdramático dentro del teatro performativo y el *training*, especialmente el rescate del trabajo de la persona intérprete con su cuerpo como experiencia de vida, para la vida en escena y, de la visión del teatro como dinámica experiencial. Así, Lehmann suscita que “es evidente, pues, que a la práctica del teatro le es siempre consustancial la dimensión de lo ceremonial”. (2013, p.121)

Entendido así, el teatro como género literario que tanto fascinó a las instituciones entre los siglos XVI-XX, deja de ser el centro del quehacer escénico, abriendo campo al acontecimiento en sí mismo como centro y aristas que componen la obra teatral. De acá, la necesidad de concebir el “teatro como ceremonia” no es gratuita: hemos visto que para De Távira y Grotowski tenía esa aproximación.

Lehmann, también expande este concepto de ceremonia teatral, vista como:

todo el conjunto de movimientos y procesos que carecen de referente pero que son presentados con una elevada precisión; eventos de una peculiar comunidad formalizada; construcciones de desarrollo rítmico-musicales o arquitectónico-visuales; formas para-rituales así como (a menuda oscuras) celebraciones del cuerpo y de la presencia; la empatía o monumental ostentación acentuada de la presentación, etc.” (2013, pp.121-122)

Esta connotación plantea el teatro como un campo donde la obra o producto, por sí mismos, no son el fin, sino en el eventual compartir poético que se da a pesar de estos, infiriendo que lo relevante es la construcción y concientización de presencias. Siendo este compartir preparado, ensayado y diseñado desde las peculiaridades de los procesos o filias de las personas creadoras, las ceremonias teatrales ofrecen un espacio de comunión y de comunicación.

La creación escénica, a través de los estímulos de la puesta en escena y del intercambio energético entre personas intérpretes y personas espectadoras, se ha convertido en objeto de estudio de la actualidad teatral. El fenómeno específico que aborda las relaciones presenciales entre personas intérpretes y personas espectadoras es denominado por Fischer-Lichte (2014) como generación de co-presencia física entre actores y espectadores.

En este, se forma una especie de comunidad o mutual durante el acontecimiento escénico, abriendo un abanico de posibilidades para ambos grupos, como la participación activa de las personas espectadoras o la transición del contacto visual por contacto físico.

Las personas intérpretes a través de su performatividad escénica descargan energía en forma de movimiento, voz, acción, mirada, contacto físico entre intérpretes/espectadoras y con otros dispositivos que pueden ser juegos, objetos, etc. Esto viene desde un proceso previo de montaje y de conceptualización de la pieza pero también de las características

únicas de cada una o uno de los participantes de la ceremonia escénica. Fischer-Lichte (2014) nos comenta sobre los procesos de corporización y de la presencia que emergen sólo en el acontecer del teatro, estudiado en los casos que ella muestra para hacernos llegar a una conclusión: es el ejercicio de estar frente a otra u otro que la poética escénica cobra un nuevo sentido.

Tanto intérpretes como personas espectadoras tienen una sensibilidad que se desarrolla en relación al acercamiento de acontecimientos estéticos. Estos a su vez, trascienden del concepto de "obra" para integrarse más sobre esta función de generar una comunidad en el tiempo, lo que Fischer-Lichte (2014) llama bucle de retroalimentación autopoético.

En esta, es el contacto presencial frente al otro -intérprete o espectador-, lo que despierta la sensación aurática de estar frente a algo más, de percibir otros estados que no se esperaban y que estos a su vez, detonan emociones o sensibilidades orgánicas dentro de las personas intérpretes las cuales no fueron previamente 'ensayadas' sino que aparecen. Para la persona espectadora también esto sucede, escribe Fischer-Lichte que "pone al espectador en un estado que lo aparta de lo cotidiano y de las normas y reglas que lo rigen -incluso aunque las experiencias que viva durante su transcurso puedan coincidir con ciertas experiencias cotidianas-" (2014, p. 356)

Este bucle "acontece" durante y solo en la realización escénica, previa a ella, lo que existe es la técnica y la organización de estímulos. Hablamos de un intercambio similar al del ritual que para que se produzca necesita de personas que lo gesten como personas que lo presencien.

La noción de ritual puede parecer abstracta a veces, acá nos referimos a una práctica que demarca dos tiempos, refiriéndonos a Eliade (1998), lo sagrado y lo profano. El ritual es un tiempo umbral que permite esa comunicación hierofánica. Para Chirpaz, el ritual consiste en:



A partir de un mismo movimiento, la conciencia mide lo que el hombre es en el mundo, comprende que el mundo no existe sino por su relación con lo sagrado y que el aquí y ahora de su experiencia de la vida en el mundo (es decir, lo profundo) es distinto de lo sagrado, pero ordenado hacia él (s.f, p. 50)

Lo que nos interesa es el uso del movimiento o de una acción directa y concientizada, realizada por una persona que le “separa” de cierta cotidianidad para instaurarse en una extracotidianidad. Lo sagrado, podría ser el convivio, la presencia, el compartir de las acciones. Siendo así, la hierofanía y la *performance* se asocian como acciones creadoras, de identidad y de comunidad.

Volviendo a los preceptos escénicos, en el convivio, las personas que prepararon poiesis para las personas que vienen a presenciar, reciben a su vez las percepciones *in situ* al interactuar con el público, así funciona el bucle de retroalimentación autopoética: reciprocidad en el acontecimiento. Volvemos a la metáfora del ninja, desaparecemos dentro del acontecimiento para formar una masa conectada a través de la poiesis.

El ‘dar y recibir’ ya no es solo de intérprete a intérprete o de intérprete a público, el teatro performativo busca que todas las personas que se encuentren dentro del acontecimiento se vean flanqueadas en un intercambio energético y estético.

Fischer-Lichte, escribe acerca de un suceso performativo donde se centra este precepto que menciono:

Con la metáfora del “contagio” vuelve a dejarse claro que cuando hablamos de experiencia estética en el contexto de una realización escénica no la referimos a una “obra”, sino a lo que surge a partir de aquello que acontece entre los que toman parte de ella. (2014, p.74)

Sin dejar de lado la extensa investigación de Fischer-Lichte, su libro se centra en el estudio de cómo las simbiosis entre teatro, teatralidad, arte del *performance*, corporalidad, presencia y sentido nos han conducido al paradigma de lo que intento retratar al hablar de

teatro performativo como experiencia compartida. Fischer-Lichte deja claro que el teatro contemporáneo es resultado de la búsqueda de cuerpo: cuerpo creador, cuerpo participativo, cuerpo como un todo y fraccionado y la presentación de este cuerpo como experiencia artística.

Es en la co-presencia física de intérpretes y espectadores que acontecen -emergen- los códigos poéticos manifestados, principalmente, por el uso extracotidiano del cuerpo sin descartar otros dispositivos escénicos.

Así, para Fischer-Lichte (2014), la experiencia estética es la esencia de las realizaciones escénicas y en la experiencia de lo performativo. No la obra como un fin de partida, sino la obra como un acontecimiento donde el proceso de creación y sus condiciones, la presentación a público, el contagio de la presencia, el contacto entre intérpretes y espectadoras, las percepciones que se generan en ese presente construido y el bucle de retroalimentación autopoética, nos exige una mayor comprensión de los signos y del trabajo escénico. El placer deja de ser lógico o creador de discurso para volverse sensible.

La experiencia estética, menciona Fischer-Lichte (2014), “puede llevar a una transformación, o que en sí misma, se experimenta ya como una transformación” (p. 378).

Por último, quiero agregar a este margen lo que Fischer-Lichte establece al hablar de las realizaciones escénicas como una experiencia umbral. Para la investigadora, el teatro se encuentra en una situación “*betwixt and between*”, un lugar donde no se es una cosa o la otra, un “entre dos aspectos”.

Fischer-Lichte utiliza este concepto de Turner, quien a su vez lo utilizó para describir rituales y prácticas ceremoniales. Aunque para Fischer-Lichte (2014), la experiencia umbral escénica no es necesariamente la misma que la experiencia umbral del ritual, por la irreversibilidad y la identificación social que el ritual genera, si considera que estos espacios umbrales o liminales, permiten un desfase con lo conocido o lo real cotidiano, para

adentrarse en un campo donde “algo más” puede suceder y otras sensibilidades aflorar. Aspectos como la catarsis, la revelación o el encuentro son más efectivas cuando el umbral escénico se manifiesta.

De esta visión de Fishcer-Lichte, del teatro como una experiencia entre dos aspectos cualquiera, lo real y lo falso, lo artístico y lo no artístico, lo representacional y lo presentacional, etc., nos interesa como cualidad de la experiencia umbral es que remite a una serie de acciones y construcciones previas que serán implementadas, como un juego o un rito, donde más que ofrecer una cosa específica lo que se encuentra es un acontecer, un hacer para adentrarnos en la penumbra.

En Eliade (1998) este concepto de umbral puede remitirnos también a este concepto de teatro que hemos mencionado: “El umbral es a la vez el hito, la frontera, que distingue y opone dos mundos y el lugar paradójico donde dichos mundos se comunican, donde se puede efectuar el tránsito del mundo profano al mundo sagrado” (p. 13).

Consideremos que la actividad teatral presupone un cambio de perspectiva, una invitación a sabernos y observarnos desde otros sentidos, el umbral que propone un teatro performativo o el teatro como ceremonia, zarandean los conceptos establecidos como sociedad para adentrarnos en una dinámica de juego y creación. En su vigilia aceptamos que estamos ante la presencia o ‘presencias’ de otros seres: intérpretes.

### **3.2.6 Conceptos para una Visión del Hacer en la Persona Intérprete**

Visto lo anterior, es necesario explorar las condiciones que abarcan la corporalidad y los procesos de preparación que se integran a las personas intérpretes, quienes dentro de un teatro performativo toman una mayor focalización de la acción como se ha mostrado.

Una de las primeras cosas que me planteo es en base a la escisión con el teatro tradicional que Fischer-Lichte descubre: ¿quienes plantearon como era el teatro y con qué objetivos? Inmediatamente, pienso también en quienes precursoron en hacer del teatro un espacio de experiencia umbral o de experiencia multi perceptiva.

Para Barba (2010) y Schechner (1988) uno de los primeros en poner atención a las necesidades de las personas intérpretes fue Stanislavski. Para Schechner, Stanislavski fundió vida en la palabra “actor” nuevamente, cuando estos estaban siendo marginalizados o tratados como embaucadores (p. 92); para Barba: “pensó en la condición del actor según criterios de creatividad individual, de dignidad de autonomía artística y de continua búsqueda en el seno de un grupo cuyas necesidades personales se fusionaran en un propósito común” (p. 70).

Ambos destacan el enfoque que Stanislavski tuvo sobre un teatro que se dejara de clichés, de efectismos sentimentales, despotismo por parte de los autores o de “genios” para cambiarlo por una visión de estudio permanente de las acciones de la vida que a su vez, componían el teatro. Aunque también le reclaman, el construir al margen de “la cuarta pared” dejando el contacto con el público de lado.

Sin embargo, Stanislavski abrió una fisura en ese teatro tradicional, él mismo en su juventud fue un disidente del arte de su época. Creía que el trabajo del intérprete debía de ser lo más cercano a un estado natural y por ello debía estudiar conscientemente los motivos del personaje y de la manifestación física de estos. En la “Construcción del Personaje”, hace hincapié en el uso del cuerpo no solo como elemento externo de la actuación sino como instrumento creador. Justamente en el epígrafe, este anota lo siguiente:

Un actor debe trabajar toda su vida, cultivar su mente, desarrollar su talento sistemáticamente, ampliar su personalidad; nunca debe desesperar, ni olvidar este propósito fundamental: amar su arte con todas sus fuerzas y amarlo sin egoísmo. (s.n)

Stanislavski (1999) abre con un consejo que puede entenderse dentro de la mecánica de esta investigación cómo el de entrenarse toda la vida, sin dar nada por sentado ni considerarse acabado, más bien, abierto a evolucionar. Desde las primeras páginas, después del epígrafe, continúa advirtiendo en la necesidad de usar el propio cuerpo como una totalidad para caracterizar un personaje, pues sería la forma externa el medio para

transmitir las ideas y mundo interno.

Esto contradice mucho la visión parcializada que tenemos de Stanislavski, en la que le hemos relegado a forzar los sentimientos o el uso de “la memoria emotiva”, como uso del mundo interno de la persona intérprete. Sin embargo Stanislavski no alude a poner en escena los traumas no resueltos o las precariedades emotivas internas, sino a re-sensibilizarnos a estas experiencias internas y lo que estas manifiestan en el cuerpo y crear físicamente un espacio seguro donde impulsos internos permitan externalizar movimiento y acciones, sin forzar la psicología de la persona interprete a la inestabilidad.

Mauro (2012) expresa sobre la búsqueda de Stanislavski que “la premisa consiste en que es la acción la que desencadena los procesos emotivos del actor, lo cual implica una concepción del sujeto y de su psiquis (...) la acción reemplaza a la vivencia en tanto elemento articulador que permite arribar a una actuación orgánica” (p. 131). Lo anterior focaliza lo que Stanislavski busco en la ‘Construcción del Personaje’, una serie de observaciones y ejercicios para que las personas intérpretes pudieran desarrollar su técnica a partir del cuerpo como estímulo creador.

Esto se ve cuando, Stanislavski, menciona que las personas intérpretes debemos prestar más atención a lo que “emerge” y no a lo que se fuerza, el estudio sobre las acciones y objetivos del personaje implican una sensibilidad del intérprete con su propio cuerpo. Así:

la mayor parte de la gente de teatro no está dispuesta a comprender que lo accidental no es arte, y que nada puede construirse sobre esta base. El maestro virtuoso debe tener un control completo de su instrumento, y el de artista dramático es una maquinaria compleja. (...) Estamos obligados a manejar simultáneamente todos los aspectos físicos y espirituales de un ser humano. Alcanzar un grado de maestría sobre ellos exige tiempo, a la par que arduos y sistemáticos esfuerzos. (1999, p. 353)

El intento de Stanislavski se basa en codificar prácticas físicas que las y los intérpretes pudieran seguir para acercarse más al trabajo del personaje en escena, destacando el cuerpo y el trabajo psicofísico como material sensible.

Hay un pasaje interesante en el que uno de los estudiantes de Torstov -el maestro ficcional en el libro- admite que se ha quedado absorto entre sus pensamientos y sentimientos lo que le ha llevado a olvidar el texto del personaje en media escena. Torstov responde que para que esto no suceda es necesario generar pausas que permitan a la persona intérprete a transitar por el texto y sus sentires, siendo estas pausas estudios sobre la respiración, las cuales conllevan un control y detalle de las intenciones para evitar que el mundo interno del personaje termine dificultando las acciones físicas. (p. 176)

En este paraje, percibo que Stanislavski asume el oficio del intérprete como una acción consciente y estudiada, que no se deja cegar por todos sus impulsos internos sino que son balanceados desde la mirada externa y creativa de la persona intérprete. Esta sensibilidad sólo podría encontrarse tras la repetición, la observación y la práctica nunca desde el desborde emocional.

A propósito de esto, Mauro se basa en el Sistema Stanislavski para hablar de la visión de Raúl Serrano sobre las acciones físicas para comentar lo siguiente:

ni la entrega desbordada a la emoción, ni el estricto y permanente control racional sirven al actor, cuyo objetivo es alcanzar la organicidad. Retoma del primer Stanislavski el término organicidad, pero no el de vivencia, debido a que aquél implica el compromiso psíquico, físico y emocional, al tiempo que separa a la actuación del realismo psicológico como estética exclusiva (2012, p.135)

Siguiendo esta línea, Picon-Vallin (2010) nos recuerda que con la llegada del stalinismo a Rusia, el realismo se volvió una fachada para satisfacer los intereses políticos dejando de lado los procesos corporales por satisfacer la demanda de productos artísticos.

Precisamente, alguien que rompió con esa estética de realismo psicológico fue Meyerhold, -antes de ser fusilado por las autoridades soviéticas- al introducir conceptos de trabajo físico que “agrandaban” el trabajo interpretativo a un lugar similar al de la persona atleta o gimnasta o juglar.

Para Meyerhold, el trabajo con el cuerpo debía encontrar un camino diferente, a través del movimiento y del dinamismo físico. Así nos menciona Picon-Vallin (2010) que para Meyerhold el aprendizaje de la persona intérprete debía ser como el de la persona de música que aprende “escalas”. Estas, a su vez, formaban modos de construcción sobre el cuerpo escénico, basados en la naturaleza y movimientos como la oposición, duración y el punto. Entrenan a la persona intérprete a pensar con todo el cuerpo; para Meyerhold, la persona interprete pensaba con las piernas (p. 40)

Estos estudios conformaron la base de la ‘Biomecánica’ cuyo objetivo no era enseñar a actuar sino a reconocer otro cuerpo lejano al cotidiano, un cuerpo dinámico.

Siguiendo una línea similar a la de Meyerhold, Grotowski busca que el desarrollo físico de la persona intérprete sea más complejo que la del acróbata sumándole una capa más, lo espiritual, entendida como un conjunto de principios éticos e identitarios de la persona intérprete. Desde temprano, Grotowski (2009) busca en ‘Hacia un Teatro Pobre’ la escisión con el teatro burgués, o como lo llama ‘el teatro rico en errores’ siendo estos la falta de atención a las energías, la sobreexplotación de signos plásticos que entorpecen el trabajo en escena y la dependencia del texto. Para Grotowski, como se mencionó anteriormente, el teatro significa encuentro -una infinidad de microencuentros- por ello exige una noción particular en sus búsquedas, la del intérprete como ser humano que aborda el teatro en su complejidad ontológica y técnica. Así, sobre el oficio del intérprete, Grotowski menciona:

que lo que el actor logre sea un acto total (no tengamos miedo del nombre),  
que lo que haga lo realice con su ser íntegro, y no solamente con un gesto  
mecánico (y por tanto rígido) del brazo y de la pierna, no con gestos apoyados  
por una inflexión lógica en forma viva; puede estimularlo, y en realidad es todo

lo que realmente puede hacer. Sin comprometerse, su organismo deja de vivir y sus impulsos se vuelven superficiales. (2009, p. 84)

Este compromiso es lo que resultaría más adelante en el 'actor santo', concepto que abarca una serie de características psicofísicas y espirituales, las cuales las personas intérpretes deben descubrir algunas de forma cotidiana como la generosidad en los espacios creativos, la empatía; y otras sobre la construcción de modo de dinamizar el cuerpo como la constancia en un aprendizaje técnico y la conciencia para reconocer bloqueos mentales, físicos y energéticos que privan a la persona intérprete de alcanzar una sensibilidad consigo misma y el entorno.

La 'santidad' de la que habla Grotowski, a mi parecer, es casi un reconocimiento ético del oficio de la persona intérprete, donde se busca la amenidad en el trabajo suponiendo que este no va a ser un proceso sencillo, sino que uno marcado por atrasos, por complicaciones mundanas pero que a pesar de eso, la santidad vendría a rescatar la esencia del encuentro y de la práctica como un terreno común donde mezclar las perspectivas a través del hacer.

Como he mencionado anteriormente, esta práctica psico-física está en los ejercicios y en las auto-pedagogías que nosotras mismas, como personas intérpretes, realizamos. El ejercicio físico y mental es una forma de encontrarnos y de volver a humanizarnos: el canto, la danza, el juego, la inteligencia con que se procesa una acción o el compartir con una persona compañera de escena establecen un contacto con lo humano lejos de los parámetros cotidianos. En el teatro y en su práctica, estamos en riesgo de toparnos con nosotras mismas, sin embargo, los bloqueos que para Grotowski son 'demonios' con los que la persona intérprete debe luchar, impiden esta integralidad en los espacios fuera y dentro de la escena. Los ejercicios y ficciones son procesos, no fines, para desatar una poética mayor. Como vemos para Grotowski:

El teatro ofrece una oportunidad para lo que podríamos llamar integración, mediante la técnica del actor, mediante su arte que le permite al organismo



vivo luchar para encontrar objetivos más altos si descartamos las máscaras; si se revela la sustancia verdadera se logra una totalidad de reacciones físicas y mentales. Esta oportunidad puede tratarse de manera disciplinada, con conciencia plena de las responsabilidades que implica. (2009, pp. 213-214)

Al hablar de disciplina, está concierne al cuidado y refinamiento de la técnica. Para Grotowski (2009), la médula del teatro es “la técnica escénica y personal del actor” (p. 9), y una vez más, esta es alcanzada a través del trabajo físico, vocal, mental y espiritual como procesos constantes y contestatarios de cada cuerpo. No existe un modelo, una única técnica, lo que existe es el cuerpo y sus expansiones, sus bloqueos y sus capacidades -singulares- de trabajar en ellos. De forma simple, hablar de la Vía Negativa.

Este concepto que desarrolló Grotowski, tuvo sus dudas en cuanto a inestabilidad mental o física de la persona intérprete. Para Grotowski, el dedicarse de lleno a la Vía Negativa constituía más bien un equilibrio entre las formas, la energía y lo orgánico:

(...) cuando se entregue cien por ciento a su trabajo. Es sólo el trabajo que se hace a medias, superficialmente, el que se convierte en una cosa penosa psíquicamente y el que descuadra el equilibrio. Si sólo nos comprometemos superficialmente en este proceso de análisis y exposición -y esto puede producir efectos estéticos muy amplios-, es decir, si retenemos nuestra máscara cotidiana de mentiras, entonces somos testigos de un conflicto entre esa máscara y nosotros mismos. Pero si este proceso se sigue hasta sus límites más extremos, podremos en absoluta conciencia arrancarnos la máscara cotidiana, sabiendo desde ahora qué propósito tiene y qué esconde debajo de ella. Es una confirmación no de lo negativo en:· 'nosotros sino de lo positivo, no de lo que es más pobre sino de lo más rico. (2009, pp.40-41)

La Vía Negativa, como mencioné antes, puede parecer compleja cuando le llamé destructiva dentro del *training*, pero estamos hablando que lo que se destruye -bloqueos físicos, inhibiciones o falta de escucha al grupo- es para dar paso a la creación: un cambio

equitativo en la materia sensible, sugerida por el afinamiento psico-físico.

Considero importante hacer de nuevo una salvedad, el trabajo con el cuerpo, el trabajo físico dentro de las artes escénicas no es necesariamente de carácter olímpico o militarista, no trabajamos para volvernos máquinas de matar. Nuestro trabajo permite la existencia de las poéticas, de las sensaciones que no se nombran, lo nuestro es un músculo espiritual.

Richards, uno de los últimos colaboradores de Grotowski, trabajó muy de cerca estos preceptos al adecuar sus prácticas dentro de sus investigaciones escénicas. Richards (2005) nos menciona que existen dos enfoques con los que la persona artista puede hacer este proceso de corporización. El primer enfoque consiste en domar el cuerpo, en un entrenamiento que separa la mente de los estados corporales, lo que en todo caso lleva a un bloqueo de la sensibilidad. Un segundo enfoque, se refiere más a la Vía Negativa o al *training*, en cual se desafía los obstáculos psico-físicos a través de la práctica de dinámicas y ejercicios para encontrar cual es el flujo del cuerpo que permite el tránsito de energías. Este "trata de invitar al cuerpo a lo «imposible» y de hacerle descubrir que lo «imposible» puede ser dividido en pequeñas partes, en pequeños elementos, y convertirse en posible" (p.98). El cuerpo se vuelve salvaje y noble, lo cual considero es un alcance sobre nuestra prácticas artísticas.

Otro punto de Richards, es el nexo que hace al hablar de acciones físicas en Grotowski y Stanislavski, poniendo específico valor en el uso del cuerpo como creador de estados y emociones a través de movimientos, acciones y partituras. Richards concibe que el trabajo sobre la partitura es la fuente de vida del trabajo de la persona intérprete, en ella, las acciones sugieren emociones y propician el flujo de energías necesarias para transitar la complejidad de la escena. Así, Richards, manifiesta que

la clave de las acciones físicas reside en el proceso corporal. Simplemente debía hacer lo que estaba haciendo y, cada vez que repetía la «estructura individual", recordar de manera más y más precisa la forma en que había

hecho lo que había hecho. Dejar que las emociones fluyan por sí solas. (2005, p.51)

Alguna vez, Artaud, profirió una frase similar sobre el trabajo de la persona intérprete cuando le llamó “un atleta de las emociones” -en algunas versiones se le traduce como “atleta del corazón”: ¿cómo trabajamos ese músculo?-. Aunque Artaud no dejó bases claras sobre cómo debía ser el trabajo de la persona intérprete, si se evocó en la necesidad de construir un cuerpo que no correspondiera al modelo burgués, del teatro rico.

En su primer manifiesto para un Teatro de la Crueldad, Artaud (1958) lamentaba la distancia entre el teatro y valores como “la Creación, Transformación y Caos” (p.90) y la urgencia de hacer ese éxodo a través de la búsqueda de acciones que rompieran el modelo occidental de gestos y textos. Menciona también que la persona intérprete debía dejar de ser un instrumento para convertirse en algo similar “a los rayos de la luz” porque a través de su trabajo dependía el teatro. La magia y lo imposible son vertientes que el teatro de Artaud podía alcanzar a través del trabajo físico, el teatro dejaría de ser un estupefaciente para contentar los fútiles intelectos de los soberanos para ‘metamorfosearse’ en una ceremonia.

Ahora, para las personas intérpretes, ¿cuál es nuestra búsqueda en esta ceremonia? Como se vio en Lehmann (2013), el teatro es una ceremonia contemporánea, algo *naive*, algo cruel, algo fantástica. Entonces, ¿debe la persona intérprete sacrificarse en escena, o rendirse ante la dogmatización de nuestro arte? o, ¿es mediante la consecución de prácticas y dinámicas físicas que despierten un lenguaje lo que le acerca a un terreno común? Al menos, dentro de esta investigación, ese espacio común es el cuerpo como materia sensible y polisémica, de este nacen los sonidos, las acciones, las danzas, los cantos, los abrazos y la sangre que endulzan la sala y el escenario. Para Lehman, el cuerpo es la pulsión del teatro.:

A pesar de todos los esfuerzos por atrapar el potencial expresivo del cuerpo en una lógica, una gramática y una retórica, el aura de la presencia corporal sigue siendo el punto del teatro en el cual ocurre repetidamente la

desaparición, el *fading*, de toda significación en favor de una fascinación más allá del sentido, de una presencia actoral, del carisma o de la irradiación. (...) el cuerpo se convierte en el centro no como portador de sentido, sino en su physis y gesticulación. (2013, p. 165 )

Lehman retrata la potencia de los cuerpos de las personas intérpretes, cuando se rebelan de la lógica impuesta por siglos de racionalidad y de institucionalidad burguesa que menosprecia ciertas prácticas artísticas; pueden generar un campo aurático donde todo es posible. Siguiendo esta premisa, Lehmann avisa sobre el cuidado que debemos generar con el cuerpo como proyector, similar a los rayos de luz que nos propone Artaud.

Esta irradiación de la que habla Lehmann es la que buscamos a través del *training*, más cercano al “concepto radical de presencia” visto en Fishcer-Lichte, una apertura energética propiciada por horas de esfuerzo psicofísico para entregar en escena algo que se asemeje a una “mente corporizada” un balance entre el “actor santo” y el ser humano disciplinado en las artes escénicas.

Más adelante Lehmann (2013), establece que la persona intérprete es vital para el teatro contemporáneo como para un teatro performativo, ya que: “el proceso dramático ocurría entre los cuerpos, el proceso posdramático sucede en el cuerpo” (p.351). Las acciones, impulsos, emociones, partituras, movimientos y desplazamientos retoman su carácter “santo”, técnico y energético y se convierten en la base de las realizaciones escénicas, se desea llegar a las sensaciones de la otra y el otro.

Aquí, retomo las aproximaciones que hace Barba al oficio del actriz y del actor en cuanto a ejercicios, desbloqueo del cuerpo-mente y sobre la necesidad de cuestionar el mismo oficio a partir de la investigación.

Tras una amplia carrera en el estudio escénico, Barba se ha caracterizado por buscar conceptos para los procesos teatrales que abarquen de forma integral los detalles y oscuridades de lo que hacemos. Para Barba (1995), la energía, como fuerza científica es

aquella que los cuerpos pueden desempeñar al levantar algo, empujarlo o correr: acciones físicas que requieren de un “hacer algo” -de un *to perform*- pero también tiene características cuasi-mágicas.

En cuanto a los estudios que Barba junto al ISTA -por sus siglas en inglés: International School of Theatre Anthropology- han realizado con el concepto de energía aplicado a la escena, se puede observar que la energía es un estado de alerta que evoca una atención detallada de los aspectos físicos así como organización de sensaciones en una fracción de segundo (2005), una concentración/decisión del cuerpo-mente previo al desarrollo de una acción: sats.

Esta decisión, dice Barba (2005), no puede ser pensada o tomada, sino que es ejecutada al organizar los múltiples niveles que involucra una acción siendo el movimiento, el tempo-ritmo, la inteligencia de la persona interprete, etc, sino que esta es, por así decirlo, entrenada. Solo puede encontrarse en el trabajo, en el tratar de soltar las preconcepciones para asumirse como un cuerpo en estado de alerta creativa o cuerpo dilatado, a fin de cuentas, un cuerpo listo para ejecutar.

Barba (2005) menciona que “el sats es una minúscula descarga en la que el pensamiento se inerva en la acción, y es experimentado como pensamiento-acción, energía, ritmo en el espacio” (p.95).

Entendiendo la necesidad de Barba por referirse a los ejercicios como “ficciones pedagógicas” la energía no puede ser algo que se encuentra como por arte de magia, o muy al contrario, se encuentra gracias al arte de la magia escénica, es decir en la prueba y error del conocer las cualidades performativas del propio cuerpo.

Acá es donde es necesario referirme al término de “pre-expresividad” que también acuña Barba, como todo aquellas condiciones físicas que permean y salen a flote de las personas intérpretes. El nivel pre-expresivo es un terreno común de trabajo para las personas intérpretes, evoca la fisicalidad y la presencia misma como constructoras de un

posible sentido. Barba explica que: “El nivel que se ocupa en cómo rendir escénicamente viva la energía del actor, cómo hacer que una presencia golpee inmediatamente la atención del espectador, es el nivel pre-expresivo y el campo de estudio de la antropología teatral.” (1998, pp. 261-262)

Este nivel pone énfasis en la energía y la fuerza creadora de la persona interprete y en los mecanismos o dinámicas de ejecución técnica que fundamentan una práctica caracterizada por la exploración de sus capacidades físicas: tono muscular, equilibrio, vocalización, resistencia etc, siendo todas estas entrañables dentro de otras técnicas a nivel mundial.

Para Barba (1998), la pre-expresividad también acopla los procesos de aculturación e inculturación. Siendo la primera, un conjunto de dinámicas y códigos que estilizan las capacidades de la persona intérprete a la vez que le otorgan una “irradiación” en su forma de accionar. Este modelo es más notorio en Oriente, donde las técnicas comprenden prácticas tradiciones que son impartidas de una generación a la otra conservando mayoritariamente los saberes y las prácticas sin ser modificadas y sin separar la vida de las manifestaciones extracotidianas. Por otro lado, la inculturación corresponde al proceso de interpretación en que la persona actúa en base a modelos de comportamiento que le permiten un desarrollo amplio entre múltiples saberes o técnicas, como acontece en Occidente, donde más que tener “una única técnica” definida, tenemos una pluralidad de técnicas poliformes que toman y dan para el aprovechamiento de cada quien.

Para Barba, es importante denotarlo como estilos que se funden en el nivel pre-expresivo, tanto la codificación detallada de Oriente como la transculturación de expresiones de Occidente son campos que relacionan a la persona interprete con otro tipo de cuerpo: cuerpo dilatado/cuerpo ficticio. De aquí la importancia de entender el trabajo psico-físico como algo más que una preparación o un calentamiento y empezar a tratarlo como una vía de hacerse dueño de la propia presencia, de la propia irradiación a través del saberse en “técnica”. Para complementar lo anterior, Pradier, al hacer un extenso

recopilatorio del *training* basado en Barba plantea:

En nuestra cultura el actor a menudo es menos sensible a los imperativos técnicos que los otros practicantes del arte. ¿no sería beneficioso invertir la situación y aprender a comprender que el ejercicio técnico es una ficción pedagógica que, en su rodeo por la ficción dramática, permite servirla mejor? (2010, p. 65)

### **3.2.7 Conceptos para una Acción Performativa**

Hemos visto que dentro de un teatro performativo el proceso es una característica vital que demarca el acontecimiento, en el cual la relación entre personas intérpretes y espectadoras surge de una necesidad de trascender las barreras cotidianas, por ello es requerido, una re-sensibilización del cuerpo y de sus acciones en escena.

Uno de los asuntos que es necesario aclarar es la in-corporación de un lenguaje físico extracotidiano donde las acciones no sean representadas desde convenciones anteriormente establecidas. El giro performativo trajo consigo esa ruptura del pacto con la modernidad para empezar a pensar el teatro desde una mirada post-estructuralista. En ella, fue necesario estudiar que acontece en escena y determinar si esto era 'real', simulación o una construcción ontológica que podía habitar en esa liminalidad.

Para Fischer-Lichte (2014) un teatro performativo conduce a una desestabilización frente a lo que observamos: la multiestabilidad perceptiva. En ella, la persona intérprete, habitante de la zona umbral, es y no es, hace y deshace su comportamiento, se presenta como personaje, se presenta como intérprete que presenta un personaje y se presenta a sí misma o mismo en escena. Pasa por estas zonas, con total maestría.

La multiestabilidad perceptiva es una herramienta que Fischer-Lichte encuentra de esencial uso para la persona intérprete, con ella, le permite encontrar nuevos significados para sus partituras y movimientos cuando esta es manejada conscientemente. Haciendo que la representación y la presentación sean elementos creativos para su uso, el personaje y

presentarse a sí misma o mismo como tal, permiten ahondar en la experiencia umbral de quien observa y de quien interpreta.

El mismo concepto plantea una nueva faceta para la persona espectadora: la de cuestionar la 'realidad' que se le plantea al ver como la persona intérprete utiliza 'portales' con los que deslaza de una máscara a la otra.

El físico-estar-en-el-mundo de la persona intérprete, menciona Fischer-Lichte (2014) ya genera campos de significados y significación, el cuerpo se relaciona como una materia sensible capaz de construir estas instancias a través de los procesos de corporización o de presencia. Lo que se percibe como 'real' suscita otras imágenes que para la persona espectadora se convierten en nuevas formas de estimularse durante la realización escénica.

Ofrezco este párrafo de Fischer-Lichte, como muestra:

La multiestabilidad perceptiva, que da lugar al salto de la percepción de un orden al otro, es la responsable de que ninguno de los dos órdenes pueda estabilizarse de manera perdurable. La dinámica del proceso de percepción da un nuevo giro en cada transición, en cada estado de inestabilidad. Pierde el carácter azaroso y se orienta a un objetivo, o bien, pierde su carácter de proceso orientado a una finalidad y empieza a descontrolarse. Cada giro conduce con una alta probabilidad a la percepción de algo distinto. (2014, p 299)

Este concepto nos permite referirnos a una acción performativa donde el "hacer" no necesita de un carácter simbólico o de una elevada poética elitista, sino del flujo perceptivo que acontece en la teatralidad, se percibe lo que se presenta o esta percepción tiene un carácter exploratorio que no requiere de un discurso: el entendimiento lógico pasa a un segundo plano para dar paso a una sensibilidad carente de formas o textos. Lo relaciono al concepto de energía visto en Barba o a la visión de las presencias y lo que estas portan.

La actuación como personajes y no-personajes se ve modificada para hacernos caer



en cuenta de los juegos de percepción que existen, detonando la organicidad psicofísica como punta de lanza en una acción performativa. Dubatti (2017) nombra este suceso como “representación, presentación y sentación”. Siendo cada una de ellas estudiadas como -ofrezco este humilde cuadro de resumen-:

Representación	Presentación	Sentación
<i>Personaje</i>	<i>Persona</i>	<i>Ser</i>

El personaje puede ser una construcción literaria dentro de un drama argumental o una construcción por parte de la persona interprete para representar -volver presente en su ausencia menciona Sánchez (2016)- una situación específica: la persona, toma una tonalidad brechtiana, de quien ‘presenta’ algo o alguien haciendo evidente su separación con lo representado o bien, se presenta a sí misma o mismo como intérprete dentro determinada situación escénica; la sentación vendría a colocarnos en otro tipo de lenguaje, uno remitente a la fuerza vital de las personas intérpretes, donde más que mostrar algo, se hace algo: se sienta algo para su durabilidad en el tiempo, se habita.

Esta observación de Dubatti con respecto al continuum de la presencia en escena roza ampliamente el concepto de multiestabilidad perceptiva de Fischer-Lichte. La persona intérprete va y viene de una a la otra en el teatro performativo utilizando sus herramientas técnicas. Pero ¿cómo saber si es verdad?

Dieguez (2014) -al igual que Fischer-Lichte- no se preocupa por si es verdad o no, considera que el teatro es un arte -como muchos otros- liminal, que habita entre la ficción y lo real, entre las presencias que lo convocan así como de las presencia que a ella llegan. Pareciera decir que en la liminalidad, es donde surgen las propuestas que modifican nuestras observaciones sobre el teatro y la vida..

Aquí el concepto de liminalidad que propone Dieguez, trasciende del teatro como disciplina para tratar con otras artes o ciencias, con otras formas de hacer algo. Escribe que la liminalidad “importa como condición o situación en la que se vive y se produce el arte” (p. 38). En esta condición encontramos el teatro performativo y la acción en que se produce:

una condición umbral.

Aquí quiero acotar la investigación de Kirby (1987) para hacer una conexión entre este lugar umbral del teatro performativo y la acción que realizan sus cuerpos 'performadores' en la multiestabilidad perceptiva; un análisis que se concibe como el 'continuum de la actuación y la no-actuación'. En este, al igual que los sucesos que he mencionado, la persona intérprete construye sus acciones y sus objetivos desde una convencionalidad como un fin. Sin embargo, estas, pueden trascender.

Para Kirby (1987) no todas las presentaciones escénicas incluyen actuación, siendo esta descrita como "fingir, simular, representar, impersonar" (p. 3). Bajo esta premisa, podemos decir que las tres primeras corresponden a la "forja" que nos mencionó Sánchez (2016) y para el "impersonar" podemos referirnos al proceso de corporización que acá estamos desentrañando: la interpretación es una construcción dentro de un marco.

Y desde ahí es importante considerar el "continuum" de Kirby para explorar nuestras construcciones escénicas, las cuales pueden resumirse aca:

**Interpretación Sin Matriz:** Interpretación que se refiere a una persona dentro de un montaje o similar que apoya la acción sin simbolizar algo dentro de ella. El ejemplo de Kirby es la "tramoya" que acercan o mueven objetos y vestuario en las representaciones de Kabuki o Noh, dentro de la escena y a vista del público.

**Simbolización dentro de la Matriz:** En esta, la persona intérprete simboliza algo dentro del acabado o diseño interpretativo gracias a un elemento determinado, como vestuario o un objeto que establece un símbolo sin que la persona "accione poéticamente". Suele referirse a una persona disfrazada de algún icono, por ejemplo quienes se visten de superhéroes para animar fiestas infantiles.

**Actuación Percibida:** Las personas "extras" dentro de los registros cinematográficos o escénicos reciben esta categoría. Aunque no formen dentro del entramado de la "acción principal" o sus acciones modifiquen el marco en el que se encuentran, pueden llevar

elementos que caracterizan su apariencia así como “aparecer” dentro de los cuadros para hacernos percibir que lo que presenciamos es parte de un todo.

En ella, Kirby apunta una frase que es vinculante a esta investigación: “Si definimos actuación como algo que se hace por, en lugar de algo que se hace para o, para un intérprete, todavía no hemos llegado al verdadero actuar en nuestra escala” (p. 6). Es decir que no es solo lo que se hace en virtud de las condiciones, sino que la persona intérprete crea las condiciones donde interpreta transformando la realidad.

Creo que dentro lo que hemos tratado de teatro performativo es radical comprenderlo, porque aunque existan condiciones creativas y cuerpos que accionan dentro de estas condiciones, es su simbiosis, su relación entre ambiente y persona interprete lo que estimula otras esferas del acontecer.

Lo que vimos con Foucault, en la aclaración de “Cuerpos” para los referentes teóricos iniciales, se repite acá: el cuerpo como lugar donde suceden los acontecimientos, el cuerpo de la persona ya está trazado por miles de situaciones cotidianas y extracotidianas que modifican su ser y su capacidad creativa. Un teatro performativo utiliza estos preceptos para borrar las fronteras entre arte y vida para establecer un paradigma donde lo real y lo ficticio habitan una misma carne.

Kirby (1987) también anota dos categorías de actuación que nos parece elevan nuestra exploración.

Actuación Simple: Esta puede ser física o emocional. Sin embargo, Kirby pone énfasis en que es la proyección de la emoción la que separa la actuación de la no-actuación. Pone el ejemplo de un montaje del Living Theatre en que las personas intérpretes en determinado momento dicen enunciados reales sobre su propia vida, siendo conscientes de un público y de un determinado lugar, esto se concibe como actuación ya que están “presentado” sus sentires, pensares y realidades en un entorno que les permite mencionarlo.

La actuación simple también puede ser entendida como un accionar consciente, una

creación por parte de una persona interprete. Una partitura de movimientos para determinar acciones, es actuación simple por el hecho de que existe un enfoque sobre lo que se hace, cómo se hace y como se pretende mostrar dentro determinada situación, sin mostrar nada más que la partitura.

Actuación compleja: Ahora bien, ¿una partitura de acciones en el tiempo/espacio utilizando todos los recursos técnicos de la persona performer para ser compartida a un público puede ser entendida como actuación compleja? Si, siempre y cuando se tome en cuenta el uso de todos los recursos técnicos de la persona interprete para intervenir dentro de la realidad que se está construyendo y de como esta permea la acción.

La actuación compleja se da cuando se le agregan más dimensiones interpretativas. Estas dimensiones, pueden ser ponerse algo en escena mientras se dialoga con alguien a la vez que se muestra una emoción determinada, es decir existen una polifonía de signos y recursos técnicos que utiliza la persona intérprete que previamente son ensayados, contruidos o diseñados.

En lo que nos concierne a la persona intérprete y su trabajo, no necesita mostrar todo 'su impresionante entrenamiento' sino, desgajar al máximo su acción compleja con la precisión del demiurgo, a sabiendas que la complejidad no es actuar más que interpretar lo que la acción amerita: crear las condiciones.

Si ligamos la multiestabilidad perceptiva a la actuación compleja, y al resto procesos que plantea Kirby, podríamos encontrar que la misma presentación de las acciones puede generar un infinito abanico de posibilidades escénicas que fortalecen las exploraciones y la experiencia estética de todas las personas partícipes del teatro.

Este continuum que plantea Kirby (1987) puede ser una clave para entender los procesos de corporización que se han dado para traernos hasta acá. Esto se amarra si entendemos que este continuum puede ser utilizado no sólo como un estudio sino como una herramienta creativa, tal es el caso de Schechner.

Los aportes de Shechner y el Performance Group al teatro nacido en los Estados Unidos, son un cuantioso ejemplo de la diversidad de búsquedas que se manifiestan en las artes escénicas. Me interesa recurrir a sus investigaciones para relatar más sobre un teatro performativo y de la visión del intérprete dentro del mismo.

Una de ellas consiste en la diferencia entre una actriz o actor a la de la persona intérprete para clarificar un poco lo que se vio con respecto a actuación y de cómo la persona intérprete puede “actuar” o no hacerlo desde un apartado técnico. Schechner, (1988) en su capítulo sobre el intérprete, vincula que una persona intérprete realiza un viaje de autodescubrimiento físico y mental, profundiza sobre su ser y reconoce los bloqueos y límites que le marcan y es justamente en ese “umbral” entre la resistencia y la lucha por soltar ese nudo, que los sucesos y acciones se vuelven más interesantes.

Es decir, los bloqueos no son algo que resolvemos por ir a ensayar al espacio o por meternos en varias clases de expresión a la semana, no, es una lucha que determina al ser. Como he mencionado antes, el saberse vulnerable es una potencia.

Junto a esto, se menciona que no se hacen personajes desde una visión ortodoxa del teatro, sino que estos nacen de las capacidades de relacionarse perceptiblemente con su rol o papel y de esta lucha constante de la persona intérprete por fluir dentro de su construcción. Esto se volvió una base dentro de las investigaciones de Schechner (1988) que se contagió a otras posturas y grupos de trabajo.

La lucha a la que me refiero no debe entenderse como algo nefasto o doloroso, más bien como un proceso de identificación que fluctúa y avanza a medida que vamos aprendiendo nuevos saberes en el ciclo natural del deterioro de nuestro cuerpo -quizás la muerte sea la más grande de las enseñanzas-. Esta lucha es un proceso de re-apropiación de los sucesos de nuestro cuerpo. Schechner, menciona al respecto:

Muchos actores rechazan el proceso; piensan que el entrenamiento es algo que los prepara para actuar. “Una vez que pase esto”, se dicen a sí mismos, “podré actuar y

actuar". Pero el entrenamiento aumenta en importancia conforme madura la persona. No sólo hay un trabajo nuevo que aprender, sino hábitos que hay que desaprender, los bloqueos ocultos durante mucho tiempo se revelan repentinamente. El cuerpo ofrece mayor resistencia conforme una persona se va volviendo más adulta; se debe enfrentar y entender cada resistencia y se debe lidiar con ella. (1988, p. 96)

Esto es esperanzador tanto como demandante, el trabajo sobre nuestro cuerpo resultaría algo diario y permanente, conocer nuestra sensibilidad cada día para llevarla a nuevos lugares para esto es requerido que los procesos y el trabajo sobre la presencia deben llevarse a cabo desde la confianza. Entender que nuestros procesos psicofísicos pueden tener ciertas variables humanas que, pueden ser caprichosas o que muchas veces no son tan maleables cada día, aquí es donde me parece que la técnica y el *training* son esas herramientas que nos ayudan a moldear ese material humano del que Barba también concibe.

Sobre este punto, me parece vital también mencionar que Schechner (1988) propone esto para acercarse a una noción de más seguridad en sus procesos de creación y en relación al contexto del Performance Group, lo que no está muy lejos de lo que quiero recalcar, el *training* no es terapia, ayuda a saberse, pero su objetivo central es la práctica artística en los confines del teatro y la teatralidad -que no son muy lejanas de la vida real- y su relación a la acción poética.

Schechner (1988) escribe que "No es suficiente para el intérprete ser él mismo en una representación o ser el sustituto del director. La creatividad comienza a partir del ser, pero desemboca en una estructura mayor, colectiva. En el teatro esta estructura mayor se llama acción" (p.118). Es mediante la acción en que nos encontramos, intérpretes y personas expectantes, ya no bajo los lineamientos de la trama sino en cómo contamos la historia. Para Schechner, eso es fundamental, entender que en el teatro evoca más el *cómo*.

Entonces el teatro ya no gira solo en el discurso o en hacer sentir determinadas sensaciones a la persona espectadora; su trabajo sería en cómo hacer que el

tiempo-espacio se convierta en otra situación, más cercana al juego y al rito.

Eso nos dice Feral (2009) al hacer un estudio sobre las investigaciones escénicas de Schechner. Feral, encuentra en Schecher ese concepto de performance como algo que se hace pero es "falso" (pp. 57-59), entendido como ficción, -como forjado si volvemos a Sanchez- o construido dentro determinadas circunstancias.

Estas circunstancias pueden ser el ritual, rígido y de naturaleza presentacional en que existe un sentido, o el juego siendo este libre, entretenido y subversivo. Encuentro que al hablar de una acción performativa, no es necesariamente el "shock de lo real" pero sí una construcción sobre lo presente que puede ir desde lo sagrado a lo hereje, de lo infantil a lo cruel.

Ese lugar liminal de un teatro performativo es generado desde la puesta y desde la personas intérpretes. Para denotar este umbral, Schechner, expresa que el teatro cabe dentro de una presentacionalidad y de una acción extrema, siendo la persona intérprete quien lleva a cabo esta hierofánica proeza.

Este acto de desnudez espiritual es todo lo que se necesita para poder representar. Este acto de des/cubrimiento no es el trabajo sobre el personaje en sentido ortodoxo. Pero tampoco es distinto del trabajo sobre el personaje. Tiene lugar en esa área delicada entre el personaje y el trabajo-con-unomismo. Se llega a la acción de la obra a través de un proceso cíclico en el cual las respuestas del intérprete son las bases para el trabajo; el ser mismo del intérprete se exterioriza y transforma en los hechos dados del montaje. Estos hechos comprenden la puesta en escena y son, en cierto sentido, un personaje. Pero la respuesta del intérprete a cada hecho dado puede evocar un hecho nuevo en cualquier momento y cambiar la puesta en escena. Este proceso es despiadado, incesante (1988, p. 93)

Sobre la línea de la proeza espiritual, volvemos al ninja, a la masterización de las

sombras para llevar a cabo un objetivo. Oida, quien ya nos ha mencionado que el trabajo de la persona intérprete debe ser la construcción de la persona intérprete yendo más allá de la técnica, también estimula otras líneas que consideramos pueden abordar la acción performativa.

Para Oida (2005), el cuerpo es de atención fundamental al referirnos a los campos de la interpretación. Desde el inicio de su libro, 'El actor Invisible', denota que lo que se hace no es una "continuación de la vida cotidiana" (p. 41) ya que el entrenamiento aporta una carga de autoconocimiento en donde es requerido entrar en una situación extracotidiana con el propio ser.

El entrenamiento que plantea Oida (2005), es personal, conlleva horas de práctica, de meditación, de silencios físicos, de proezas acrobáticas que puedan beneficiar el contacto con el riesgo y el cuidado, habilidades de microscópicas de propiocepción, así como de preparación previa de elementos como el espacio, la ropa que se utiliza para el trabajo psico-físico. Podría decirse que Oída, por su origen oriental, considera el entrenamiento como una especie de ritual.

Todo este conocimiento físico no es para "actuar mejor" sino para encontrar una conciencia activa en el trabajo físico, para dar pie a una escucha sobre el presente del cuerpo:

Escuchar al cuerpo requiere entrenamiento, ya que no es igual a hacer "lo que venga en gana". Es algo específico y muy sutil. El cuerpo al que uno escucha debe estar vivo. Un cuerpo que no está vivo no puede decir lo que quiere. La pregunta se le hace, pero no hay respuesta. No sabe qué es lo que quiere. (2005, p. 72).

Esta escucha sobre el cuerpo es la que hemos mencionado se da en el momento se pasa del entrenamiento al training, donde las condiciones ya no son solo las de formalizar habilidades. Esta escucha, esta conciencia de sí mismo es lo que corresponde a la Vía



Negativa, al trabajo sobre los estímulos internos y al soltar los nudos que impiden el flujo orgánico de la energía.

Esta idea se desarrolla más adelante cuando menciona que: “En cierto sentido, en una buena actuación se reúnen dos elementos: el dominio técnico y el libre flujo de la mente. En términos de entrenamiento, su trabajo consiste en desarrollar y profundizar ambos elementos a lo largo de toda su vida” (p. 78). Otro acopio con el que nos referimos a la condición principal del *training*, la pureza de la técnica que ligada a la presencia y la energía de la persona intérprete profieren el encuentro con algo más, partiendo de sensaciones creadas por los procesos de corporización.

Para hacernos entender esto, utilizamos una de las muchas historias que Oida cuenta que son naturales de la cultura japonesa (pp. 186-187). En esta, dos guerreros samurai se encontraron en un camino. Uno de ellos tenía un impresionante y arduo entrenamiento, sin embargo fue tomado por total sorpresa por el otro, quien con un movimiento veloz puso su espada sobre la garganta del primer samurai. Este, para salvar su vida se lanzó al río y le preguntó al otro guerrero su nombre alabando la técnica de su rival. El samurai que seguía en tierra firme, el que tomó por sorpresa al de arduo entrenamiento, le negó su nombre pero le dio un consejo al guerrero:

*“Prepara tu ser interior. No es suficiente la técnica. Tienes que ir más allá de la técnica. Más allá de ella, en tu propio cuerpo, encontrarás que hay otra existencia. Cuando lo encuentres lo entenderás” (p. 187)*

En este paraje, Oída, nos hace ver que la técnica es una herramienta que acerca al practicante a un nivel superior de hazañas, pero que sin un aprendizaje interior, sin una escucha o conciencia de sus acciones, la técnica puede dificultar el trabajo. Específicamente, para las personas intérpretes, el aprender a actuar es una cosa, pero esto no le asegura una energía o una construcción interna que pueda desbordarse en el acontecer.

Consideramos que los procesos de corporización, como los que plantea Fischer-Lichte, desde la visión del cuerpo como organismo que genera presencia a través de la realización escénica siendo estos categorizados por niveles que vinculan la preparación y el entrenamiento, o la visión de Oida, que enfoca en el cuerpo un potencial inimaginable haciéndolo posible yendo más allá del uso y masterización de la técnica que queremos destacar.

Estas visiones tienen algo en común: la preparación psicofísica permite la resonancia de otras áreas del espectro humano, que al realizar acciones alcanzan una dimensión aparte, una que tal vez haga efervescencia en las concepciones básicas de los estados humanos y que por la socialización se fueron olvidando. Estos estados no pueden ser canalizados sin una sincronización del cuerpo, la mente, las emociones y el espíritu de las personas intérpretes, por eso el *training* se desprende del entrenamiento habitual o cotidiano.

El *training* insta a la integralidad, a campos de hierofanías, de encuentros sin palabras, de coqueteo con la magia, de empatía que escapa de nuestras percepciones de lo bueno o malo. Para Fischer-Lichte (2014), existe una transformación que se crea con el cuerpo de las personas intérpretes, existe como acciones concretas que dejan rastro del devenir y de los procesos humanos que viven -vivimos- se impregna el ser en escena y en las acciones.

La acción performativa es la conciencia del ser al realizar sus acciones, “pacto” de que su cuerpo es en sí mismo catalizador de su experiencia personal y que de este se desprenden las sensaciones que llegan a las personas espectadoras. Es una acción que se reconoce a sí misma como acción, por lo tanto no requiere de efectos o convenciones, sino de la organicidad de quien la manifiesta.

Los procesos de corporización crean una presencia escénica que podría parecer mucho a una presencia de vida, si tomamos en cuenta el concepto radical de presencia que describe Fischer-Lichte (2014), en el que la presencia física de la persona interprete permite

a la persona espectadora sentirse a sí misma como mente corporizada. El cuerpo, en representación o no, tiene un magnetismo particular, el de su propio ser.

### **3.2.8 Conceptos para un Ser y una Presencia**

Retornando a lo que plantea Oída (2005), el trabajo de la persona intérprete no es solo ejercitarse o aprenderse líneas para determinada puesta, implica una preparación total: es por eso que la premisa de “entrenarse” no es suficiente. El *training* como proceso de autoconocimiento y de corporización es un factor clave para que el trabajo de la persona intérprete profundice en algunos de los aspectos que ya se han mencionado.

Lorna Marshall, quien acota y traduce “El Actor Invisible” escribe sobre el trabajo de Oída lo siguiente:

Para Yoshi, el propósito del trabajo físico no consiste en hacer calentamiento, ni en volverse fuerte y flexible, ni en aprender a moverse “bien” (estos son beneficios secundarios). No es preparación para actuar. Para él trabajar físicamente capacita al actor para que adquiera un entendimiento más profundo de procesos fundamentales: por medio del cuerpo aprender más allá del cuerpo. Para lograrlo necesitan estar totalmente “presentes” dentro de su carne...” (2005, p.64)

Como se ha tratado de mostrar en repetidas ocasiones en esta Etapa 1, el trabajo no es para hacerse mejor, sino para saberse mejor. El entrenamiento, que puede agregar capacidades físicas y mentales es una antesala para el quehacer de la persona intérprete, le estimula, le ayuda a confiar pero no le enseña a estar presente. Ahí, es donde el *training* adquiere una categoría especial que hemos dejado de lado: la del conocimiento que la ‘herramienta’ es en sí mismo la persona interprete.

Esta aclaración puede hacernos profundizar en la importancia del ‘presente’ de la persona intérprete como creadora de un teatro performativo, porqué lo que infunde es su ser en escena a través de incontables horas de trabajo, una alquimia escénica.

Para tratar el presente, es necesario instaurarlo como una práctica y no solo como un abstracto o un comercial que nos invite a vivir la vida. Picon-Vallin, menciona que “hoy, un training - que siempre es, para este arte de la memoria que es el teatro, un tiempo conjugado en presente absoluto- puede representar una forma de implicarse juntos y de manera intensiva en un recorrido de creación” (2010, p.48), al referirse sobre aportes del mismo al trabajo con las y los compañeros de escena como son los acuerdos o la cohesión y que a fin de cuentas, el objetivo del training es el ‘aprender a aprender’ a ejecutar en escena, no desde la perfección ni de la receta, sino desde una profundidad personal que concierne también lo universal para traducirse en un cuerpo presente.

Labrouche (2010) afirma que el *training* implica ese saber ser, desde las capacidades externas así como de las disposiciones internas, y que este es lo que hace resurgir la esencia de “algo más” en los espacios escénicos.

Y, “algo más”, es la presencia y la energía de la persona intérprete, la que Fischer-Lichte (2014) nombra “*embodied mind*”: mente corporizada. La construcción del presente es algo de lo que hemos venido hablando constantemente, estar en cuerpo y mente. Para Schechner (1988) este trabajo puede asemejarse al del chamán o la persona hierofante, quien en sociedades no cristianizadas, cumplen el rol de organizar la comunión con lo espiritual.

Retornamos al teatro como ceremonia y ritual. Aunque al principio de esta investigación se indicó que el interés no es asociar a la persona intérprete y a la persona hierofante, sus prácticas conducen a dos actividades humanas necesarias para Schechner (1988): éxtasis y comunidad.

También menciona que: “un chamán se vuelve chamán porque es “llamado” y luego entrenado. Su entrenamiento se efectúa a través de otros chamanes o a través de sueños y visiones. A menudo hay una combinación de instrucción humana y visionaria” (p. 132). Tal vez las personas no recibimos el “llamado del teatro” pero algo nos convoca a la idea de ser partícipes y de recibir ciertas instrucciones que mejoren nuestra calidad escénica. Sin

embargo, lo que aquí concierne es que la hierofanía como proceso psicofísico de vaciamiento e interpretación de lenguajes a través del cuerpo es una definición muy cercana a la labrada acá en relación al teatro y a la interpretación desde un teatro performativo

Un proceso de corporización que tiene como meta la comunicación de fuerzas y energías, de relacionarse con mundos cotidianos y extracotidianos. El *training* vendría a ser ese enlace, ese catalizador de la experiencia.

Las personas intérpretes participamos activamente en la creación de estas situaciones, de este tiempo extra-cotidiano a través del cuerpo, los símbolos y la energía que se desborda y se concentra. El éxtasis en la experiencia umbral y en la experiencia estética, en la celebración de la práctica escénica como un observatorio ontológico y poético; la comunidad en la copresencia física y en el tiempo-espacio.

Elementos físicos y operativos que establecen una particularidad en el teatro, el desgajar lo imposible para volverlo posible. Un “ser” en el teatro implicaría esa conciencia activa acoplada a las condiciones creativas que se vinculan en el presente. No es el misticismo por el misticismo, es la concreción de energías y situaciones que nos conecten humanamente: convivio, contacto, intercambio de estados de humor, un lugar de debate; la mística está en el cuidado del oficio y en la “técnica” que nos plantea estar en cuerpo-mente.

Para Weiler (2012) este ser y estar en cuerpo-mente es un estado distinto al de la cotidianidad. Explica cómo la presencia en las prácticas escénicas es ir más allá de estar presente a como lo conocemos, que no es solo algo de atención, de riesgos o del uso de las características técnicas propias de la persona intérprete. La presencia implica un *mindfulness*, una conciencia del momento presente que emerge junto al desarrollo de la persona intérprete.

La presencia vendría a caracterizarse por esa especificidad, la de un trabajo psico-físico que reconoce sus ser, su presente, corporalidad, capacidades, energías, vulnerabilidades así como fortalezas, bloqueos y flujos, y si, para Weiler, esta puede ser

desarrollada a través de ejercicios y dinámicas corporales.

Weiler (2012), nos hace notar que la “presencia es un fenómeno de la percepción” (s.p.) y que es esta conciencia, la que demarca el trabajo de la persona intérprete en diferencia de otros estados de la presencia. Para Weiler, este más allá de la conciencia se asimila a la locura o la obsesión, a un estado liminal donde la persona intérprete “se encuentra a sí misma en el umbral de un lugar donde no hay retorno” (s.p). Sin embargo, esta conciencia debe ser entrenada para lograr ese salto de fe, esa hierofanía: la de entrar y salir de algo.

De la misma forma en que abrimos nuestros sentidos a lo que percibimos, creamos una presencia única en el mundo cotidiano. El *training* como faceta desinhibitoria y práctica liminal, permite crear un hábitat distinto en las artes escénicas. Para la autora es posible encontrar que la persona intérprete sea capaz de salir y de entrar en estados de representación y presencia a modo voluntario, pues su entrenamiento le ha dado una sensibilidad que le permite crear esos “portales”.

La presencia entonces es el estado consciente de la persona intérprete en relación a su ser escénico, construida a través de horas y de autoconocimiento formado por sus experiencias psicofísicas escénicas.

Ruffini, explica la estrecha relación entre presencia y pre-expresividad, al hablar de esta última como:

el nivel en el que el actor construye y “gesticula” su propia presencia en escena, independientemente y antes (en sentido lógico) de sus finalidades y sus resultados expresivos. “Presencia”, en tal definición, se deshace de toda connotación trasladada. Es literal. La presencia del actor, el estar orgánicamente en escena, obviamente es una presencia física y mental.  
(1998, p. 70)

Esto me lleva a pensar ¿somos conscientes de la presencia que construimos? y ¿en

qué momento somos testigos y testigos de la presencia que hemos construido? La respuesta, creo está en el proceso. En el re-descubrimiento de cada día y de cada práctica, como si nuestro cuerpo fuese más que el “aparato creador” y fuese - apropiandome de conceptos marxistas - la fuerza de trabajo, los medios de creación y los bienes materiales sensibles de toda experiencia.

Por último, en Schechner, esta visión es explicada de mejor manera:

En vez de imaginar al ser humano como una silueta, uno debería visualizar una densa convergencia de campos de energía, una estrella que respira. No estoy hablando de misticismo. Cada persona está en continuo intercambio con el mundo exterior. Cada persona es incandescente y es una nave a través de la cual las fuerzas externas se concentran y fluyen. Cuando hablamos de un actor con presencia nos referimos a alguien con un sentido de radiación y convergencia altamente desarrollado. (1988, p.70)

Este concepto de radiación es lo que comunica por encima y por detrás de las acciones, es lo que podríamos llamar presencia. En Fishcer-Lichte, aparece como concepto radical de presencia, pero también le atribuye otro nombre: un contagio, de carne a carne.

En este:

El contagio tiene lugar por la vía de la percepción del cuerpo del actor en tanto que actual por parte del espectador, igualmente actual. Solo por la actualidad de los actores y de los acontecimientos es posible este contagio, es decir, que es la copresencia física de los actores y espectadores la que lo hace posible. (2014, p. 194)

El contagio de estados psicofísicos poetizados por cuerpos vivos, cuerpos que se han entregado a un proceso de corporización en relación propia y de la creación de experiencias energéticas. El lugar del teatro -me uno a Lidell- sería el lugar del sacrificio: donde ocurre el encuentro con “algo más”

### 3.2.9 ¿Un training desde el teatro performativo dice usted?

La interrogante que se nos plantea, luego de haber estructurado estas cuatro vértebras que son vitales para esta investigación, es la siguiente: ¿es posible plantear un *training* desde una mirada performativa?

Podemos intentarlo. Según la teoría ya expuesta, el *training* es un proceso de corporización dentro de las artes escénicas donde se desarrolla la condición psico-física y podríamos agregar espiritual -desde la visión de Grotowski y Schechner- de la persona interprete a través de dinámicas auto-exploratorias. Este tiene varios dones: un mejor conocimiento -y uso- de la persona intérprete con su cuerpo físico, mental y emocional, el reconocimiento de bloqueos en el aprendizaje y en los vínculos humanos tanto la necesidad de trabajar sobre ellos, un proceso de corporización que se vincula a la construcción de la presencia. La habilidad que se desprende del *training* es la de hacerse a sí misma o mismo persona creativa y creadora de su entorno artístico.<sup>4</sup>

La presencia y la energía, dos de las premisas que más aparecen al hablar de *training* y teatro performativo implican el trabajo diario con ambas, como creaciones y como esfuerzos constantes mediados por una atención integral.

Para Feral (2017), una de las divisiones que encuentra en el teatro llamado performativo, es justamente el tratado sobre estas. En Norteamérica, la energía es el pivote del teatro performativo, mientras que en Europa, el trabajo se enfoca sobre la presencia. Esta división cultural, se da por los modelos culturales y artísticos que se han fundido en esas zonas geográficas.

En Estados Unidos, según las entrevistas que realizó Feral (2017), la presencia implica “un trabajo, una ocupación y una gestión del espacio y el tiempo” (p. 45), un estar en el escenario, mientras que en Europa, la presencia puede ser carisma, algo intangible pero magnético, aura, un fuego interno o la coherencia entre su cuerpo y su imaginación.

---

<sup>4</sup> En el Anexo 3, se encuentran las entrevistas realizadas al Colectivo R.3.M, José Álvarez Sanóu y al Templo Shaolin Costa Rica, que ayudaron a profundizar desde sus experiencias el concepto de entrenamiento psicofísico



Estas visiones no se apartan mucho -o nada- de lo estudiado previamente. Consideramos que la presencia es un proceso que emerge en el constante trabajo de la persona escénica, una conciencia de estar presente en cada gesto, un “algo más”. Con respecto a la energía, es una relación corporal con la distribución de los impulsos necesarios para hacerla fluir.

Otro de los debates se dan en relación al personaje, para unos, este tiene una existencia discursiva y para otros, aparece en cuanto la persona interprete lo aleja de sí mismo. Sin embargo, esto refleja la posición de entender la representación de personajes como una herramienta más y no la finalidad del trabajo de la persona intérprete, quien para desenvolverse en escena carente de un personaje, puede presentarse a sí misma o sí mismo.

Además de los mencionados anteriormente, incorporo otros puntos que Acacio, destaca desde una mirada del teatro performativo:

especulamos que el concepto de poética aplicado al teatro performativo quiere promover una revisión, o mejor, una actualización de los paradigmas fundamentales relacionados al teatro, como “representación”, “mimesis”, “acción”, teatralidad, además de traer a colación otras discusiones que se colocan en contrapunto a esos paradigmas: la adopción de lo real para la escena, la simultaneidad, el carácter de evento/acontecimiento, la discusión sobre la frontera entre arte y vida a partir del sesgo contemporáneo, la performatividad. (2011, p. 51)

En base a esto, consideramos que para tratar un teatro performativo es necesario también conocer ciertos puntos del teatro “no performativo” -lo que según Acacio y Feral es difícil de tratar- es decir un teatro donde la representación es su fin máximo así como el uso de una acción dramática como detonante de las acciones, justamente porque estas premisas serán utilizadas para jugar y explorar la multiestabilidad perceptiva o los diferentes saltos interpretativos.

Siguiendo con lo que nos plantea Acacio, lo que fundamenta la acción performativa es “la acción, el performer, el espacio, el acontecimiento, la relación entre arte y vida, los medios, la teatralidad y la simultaneidad” (p. 53). Es decir, la sensibilidad que tenemos que desarrollar desde una premisa del *training* sería la experiencia del cuerpo contra los principios que hemos aprendido y hemos dado por únicos a la hora de crear teatro.

Así el trabajo de la persona intérprete no se centra en crear ilusiones a través de convencionalidades establecidas, sino en invitar a co-habitar experiencias creadas a través de estímulos o acciones físicas y el uso de técnicas como la creación de un lenguaje único

Parte de estas acciones, menciona Acacio (2011), nacen de una referencialidad, del juego con los códigos, del uso de la presencia para “contar” los acontecimientos. Siendo así, las acciones no pueden ser solo representadas, sino que deben tener una concreción y una relación a la persona que las ejecuta, porque de ellas mismas, se destilara la presencia.

Sobre este “contar” los acontecimientos se ciernen los conceptos de Schechner sobre el “to perform”: mostrar, hacer, y ser. Estos nos refieren a pautas concretas con las que podemos establecer y estudiar la multiestabilidad perceptiva.

Con esto volvemos al concepto de acción performativa como una construcción consciente, que aunque sea real o artificial, tiene una relación directa con la persona intérprete. Con respecto a lo artificial, nos referimos a lo que Pradier (2010) especifica por artificial: “no significa afectación ni embuste, sino elaboración consciente de las formas” (p. 60).

Hacer búsquedas y construcciones que tienten o invoquen lo orgánico de cada cuerpo creador, lo que se expresa con placer desde el cuerpo como territorio poético. Una vez más, en Acacio, se expresa este concepto:

De esa forma, podemos caracterizar la “acción” en el teatro performativo como concreta, directa, pudiendo ser captada por los sentidos del espectador. Arriesgamos decir que la acción del *performer* surge paralela a la idea del

*proceso*, porque tanto una acción como el proceso se construyen en la escena. (2011, p. 56)

La acción y el proceso serían una creación de las personas intérpretes, estas acciones como tal, son muestras de la presencia. Nuestro foco durante el *training* sería determinar qué acciones o prácticas nos acercan al reconocimiento interno.

Otro detalle que no podemos dejar escapar, es la necesidad de relación entre las personas que forma parte del proceso creativo así como de las personas espectadoras. En nuestro “Un concepto de Experiencia Umbral” esto se torna evidente. Desde un teatro performativo, la noción del encuentro o del convivio escénico como espacio donde acontece lo extracotidiano, es necesario difuminar cada vez más la frontera entre personas espectadoras y personas intérpretes.

Por un lado, por el hecho de generar un acercamiento humano y ético más afable, y por el otro, para que los dispositivos de multiestabilidad perceptiva, el bucle de retroalimentación poética o el contagio, puedan hacerse más presentes, volviendo la experiencia teatral un fenómeno cercano a la ceremonia.

Según todo lo estudiado y planteado acá, encuentro que un *training* desde un teatro performativo debería enfocarse en:

- Práctica psico-física a través de ejercicios
- Reconocimiento de la acción a través de los deseos
- La presencia de la persona interprete
- La relación con otras y otros desde sus estados creativos

## Capítulo 4- Del Laboratorio

Acá hago referencia a todos los procesos que constituyen el Laboratorio de “Training: Lo Crudo y La Flor”, que corresponden a la Etapa II: diseño de un plan de *training* y la Etapa III: ejecución del Laboratorio y los hallazgos del mismo. Todo lo relatado acá es la formulación de cómo este proceso me permitió encontrar otra relación con las artes escénicas, mi cuerpo y el compartir.

Siguiendo la naturaleza de esta investigación, en la que que el *training* como proceso de corporización para llevar a un *embodied mind* o la integración de una postura psicofísica en el desarrollo personal de las personas intérpretes para acercarnos al concepto de presencia que hemos establecido en el capítulo anterior, el laboratorio es .-por encima de todo- un espacio de acompañamiento y crecimiento.

### 4.1 Etapa II- Diseño de un Plan de *Training*

#### 4.1.1 Premisa para diseñar

Retomando las cuatro características que se destilaron del estudio sobre *training* desde un teatro performativo, se diseñó el planeamiento del Laboratorio. Su realización, admito, fue muy arbitraria. Me baso específicamente en Schechner y el desarrollo que planteó para The Performance Group:

1. Entrar en contacto con uno mismo: ejercicios psicofísicos-asociativos, ejercicios verbofísicos básicos de respiración, movimiento, resonancia.
2. Entrar en contacto con uno mismo cara a cara con otros: recibir, dar durante el trabajo en pareja, círculos de nombres, intercambios, cantos.
3. Relacionarse con otros sin narrativa ni otras estructuras altamente formalizadas: juegos de atestiguar, confrontaciones, rodar, cargar, saltar, volar, ejercicios de confianza.
4. Relacionarse con otros dentro de la narrativa u otras estructuras altamente

formalizadas: improvisaciones, escenas, talleres abiertos, ensayos, ensayos abiertos, funciones, personajes con partitura. (1988, p. 96)

Su desarrollo es bastante apropiado para generar una propuesta de *training*, incluso para recordar un proceso que cobró vida en los años 70 y ponerlo a prueba en el 2021: veámoslo como un pequeño ritual o *re-enactement*.

Sumado a esto, utilizó “*El Actor Invisible*” de Oida como una guía metodológica que detalla con precisión la preparación, calentamiento, dinámicas psicofísicas y ejercicios de sensibilización que allí se inscriben. La premisa de Oida revitaliza la noción de un entrenamiento/*training* para recorrer los adentros de la persona intérprete, no basado en el virtuosismo físico, sino en las dimensiones y capacidades creativas de las personas intérpretes.

Este diseño mezcla las características destiladas en cada uno de los módulos y de las sesiones, porque será de ellas donde se basará el análisis de hallazgos al cerrar el proyecto.

Por último, la necesidad de un laboratorio está en la prueba y el error. Una búsqueda donde todo es posible y a su vez, hay cierto control, lo que se adapta muy bien a la naturaleza de esta investigación en artes, siendo su objeto-sujeto de estudio el proceso de corporización vinculado a la presencia escénica.

El Laboratorio cuenta con mi persona como principal mediador entre los saberes prácticos y teóricos y 5 personas artistas interesadas en desarrollar esta idea de *training* y presencia. También, participaré activamente del Laboratorio.

Lascade (2010) hace énfasis en la importancia del *training* en grupo. Ya que una persona intérprete solitaria es paradójica, porque el teatro es un proceso comunal. El grupo permite explorarse a través de los ojos y cuerpos ajenos, a crecer un conjunto y resistir un poco más. En la visión del Shaolin, desarrollarnos como comunidad implica avanzar todas juntas y juntos, entendiendo que la vulnerabilidad de la otra o el otro, es también un proceso propio.

#### 4.1.2 Metodología del Diseño del Plan de *Training*

El laboratorio como parte central de este proyecto de investigación buscaba profundizar la necesidad por entrenar y hacer *training*, como un proceso de corporización que vincula el cuerpo como motor principal de la creación.

Planteado como un espacio donde no se “busca lograr” sino “generar presencia” se sitúa como un proceso psicofísico para desarrollar confianza, propiocepción, y la relación con el cuerpo. Asimismo, sirvió para vincularnos a un teatro performativo y el concepto de la presencia.

El Laboratorio fue conformado por cuatro módulos, basados en las fases que plantea Schechner. Su naturaleza es experimental, el laboratorio se asumió como un espacio de retrospección, escucha y ahondar en lo desconocido, tanto para las personas participantes como para mi persona como investigador. El laboratorio tampoco asumió una posición de espacio “corrector” o mucho menos de terapia, sino de exploración y entrega.

Como no planeo solventar respuestas a las grandes inquietudes de las esferas del teatro, su finalidad está en pasar por una experiencia colectiva de crecimiento. Más que avances, retrocesos; más que progreso, proceso.<sup>5</sup>

<b>Módulo I: Con el Cuerpo y el Espacio</b>			
<b>Enfoque:</b> Relacionarse con el cuerpo y el espacio desde la mirada de un teatro performativo			
<b>Descripción:</b> Reactivación general y reconocimiento del cuerpo a través de dinámicas de estiramiento, de respiración, de conexión físico-vocal, así como ejercicios de sensibilidad, relación con deseos propios y encuentro con el espacio.			
<b>Sesiones</b>			
1: El Cuerpo despierta	2: El Cuerpo camina	3: El Cuerpo y el Espacio	4: El Cuerpo y la Sombra

<sup>5</sup> El Programa del “Laboratorio de Training” que fue socializado y acordado previamente por las y los participantes se encuentra en el Anexo 4

<b>Módulo II: Con el Propio Cuerpo, el Espacio y descubrir la Otredad</b>			
<b>Enfoque:</b> Relacionarse con el propio cuerpo y empezar las relaciones con otros cuerpos			
<b>Descripción:</b> El encuentro con otros cuerpos fuera del propio, a través de la mirada, la proxemia, el peso y otras características físicas para integrar un proceso de reconocimiento y acompañamiento conjunto. Este descubrimiento se da en la presencia			
<b>Sesiones</b>			
5: El Cuerpo descubre otros Cuerpos	6: El Cuerpo y los Contrapesos	7: El Cuerpo y el Coro	8: El Cuerpo y el Contacto

<b>Módulo III: Con el Propio Cuerpos, Otros Cuerpos y las Relaciones</b>			
<b>Enfoque:</b> La relación con los propios deseos a través de proto-acciones y las energías grupales			
<b>Descripción:</b> Se busca profundizar en la relación con las otras participantes utilizando dinámicas grupales o en parejas y el desarrollo acciones simples.			
<b>Sesiones</b>			
9: Cuerpos y Relaciones Complementarias	10: Cuerpos en el Coliseo	11: Cuerpos que danzan	12: Cuerpos y Partituras

<b>Módulo IV: Con el Propio Cuerpo y Acciones con Otros Cuerpos</b>			
<b>Enfoque:</b> Acercamiento a una noción de acontecimiento escénico utilizando todo lo desarrollado y encontrado en el Laboratorio			
<b>Descripción:</b> Abordar desde prácticas grupales e individuales acciones, relaciones, desarrollo de proto escenas o partituras para la construcción de un zona de experiencia escénica			
<b>Sesiones</b>			
13: Cuerpos en el Umbral	14: Cuerpos en Rizomas	15: Cuerpos y el Contagio	16: Cuerpos y el Presente

<b>Contenidos de las Sesiones</b>	
<b>Módulo I</b>	Vaciamiento - Bloqueos - Espacio - Peso - Training como constante - Conciencia escénica - Vibración Vocal - Presencia
<b>Módulo II</b>	No Resistencia - Contrapesos - Impulsos - Energías - Miradas - Resonadores
<b>Módulo III</b>	Acción Simple - Partitura de Movimientos - Escucha
<b>Módulo IV</b>	Multiestabilidad perceptiva - Acción performativa - Repeticiones - Partitura de Acciones - Diseño de Movimiento

Es pertinente explicar que los ejercicios o dinámicas a trabajar procuran profundizar en los contenidos mencionados arriba, como ficciones pedagógicas diría Barba, que ayudan a sentipensar con todo el cuerpo. El objetivo principal es despertar en las personas participantes una noción del *training* como catalizador de la presencia.



Por otro lado me parece pertinente explicar que los ejercicios y dinámicas provienen de las bibliografías consultadas o de experiencias escénicas en las que yo, como investigador-creador, he participado. Parte de la motivación, fue ofrecerles a las personas participantes los saberes técnicos que me han sido brindado, como una forma de honrar a quienes me han ayudado con sus ficciones pedagógicas.

#### **4.2.1 Etapa III- Ejecución del Laboratorio**

**Antes de Comenzar- El Donde:** En base a las Etapas 0, la I y la III, era importante contar con un espacio al cual llamar “propio”, casi un dojo o un templo donde llevar el cuerpo a una instancia donde pudiera abrirse a las dinámicas del Laboratorio.

A inicios de Enero y Febrero del año 2021, cuando comencé esta investigación, la Escuela de Arte Escénico de la Universidad Nacional se encontraba limitada por parte de las autoridades universitarias debido a las restricciones sanitarias provocadas por el Covid-19. En ese momento, no había posibilidades de que pudieran brindarme un espacio para desarrollar mi práctica.

Quería iniciar en Marzo y terminar en Julio como lo había agendado en el cronograma del proyecto por dos motivos:

1- Como deseaba trabajar con personas cercanas, no quería molestar sus tiempos universitarios de más ni sus vacaciones

2- Tener tiempo suficiente después de acabado julio para analizar y sistematizar la experiencia, la cual era la base de lo que escribo.

La Compañía Nacional de Teatro, el Taller Nacional de Teatro, el Centro Cultural de España, así como el Ministerio de Cultura y Juventud, también se encontraban bajo las mismas limitaciones de la Escuela de Arte Escénico. Decidí agradecer los esfuerzos de la administración pública por seguir a flote en esta coyuntura y me propuse buscar en el sistema privado.

Las bodegas resultaban muy caras y nada acondicionadas para el trabajo psicofísico -me pregunto cómo habrá funcionado el Performance Group en su bodega abandonada en el edificio Wooster durante los sesentas y setentas- y algunas academias no parecían ser muy amigables a las condiciones no rentables de esta investigación.

Fue cuando una persona cercana me recomendó Nantai, Espacio de Artes Marciales y Artes del Movimiento, ubicado en el corazón de la ciudad de las flores, Heredia, cerca del Alma Mater. Conversé con Jose Alvarez Sanou, uno de los administradores y profesores allí, quien entendiendo las condiciones de la investigación y accedimos a un trato solidario por el uso del espacio durante los cuatro meses en que se desarrolló el Laboratorio.

En este lugar asegurado y acondicionado al movimiento, el Laboratorio pudo surgir.

**Antes de Comenzar- ¿Quiénes?:** Una mañana de enero del 2021, les escribí un Whatsapp a las 5 personas que me gustaría participaran del Laboratorio. En resumidas cuentas, para su bien y su mal, dijeron que sí.

Estas personas a las que me acerque son artistas escénicas y de danza que forman o formaron parte de la UNA y por sucesos anteriores al Laboratorio, podía entender en ellas y ellos una necesidad de dudar de los procesos, el querer estudiarse a fondo sin poner un producto como meta.

Conocía de antemano, algunas generalidades de sus procesos, de sus búsquedas que podrían encontrar una chispa en este laboratorio. Ellas y ellos son:

Dayan Pérez- Egresada de la Escuela de Arte Escénico de la UNA

Randy Gutierrez Loria- Egresado de la Escuela de Arte Escénico de la UNA

Dago Uridrún- Estudiante de la Escuela de Arte Escénico de la UNA

Yerline Selena- Estudiante de la Escuela de Arte Escénico de la UNA

carlomario-Cabezas- Egresado de la Escuela de Danza de la UNA

#### 4.2.2 Metodología de las sesiones

Se deseaba trabajar constantemente, por lo menos dos días a la semana para un total de seis horas sin embargo, las características de prevención sanitaria por el Covid-19, plantearon re-evaluar ese deseo en la investigación. De esta manera, se acordó -hablando con el tutor- modificar la duración a 4 horas semanales por un día a la semana, siendo la intensidad una aliada.

Es importante aclarar que este proceso se generó de manera presencial, a costas de la situación sanitaria de Covid- 19 que impregna el mundo desde el año 2020 y, que en Marzo del 2021, la situación continuaba similar. La necesidad de trabajar y de juntarnos a pesar de las circunstancias implica riesgo, un riesgo que ha sido agradecido.

El Diseño del Plan del Laboratorio, que fue previamente acordado por las y los participantes, no contenía en detalle lo que íbamos a trabajar ya que la observación de lo que pasará en las primeras sesiones así como la generación de una sinergia grupal, no podían ser anticipadas ni regladas previamente. Necesitaba tener cierta libertad a la hora de explorar ejercicios así como de administrarlos según las sesiones.

Aca explico el abordaje que tuvieron las sesiones, divididas en 2 partes.

**Entrenamiento o lo Crudo:** La primera parte consistió en un “Entrenamiento”, un compendio de ejercicios psicofísicos y dinámicas de acondicionamiento corporal para desarrollar en las personas participantes fuerza en piernas, abdomen y brazos, estiramientos para la postura y la flexibilidad, resistencia pulmonar, elasticidad, desarticulación de las extremidades, flujo de movimiento así como una disciplina personal, escucha de las capacidades del propio cuerpo, incorporación del silencio y percepción del trabajo físico como unificador de experiencias individuales.

El punto de este Entrenamiento está en lo estudiado anteriormente: consiste en brindar herramientas para aumentar la salud, dar confianza sobre su cuerpo, condición física y mental, así como brindar autoconocimiento en estas circunstancias, reconocer

vulnerabilidades y entender que mediante estos ejercicios esas vulnerabilidades pueden ser convertidas en habilidades.

**Cobra Mansa:** Este ejercicio lo aprendí durante el tiempo en que entrené Capoeira Angola. La dinámica es mover en círculos de 8 a 16 veces todas las articulaciones del cuerpo antes de iniciar alguna actividad física. Se inicia por la cabeza, el cuello, hombros, codos, muñecas, dedos, pecho, cadera, ingles, rodillas, talones

**Movilidad desde el Kung Fu:** Ejercicio básico en que se retraen y se estiran rápidamente las rodillas, con los pies pegados al suelo, haciendo rebotar todo el cuerpo. Después, se doblan las rodillas mientras el torso, la cadera y la cabeza giran de un lado hacia el otro.

**Correr:** Práctica de trotar y correr 6 minutos por el espacio, respirando solo por la nariz.

**Tsa-Lung:** Ejercicio de respiración tibetana, procura trabajar el apnea positivo y negativo de la respiración, mientras se realizan movimientos ondulares con los hombros y el pecho, respectivamente. Este ejercicio lo aprendí en el Centro Cultural Tibetano Costarricense.

**Hara y Brazos:** Serie de ejercicios varios que buscan generar fuerza en la zona abdominal mediante abdominales o posiciones que trabajen tanto brazos como el abdomen (plancha, tablas, chaturanga) y lagartijas para proporcionar fuerza mientras se trabaja con el propio peso.

**Asanas de Yoga:** Posturas y series de Yoga occidental para trabajar estiramiento y movilidad

**Piernas:** Ejercicio utilizado en Kung Fu para dar movilidad y fuerza a las piernas. Existen variantes occidentalizadas, como las que realice en el laboratorio, donde se busca dar un paso con una pierna mientras la otra se lleva hasta arriba de la mirada sin flexionar.

**Bestia:** Ejercicio de base, movilidad y fuerza aprendido en clases de Movimiento

Primal. Utilizando solo las extremidades, se desplaza el cuerpo en distintas posiciones.

**Training o la Flor:** La segunda parte del Laboratorio se enfocó en la exploración de ejercicios psicofísicos que estimulan el músculo de la sensibilidad. Su metodología es abierta en cuanto se busca experimentar desde diversas prácticas y estímulos la presencia, que como hemos visto, es una conciencia que se da dentro de un proceso de corporización. El proceso que les planteo va de un lado a otro, nunca formalizando pero, profundizando en la relación de cada una de ellas y ellos con su presencia o lo que pudieran conceptualizar como tal.

El trasladarnos a un terreno de oficio de la persona intérprete: la unificación del cuerpo y la mente dentro de ficciones, trabajo sobre la imaginación, meditaciones activas y el uso de los elementos expresivos y sensibles de cada uno de sus cuerpos requería de ir paso a paso. Era necesario iniciar sobre nuestras sensaciones internas para luego descubrir a las otras personas participantes y afianzar lazos que nos llevaran a compartir un presente, una espacio de confianza donde se mostrara “algo más”

Cada día, el *training* se enfocó en explorar a través de dinámicas distintas manifestaciones de su expresividad pasando por descubrimientos técnicos. Algunos como: pesos y contrapesos, movimiento desde las sensaciones corporales en el espacio, dar-recibir, vibración vocal, mirada, estudios sobre las acciones, entre otras. Estas y más, generaron un proceso sobre la sensibilidad y la conciencia del ser en estados escénicos.

. Dentro del *training*, encontrar destellos de una presencia está ligado a entender bloqueos físicos y mentales así como vaciarse de un pensamiento cotidiano sobre nuestro oficio para experimentarse en el presente. Muchos de sus ejercicios, fueron realizados una única vez, ya que conforman un proceso de sensibilidad distinto para cada una de ellas y ellos.

Principalmente, probar las cuatro características que se destile del *Training* en un teatro performativo: Práctica psico-física a través de ejercicios; Reconocimiento de la acción

a través de los deseos; La presencia de la persona interprete; La relación con otras y otros desde sus estados creativos.

A continuación, la sistematización de lo ocurrido dentro de las sesiones:<sup>6</sup>

### **Sesion 0**

Nuestra primera sesión aconteció por la plataforma virtual Meets, el viernes 26 de marzo a las 4pm de la tarde. Esta sesión consistió en compartirles por medios digitales el plan del laboratorio de *training* a las personas participantes.

Como ya todas y todos nos conocíamos, no hubo mucha necesidad de volvernos a presentar pero sí de conversar nuestro interés de participar en el laboratorio. Muchas de ellas, tenían una noción poco específica de la distinción entre entrenamiento y lo referente al *training*, quizás por falta de definición dentro de nuestro país del concepto. A pesar de eso, había un interés grupal por “entrenarse”, por aprender del cuerpo sin la necesidad de responder a escenas o la construcción de un montaje. Lo que llamaba la atención era el jugar escénicamente.

En cierto punto porque vendría a ser la primera aproximación a un convivio entre personas intérpretes no reglado por una experiencia académica dentro de las limitaciones de la pandemia por el Covid-19, quien les daba una sensación de extrañeza y lejanía con sus cuerpos para la escena. Y por el otro lado, porque significaba un espacio de reencuentro con el trabajar en grupo y verse crecer conjuntamente.

Hecha la lectura del plan, todas y todos se mostraron complacidas con los temas a desarrollar, lo que ameritaba un primer logro: una pequeña satisfacción de saber que el diseño del plan de *training* fuese aprobado por sus personas participantes sin alguna duda u observación, más su deseo.

---

<sup>6</sup> La Bitácora del Laboratorio “Lo Crudo y la Flor” se puede observar en el Anexo 5

## Sesión 1- 7 de Marzo

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
Cobra Mansa (Articulaciones) Movilidad (Kung Fu) Correr, laterales Tsa-Lung (Respiración) Yoga (Estiramiento y tono) Piernas (Kung Fu) Bestia (Primal)

9.00am. Nantai, Centro de Artes Marciales y de Artes del Movimiento. Entrar al espacio, tratar de sentirlo en la soledad del investigador.

Una a una las personas participantes fueron llegando. Antes de empezar, agradecí sus presencias en el espacio y les entregué una frambuesa del frambueso que crece en mi patio, con la intención del mito judeocristiano de la serpiente que entrega el fruto del conocimiento. Empezamos.

El objetivo de esta primera sesión era procurar una re-sensibilización sobre el cuerpo, hacerlo sudar, sentir sus músculos como estiran y respiran, el aliento pesado pero vivo, pasar por otros estados extracotidianos en grupo.

Los primeros ejercicios consistieron en trabajar las articulaciones, tratar de concientizar la respiración como un proceso de volver consciente lo que automáticamente hace el cuerpo, empezar a desestabilizar esa idea del sedentarismo que acoplamos con la pandemia.

<b>Parte Segunda: Training</b>
9 Orificios - 4 stanzas de Yoshi Oida Sensibilidad y movimiento desde el hueso, nervio, músculo, piel. Vibración sonora Ejercicio de Presencia

La segunda parte consistió en tratar esta idea de *training* ligada a la sensibilidad y al desarrollo de la presencia como un proceso de corporización. Los ejercicios eran basados en principios que plantea Oida para que una persona intérprete se adentre en la práctica escénica: masajeando los orificios por donde “entra y sale” la energía del cuerpo.

Después pasar a una práctica de movimiento ligada a los cuatro receptores físicos que conforman el cuerpo: hueso, músculo, nervio y piel. Aquí, la imaginación y las sensaciones personales jugaban un punto importante, pues eran las que motivaban el movimiento. Estos estados, son propuestos por Zeami como componentes de la flor -lo que en Fischer-Lichte podríamos considerar “Concepto Radical de Presencia”, aunque para Zeami tienen una validez distinta, usé su bella metáfora para llegar a una concreción psicofísica.

Realizado esto, hicimos ejercicios de vibración física utilizando la respiración y unos gajos de voz para reconectar con esta voz extracotidiana, primal antes de cualquier palabra.

Lo último que trabajamos, fue un ejercicio sobre la presencia física, que consiste en un trabajo individual donde cada intérprete entraba al espacio vacío y caminaba con un estructurado diseño de desplazamiento mientras observa a sus compañeras y compañeros que fungen como personas espectadoras. Uno de los objetivos de este ejercicio es profundizar en esa relación, la de quien se deja observar y cómo su caminar “natural” genera campos semióticos. Nuestra lectura de los cuerpos arroja que “algo pasa” o algo se asoma de cada una de ellas, algo que queda corto en palabras pero que genera sensaciones.

### **Sesión 2- 14 de Marzo**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
Cobra Mansa (Articulaciones) Movilidad (Kung Fu) Correr, laterales Tsa-Lung (Respiración) Yoga (Estiramiento y tono) Piernas (Kung Fu)



Bestia (Primal)
-----------------

Seguimos con los ejercicios que realizamos la semana pasada, con la intención de profundizar y el entendimiento de que la repetición de ejercicios no es *'copy&paste'*, más bien es crear constancia donde podemos puntualizar sobre características psicofísicas.

Quise introducir el trabajo sobre la fuerza física, específicamente el abdomen *-core* en pilates, *dantien* en chino y *hara* en japonés- por ser un lugar en que se ubica el centro del cuerpo, lugar del vacío y la fuerza; en Kung-Fu Shaolin y en muchos saberes escénicos se nos pide generar fuerza desde ese lugar. Para Oida (2005), es el lugar de energía del cuerpo, de sus fuerzas y equilibrio.

A diferencia de la sesión anterior, sus cuerpos se ven con más ganas de realizar estas prácticas, de resistir un poquito más. Personalmente, no creo que tenga que ver con el Laboratorio, sino con el deseo propio de cada una de ellas por sentirse más capaces, un pequeño despertar de la conciencia psicofísica.

<b>Parte Segunda: Training</b>
--------------------------------

9 Orificios de Yoshi Oida
---------------------------

Caminar por el espacio poniendo énfasis en el peso, la articulación, la piel, los 4 puntos de la planta, la cadera hasta percibir el Sats
---

Agregar velocidades del caminar
---------------------------------

Ejercicio de Presencia
------------------------

Para esta parte intenté concientizar el caminar y la mecánica tan compleja que hay en dar un solo paso: todo lo que el cuerpo ha hecho para que podamos desplazarnos en dos piernas. Relacionándolo también con el ejercicio de 'caminar por el espacio' que solemos hacer desde la perspectiva escénica pero haciendo una distinción entre el caminar como un proceso de aprendizaje social y el caminar como acción escénica.

Creo que muchas veces, damos por hecho el caminar como lo hacemos con el

respirar: las automatizamos cuando podríamos concientizarlas y, si acciones tan necesarias como las de desplazarnos de un lado a otro con solo nuestras piernas -acción iniciada hace 7 millones de años- puede ser entendida como “algo más”, lo ordinario que se vuelve mágico, podríamos crear procesos más relacionados a nuestras percepciones y a tener más cuidado de lo que significa cada movimiento escénico. Un paso podría ser poesía recordando al ser humano sobre la superficie de la luna o ritual, recordando a nuestro antepasado homínido o a nuestro primer paso de bebe. Hago énfasis en esto, porque el re-descubrimiento del cuerpo en la escena nos enfoca en las acciones y en el movimiento desde una perspectiva de la de-construcción de los postulados que han afianzado el arte.

Caminamos por una hora entera, la distancia-tiempo que me toma caminar desde mi casa en la Trinidad de Moravia a San José Centro pasando por cambios físicos en la planta del pie: planta completa, solo metatarso o solo talón, borde interno o externo del pie, articulación de la rodilla y de la ingle-cadera, alternando velocidades del proceso del caminar hasta llegar al correr.

Quería que cada paso fuera visto como un hito para dar a integrar la noción del ‘Sats’, este estado entre alerta psicofísica y la disposición al juego escénico. El trabajo con el ‘Sats’ activó un peso y una velocidad mayor al inicio. Las piernas rápidamente empezaron a gastarse por el incremento de energía. Les propuse iniciar nuevamente, pero ahora con la condición de balancear la energía y de buscar “centro”.

Esto cambió su ritmo, ahora era evidente que había una búsqueda física y una negociación entre sus deseos y sus capacidades establecida en el presente. Su postura se volvió más abierta y su mirada horizontal. El “Sats” como chispa, parecía estar anidando en nosotras.

Pero al llegar al cambio de velocidades, nos fue difícil encontrar esa chispa otra vez.

Para cerrar la sesión, hicimos el ejercicio de la ‘Presencia’. En relación a la sesión anterior, tenían una concepción desarrollada del ejercicio, por lo que mostraban menos

'pensantes', pero esto les daba una energía de 'controlar el ejercicio' que no se había manifestado.

Físicamente ya tenían una noción de cómo desplazarse y de cómo observar; energéticamente, había bloqueos: su mirada era constante pero superficial, la respiración estaba descoordinada de la fisicalidad, algunas tensiones musculares o de postura se agravaron. Nos preguntamos si esto era presencia o si era la armadura que hemos construido sin darnos cuenta que impide la fluidez de la presencia.

### **Sesión 3- 21 de Marzo**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
Cobra Mansa (Articulaciones) Movilidad (Kung Fu) Correr, laterales Tsa-Lung (Respiración) Yoga (Estiramiento y tono) Piernas (Kung Fu) Bestia (Primal)

En la tercera sesión, yo no esperaba avances notorios, pero veo que empiezan a encontrar la necesidad de adaptar ejercicios que demandan esfuerzo físico a las capacidades de cada quien, lo que resulta, en una propiocepción de las condiciones físicas. Más allá de entenderlo como un alcance prematuro, lo que vale es que hay un deseo por hacer más allá de las formas y de los ideales del logro.

Para esta sesión, decidí incluir trabajar los ejercicios de acondicionamiento más como una tarea grupal: lo que hace una, lo hacemos todas. Si una hace a descansar mientras nos ejercitamos, le esperamos para que nos acompañe y aguantar juntas; si una hace 40 sentadillas, procuramos todas hacer 40 sentadillas. Avanzar juntas, lo que a veces es un concepto olvidamos desde nuestra persona escénica.

También muestran más deseo por entender los nombres de los ejercicios o de donde vienen o la mecánica del ejercicio. Evidentemente hay una resistencia mental cuando

topamos ciertos límites, frente al cansancio o el control de la respiración, alguna molestia física dentro de algún estiramiento, que es donde más se manifiestan los miedos.

<b>Parte Segunda: Training</b>
9 Orificios de Yoshi Oida Sensibilización con el elemento espacial, materiales y sensibles. Peso contra la pared, el suelo. Viewpoints en el Espacio Ejercicio de Presencia

Una de las condiciones que me parecía relevante, era concientizar el espacio vacío, su uso y su relación directa con nuestros cuerpos. Humanamente, tendemos a transformar los espacios más no, dejarnos ser modificado por los mismos. En este caso, el espacio de Nantai, tan distinto a un teatro proponía, una visión distinta a donde hemos experimentado y cierto arrullo: su piso suave, sus paredes blancas, el aire que entra por las ventanas a este sótano, los sonidos de la calle.

La premisa era observar el espacio e imaginar todos los sucesos poéticos que se podían realizar ahí con solo el uso del cuerpo. Fuimos entrando al espacio con respecto, como quien entra a un dojo, cada paso revelaba nuestra relación con el espacio. Sentir como el cuerpo atravesaba incontables veces esta arquitectura, sentipensando como nuestra posición en el espacio modifica el universo; o confiarle nuestro peso al suelo, ligado permanentemente a la fuerza gravitacional del planeta, que más que ser una limitante, se podía convertir en un estímulo: ¿cómo me levanto? ¿que levantó primero? ¿Cómo determino mi fuerza física en relación a la gravedad?

Después, trabajar con las paredes y estructuras verticales del espacio, su resistencia a la gravedad y su soporte. Confiarle el peso a la pared es distinto al suelo, el hecho de cómo la columna puede mantenerse apoyada en la pared o el hacer fuerza contra una pared que no va a rendirse ante nosotras nos permitió encontrar nuevas formas de moverse y nuevas percepciones: ¿como me modifica psicofísicamente la textura de la pared? ¿Qué

resistencia me da la pared para explorar otros comportamientos anti-gravitatorios?

Sumado a eso, empezamos una práctica de *ViewPoints* utilizando los estímulos del aire, de los sonidos que se filtraban de la calle a nuestro sótano, de los sonidos internos de ventiladores o de los halógenos de los techos. Descubrimos la curiosidad nuevamente de descubrir estos estímulos físicos directos, casi imperceptibles, pero copartícipes del vacío del espacio.

Nuestro ejercicio de presencia desató nuevas formas de sentirse en percepción ajena y de percibir a la otra y al otro. Hemos reconocido un poquito más del ritmo de este o de aquella, de sus pausas, de cómo respira o de cómo tensa alguna parte del cuerpo sin desearlo. El ejercicio se vuelve más complejo pero más detallado. El repetirlo esta tercera vez, me hace cuestionar la necesidad de “hacer algo en escena”: ya hay mucho pasando con solo ver a alguien entrar, con sus miedos y sus objetivos. ¿que más necesitamos hacer para hacer teatro?

#### **Sesión 4- 28 de Marzo**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
Cobra Mansa (Articulaciones) Movilidad (Kung Fu) Correr, laterales Tsa-Lung (Respiración) Yoga (Estiramiento y tono) Piernas (Kung Fu) Bestia (Primal)

Última sesión del primer módulo sobre sensibilización con el propio cuerpo. En ella, el entrenamiento tuvo un desarrollo relajado en comparación al de las sesiones anteriores para reservar más energía para el experimento de la segunda parte.

Pasar por los ejercicios por cuarta vez, nos ha generado confianza tanto grupal como individual. Entre todas nos ayudamos a estirar más, o a esforzarnos un poco más. Encuentro este apoyo grupal necesario en términos de desarrollo psicofísico, el hecho de tener un

acompañamiento de personas que atraviesan procesos similares activa una seguridad que permite arriesgar o ir un poco más lejos.

<b>Parte Segunda: Training</b>
Introducción al Butoh Movimiento desde la tensión total Florecer con manchas Cuerpo Oscuro Masaje de Fascia

Nuestro experimento consiste en un acercamiento al Butoh como herramienta para un objetivo en específico el cual es poner al cuerpo en una meditación ligada al movimiento.

Estos ejercicios de Butoh fueron recogidos en el año 2015 con Fred Herrera y sus talleres del “Paraíso” y “Cantos de las Mil Noches” y, en un taller con Lola Lince durante el mismo año. Desde sus inicios, el Butoh nació como una de-construcción de la danza tradicional japonesa. Para Fred Herrera, el Butoh no debía ser una danza sublime, más bien grosera y que llevará a la persona practicante a exponerse contra sus propios límites físicos, estas premisas recuerdan al teatro performativo, por eso considere necesario utilizar algunos de sus ejercicios para desarticular algunas formas de nuestros cuerpos.

Trabajamos con las luces apagadas del espacio para generar una atmósfera de cueva y con música de cantos mongoles o minimalista.

El primer ejercicio, se basaba en la respiración y la tensión muscular. llevando el cuerpo a un máximo de extensión en cada centímetro del cuerpo, se procura inhalar y exhalar, siendo el momento de la exhalación la que genera pequeños y lentos movimientos en el cuerpo, mayoritariamente para acomodar la posición de la extensión física.

Después pasamos al ejercicio de “Florecer con manchas”, en el cual se relaja la tensión muscular para buscar levantarse del piso de forma extremadamente lenta, pasando por lugares incómodos y formas imposibles de levantar el peso del suelo. Se pone atención

en las extremidades que buscan el cielo y, que cuando estas alcancen una periferia en relación al tronco, estas fueran “marchitando” cayendo lentamente.

Por último, el ejercicio de Cuerpo Oscuro trabaja con la premisa de la materialidad de la sombra en la superficie de la piel, entonces los movimientos siguiendo una cadencia lenta y grotesca, nacen de la complementariedad de llevar las partes donde hay sombra en el cuerpo a la luz, creando un flujo constante de movimiento.

Esta práctica de Butoh pareció encontrar a las personas participantes en una meditación activa consigo mismas, la intención de contraponer el esfuerzo físico y la sensibilidad del mismo a las condiciones y riesgos de cada quien generó una experiencia íntima, oscura, desde el silencio, Vi un salto energético, algo que en la penumbra del espacio parecía manifestarse desde sus cuerpos: una pequeña flor entre las sombras

Cerramos esta sesión con un masaje de fascia, que me fue entregado hace unos años por Vanessa de la O. Este masaje se realiza en parejas, con una bolsa llena de agua y la superficie de la piel de cada persona participante. Se masajea primeramente la parte dorsal o “Yang” del cuerpo, haciendo énfasis en círculos dejando que el agua sea quien abre espacios dentro de la fascia.

Como comentario general, la sonrisa que se mostraba en sus rostros durante y después del masaje, me plantea la necesidad de entender que trabajo físico no es solo descarga energética o dinamismo, también implica cuidado y descanso.

### **Sesión 5- 11 de Abril**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
Cobra Mansa (Articulaciones) Movilidad (Kung Fu) Correr, laterales Tsa-Lung (Respiración) Yoga (Estiramiento y tono) Piernas (Kung Fu) Bestia (Primal) Rollos y vueltas

Para la quinta sesión, estrenamos módulo sin embargo, también no nos habíamos visto por una semana debido a las celebraciones del Domingo de Resurrección. Lo que significaba que nos tocaría tomar el entrenamiento de esta sesión para resucitar nosotras también el convivio que habíamos trabajado.

Al inicio de la sesión, hay alegría por encontrarnos, por concebir el cuerpo desde una dimensión creativa. Avanzamos rápidamente por nuestra secuencia de calentamiento y estiramiento, de acondicionamiento muscular y de resistencia con entusiasmo; si nos topamos con algún dolor, relajamos y volvemos a intentar hasta acercarnos al objetivo.

Hoy introduje los rollos y las vueltas carretas por ser un ejercicio que trabaja simultáneamente equilibrio, posición y fuerza. Aunque la mayoría de nosotras podía realizar el giro con facilidad, asumimos también las dificultades de otras quienes no podían: empezamos a proponer entre todas modificaciones para “perderle el miedo” al giro.

<b>Parte Segunda: Training</b>
Caminar y observar al Otro, visualizar su caminar, su vestir, su ritmo. Ejercicio del Picaflor Círculo de ataque con manos Vibración de Voz Danza Grupal

El objetivo de esta sesión era introducirnos a la conciencia del trabajar con las otras personas, ya no solo desde un acondicionamiento físico -que podía tomar una connotación cotidiana-, pero desde estructuras sensibles: poetizar a la otra o al otro.

Iniciamos caminando por el espacio, enfocándonos solo en las sensaciones físicas del propio cuerpo, con la mirada internalizada. Poco a poco, les pedí que empezarán a relacionarse con el espacio a través de la mirada. Sostenerla unos segundos y luego buscar otra mirada. Jugar con relacionarse y profundizar en la relación de la mirada con una pareja



o abrirse al grupo y sus múltiples miradas.

Les pedí, luego de unos minutos, que desarrollaran movimientos simples en estas relaciones que hacían y deshacían, para luego reconocer la mirada de la otra y el otro. Momento complejo, de observar y estar en observación. -*“La mirada se enfoca ¿pero qué tanto? ¿y en que?”* pregunto Randy. -

Empezamos a relacionarnos con proxemia o distancia manteniendo la mirada, de una persona a la otra y así sucesivamente, pequeños cambios de ritmo o pausas. Considero que la mirada es una puerta. A medida que aumenta la confianza y el riesgo, empezamos a trabajar el ejercicio bautizado como “Picaflor”: desde el caminar y el observar, se establecen relaciones microscópicas de movimiento, pequeños momentos íntimos con una persona o de entrega al grupo. Se establecen miradas “cerradas” entre dos personas o miradas “abiertas” con todo el grupo.

Picamos la flor de la otra persona, la flor de la presencia y del juego. Hay confianza, es cierto, pero también hay resguardo que se traduce en proponer de más o bloquear la propuesta ajena.

Terminado esto, realizamos un ejercicio de atención en el que estando en círculo, una persona pasa al centro y busca tocar las manos de las otras personas que cambian cuando esta persona se las toca -siempre sanitizabamos nuestras manos después de cada ejercicio- provocando juego e intermitencia así como estrategias de ritmo y movimiento de quien estaba en el centro.

Vibramos al final de la sesión, sacando hilos de voz primal, gruñidos, susurros, “oms” y “aahs”. Hay algo muy bello al escucharnos sin transmitir palabra, una intención oculta. Después, danzamos grupalmente tomadas de las manos, confiando nuestros pesos, dejándonos modificar por la fluidez del grupo, por sus pausas, aprender del fluir ajeno.

## Sesión 6- 18 de Abril

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
-Tsa-Lung (Respiración) -Cobra Mansa (Articulaciones) -Movilidad (Kung Fu) -Correr, laterales -Hara y Brazos (Fuerza) -Estiramiento y Patadas (Kung Fu) -Rollos y Carretas -Bestia (Primal)

Me doy cuenta que es mejor iniciar respirando antes de la movilización física. Hoy iniciamos con la respiración y creo ese silencio físico-mental que aparece cuando nos ocupamos de la respiración, nos pone en una situación de escucha propia, duerme el pensamiento cotidiano y nos amarra en una atmósfera de estar.

El entrenamiento vuelve a ser un espacio de alegría y en esta, aparece el riesgo y la confianza. Hay más seguridad en cada una de ellas de probar sus límites, de tratar de resistir un poco más. Repito, no creo que tenga que ver con algo relacionado al Laboratorio, sino a una necesidad propia de saberse distintas, de dejarse modificar por la comunidad. Quizás por eso Schechner le llamaba lucha por la confianza.

<b>Parte Segunda: Training</b>
En parejas: pesos y contrapesos -Llevar al Otro al otro lado del Espacio mediante el peso de mi cuerpo: pecho, espalda, costado, brazos, desde el movimiento negativo. -Círculo de ataque con manos/ nombres -Movimiento primal y voz

Seguimos relacionándonos con la otra. Una vez más, primero entramos en contacto con nuestro cuerpo, con nuestras sensaciones físicas en el espacio y en el presente, luego

establecer la relación con la otra y el otro.

En el caminar y el observar, agregamos acercarnos a alguien con quien establecimos relación con la mirada y apoyar nuestro peso sobre esa persona. Apoyo mutuo, abandono y balanceo. Un poco de peso al inicio, solo sentirlo, sin hacer nada más. Respirar con ese peso extranjero, tal vez, pero nada más. A medida que avanzamos, más peso, más confianza y trabajar zonas específicas: pecho, espalda, costado. ¿qué tanto peso doy, que tanto peso me dan? ¿conozco mi peso o tengo una noción del mismo? ¿que tanto control o que tanto abandono?

La relación a través de los contrapesos inspira movimientos, sensaciones psicofísicas que se visibilizan, algunas son simples, otras buscan acompañarse hasta el suelo y volver desde el apoyo físico, otras parecen un abrazo.

Después trabajamos el ejercicio desde una forma más puntual: una persona genera una fuerza contra la otra quién resistirá su avance, buscando el diálogo entre las fuerzas, la relación física y el desplazamiento de un lado al otro. El hecho de buscar diálogo nos hunde en una sensación de no competir fuerza contra fuerza y de probar otras formas de generar esta dimensionalidad del contrapeso con una percepción sobre la receptividad.

Cerramos la sesión, con el círculo de manos de la vez anterior profundizando en el ataque directo de quien está en el centro del círculo para adentrarnos en una economía del movimiento. También hicimos una modificación del ejercicio, en que llamamos el nombre de la persona que está en el centro, y esta, debe ir al encuentro sin dejar de lado que todas y todos le estamos llamando. Lo último fue un trabajo sobre la vibración, la voz y movimientos que nacen de esta conexión cuerpo, sonido y voz.

### **Sesión 7- 25 de Abril**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
-Tsa-Lung (Respiración) -Cobra Mansa (Articulaciones)

- Movilidad (Kung Fu)
- Correr, laterales
- Hara y Brazos (Fuerza)
- Estiramiento y Patadas (Kung Fu)
- Rollos y Carretas
- Bestia (Primal)

Séptima sesión, seguimos con el desarrollo de nuestro entrenamiento. Noto que en esta sesión hay un cansancio que no se había manifestado antes, posiblemente provocado por responsabilidades con la cotidianidad. Procure que aunque existiera esa sensación, entrar en una relajación que pudiera despertar el deseo que nos une domingo a domingo aca.

El enfoque de la sesión de hoy es la voz, por eso el acondicionamiento fue más concentrado hacia lo que pasa con la respiración: sus intervalos, el aumento de su ritmo, con la oxigenación en el cuerpo. Claro, propuse ir un poco más de lo que hemos hecho hasta hoy, el cansancio que se asomó al inicio, se quedó ahí, no nos acompañó el resto de la sesión.

### **Parte Segunda: Training**

Masaje facial y físico para preparar la voz

- Respiración oscura y vibración.
- Resonadores en el Cuerpo (Vientre, Pecho, Boca y Coronilla)
- Coro en susurros hasta llegar al canto y caminando como grupo
- Introducción al "Demo"

Lo primero es respirar, concientizar el aire que entra y sale del cuerpo. Seguidamente, imaginar el tracto respiratorio, sus órganos y el proceso de toma de oxígeno. Luego empezamos a masajear todas las superficies del rostro, las concavidades, hacer muecas para despejar la musculatura facial.

Después la garganta, pecho, abdomen, pubis, glúteos, intercostales, costillas, cada

parte del cuerpo donde hace eco la voz. Calma, acostarse en el suelo con la boca al cielo y las piernas recogidas, los pies cerca de la cadera y las rodillas al techo. Respirar, inhalar y exhalar. La exhalación por la boca, con una imagen oscura, un susurro primal que viene desde el abdomen sacando el aire dióxido, la inhalación por la nariz que profundice hasta fondo diafragma para comenzar este ciclo de respiración oscura.

A medida que el cuerpo lo necesite, se empiezan a soltar unos jadeos primales y oscuros por la boca concientizando no tensar la musculatura de la garganta, descubrir ese flujo natural de cada una en que su voz no cotidiana se manifiesta. Un poco más de voz, casi un tono pesado, denso, pero relajado. Pasado el tiempo, empezamos a sostener ese tono, esa vocal primaria que nos recuerda a la comunicación cavernícola.

Asumido esto, nos ponemos en cuatro puntos de apoyo, sobre las manos y las rodillas, la cabeza cuelga al suelo mientras la columna y torso toman una posición de mesa. En la exhalación, vibrar de a pocos, dejando que este movimiento ayude a la proyección vocal vaciándose de la percepción del “sonar bien”. Vibrar enfocando la letra “O” en el abdomen, la “A” en el pecho. Luego, sobre las rodillas y la columna erguida, la “E” en la garganta, la “I” en sobre la nariz y hasta la coronilla. Ponernos de pie, la “U” desde el coxis.

Hecho esto, caminamos juntas, empezando a susurrar el coro de una canción que les pedí previamente, del susurro al coro de voces. Poner el canto de todas y todos simultáneamente, nos conectó en la acción, quizás nos perdíamos un poco entre el miedo de cantar o entre el tono correcto, pero el objetivo era poner la musicalidad en la voz sin forzar la palabra.

Tomamos un descanso y luego introduje el ejercicio de los “Demos”, en este cada una de ella construiría una partitura física utilizando ejercicios del Laboratorio o de limitantes que encontrarán en sus cuerpos, procurando adaptarlos a su ser y su deseo. Verles cómo se adaptan y transforman las formas, me plantea que vamos por buen camino. “Algo” era más latente.

### Nota Aclaratoria

El día miércoles 28 de abril una de las personas participantes del Laboratorio, se contagió de Covid-19, en lo que fue una de las alzas de contagios más grande en el país en esas fechas. Por seguridad, decidimos descansar el domingo 2 de mayo. El miércoles 6 de mayo, otras dos personas participantes también resultaron positivas de Covid-19. Esto más, la paranoia evidente que azotó el país y que incluso llevó a la Escuela de Arte Escénico de la UNA a cesar su presencialidad, nos hizo bajar la guardia.

En una reunión virtual con todas las personas participantes, decidimos esperar a que bajaran los casos y la situación se estabilizara. Al dialogar con el tutor, me recomendó que era conveniente reducir el número de sesiones de 16 a 12, para no gastar los esfuerzos ni tensar las emociones de las personas participantes.

Por lo tanto el Laboratorio se redujo, algunas sesiones se anexaron a otras con el fin de acompañar el proceso de las personas participantes que estaban arriesgando mucho por colaborar conmigo en una época siniestra.

Aunque al principio lo lamenté considerando que la investigación no sería profunda, el tiempo y las acciones que siguieron a continuación me probaron lo contrario. Los procesos son misteriosos. Dicho esto, se muestran acá las sesiones que trabajamos tras el arreglo de fechas.

## Sesión 8- 23 de Mayo

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
-Tsa-Lung (Respiración) -Cobra Mansa (Articulaciones) -Movilidad (Kung Fu) -Correr, laterales -Hara y Brazos (Fuerza) -Estiramiento y Patadas (Kung Fu) -Rollos y Carretas -Bestia (Primal)

Casi un mes después, nos volvemos a encontrar, entre la alegría de volvernos a ver y la ansiedad que significa estar en un grupo de personas en estas fechas. Pienso que hace algunos años, en algún país donde un gobierno fascista prohibía ciertas expresiones, esto también ocurrió: un grupo de personas con afinidad a las artes se reúnen a trabajar consigo mismas a pesar de las circunstancias. Quizás también durante la Peste Negra o la invasión a Persépolis o el asedio de Sarajevo. En algún lugar, pese al horror, algo se desea crear. Tal vez los dinosaurios, entre el polvo que levantó el meteorito que los condenó, también se encontraron en alguna cueva.

Nosotras, en nuestro sótano acondicionado para las artes del movimiento en Nantai, volvimos a entrenar juntas. Sudar, tratar de estirar un poco más, de hacer un minuto de plancha más, tratar por encima de lo que conocemos como rendirse.

<b>Parte Segunda: Training</b>
-Vibración y Resonadores -Ejercicio de Imagen Psico-física y Voz -Partituras físicas opuestas -Ejercicio de Dar y Recibir (palo)

En esta sesión quería dar un cierre al módulo dos, desde una relación grupal pero también debido al cambio del cronograma, debía introducir algunas dinámicas del módulo 3.

Iniciamos respirando, para dar paso a la vibración y la vocalización, trabajando los resonadores propuestos por Grotowski. Esto introdujo la utilización de las palabras, en este caso, el nombre de cada quien. Decir su nombre, repetirlo, cambiando la modulación sonora, el resonador, la intención gramatical permitía des-centralizar la función comunicativa y cotidiana de la palabra. Esto nos encontró en juegos de nombres carentes de sentido, pero en una conexión físico-vocal-mental. El nombre se convirtió en puente para el canto, para el rugido, el trabalenguas, el vómito, para lo que el deseo y la investigación arrojase.

Luego trabajamos, un juego en que alguna de nosotras proponía un movimiento específico y concreto, a lo cual la otra le respondería con una propuesta complementaria, en ejemplo, si una hace a entrar por la derecha, la otra cierra por la izquierda; si una salta y cae, la otra se agacha y se asoma. Buscamos relacionarnos a través del movimiento utilizando códigos físicos simples para observar y proponer en base a la otra.

Finalizando la sesión, trabajo del palo, en este ejercicio, caminando por el espacio, nos lanzamos un palo. Uno de los ejercicios más completos que conozco tratan la esencia del teatro: dar y recibir. Sumado a esto, el lanzamiento del palo se plantea se hace con todo el cuerpo y se recibe con todo el cuerpo. También se trabaja el "Sats", la mirada, la dirección, la fuerza y especialmente, la relación que tengo con la otra persona a través de la acción: accionamos lanzando, accionamos recibiendo. Ciclo de acción-acción.

### **Sesión 9- 30 de Mayo**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
-Tsa-Lung (Respiración) -Cobra Mansa (Articulaciones) -Movilidad (Kung Fu) -Correr, laterales -Hara y Brazos (Fuerza)



-Estiramiento y Patadas (Kung Fu) -Rollos y Carretas -Bestia (Primal)
---

Esta sesión fue el inicio del módulo tres, en que profundizamos sobre la relación a través de la acción. Fue compleja, nos acompañó la ausencia de tres participantes, lo cual desilusiona hasta cierto punto a las personas que nos presentamos. El entrenamiento fue modificado para atender más sobre las necesidades de cada quien. Reforzamos aspectos como el correr, el flujo de la movilidad o el estiramiento pero soltamos la resistencia muscular o la generación de fuerza abdominal.

<b>Parte Segunda: Training</b>
--------------------------------

-Vibración y Resonadores -Ejercicio de Insultos (Clown) -Ejercicio de Picaflor buscando acciones pequeñas y simples - Ejercicio del Dar y Recibir (Palo)
---

El espacio se nos hacía grande, extrañábamos a quienes no se encontraban. Comenzamos a apropiarnos del espacio a través de la vibración, el escucharnos vocalizar y cantar. Lo siguiente, era un ejercicio desde el Clown donde frente a frente, dos participantes se “insultan” usando su voz conectándose con el cuerpo propiciando un responder inmediato no mediado por el pensamiento. Cuando me refiero a insular, no es con insultos cotidianos traumatizantes, sino desde la lógica inocente del Clown: le llamó “Ferrari” al otro, quien me responde diciendo que soy un “Tribunal Supremo de Elecciones” para contradecirle diciendo que es un “Helado de Palito” y así sucesivamente.

Fue difícil, pensaban mucho lo que iban a decir, a veces por minutos o se enfocan más en la intencionalidad de palabra que el acompañar cuerpo y voz. En cierto punto, puedo entender que se sentían solas en el espacio, lo que les inhibió.

Después de intentar un rato, avanzamos con el ejercicio del “Picaflor” entre las dos participantes. Curiosamente, hubo una profundización en relación al ejercicio que acababan de realizar, la relación entre las dos parecía abrir otras puertas con solo caminar, modificar velocidades, proxemia y mantener o quitar la mirada. Poco a poco, introdujimos acciones directas sobre la otra o el otro. Al principio, eran acciones muy complejas o cargadas de una convencionalidad aparente que no generaba suficientes estímulos de respuesta en la otra. Les propuse buscar acciones mas simples, mas codificadas que les ayudara a trabajar sobre el encuentro y la conexión. Empezó a surtir un efecto positivo.

Cerramos, una vez más con el ejercicio del “Palo”, que les volvió a complicar la noción de la relación: había mucha ansiedad en pasar el palo, poca atención al dar y recibir con todo el cuerpo. Considere que el trabajo con una única persona es similar al trabajo con uno mismo, es difícil ya que implica una atención mayor propia y sobrepasar límites personales que tal vez la otra persona no reconozca en uno todavía. Terminamos temprano hoy.

### **Sesión 10- 6 de Junio**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
-Tsa-Lung (Respiración)
-Cobra Mansa (Articulaciones)
-Movilidad (Kung Fu)
-Correr, laterales
-Hara y Brazos (Fuerza)
-Estiramiento y Patadas (Kung Fu)
-Rollos y Carretas
-Bestia (Primal)

Décima sesión. Todas las personas participantes estuvieron presentes, una vez más, hay cierta alegría asomándose previamente al acondicionamiento.

Encuentro que estamos estirando un poco más, más aguante en los ejercicios

complejos y más fuerza en los ejercicios que demandan fuerza. Hay un crecimiento en relación a cómo asumimos estos ejercicios, ya no son solo entrenamiento, se han convertido en una forma de dialogar y de estar juntas. La repetición de este acondicionamiento no se siente aburrida, se ve que se disponen, se entregan a sí mismas y trabajar con sus compañeras y compañeros.

Hay dolores, hay límites, pero cuando estamos trabajando en equipo pareciera que se quedan en segundo plano, la esencia de desarrollarnos juntas es más fuerte.

<b>Parte Segunda: Training</b>
-Vibración y Resonadores -Ejercicio de Insultos Clown Ejercicio del Dar y Recibir (Palo) -Ejercicio de Picaflor buscando acciones pequeñas y simples. Lenguaje: Dar la mano, sentarnos, ataque-esquiva. -Demos 2

Retomamos los ejercicios de la sesión anterior, esta vez con todas y todos. Primero vibrar, escuchar el aliento que lentamente se convierte en un vestigio de voz humana, oscura, caliente. Pasamos por los resonadores, a veces un poco tensos, a veces más sueltos.

Luego al ejercicio de Clown, el hecho de trabajarlo con más personas presentes se convirtió en un paso a desinhibición que encontramos la sesión pasada. El insulto se volvía broma, se conectaba al cuerpo-mente, la voz puntuaba y percibimos la manifestación de algo cómico que podría deconstruirse en otras acciones, pensamos por ejemplo, qué pasaría si en vez de palabras fueran sonidos grotescos u objetos. Esto lo relacioné al ejercicio del “Palo”, donde doy y entrego y más que depender de la fuerza del brazo, articulamos el cuerpo como un catalizador de la acción. Al probar el ejercicio del “Palo” asumimos esa noción, funcionó por un tiempo, pero la ansiedad del virtuosismo o el querer modificar la acción hizo que se cayera muchas veces el “Palo”. Reflexionamos sobre esto,

sobre la relación que compone la acción.

Quitamos el Palo y trabajamos el ejercicio del “Picaflor” acentuando sobre la relación, sobre el ritmo, sobre el acompañamiento de lo que ya plantea la otra y el otro y la escucha psico-física que eso significa. Codificamos tres acciones simples cuando generábamos una relación a través de la mirada: sentarse y levantarse- tomarnos de la mano y girar en direcciones opuestas- marcar un ataque con el pie que la otra persona esquivaría. Reflexionamos sobre la forma y la necesidad de accionar solo cuando hay una relación, para no engañar o dañar a la otra o al otro.

Finalizamos aplicando todo lo visto en la sesión en el diseño del “Demo” individual. También sería, la última sesión del módulo 3.

### **Sesión 11- 13 de Junio**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
-Tsa-Lung (Respiración) -Cobra Mansa (Articulaciones) -Movilidad (Kung Fu) -Correr, laterales -Hara y Brazos (Fuerza) -Estiramiento y Patadas (Kung Fu) -Rollos y Carretas -Bestia (Primal)

Esta sesión se plantea como el inicio del módulo 4, donde se profundiza con el Otro utilizando estructuras poéticas. En nuestro entrenamiento, que no se modificó en ningún momento del Laboratorio, las dinámicas psicofísicas han resultado ser incorporadas por las personas participantes, tanto así, que la cotidianidad sale a flote en ejercicios de estiramiento.

Ciertamente esa cotidianidad les genera distensión y el poder sacar la mente de lo que parece les demanda mucho esfuerzo, sin embargo es también un bloqueo, en cuanto

nos devuelve a un estado cotidianizante, donde el cuerpo hace una cosa mientras la mente hace otra. Es complejo de manejar, porque también se toma como una exigencia cuando les pido volver a estar presentes en lo que nos concierne al Laboratorio, pero también me hace ver que hemos pasado por mucho, que sus cuerpos lo denotan y que a este punto el esfuerzo que han dado por asistir y contrariar la pandemia es admirable.

<b>Parte Segunda: Training</b>
Vibración y Resonadores -Ejercicio de Picaflor. Lenguaje: Dar la mano, sentarnos, ataque-esquiva. - Ejercicios de Rizoma -Estudios de ficción con A y B (acciones y relaciones)

Como el módulo cuatro busca profundizar con las relaciones y la acción, incluyendo el paradigma del teatro performativo, quise que trabajáramos por ejercicios que nos conectaran en una dialéctica individual-grupal. Entre ellas, la vibración vocal se convirtió en un espacio de conciencia íntima y comunal, cada cual se escucha y cada cual se hace oír. Sin cerrar el trabajo con la voz, agregamos el ejercicio del “Picaflor”, trayendo esa vibración y ese sonido al desplazamiento y la mirada, Me interesa encontrar una energía grupal, una temperatura creativa para el juego y la relación. Dentro de la dinámica, empezamos a marcar ritmos con las palmas, a intercambiar pesos y contrapesos, jugar ataque y esquiva, acompañarnos hasta el suelo y volver.

Se creó una situación de entrar a “algo más”, se aceptó la invitación a construir efímeros. Note mas comunicacion con la mirada, más calma a la hora de proponerle a la otra o al otro. Llegamos a un fin, fue satisfactorio.

Después introduje el ejercicio de “Rizomas”, heredado a mi persona por Shaday Larios en México del 2014. En este, una persona realiza una partitura de movimiento y acciones por el espacio, marcando un “punto cero” y otros tres puntos en el espacio, al terminar la repetirá varias veces. Luego, alguien más, se le unirá, pero arrancará su partitura

cuando la primera persona llegue al “punto 2”. Luego, una tercera persona, que iniciará su partitura en el “punto 2” de la segunda persona, y así, hasta incluir a todas las personas participantes.

La esencia de este ejercicio gira en buscar relaciones que se crean de forma rizomática, sin ser mediadas más que por el azar de las partituras que se encuentran y cómo se modifican en el punto en que chocan, pero que continúan sin detenerse. Lo mágico aparece en cómo esas relaciones son desarrolladas en lo efímero y como nos re-sensibilizan dentro de la estructura. La mirada, el cuerpo y las acciones toman una postura distinta, de cautela, escucha y de sorpresa.

Para cerrar esta sesión, trabajamos una dinámica que adquirí de Gerardo Trejoluna, una semana después del taller con Larios. Bautice el ejercicio como “Estudios A-B”, en este, A entra al espacio vacío y realiza una acción con su cuerpo, sin crear convenciones solo utilizando los estímulos propios proponiéndose una tarea. Luego, entrará B, con un objetivo muy específico sobre A, dado por el grupo sin que A se percate. B, buscará “cumplir” este objetivo sin forzar las acciones y tomando en cuenta la acción que ya propone A, sin uso del idioma conocido o sin ir directamente a cumplir su objetivo.

Se busca la relación desde ambos roles, A y B y una escucha para afrontar un espacio de vulnerabilidad escénica y no recurrir a un trabajo de representación. Estos estudios mostraron dudas, mucho pensamiento que interfería en la relación a través de las acciones. Dago y Carlomario, por ejemplo, empezaron a tirarse cosas, a recogerlas, a botarlas, todas al mismo tiempo: evidenciaba que no había escucha ni una claridad sobre la acción que desarrollaban. Percibíamos quienes observamos, que aunque hacían mucho, no lo estaban haciendo desde el cuerpo, sino desde una necesidad de llenar la escena de signos o movimientos.

Les recordé a todas y todos, el desarrollar una acción y ser conscientes de ella, esto modificó las experiencias. En otro ejemplo, Dayan utilizó una estrategia interesante: usando su canto, le marcó un ritmo establecido a Randy, quien accionó en relación del ritmo sin

abandonar su deseo permitiéndoles entramar sus acciones simultáneamente. Después, les pedí establecer vínculos con las personas que observábamos. Durante una improvisación de Randy y dago, “algo” se aproximó: en determinado momento, ambos se arrecostaron contra la pared y fueron bajando hombro con hombro mientras nos observaban. Al llegar abajo, se observaron a los ojos por un momento corto pero íntimo y volvieron a vernos. Esa intimidad forjada en esa acción, la percibimos cuando volvieron a vernos. Hubo un contagio, una sonrisa y la sensación de que “algo” nos pasó.

### **Sesión 12- 20 de Junio**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
-Tsa-Lung (Respiración)
-Cobra Mansa (Articulaciones)
-Movilidad (Kung Fu)
-Correr, laterales
-Hara y Brazos (Fuerza)
-Estiramiento y Patadas (Kung Fu)
-Rollos y Carretas
-Bestia (Primal)

Esta fue, para motivos de esta investigación, nuestra última sesión de *training*. Pasamos por cada ejercicio como despidiéndonos de ellos, fueron herramientas para sentir el jalón de los músculos, la respiración alterada, la pesadez de los huesos, el viento al correr, la sensación de no aguantar un segundo más de acondicionamiento. Una herramienta para incomodar el cuerpo cotidiano y descubrir sus cambios.

Como en sesiones pasadas, observo una entereza del cuerpo a la hora de realizar estos ejercicios que nos acompañaron desde el inicio, una presencia construida en conjunto.

## Parte Segunda: Training

### Vibración y Resonadores

-Ejercicio de Picaflor. Lenguaje: Dar la mano, sentarnos, ataque-esquiva.

- Ejercicios de Rizoma

-Estudios de ficción con A y B (acciones y relaciones)

Ahora bien, para la parte del *training*, observó cierta ganas de pertenecer a lo que se hace, pero todavía seguimos en una capa mental, o sin incorporar ese pensar dentro del acontecimiento.

Puede parecer muy crítico sin embargo, es algo bueno. Como he tratado de explicar a lo largo de esta investigación, nunca procure que el laboratorio fuera un espacio de arreglar alguna visión sobre el teatro o de encaminar a alguien por un trecho performativo. Me bastaba con la idea de ahondar y de reflexionar a través de la práctica. Específicamente en esta sesión, percibo que la alegría que fuimos creando a través del proceso se ha convertido en un espacio de confianza, de entrega colectiva y de escucha propia.

Nuestra vibración nos ha permitido perder cierta vergüenza con la voz y entender cual resonador nos cuesta más a cada quien, y dentro de esta dinámica, como sostenemos la mirada con la otra o el otro utilizando el puente de la voz y las palabras.

Esta mirada, podría entenderla como una necesidad de direccionar la energía que se crea dentro de cada cuerpo y que se desea compartir. Así, en el ejercicio de “Picaflor” los vínculos se han vuelto más simbióticos, claro, todavía hay cierta ansiedad en cómo planteamos las acciones que codificamos para dialogar entre nosotras, pero es una ansiedad que implica más tiempo de contacto con las demás y los demás.

Para los Rizomas, hubo más cuidado de los diseños que hacían, procurando poner la relación por encima de la partitura. Esto nos llevó a momentos de mayor intimidad y de sensaciones físicas, pero les confundía en cuanto, no sabían volver a su partitura después de terminar una relación.



Para los ‘Estudios A-B’, lleve la esencia de algunas situaciones ficticias para desarrollar acciones en torno a ellas. Me base en escenas de Hamlet (Horacio y Hamlet), de Macbeth (Macbeth y Bancuo), Muerte de un Viajante (Willy y Howard) El Bueno, El Malo y El Feo (La introducción de Ojos de Angel) *Revolutionary Road* (una pelea entre el matrimonio) y Los Intocables (Elliot Ness y Al Capone).

Quería que jugaran desde la situaciones límite que plantean esas escenas, pero sin diálogos, sin escenografías o efectos previamente planeados, y pudieran explorar la relación que se daba desde las circunstancias dadas y el desarrollo de acciones que les acercaran a un punto común.

Las situaciones ficticias les dificulto el estar presentes. Ponían mucho énfasis en actuar como personajes, dejando de lado las acciones físicas para dar paso a una voz textualizada que proponía pocas acciones o que no se desarrollaban. ¿Por qué asumíamos la actuación como texto cuando desempeñábamos personajes? ¿Por qué el cuerpo cuando ‘actúa’ se vuelve extraño en sus capacidades físicas?

Algunos de los estudios mostraron verticalidad en el cuerpo, acciones que no se desarrollaban desde el cuerpo o se finalizaban, miradas perdidas. Se generaba mucho material pero ninguno respondía al estar presentes.

Tuvimos poco tiempo para desarrollar este módulo, considero que esto fue un inicio, igual, todavía nos queda una muestra, donde podrá observar más de cerca que floreció y que necesita más tiempo y cariño para hacerle florecer. <sup>7</sup>

### **Sesión 13- 27 de Junio**

<b>Parte Primera: Entrenamiento</b>
-Tsa-Lung (Respiración) -Cobra Mansa (Articulaciones) -Movilidad (Kung Fu)

<sup>7</sup> Algunos de los ejercicios practicados en el Laboratorio se pueden observar en el registro de video, 6.3, del Anexo 6

- Correr, laterales
- Hara y Brazos (Fuerza)
- Estiramiento y Patadas (Kung Fu)
- Rollos y Carretas
- Bestia (Primal)

Esta sesión, no fue necesariamente una sesión formal dentro del planteamiento del Laboratorio. Fungió como un puente entre las sesiones prácticas y lo que vendría a ser la muestra.

Realizamos nuestro clásico acondicionamiento psicofísico con alegría y luego nos sentamos a reflexionar sobre las sesiones anteriores. Buscamos qué ejercicios nos gustaban, cuales nos retaban, cuales ponían al cuerpo en una instancia presente entre otras. Tratamos también cosas ordinarias que pasaron el proceso y que podían ser incluidas como acciones, transformabamos lo que fue nuestro presente en material sensible a mostrar.

Después de hablar, hicimos una escaleta para el flujo de acciones de la Muestra. La probamos y nos encomendamos al proceso.

### **4.3 Hallazgos del Proceso**

#### **4.3.1 Hallazgos de los Módulos**

En este apartado, haré referencia a los hallazgos del Laboratorio según lo estudiado. Los hallazgos se interpretaron por los módulos respectivos para conglomerar las experiencias encontradas y dar fe de cómo se avanzó en el proceso.

#### **Módulo 1: Con el Cuerpo Propio y el Espacio**

La pandemia que nos generó restricciones sanitarias como el salir de casa para solo lo estrictamente necesario, hizo que muchas de las actividades físicas que las personas participantes del laboratorio desenvolvían previamente a los meses de nuestro trabajo,

quedarán en segundo plano o muy disminuidas. Salvo el caso de Carlomario -quien se dedica profesionalmente como bailarín en la Compañía de Cámara Danza de la UNA- o mi persona -quien por motivos de esta investigación y anteriormente, abordaba prácticas psicofísicas como asistir al Templo Shaolin C.R, tres días a la semana-, por lo demás, Dayan, Randy y Yerline realizaban poco 'ejercicio' o no eran constantes dentro de algún espacio de entrenamiento.

En estas cuatro sesiones del Módulo I, el enfoque era retomar ese hábitat con el propio cuerpo, desde el cariño y lo extracotidiano, a las actividades escénicas y el rigor de regresarlo al tono creativo. Despertar el cuerpo fue mi principal intención con ellas y con ellos en las dos primeras sesiones, no me interesaba exigirles que llegaran a sus límites, pero sí que se adaptaran al ritmo de los ejercicios psicofísicos que propone el Laboratorio.

Algunas de las falencias físicas fueron la administración y contención del aire al momento de correr o después de algún ejercicio que implicase oxigenación; también la fuerza física en brazos, abdomen o piernas, al hacer lagartijas o algún tipo de esfuerzo desde el Hara.

Para Dayan y Carlomario los momentos de estirar, significaron una profundización de posturas para la elongación o de ejercicios que les ayudaban a satisfacer nuevas formas de hacer ceder el músculo, ya que contaban con bastante flexibilidad. Randy, Dago y Yerline encontraron que sus cuerpos podían no tener la misma flexibilidad que las otras y los otros, pero supieron adaptarse al estiramiento: descubrían musculatura, formas de adaptarse y una conciencia sobre sus procesos.

Las faltas se convirtieron en nuestro campo a trabajar, a fin de cuentas, el reconocimiento y relación con el propio cuerpo conlleva un esfuerzo físico y mental que el Laboratorio suplía en alguna forma. Los ejercicios de *Training* venían a dar la otra parte, la sensibilización y el uso de estas cualidades psicofísicas. Puedo decir, que en este primer módulo el cuidado y el no forzarse eran las brújulas de los trabajos.

Creo que lo estudiado previamente, acerca del trabajo de la persona intérprete desde un lugar de confianza, no podía faltar acá. La confianza en cada una de ellas se observó sesión tras sesión así como la confianza sobre lo que estábamos haciendo, se inició el proceso de corporización o mejor aún, se retomó. Las dos últimas sesiones pude aumentar la carga del Entrenamiento, desafiarles desde el afecto.. Me di cuenta que tenían las habilidades pero faltaba que se deshicieran del “no puedo” o del “no se”.

Con respecto a las relaciones interpersonales en este módulo, nunca supuso un conflicto la relación entre participantes. Las y los participantes vienen de contextos amigables donde han trabajado en algún apartado artístico o relacionado anteriormente.

Sin embargo, la relación en los ejercicios y la sinergia eran algo que no todas habían experimentado dentro de una premisa investigativa. El primer mes supuso un trabajo sobre la escucha en las reflexiones, de observar a la otra o al otro durante el ejercicio de la “Presencia”, estudiar su caminar, entrenar juntas con el motivo de crear una confianza grupal en torno al trabajo psicofísico.

Justamente en este ejercicio pudimos desarrollar varias conjeturas sobre lo que se “muestra” sin necesidad de hacer algo. Discutimos ritmos personales, tensiones que no son concientizadas por quien realiza el ejercicio pero que son notorias para quienes le observamos, el flujo respiratorio que se tensaba al sentirse visto, la dificultad de sostener la mirada con las otras y los otros.

Reflexionamos que la presencia era algo que tenía que ver con el cuerpo y con la historicidad de la persona: un proceso de corporización. Sin embargo, Yerline o Carlomario, desde la ironía y la curiosidad se preguntaban cada vez que realizábamos el ejercicio: “¿que “#%\$=! es la presencia?”. Cabe mencionarlo como tal, porque son preguntas que nacen desde personas con contexto académico en las artes.

Para Dayan, Randy o Dago, la presencia era una energía que se manifestaba y que no sabían como manejar, o la veían como un proceso subjetivo, algo que está ahí, algo

organico de cada quien.

Me pregunto, si hemos concientizado la presencia dentro de los espacios escénicos y su creación como un sello identitario de las personas intérpretes. Yendo a lo encontrado en la teoría, la presencia es un rasgo característico del teatro contemporáneo y del teatro performativo, de ella se destila una seducción, un contagio de vida, una historia que se cuenta desde la presencialidad del cuerpo en escena. Puedo responderme, que la construcción del teatro costarricense radica más en la producción que en la profundización de los procesos. Feral, nos advirtió que cualquier entrenamiento que no se inscriba en el tiempo, está condenado a ser superficial.

Como hallazgo, encontré una escisión entre presencia y escena, lo que ameritó poner una mirada de conceptualización de la misma en lo que hacíamos en el Laboratorio.

Por otro lado, el hecho de que hubieran buenas relaciones interpersonales desde los ámbitos cotidianos, facilitó el no sentirse juzgadas o juzgados durante este primer módulo, pero también conllevó a que se conversara de forma cotidianizante durante los Entrenamientos o que se perdiera la atención al hecho extracotidiano que estábamos construyendo.

De este módulo puedo decir que, como personas con un desarrollo en las artes escénicas o la danza, no existe una complejidad mayor a la hora de entrar en estados creativos o de experimentar con los límites de sus cuerpos.

Lo que sí encuentro, es la diferencia en que cada una de ellas se adaptan desde sus capacidades para la realización de los ejercicios. Por ejemplo, en el ejercicio de “Piel, Hueso, Músculo y Nervio” cada una entendía la cualidad del movimiento distinta, o se aproximaban a ella desde la precognición de su imaginación. Si cada sensibilidad es distinta, *¿qué tipo de movimiento es incorrecto?* No podría haber movimiento incorrecto, sino un sentir alienado a sistemas de movimientos.

Otro ejemplo, fue en el Butoh. Cada ejercicio les acercó a una energía densa, como

en una meditación activa. Reconocí por momentos, cuando llevaban al máximo la tensión o cuando tomaban una postura compleja, que su respiración cambiaba, era lenta, calmada, ahí sentí que su cuerpo y mente se compenetraban. *¿que tiene el dolor que aceptamos, que nos pone en una situación presente?* Debe ser la conciencia de entregarse desde el deseo.

Me pareció interesante esa galería de cuerpos deformes o heridos que se aparecieron allí, fue un ejercicio de hora y media de duración sin pausas y sus energías se mantuvieron altas, su respiración acompañaba el cuerpo, por un momento, me pareció sentirme en esa experiencia umbral: de algo que se manifiesta. Algo sutil, oscuro, humano.

Estaban en la exploración de sus sombras y sin embargo, estaban todavía en el piso de Nantai revolcándose. Esa doble faceta, la de ser acción y accionar, me parece entra en lo que Schechner, Feral y Acacio plantean como acción performativa: el cuerpo y la mente hacen en el presente derribando convencionalidades para instaurarse en sí mismas y sí mismos.

Los procesos internos o el estar consigo misma o mismo y, el espacio, se asumio como un micro análisis de su ser escénico. Note que no fue una ardua tarea que se dedicaran a ellas mismas o a ellos mismos desde el *Training*. Quizás, lo que facilitó este puente, fue el deseo de moverse, de jugar, de estar con otras u otros para así estar con ellas o ellos.

Pero el dedicarse integralmente a lo que están haciendo, a hacerlo y concientizarlo como extracotidiano o actividad de un proceso de corporización, ya sea para el fortalecimiento o el de sensibilización, no salía como se esperaba, había mucha distracción social de por medio.

## **Módulo II: Con el Cuerpo Propio, el Espacio y descubrir la Otridad**

Hallazgo vital: que las y los participantes desarrollaran un cariño por este espacio y el Laboratorio. Lo manifestaban en sus palabras cuando agradecían cualquier tipo de ejercicio o de compartir la merienda o en las reflexiones al final de las sesiones, en su cordialidad

entre ellas y ellos. Además, se mostraban atentas a lo que se iba desarrollando; si en el primer módulo habían ejercicios dentro del Entrenamiento que les parecían difíciles, ahora mostraban un deseo por intentar de hacerlo a su modo.

Dentro de las prácticas de *Training* a veces contrariaban las instrucciones por buscar un logro, sin embargo, empezamos a entender, como comunidad, que la segunda parte de las sesiones, servía para que ellas y ellos experimentaran su conciencia dentro de las prácticas o ficciones pedagógicas. Muchas veces manifestaban este goce que no habían sentido en ejercicios dentro de las academias ya sea por el estrés de responder a un proceso universitario o una calificación mediada por intereses que desconocían.

La práctica, tanto del Entrenamiento y del *Training*, se convirtió en este módulo, en un deseo por ir más lejos y desarrollar sus capacidades físicas, su sensibilidad durante dinámicas, aprender ejercicios nuevos. Empezamos a crear comunidad, a preocuparnos por el proceso y el 'cómo' de la otra y del otro.

Comenzaron también, los retos como individuos. Aquellas y aquellos participantes que mostraban menos adaptabilidad a los ejercicios físicos reconocían sus falencias y aprovechaban nuestras horas en conjunto para esforzarme más: resistir unos segundos más la plancha o hacer cinco lagartijas más, o a parar cuando se sintieran cierto mareo que provenía de su propia fisicalidad y no del trabajo. Había un deseo por explorar más desde la fisicalidad y la respuesta de relacionarse con la otra o el otro dentro de los ejercicios.

Estos retos implicaban a su vez, enfrentarse a sus realidades psicofísicas. Para Carlomario significaba atender su aparato vocal, que como bailarín no había sido desenvuelto, como también dejar de reaccionar para accionar con la otra o el otro. Para Dayan y Dago, quienes hacían cierta concientización sobre el trabajo psicofísico, significó no caer en un trance personal que les privara del acontecimiento grupal. El caso de Randy era dejar de estar pendiente del mundo cotidiano y para Yerline, una noción sensorial de que el proceso es cada una de sus partes o dinámicas y de la necesidad del silencio o el juego corresponde a flujo del proceso grupal.

En algunos casos, al estirar o hacer actividades de resistencia, habían malestares o dolores musculares que les incitaban a soltar el ejercicio de repente. Les pedía que no lo abandonaran inmediatamente, para que encontraran dentro de sus sensaciones posibles respuestas a esa incomodidad, que podía provenir de la falta de uso de esa parte determinada del cuerpo o de algún bloqueo mental que les insta a abandonar antes de descubrir su fuerza.

Randy, por ejemplo, sentía un dolor en el ligamento cruzado de la rodilla cuando estirábamos las piernas contra el suelo. Solía abandonar cuando llegaba ese dolor, en vez de adaptar la longitud y peso de su cuerpo en dicho ejercicio. Dago, cuando estirábamos las piernas en pareja, sentía dolor en su cadera y bajaba de inmediato, cuando podía solicitarle a su compañera o compañero, que ajustase la posición de la pierna para que no llegara a ese malestar. Muchas otras incomodidades ocurrían cuando entrenamos, sin embargo, nunca se lesionaron en alguna de las sesiones de este módulo. Les inste a utilizar los ejercicios entre semana, como medio de fortalecer esas partes.

En el lado del *Training*, los ejercicios de observación mientras caminamos, ayudaron a familiarizarse con la otra o el otro desde el silencio y la escucha corporal. Estaban más dispuestas a conocer a la otra o al otro durante el juego. A veces también, este deseo confundía las relaciones lo que les llevaba a realizar muchas acciones o lanzar muchos estímulos sobre la otra o el otro que no terminaba de descifrar.

Por ejemplo, proponían un movimiento muy complejo o muy rápido en el cual no daban oportunidad a que se construyera una acción en conjunto. Por otro lado, se quedaban tanto en el observarse que entraban en un trance que les cerraba de otros estímulos que venían por parte de otras personas participantes.

El punto del umbral, es atravesarlo juntas o de generar experiencias que todas podamos seguir para encontrarnos en el limbo. Encuentro que el priorizar un estímulo, nubla la mente llevándolo a una desconexión momentánea física.



Nos confundíamos juntas, pero también fue necesario pasar por allí, esto nos llevó a escuchar más, a proponer de sobra y dejar que la relación en el presente fuera la que establecería los lazos energéticos que culminaron en pequeñas acciones, seleccionadas para cada dialéctica. A hacer lo necesario.

La mirada, desde este módulo, se transformó en una de nuestras acciones más simbólicas ypreciadas. Les recomendé afianzar la mirada como una acción, de naturaleza reveladora, directa, una acción en el tiempo: dos miradas que se buscan y se encuentran pueden quitar un velo que les separa. Un guiño a la experiencia umbral.

Entre más nos observábamos, más sensaciones aparecían. Algunas psicológicas, emocionales, carnales, absurdas o reflexivas. El observarnos a los ojos por tanto tiempo nos inhibía un poco: era raro sostener la mirada con alguien, muchos procesos psicológicos y emotivos emergen de ese diálogo, fueron algunos de los comentarios que decían cuando lo hablábamos. Nos preguntábamos cómo se llaman esas sensaciones y qué hacer con ellas.

La respuesta que solía darles era: nada. Dejarlas ser o convertirlas en acciones simples que pudieran pactar con la otra o el otro, desde la invitación. Aquí aparece la seducción en el ejercicio del “Picaflor”: nos abríamos como flores exuberantes que ofrecían néctar a las y los demás, que se convertían en colibríes. Durante esas relaciones, algunas sin contacto físico, la proxemia y la distancia cobraban otro significado.

La seducción la entendíamos como una cualidad de atraer, un sinónimo con el que pudimos jugar la experiencia del “contagio”: el vaciarse para mostrar algo más. La práctica de pesos y contrapesos supuso un contacto directo con las fuerzas propias y ajenas, esto nos sirvió para entender que la energía es más que un ‘chisme mitológico’ e identificarla como la plantea Barba, como una serie de características físicas que emanan del cuerpo de la persona interprete y tienen una relación directa en el Universo y sus leyes.

Este concepto nos ayudó a entender la visión de teatro que quería darles en que es el cuerpo el organismo creador por excelencia, de lo poético y de lo crudo. Vuelvo a lo

trascendental, como experiencia del trabajo y de la creación, como acción posible y humana, como modificar el cuerpo de la otra o el otro a través de la mirada, o identificar nuestra voz.

La vibración sirvió como un estímulo para encontrar desarrollar confianza para todas y todos en el Laboratorio. Muchos de los comentarios que realizaban las y los participantes después del ejercicio de vibración vocal era como sentían una resonancia desde el cuerpo, relajación en la garganta y no se preocupaban por escucharse o sonar bien. Sentían que les era más sencillo identificar sus resonadores.

Para Yerline y Carlomario, quienes expresaron que era una dificultad el trabajo con la voz, se convirtió en una herramienta de conocer esa voz, de dejarla salir en este espacio. Para Dago, Dayan y Randy, era la oportunidad de escucharse sin la preocupación de un juicio.

Otro hallazgo, fue el empezar a preguntarnos por lo que hacíamos después de hacerlo. La reflexión posterior a la práctica tomaba una notas más filosóficas sobre el oficio de la persona intérprete, a veces anárquicas o herejes, en otros casos idílicas. Nos preguntamos por los límites de las relaciones que creábamos o el por qué entendíamos la 'actuación' como personificación. Nos sentíamos frustradas con las escuelas, sus rumbos y agradecemos espacios como estos.

Sin embargo, les hacía considerar que todas esas sensaciones- rebeldes o nihilistas- tenían una respuesta: el proceso de corporización que cada una de ellas estableciera personalmente. Que las academias no tienen la obligación de entrenarnos, ya que ese trabajo -y me fundamento en mi opinión teórica- parte solo del autoconocimiento y del deseo..

### **Módulo III: Con el Propio Cuerpo, Otros Cuerpos y las Relaciones**

Para que hubiera una noción de avance, teníamos que tener desaciertos, uno de ellos fue el miedo que provocó la oleada de Covid-19 a finales del Módulo II y a inicios del Módulo III, generándonos tres semanas de pausa no deseada ni por mi persona ni por las

personas participantes.

A pesar de los avances en materia humana y técnica que comenzamos a desarrollar, enfrentarnos al Covid-19 provocó cierta desconfianza en nuestro trabajo. La primera sesión del Módulo III contó solo con dos participantes: iniciamos trabajando con mascarilla, pero rápidamente la encontramos como un bozal y decidimos retirarnosla. Estas ausencias, además de las de la sesión anterior, tuvieron un peso muy grande.

En ese momento, me sentí terrible, creí estar cometiendo un gran error al llamar a este grupo de personas a que formaran parte de una investigación e instarles a trabajar presencialmente para corroborar mis ideas. Sentí que la investigación podía ser cruel, que el proceso podía ser cruel, que buscar la presencia en el año 2021 no era lo adecuado.

Pero también recordé, hablar de las comunidades que se reunían a pesar de las circunstancias que les oprimían. Pensé en Artaud, después de 9 años en el psiquiátrico, en Brecht perseguido por sus creencias políticas, en Lidell y su incesante angustia existencial, pensé que ni ella ni ellos se detuvieron. Recordé que la esencia del teatro que aquí he manifestado y que defiendo, es la de un grupo de seres humanos que se reúnen a hacer algo imposible con sus cuerpos. Imagine que pasaría si 'los cavernícolas' del mito narrado por De Tavira, se hubieran quedado en sus primitivas chozas sin encontrarse después de un día de cacería: ¿que pasaría si ese fuego primordial no hubiera sido encendido?

Hablo de este miedo, porque creo ha sido una circunstancia en este proceso y en todos los procesos nacidos a pesar de la pandemia mundial. Poco a poco, hemos prevalecido, hemos sido músculo sensible y nos hemos juntado, con o sin medidas sanitarias. Para nosotras, después de esa sesión, las ausencias se difuminaron. Hable con cada una de ellas por privado una noche de mayo, poco tuve que inspirarles pues en ellas y en ellos el deseo de asistir ardía.

Lo que siguió fue el cansancio, provocado por las responsabilidades del semestre o del estrés. Estas dos sesiones del Módulo 3, sirvieron para retomar ese aire que habíamos

alcanzado antes de la pausa. Rehabitarnos a la respiración, a trabajar con personas con las cuales no teníamos la seguridad de sus conductas sanitarias: había que volver a confiar desde la convicción y la acción.

Encontré que lo mejor era volver al juego. Para Carlomario y Yerline, la sesión que estuvieron solas les fue complicada: el espacio se les volvía grande y se sentía la ausencia. Pero cuando les puse a trabajar solo la mirada y el desplazamiento, sus seres se modificaron. En ese duelo/dueto, apareció de nuevo un tipo de presencia, se acompañaron.

Quizás las acciones eran complejas o abstractas o no las desarrollaban hasta el final, pero el hecho de observarse mutuamente les vinculaba. Algo parecía latir en ellas, pero a la hora de accionar se alertaba. Cuando lo reflexionamos, comentaron que era una situación compleja, se volvía una intimidad que no sabían tratar, que la cabeza decía algo y el cuerpo otra cosa. Precisamente este Laboratorio buscaba esas reflexiones, las de reconocer la ambigüedad entre sensación física y pensamiento: ¿cómo encontrar balance?, ¿cómo incorporar la mente?, ¿cómo romper con los trescientos años de raciocinio occidental? El teatro puede ser esa contracultura.

Lo curioso fue cuando nos encontramos todas y todos para la última sesión de este módulo, el ejercicio Clown tuvo resultados desinhibitorios, a diferencia de la sesión anterior. La sensación de tener a todo el grupo se convirtió en un empujón extra para salir del pensamiento, sus cuerpos se notaban en situación propositiva, por ejemplo, Dago y Carlomario, utilizaban objetos en el espacio para 'insultar' al otro: tomaban y respondían, mantenían un tono juguetón y directo, hacían conciencia de lo que les rodeaba y lo transformaban como estímulo.

Pero al llegar al ejercicio de "Picaflor" como grupo, la seducción y la mirada no se relacionaban directamente. Las acciones que trabajaban, que en medida debían ser simples, se complejizaban: uno se ofrecía a alzar a otro pero este no lo entendía o forzaban un abrazo o un simple saludo de manos.

Pensaban tanto cómo accionar con la otra o el otro, que no se disponían a accionar en conjunto. Una vez más, se separaba el pensamiento del cuerpo.

Visto en Kirby, la actuación simple se describe como el realizar una acción desde la fisicalidad o la emoción. En este caso, con acción simple me refiero a una acción física en concreta relación con una única persona y con acción compleja, a una combinación de acciones o estímulos de forma simultánea.

Observar y caminar simultáneamente conforman una acción compleja, más si recordamos la concientización de la respiración. Por lo tanto, la búsqueda de una acción simple parte de la necesidad de no saturar de acciones la presencia para no pensar tanto en el resultado. A fin de cuentas, se trata solo de estar ahí y dejar que algo se manifieste a través de la relación.

Al proponerles, que solo se observaran, sostuvieran la mirada y cambiarla de una a otra, la energía transformaba las relaciones. Asumían “Sats” sin pedirselo, accionaban espontáneamente, las relaciones se estrechaban. Los años de entrenamiento anteriores a este Laboratorio se mostraban como el ‘concepto fuerte de la presencia’ que plantea Fischer-Lichte, hacían un uso de sus habilidades expresivas y de conocimientos escénicos.

Fue interesante sentir como habían cambios que se daban a partir del concientizar las acciones como algo tácito que se demarca en estas relaciones. Apreciar la mirada, la presencia de la otra o el otro, respirar, buscar un ritmo en común de caminar o desplazarse en relación a alguien podría parecer básico aunque, conforman búsquedas por detallar las acciones y hacerles entender que no es necesaria una demanda atlética física para hacer teatro con y desde el cuerpo.

Para cerrar los hallazgos de este módulo, vuelvo al trabajo vocal. Iniciamos el módulo con bozal y con el miedo del ‘contagio de algo más que la presencia’. El proceso nos ayudó a deshacernos de ese miedo y trabajar desde la confianza. Se asentó una búsqueda de la voz o del canto por encima del sonar bien o mal para encontrar una organicidad de cada una

de sus voces, a sabiendas que el Laboratorio es una pincelada para reconocerlas, no para hacerlas sonar bien. La vibración se convirtió en una compañera para entender la técnica.

#### **Módulo IV: Con el Propio Cuerpo y Acciones con Otros Cuerpos**

En este módulo era requerido construir estructuras de juego para aplicar y observar más detalladamente lo que estábamos haciendo en el Laboratorio.

Por un lado, el Entrenamiento que realizamos por 12 sesiones se manifestaba en sus cuerpos: estiraban más que al arrancar Marzo, más fuerza en sus centros corporales, brazos y piernas. La respiración que costaba administrar o retener, empezaba a ser sentida como un ritmo dentro de los ejercicios, la respiración se convertía en una calma en los momentos de tensión o esfuerzo. Aprendimos a ir un poco más lejos.

Todavía había mucha conversación durante los entrenamientos o mucho juego cotidiano, en parte porque les aliviaba la mente de lo que hacíamos y por otra porque socialmente nos costaba mantener un silencio. Pienso mucho en el silencio, en su cualidad, en la condición de aprenderlo. El silencio, me gusta considerar es característica de lo umbral, permite que el espacio hable y que las personas nos conectemos desde otras realidades. Nos faltó aprender del silencio y de su cualidad extracotidiana.

Con respecto a la vocalización, empecé a notar un entendimiento de la vibración tanto propia como de las demás participantes. El proceso de tratar la voz como cuerpo y como acción fue una de las exploraciones que más alcance tuvo durante el Laboratorio. Esencialmente, la de sentir la emanación del sonido desde los resonadores.

Hubo un cambio en la forma en que atendíamos la voz, siendo esta una consecuencia de la vibración física que permitía mayor proyección y conciencia del sonido de cada quien. Al introducir canciones, el pensamiento acompañaba la voz, unos vestigios de intenciones se asomaban también. Había gusto por escucharnos, por encontrar la tonalidad adecuada, por bajar el volumen para entrar al coro. Al menos dentro del aparato del Laboratorio, hubo un crecimiento del uso de la voz.

Experimentamos una libertad dentro de las sesiones finales, entre más trabajábamos, más cohesión aparecía. Habíamos llegado a un nivel de confianza y de relaciones escénicas que el estudio de acciones simples o complejas se volvió más delicado. Empezamos a elucubrar materiales sensibles en las estructuras, a arriesgar a través de la mirada o de la relación. Las y los participantes se habían vuelto una comunidad los domingos de 9am a 1pm.

En el ejercicio del “Picaflor”, la mirada cobraba otros sentidos. Carlomario manifestó la necesidad de experimentar el contacto a través de los dedos -mirar con los dedos dijo-. Dayan dijo que la mirada era como un puente donde encontrar a la otra o el otro.

Con la mirada las acciones tomaban otros rumbos: descubrieron que las acciones simples podían ser muy efectivas: dar la mano, proponer un abrazo, abandonar su peso contra el cuerpo de otra u otro, sentarse juntas, correr juntas. Se convierten en un lenguaje poético mediante la duración en el tiempo, en la vivencia del momento presente y la sensibilidad que afloraba de sus cuerpos sin forzarla.

Las acciones simples fueron una puerta para las acciones complejas, para entablar juegos entre dos personas que no habían planeado de antemano y que orgánicamente resolvían. Todavía existe una separación del pensamiento y la acción, pero no es algo que se supone este Laboratorio debe subsanar.

Los dos ejercicios que introducimos en este Módulo, Rizomas y Estudios de A-B, resumen las experiencias vividas y alcanzadas por los participantes de este Laboratorio.

El ejercicio de Rizomas contribuyó a la escucha en simultáneo. La construcción y repetición de una partitura les planteaba una estructura que se veía modificada por el contacto presente y por las relaciones rizomáticas que este creaba. Al no tener más que una partitura y la mirada como medio de expresión, las alianzas aparecían. Momentos instantáneos dentro de la naturaleza de la estructura: dos personas llegaban a un mismo punto sin proponérselo, modificaban sus movimientos solo lo necesario para relacionarse

con la otra persona, algo se contagia, se manifestaba en forma de sonrisa, chispa en la mirada, relajación muscular o en la respiración, algún gesto de sorpresa para luego seguir cada una su trayecto en la partitura.

Durante los Rizomas, podía ver claramente el poder de las relaciones que se establecieron, las fronteras que la confianza derribaba, acciones físicas en las que todo su ser participaba. El cuerpo se volvía salvaje y frágil conspiraba sin planear junta una u otra.

Entraban y salían de una acción a la otra, a veces con prisa, a veces con mucha lentitud, pero descubríamos lo que era estar frente a alguien más y allí, la percibí, la presencia de la que había leído y escrito. No como un proyecto individual sino como una sumatoria de procesos personales y comunales que eventualmente, tras una serie de repeticiones y encuentros, se manifestaba en gestos microscópicos o en algo sutil que antecedió cada movimiento de sus acciones.

Pero tan bello acontecer, podía ser solo sostenido por la dimensión de lo efímero. Los pactos terminaban, se rehacían las moléculas para conformar otros intentos de alcanzar un presente compartido. La presencia, observé, es un estado que no viene de una predisposición mental o de una configuración solamente física, implicaba un saber con todos los dispositivos del cuerpo.

Tal como hacía énfasis Fishcer-Lichte, sobre el concepto radical de presencia, era un instante de vida, un segundo donde algo mágico ocurría pero que no podía ser eterno. Es su latencia, la que vuelve la presencia un proceso sobre la actualidad. Es decir, la presencia es un umbral: existe un proceso de corporización en el cual se integran mente, cuerpo y emociones a través de múltiples prácticas psicofísicas, lo que conlleva a un reconocimiento del ser en escena. Este proceso se da no cuando la persona intérprete decida estar presente, sino cuando -concientice- se encuentre presente. Se entra al umbral de la presencia cuando se acciona y esta acción reverbera la vida, el contagio en quienes observamos. Pero el eclipse no es eterno y necesitamos volver a la cotidianidad para que de ella surja de nuevo lo extracotidiano.



Para terminar las sesiones del Módulo 4, el ejercicio de 'Estudio A-B' pretendía hacer un repaso de todos los contenidos del Laboratorio, desde la integración de la voz como acción física, uso del espacio, ruptura con las convenciones, trabajo sobre la relación escénica, acciones complejas, entre otras. El punto era que en la ficción pudieran experimentar un estado de alerta que les agitara las percepciones sobre el hecho escénico a como lo habíamos trabajado en el Laboratorio.

Quería que estudiáramos las acciones que nacen en la relación creativa dentro de la escena. En la primera sesión, los estudios giraron en torno a cumplir objetivos en conjunto desde sus relaciones humanas, sin una situación escénica o algún tipo de ilusión del personaje.

La segunda sesión giró alrededor de estructuras ficcionales, condiciones extremas y el desarrollo de acciones y estrategias que pudieran hilvanar el proceso de corporización y la multiestabilidad perceptiva.

La primera vez que hicimos el ejercicio, mostraron un extrañamiento. Se sentían distantes de relacionarse con la persona que estaba en una condición escénica similar a la de ellas o ellos. Poco a poco les fui incitando a pensar la relación a través de acciones concretas como las que habíamos explorado previamente -sentarse, tender la mano, cantar etc-. Curiosamente, esto empezó a generarles una actualidad: parecía que su mente y cuerpo se involucraron en esas acciones, se trataban sin prejuicios a pesar de lo abstracta que podía ser la acción propuesta. La voz, cuando la invocaban, tenía un fin expresivo y concreto: el canto o la sorpresa.

Surgieron varias estrategias para seducir a la otra u otro para llevar a cabo su objetivo, cuando lo 'lograban' todas y todos nos sentíamos aliviados. Había una comunicación energética que se daba en estas relaciones, aunque parecen estar perdidas durante cada estudio, las acciones tomaron una calidad similar a la del "Palo" o del "Picaflor": había entrega y recepción mutuamente.

Pero, para la segunda sesión, los ‘Estudios A-B’ jugados desde ciertos estados de ficción, les desestabilizó: pensaban mucho las acciones, en como conseguir el objetivo o tomar por sorpresa a la otra o el otro, la voz hablada se volvió una comodidad sin que hubiera un desarrollo para la acción, se hablaba para llenar el vacío más que para proponer, se negaban las acciones o se convecionalizaban, se buscó más lo psicológico que la presencialidad, que el compartir la escena.

Por último, encuentro un estado de calma en ellas y ellos en muchos de los ejercicios, tanto del Entrenamiento como del *Training*, una calma que nos brindó el proceso.

#### **4.3.2 La Muestra y sus Hallazgos**

A continuación, haré una narración de lo que hicimos en la Muestra a la vez que menciono sus hallazgos. Se presenta así considerando que la Muestra fue un vínculo entre lo realizado en el Laboratorio y un acercamiento al acontecimiento, al mostrar ante un grupo de personas espectadoras las experiencias que pasamos estaríamos ante un estímulo nuevo: cada ejercicio realizado tomaría otra dimensión.

Desde el inicio, tanto mi persona como las personas participantes, no creímos en la necesidad de una Muestra por motivos del Covid-19, que volvían complejo hacer una convocatoria de personas y porque sentíamos que no teníamos que “demostrar” nada a nadie.

Pero, al llegar al último mes de trabajo, cambie de parecer. Era necesario mostrar lo que construimos, correcto o incorrecto, era otra forma de acercarse al hecho teatral. Les recordé la necesidad de hacer convivio a través de las acciones y que para desestabilizar la seguridad de nuestros aprendizajes, es requerido el contacto con el Otro: las personas espectadoras que desconocen de nuestro proceso. Admito, que esta necesidad de mostrar me cegó: al final sentí que había precipitado la Muestra y su armaje, pero también me di cuenta que los procesos deben ser expuestos porque nos abren a otras oportunidades de sabernos.

La Muestra, como expliqué en la sesión 13, era un compendio de los ejercicios y dinámicas que más nos atrajeron dentro del proceso sumándole algunas acciones específicas que funcionaba con una escaleta que habíamos planteado.

Quedamos en mostrar el 3 de julio del 2021, en Nantai, a las 4:50pm. Me base en *“The Living Room”* del *Workcenter of Jerzy Grotowski and Thomas Richards*, una pieza que observe en videos por Internet y me parecía engloba los conceptos de un teatro performativo que describí en la teoría: relación con las personas espectadoras, acciones que integran el cuerpo, multiestabilidad perceptiva, una experiencia umbral, trabajo escénico desde la presentación del ser, la vida como arte.

De la pieza saque: las acciones de recibir, mostrarnos como seres no personajes, usar una ropa que nos hiciera sentir capaces de generar atracción, la simultaneidad de estímulos, cantos que formasen parte de nuestras vidas, acciones de riesgo, co-participación de las personas espectadoras y el uso, de un elemento externo a las sesiones de trabajo: un sillón rojo que habitaba Nantai.

Explico, el uso de este sillón como elemento dentro de la Muestra sugería un cambio tanto para las personas espectadoras como para las personas intérpretes, se convertía en un elemento que debíamos utilizar físicamente y volver parte de nuestra experiencia: una butaca dentro del escenario, un lugar para observar lo que pasa ‘adentro y afuera’, una butaca para ser modificada a través del cuerpo.

A la muestra llegaron, el tutor Janko Navarro Salas, una de las lectoras Erika Mata Gonzalez - la otra lectora Anabelle Contreras tenía restricción vehicular ese preciso día-, un representante de Nantai y cuatro personas invitadas por las participantes, además contamos con la cámara de video de Mariana de la Cruz Salas, quien grabó el acontecimiento.

La tarde fue acogida por un torrente de lluvia, hacía frío, nosotras en el espacio calentábamos y nos preparábamos para la Muestra. Había cierta tensión previa a presentar, un poco de dudas también. A diez minutos de comenzar, Dayan, Randy y Dago mostraban

confianza, quizás un poco distracción en el celular o hablando entre ellas; Yerline, aunque no estaba preocupada, parecía estar más atenta en la celebración posterior al acontecimiento que a la celebración del mismo acontecimiento; Carlomario estaba ligeramente distraído, haciendo preguntas sobre el acontecimiento.<sup>8</sup>

Subimos, recibimos a las personas espectadoras, les servimos té y procedimos a bajar al espacio de trabajo, que se convertiría en espacio de encuentro. Hallazgo primero: es el convivio lo que renueva las interacciones y transforma la cotidianidad, este espacio que nos había recibido por 12 semanas, recibía también a nuestras personas espectadoras. Era como hacerles entrar a la sala de trabajo, guiño al *“Living Room”*.

Las personas espectadoras se sentaron en las sillas que acomodamos para ellas y brevemente agradecí su presencia y comenté generalidades del Laboratorio. Arrancamos.

Me senté en el sillón/butaca dentro del espacio, con mi mirada convoque a Dayan, entró al espacio. Nos observamos y ella observó a las personas invitadas, después con su mirada llamó a Randy, quien entró, repasó las acciones anteriores y llamó a Yerline. Yerline a Dago y Dago a Carlomario, estábamos todas en el espacio. Iniciamos vibrando con todo el cuerpo, un poco de Cobra Mansa y después caminar por el espacio. La primera parte fue una unificación de ejercicios que realizamos en el Entrenamiento desde una perspectiva presentacional: estirar, correr. Yerline, quien mostraba dificultades haciendo ‘plancha’, procedía a tomar esa posición mientras el resto corríamos o saltábamos por encima de ella, esta vez su duración y resistencia fue mayor en esa posición. Mostrar esta acción física de Yerline era necesario por su connotación de dificultad para la intérprete, su resistencia era genuina así como su abandono paulatinamente, entramos al ejercicio de “Hueso, Piel, Nervio y Musculo” hecho por Dago, Randy, Yerline y mi persona: cada una escogió la modalidad con la que mejor se adaptaba. Cerrábamos para que Dayan y Carlomario compartieran una minúscula parte de los ejercicios de Butoh.

De estos momentos reconozco la dedicación a las acciones de las personas

---

<sup>8</sup> El registro de la Muestra se puede encontrar en el Anexo 6.2

participantes, que no caían en un trance y más bien se encontraban despiertas todavía intentando estar presentes.

Primer canto, *How does the grass grows?* de David Bowie, el coro de esta canción lo incluí porque Bowie trabaja con los cuatro resonadores, pecho, boca, abdomen y un *falseto* de la coronilla -que les entusiasmaba mucho-. Después, procedimos a representar una instancia llamada 'El Coliseo' donde divididas en dos bandos, pasabamos por turnos con una pareja premeditada a sacarla de un espacio de juego.

Este 'sacar' provenía de la acción de compartir el peso con la pareja de cada quien. La primera pareja trabajo el peso frontal, la segunda el peso por la espalda y la tercera era un trabajo sobre tocar un punto de contacto en el coxis de la otra persona. La instancia se proponía como un juego de gladiadores, batallar contra la otra persona solo a través de la fuerza que generan las piernas y la superficie del pecho o la espalda. Nunca definimos persona ganadora entonces la instancia nos llevó a un juego primal: mostrar la fuerza bruta y llevarse la gloria, claro, desde el juego y desde la relación. No había contacto violento pero si buscábamos cierta agresividad orgánica que había sido consensuada por los meses de trabajo, así como estrategias físicas y mentales para llevarla a cabo.

Segundo canto, 'Afuera' de Caifanes. Al ser derrotado el último combatiente, yo incitaba el canto del coro de la canción. Aguda por su amonia, se convertía en el éxtasis después de la batalla y en un momento de quiebre con la acción agresiva.

Luego, comenzamos el ejercicio del "Picaflor" observarnos a los ojos, desplazarnos por el espacio, establecer relaciones a partir de la mirada, ir de una a otra: profundizar con una, cerrar y buscar otra. Añadimos tres acciones que fueron sentarse mutuamente, tomarse de la mano y girar en sentidos opuestos y una acción de ataque-esquiva.

Me sorprendió, ver la calma interna que había entre ellas y ellos. Encontré conexión, miradas abiertas y dispuestas, no hubo accidentes en las acciones de ataque, el espacio se mantuvo en movimiento y podía sentir en ellas y ellos un cuidado a pesar del torbellino que

construimos, había algo de seducción, de contagio, como también apareció un poco de desorden provocado por el vértigo. Para cerrar esta parte, Dago y Yerline hacían una mini-escena utilizando un cuestionamiento ocurrido en la sesión: Yerline se sentaba en el sillón/butaca, mientras el resto de personas participantes nos colocábamos al pie de las personas espectadoras observando a Yerline y a Dago, que trabajaba una relación de peso y contrapesos con la pared.

Yerline preguntaba -a él y a quienes observábamos- “¿qué es la presencia?, ¿que presencia es la presencia?” , a lo cual Dago, que tenía una respuesta, prefirió omitirla con un gesto de complicidad con quienes mirábamos. Esta escenita exploraba la relación que tenemos con la teatralidad y la mirada: dentro de la Muestra, las personas participantes tomábamos rol de personas espectadoras como una acción fabricada. Las personas espectadoras se volvían testigas de la escena y del encuadre que hacíamos al observar la escena, una situación de ‘teatro dentro del teatro’ o capas dentro de la experiencia escénica.

A continuación, Carlomario se levantaba e invitaba a Yerline a bailar. Incitado por esto, Randy sacaba a bailar a alguien del público, en este caso particular, saco a bailar a la lectora Erika Mata.

Mientras bailaban, Dayan y mi persona, íbamos por detrás del público y utilizando el susurro intercambiamos una línea de ‘Pieza de Corazón’ de Muller, primero en español, luego en inglés. Una vez, más la noción era el experimentar desestabilizar la visión tradicional del teatro: por un lado personas intérpretes bailaban mientras un intérprete bailaba con una espectadora y dos personas intérpretes realizaban una tras-escena en dos idiomas. Se buscaba ampliar la teatralidad y el teatro a través de acciones que podían caber dentro de un teatro performativo.

Cuando Dayan y yo terminamos nuestra parte, entramos de vuelta al escenario, Carlomario y Yerline se nos unieron. Randy agradeció a Erika, le indicó que podía sentarse de nuevo y se nos unió. Dago se arrodilló frente a las personas espectadoras y procedió a contarles una memoria de su infancia, en su idioma natal, el *Brunka*.

Este momento buscaba resignificar la visión del contar algo personal en el escenario. Su idioma natal, algo tanpreciado y querido para él, conlleva una complejidad técnica, su acción no se basó solo en la memoria, sino en la fonética como acción: el texto se transformaba. El cuerpo de Dago, aunque dirigiendo la atención hacia sus recuerdos, a través de la acción de narrar se hacia presente.

Tercer canto, “No voy en tren” de Charly Gacia. Al finalizar Dago su recuerdo, se nos unia y cantabamos. La intención era cantarnos a nosotras, utilizar los resonadores y cantarle al espacio. En ningún momento, se forzó una tonalidad o alguien se perdió. El canto, parecía ser una acción que nos concentraba.

Después, procedí a presentarle al público el “Monólogo de la Ausencia” interpretado por Dayan. Situación explicativa: en la vida como el arte, Dayan fue la persona que más se ausentó a nuestras sesiones por complicaciones de fuerza mayor. Su ausencia nos mostró dentro del proceso la falta que hacen las personas con las que nos desarrollamos. El “Monólogo de la Ausencia” no era para nada una broma o una llamada de atención; fungía como una señal de reconocimiento a un proceso contrario al de la creación de la presencia.

Para el “Monólogo”, Dayan iba detrás del sillón/butaca y lentamente se derretía hacia el suelo quedando cubierta por la butaca. Las personas intérpretes estallábamos en aplausos, trabajando sobre la ficción. Posteriormente, planteabamos una pequeña situación de simultaneidad: Dayan y Carlomario se abrazaban y giraban en el fondo; Dago y Yerline sentadas sobre el sofa miraban fijamente a las personas espectadoras; mi persona jugaba con un bastón que usariamos a continuación -me puse nervioso con este objeto, el juego que realice no estuvo bien planeado-; Randy hacia uso de su cuerpo y voz para contar un proyecto imposible: una versión de “Nace Una Estrella” en que las cámaras nacionales se enfocaban en el nacimiento de una estrella real, ubicada a kilometros luz en alguna galaxia muy, muy lejana. Randy, mientras contaba esto, tomaba los ademanes físicos y vocales de un comentarista deportivo para hacernos llegar esa metáfora.

Esta microescena tuvo como estímulo algo ocurrido dentro del Laboratorio. Todas las

microescenas eran momentos que acontecieron dentro de los límites de nuestra confianza y cotidianidad, que se les dio el tratamiento de una escena, para usarlas como material de vida de las personas intérpretes en la Muestra. Volver extracotidiano lo cotidiano.

Apenas terminó Randy, empezamos a jugar el ejercicio del “Palo”: dar y recibir, acciones principales para Grotowski que se materializaban en esa dinámica. Corríamos por el espacio, intercambiando el bastón, establecíamos comunicación con la mirada y nos abríamos a la recepción o dirigíamos la atención para hacer la entrega cuando teníamos el bastón. En realidad, sentí mucha satisfacción en esta parte, nos senti haciendo y sobre la búsqueda de lo que propone el ejercicio.

Incluso cuando introducí una botella de vidrio con vino que sumaba una capa más al ejercicio: el riesgo. Pero funcionó bastante bien, la atención y la comunicación se mantuvieron, el “Sats” como postura física de cada una se activó y el ciclo de entrega-recepción inalterado, recíproco.

Cuando lo decidí, retiré el bastón del ejercicio. Sacamos pan y copas, nos sentamos en el suelo. Me basé en el ritual de la “Última Cena” de la mitología Cristiana para esta parte. Era importante para mi deconstruir ese rito antiguo que alguna vez formó parte de la infancia de algunas y algunos de las personas participantes y espectadoras: el compartir el pan y el vino.

En silencio, partimos el pan, nos servimos vino en copas pequeñas, servimos vino a las personas espectadoras y lo consumimos. Era una pausa, en la Muestra: transgredir el ritmo de la Muestra con la representación de un ritual; ahora el ritual era el compartir el tiempo presente, habitarlo. Dejar que la pausa se convirtiera en expectación de lo ordinario.

Esta pausa duró unos cinco minutos, durante ese tiempo solo comimos y bebimos al frente de las personas espectadoras. Quería ser preciso en los límites entre teatro y ritual y lo que en la liminalidad se producía, un tiempo donde la acción se asoma por encima de lo establecido y surge algo más. Tan pronto les avisé con la mirada, recogimos todo y



seguimos con la Muestra.

Cuarto canto, “Ni tú ni nadie” de Alaska y Dinarama. Esta canción apareció en una improvisación a finales del Laboratorio, tuvo un efecto catártico en todas y todos. Decidí reproducirlo en la Muestra, esta vez con menos catarsis, pero enfocándonos en el canto como transmisor de imágenes a través de la tonalidad.

Salimos del espacio para dejar las copas y la botella, carlomario se quedaba en el escenario. Preguntaba a las personas espectadoras algo que solía reflexionar en las sesiones: si durante las representaciones o presentaciones ¿tenía que sentir o no?. Como bailarín conocía la respuesta, pero los ejercicios teatrales le removían esa vena. Janko le contestó: “¿cómo haces para no sentir?” Silencio.

Como bailarín, carlomario sabía hacer esa pregunta con su expresión, pero desde la palabra y la comparecencia ante las personas espectadoras, le disminuyeron su expresión.

Lo siguiente fue el ejercicio de Rizomas. Iniciado por carlomario desde la posición en que se encontraba anteriormente, una por una fueron uniéndose al espacio con sus diseños de partitura mientras mi persona reflexionaba sobre los alcances del entrenamiento desde las artes escénicas, una presentación corta de la investigación.

Las y los participantes realizaron la búsqueda de rizomas con precisión en la mirada y acciones, astucia en la modificación de sus partituras para interactuar entre ellas y con las personas espectadoras. Había conexión en lo que hacían que se notaba en sus cuerpos, sin embargo estuvieron un poco apresuradas.

Por último, mostramos ‘Estudios de A-B’. En general, hubo nervios en esta parte, muchas de sus acciones estaban acompañadas de mucho pensamiento, me parecía que algunas y algunos querían cumplir el objetivo antes de encontrar un nexo con su compañera o compañero.

Pero a medida que estaban en el ejercicio, entraba una calma que les permitía conectarse y aun en la abstracción de las acciones que buscaban, podían desarrollar

momentos de presencia.

Al final, último canto. '*Hey Jude*' de los *Beatles*, para esta parte siento que fue donde tiramos la toalla. Estaban cansadas y cansados, la muestra duró más de lo esperado. Había una sensación en sus cuerpos de duda, que no se había manifestado a lo largo de la muestra. Ciertamente, el final fue bastante apresurado por mi persona desde que montamos la escaleta de la Muestra y eso les impidió tomar con confianza el cuadro final.

También me sentí incómodo, mostrando acciones al final que estaban siendo pensadas mientras las hacía, me desconecte del presente por buscar un cierre colectivo. Cantamos con la intención de unir al público dentro de nuestra acción de despedida, sirvió un poco, pero creo las personas espectadoras sentían que nuestra energía se había disminuido en esta parte.

Paro el canto. De la misma forma en que fuimos entrando, fuimos saliendo. Di las gracias, aplauso. Fin del Laboratorio.

Como últimas palabras de la Muestra, puedo decir que no llegamos a un concepto radical de presencia. Sinceramente, no lo esperaba, ni era el objetivo. El hecho de mostrar, o mostrarnos, se vinculaba con el estímulo de sentirnos observadas y observados por personas que no conocían el proceso y pudieran inferir algo del mismo.

La cuestión de la presencia escénica radica en su proceso y en la toma de conciencia del proceso que atravesó. De la Muestra, percibo que nos acercamos a "algo más": algo se mueve dentro del capullo.

### **4.3.3 Demos**

Aca se inscriben los sucesos posteriores al Laboratorio en la consecución del trabajo de los 'Demos' por parte de las y los participantes.

Como contexto, tras la ruptura con el cronograma inicial del Laboratorio, el diseño de los 'Demos' no pudo desarrollarse en el tiempo de las sesiones como se deseaba, así que se acordó tomar un tiempo después del Laboratorio dar cierre a esta parte.

La intención de los mismos también se modificó, al inicio procuraban ser un registro en video del proceso de corporización que integraron las y los participantes en las sesiones del Laboratorio, una muestra de sus potencialidades y de su presencia en ese momento, que quedaría grabada para la posteridad y como objeto de estudio. Sin embargo, su enfoque tras el cambio de cronograma, vendría a ser una revisión subjetiva de lo que quedó en ellas y ellos posterior al proceso del Laboratorio, a modo de determinar posibles alcances del mismo Laboratorio.

Determinamos que nos reuniríamos en agosto, un mes después del cierre de la Muestra. Mientras tanto, las y los participantes iban recordando y destilando dinámicas y ejercicios del Laboratorio para este 'Demo' en los días de pausa. Nos reunimos algunas veces por la plataforma virtual Meet, para dialogar sobre lo que iban construyendo pero las limitaciones tanto de la cámara-web o del espacio personal de cada una de ellas, no permitían una visibilidad apropiada. Algunas de las generalidades que acordamos tendrían los 'Demos' serían:

- 2 minutos de duración en total
- Plano general
- Sin uso de objetos
- Uso de la voz
- Partitura de acciones físicas
- Partir de ejercicios o dinámicas del Laboratorio y deconstruirlas según su experiencia
- 1 ensayo general en el espacio
- 1 sesión de grabación

**Primera sesión:** la tuvimos el 7 de agosto del 2021, en el espacio 1 del Taller Nacional de Teatro, por un lapso de dos horas y media . En la primera hora hicimos trabajo psicofísico para reconocernos después de un mes. El descanso les sentó bien, expresaron habían estirado o hecho algunos de los ejercicios de Entrenamiento que vimos en el Laboratorio y expresaron se sentían con mayor elongación en su cuerpo o más fuerza.

Hicimos algunos ejercicios de relación a través de acciones físicas de ataque y esquiva, que fue donde empezaron las dudas de cómo se hacía el ejercicio, mentalizando por encima de la relación. Después, realizamos el “Picaflor”: denotaban una serenidad activa, cómplice entre ellas y ellos, conectaban con la mirada de las demás personas participantes, alcanzaban un ritmo común.

Me pareció curioso ver que a pesar del mes en que no nos encontramos, podíamos habitar este territorio umbral.

Terminamos la preparación, y les di 20 minutos a cada persona participante para que diseñara o repasara su ‘Demo’ para luego mostrárnosla. Por lo general, había un desarrollo físico de cada partitura: diseño en el espacio, uso de sus capacidades psicofísicas, detalle en las formas y una deconstrucción visible de ejercicios o dinámicas realizadas en el Laboratorio.

Una de mis primeras conclusiones con respecto al trabajo del ‘Demo’, es la sensación de estar observando una práctica individual de cada una de ellas y ellos, como una ventana al trabajo de su oficio, una serie de dinámicas en las que se perciben no sólo sus capacidades, sino sus gustos y aspectos de su presencia.

**Segunda sesión:** nos reunimos el 22 de agosto en el Taller Nacional de Teatro. Esta vez contamos con la ayuda de Reinaldo Amien Gutierrez quien ofreció su experiencia para el registro en video de los ‘Demos’.

Tomamos la primera hora para preparar el cuerpo haciendo énfasis en integrar mente-cuerpo. El hecho de tener presente una cámara nos modificó para bien: tal vez querían verse bien en el video o realmente la presencia de una persona observadora contribuyó a un clima de escucha, de mirada, de riesgo e intimidad: ¿En qué momento cruzamos el umbral? ¿En qué momento ‘performeamos’ el ser? Sus presencias se asomaban, había conciencia de las acciones y ejercicios que hacíamos.

Luego de esta hora, cada una buscó un espacio en las instalaciones del TNT donde se sintiera una conexión con esa espacialidad, tuvieron unos momentos para repasar sus diseños en el espacio de cada quien y nos aventuramos a filmar sus presencias.

Las siguientes reflexiones parten de la observación subjetiva de hallazgos que hago al ver sus demos y como recolección del proceso que tuvimos juntas inspirándome en lo estudiado.<sup>9</sup>

Yerline: para este proceso, casi en su totalidad, Yerline se adentró en otras experiencias psicofísicas. Al principio del Laboratorio, me manifestó el deseo que tenía de entrenarse físicamente más, pero que no estaba segura por donde empezar. El Laboratorio le llevó a arriesgarse, a sudar un poco más, a captar otra perspectiva de su cuerpo y de la valentía con que Yerline afronta los ejercicios. En el demo se puede ver como hila cada acción dejando que se desarrollen y finalicen. Su acción de relacionarse con las otras, le permitió hallar un estado de presencia que desafiaba sus preguntas con respecto a que era la presencia: su respuesta estaba en lo que hacía. Algo que tendrá que trabajar es la relación con los bloqueos que va encontrando además de procesar el salir de la zona de confort que concientizo.

Dago: Las singularidades de Dago como persona creadora provienen de su contexto cultural, como persona dentro de una comunidad indígena, su presencia ayudo a desestructurar conceptos sobre el hacer y no hacer. Dago evoca una meditación activa a la hora de trabajar, escuchando su cuerpo, moviendose desde sus sensaciones físicas y prefiriendo el silencio como acción conciente. Aunque su mirada es fuerte, muchas veces como en el Demo se aprecia, se internaliza robándole esa vitalidad característica.

carlomario: Como persona danzante ha establecido una estrecha relación de afecto y expansión con su cuerpo. Sus movimientos, tan sutiles como feroces son muestra del entrenamiento arduo que él ha construido, haciéndole conocer profundidades de su ser. Sin embargo, su pensamiento se suele escapar, contrariando sus acciones o su atención en el acontecimiento, lo que le remite a confiar en su virtuosismo o destreza física o la inacción, mostrándonos solo un lado de su ser. En el demo, su partitura se muestra arriesgada y potente, pero todavía no profundizada en todas sus capacidades.

---

<sup>9</sup> El registro de video de los Demos se encuentra en el Anexo 6.4

Dayan: La búsqueda psicofísica de Dayan es muestra de su proceso como intérprete: cuestiona, modifica lo necesario, transforma sus energías, se dedica al hacer. Dentro del Laboratorio, era en quien más se conceptualizaba el proceso de corporización destilado en su presencia: sus acciones despiertan este algo más. En el demo, su mostrar nos lleva por un sentido recorrido en el que sus sensaciones y sus pensamientos entran en un bucle de separación para volverse a encontrar. La exploración de Dayan será confiar en sus deseos para que su mente se integre en 'estar presente' y el reconocimiento de que en su cuerpo está su propio balance.

Randy: Como creador, sabe apropiarse de las dinámicas y encontrar aprendizaje en ellas, encontrando nuevos aires que le traen conciencia sobre sus acciones y el cómo presentarlas. El demo de Randy muestra inteligencia, vigor, detalles en las acciones que profiere y una búsqueda sobre su ser en el movimiento, además del carisma escénico que le identifica. Uno de sus bloqueos es la falta de atención a lo que se desarrolla cerca de él y en su cuerpo, sin embargo su propio proceso le dará las herramientas para 'estar dentro y estar fuera' a la vez.

## Capítulo V: Análisis y Conclusiones

### 5.1 Análisis de los Hallazgos

Este análisis radica entre la praxis, el proceso y la percepción. Me permito la facilidad de analizarla según los cuatro ejes que destile del *training* en un teatro performativo, siendo este análisis una perspectiva de algo tan sensible y tan humano.

Dentro de esta investigación no existe forma de calificar el proceso de alguien como bueno o malo, desde el principio se indicó que no era un espacio reformador. El Laboratorio de *training* fue un encuentro de cada una consigo, la escucha y la atención a cada parte del proceso es una revelación del trabajo que queda por hacer, que es, la esencia del *training*.

Me acoplo a las palabras de Ruffini (2010) para hacer este breve análisis en las que menciona que es la necesidad y la lógica del proceso quienes guían el mismo y nos llevan al objetivo, pero desconocemos cuáles mecanismos nos llevan allí y que la “eficacia se mide por el grado de adaptación que el actor adquiere poco a poco” (p. 49).

En base a esto, trataré las experiencias más significativas del proceso de *training*.

**Práctica psico-física a través de ejercicios:** Con respecto a este punto, todas nosotras, desde el inicio asumimos un cambio de perspectiva en cuanto al trabajo psicofísico, ya sea en ejercicios de acondicionamiento o preparación para la práctica, como en el atención de dinámicas sensibles que podían resultar complejas.

Cada una de nosotras desarrolló y profundizó con los ejercicios cierta conciencia en la unificación entre cuerpo y mente. Digo cierta, porque la teoría nos reveló que este es un proceso, no algo definitivo: no un ‘*switch*’, sino un potenciómetro, una disciplina que se hace latente y pragmática.

Bajo esta línea del trabajo psicofísico, Paya (2010) plantea que “el equilibrio dinámico del pensamiento y del movimiento le da al actor la plena posesión de sus medios artísticos” (p. 120). A partir de esto, puede clarificar que las y los participantes del Laboratorio adquirieron una noción de la incorporación de la mente dentro del trabajo físico. En algunas

es más evidente que otras la necesidad de hacer este enlace, de generar escucha desde el cuerpo sobre sus sensaciones físicas, el cual es uno de los puntos del *training*.

Pero, cuando estábamos cortas o cortos de tiempo o en ciertas dimensiones del cansancio, esta simbiosis de mente-cuerpo se desanimaba, nos volvía cotidianos y por lo tanto el cuerpo asumía posiciones de descanso o de poca atención a los estímulos creativos. En este caso, lo único por hacer, es aclimatar los ritmos y las fases del trabajo para que estas distracciones no vulnerabilicen lo conseguido.

Por otro lado, considero que cada una de las y los participantes tuvo una sensibilización en cuanto a su cuerpo dentro de las prácticas: en algunas cierto tipo de incomodidades físicas les permitía concentrarse, cuando en otros casos, otras encontraban en el juego y el placer mejores vías de exploración. Cada cuerpo y cada experiencia asumirá distinto los estímulos que le inciten el movimiento y el deseo. Me pregunto, ¿cómo acercarnos a esto dentro del trabajo de escenas? ¿cómo hallar un punto medio entre la exploración sensible y la trayectoria de obra?

Creo también, que las dinámicas que planteaba el Laboratorio procuraban ser un acercamiento a lo performativo, vincularnos más desde la acción, la mirada, el cuerpo, esto nos proyectó en un camino seguro: nunca se le forzó a alguien realizar un ejercicio pero le incitábamos como grupo nos acompañara a como pudiera. No teníamos nada que lograr excepto darle otra perspectiva al oficio de la persona interprete lejos de la maquinación de la escena.

De parte de las y los participantes, expresaron un incremento de sus capacidades físicas, visibles e internas. Considero este espacio de *training* no fue quien les dio esa perspectiva pero detonó una actividad psicofísica extra que, adecuada a sus otros quehaceres escénicos, les permitió integrar con mayor soltura esos cambios.

Los ejercicios como mencionó Barba, son ficciones pedagógicas. Dentro del Laboratorio, cumplieron el mismo objetivo, propiciar que las y los participantes



sentipensaran con el cuerpo en la realización de las prácticas del Laboratorio.

De mi parte, creo que los espacios de *training* deben de honrar las prácticas físicas como una forma única de estar y ser en el mundo.

**Reconocimiento de la acción a través de los deseos:** Al final de esta investigación, quedó con muchas preguntas sobre la acción en el teatro. Algunas de ellas son: ¿cómo reconocer una acción?, ¿cual es el tratamiento energético que como intérpretes tenemos sobre la acción?, ¿cómo sensibilizarnos a las acciones que proponemos? Si la acción es la estructura mayor que comunica -de hacer comunidad- a espectadoras e intérpretes, ¿cómo vaciarnos del hacer por hacer para hacer lo necesario?

Del Perugia (2010) comprende que la persona intérprete “no vive su cuerpo como un instrumento atlético, sino como un reservorio de sensaciones que lo conducen a la acción” (p. 109). Lo que esta investigación desarrolló fue el uso del material sensible del cuerpo, lejos de convenciones y clichés, para indagar movimientos y acciones nacidos de esas sensaciones. Remitiendonos al teatro performativo y a la acción performativa, el deseo es la manifestación de la persona intérprete.

Cualitativamente, las y los participantes pudieron captar otras formas de entender la acción, y en específico la acción performativa que acá retrato, como una acción consciente y codificadora de su presente, donde no se necesita nada más que su desarrollo para ser hecha. Los ejercicios de sensibilidad que trabajaban la acción nos permitió descubrir el nexo entre acción, cuerpo e imaginación: una acción por simple que pareciera podía hacer explotar el espacio y las pasiones. Una mirada, bien direccionada, derretir el hielo que hemos recogido.

Al hablar de deseo y acción, se podría percibir un aire sexual freudiano, pero preferiría entenderlas como una dupla: el deseo se manifiesta en la organicidad de los movimientos que nos llevaron a las acciones que se construyeron, cuando la mente y el cuerpo se vinculan, aparece la presencia a través del deseo.

Durante el proceso, las y los participantes exploraron la acción descodificada de sentido para ser instaurada en los cuerpos. Así, en Del Perugia, este “encaminamiento sensorial a la escucha del cuerpo, del deseo y del medio ambiente conduce en efecto a reinventar el movimiento, en su precisión y singularidad” (p. 110). Nos acercamos a esa escucha, a esa revalorización de que lo interno y lo externo son capas de un mismo ser humano y que el proceso sobre las acciones y el deseo se concibe en capacitar estrategias donde estas sean quienes mueven a las personas intérpretes.

Tal vez los conceptos de multiestabilidad perceptiva o el continuum de Kirby no fueron muy visibles, sin embargo, la intencionalidad era pasar por una práctica donde el cuerpo fuera el principal motivador de las acciones, remitiéndonos a una presentacionalidad más que representación.

El nexo entre representación, presentación y ‘sentación’ se hacía visible en las estructuras rizomáticas o en los Estudios A-B, donde debían ejecutar acciones desde sus cuerpos, sus sensaciones y su tiempo presente. Aterra trabajar desde uno mismo, pero esa conciencia es la que estábamos buscando.

Del proceso, agradezco la insistencia de trabajar puntualmente sobre acciones que nacían desde el cuerpo y desde las sensaciones, a sabiendas que estas acciones son reflejo del ser, se exterioriza lo interno.

**La presencia de la persona intérprete:** Durante el Laboratorio, la Muestra y los Demos, las participantes fueron mostrando capas y capas de su ser, en perspectiva, su presencia fue confiando y dejándose aparecer, algunas veces más, algunas veces menos. No quiero decir que la presencia escénica sea un concepto azaroso, pero requiere de condiciones de trabajo más rigurosas que las que planteadas por mi.

Como proceso de corporización, me atrevo a decir que fue un logro, en cuanto al paso que tuvimos y la procesión que emprendió el cuerpo de cada una durante esta investigación. Dentro de lo observado, la relación que cada una estableció con su presente

en los ejercicios psicofísicos o dinámicas de sensibilidad llevaba también el contexto personal que cada una atraviesa, así como el proceso de aprendizaje y aceptación de su experiencia humana.

Dieguez (2014), al hablar de presencia vincula también la situación de la ausencia y la representación como figuras que demarcan las condiciones del cuerpo y sus signos. Nos hace cuestionar lo que se construye en la presencia. De igual forma apunta a que es en “el espacio intersubjetivo y social donde se desmontan las representaciones y se exponen las presencias” (p. 193). Esto pone en perspectiva los procesos de corporización que se plantean en solitario, porque pareciera que la presencia es un signo del reconocimiento ajeno.

Durante el Laboratorio y la Muestra, esto se tornó más evidente. Las presencias que se producían dentro del Laboratorio fueron unas pero durante la Muestra otras, ¿que esencia humana tan compleja dentro de nosotras mismas debemos administrar para integrar la presencia a los actos performativos? Lejos de una respuesta, puedo considerar que el trabajo psicofísico y la conciencia sobre cada acción es lo que nos hace “aparecer” en escena.

¿Cómo hablar de presencia cuando no podemos evitar desesperarnos por causas sociales e individuales?, ¿cómo se mide la presencia? y ¿quien la mide? El Laboratorio trajo muchas preguntas con respecto a la misma naturaleza física de cada persona participante: en cada uno de sus cuerpos vi lo crudo y las múltiples etapas de la flor: marchita y perenne como viva y rebosante.

Sin embargo, la presencia no es un producto o un truco para seducir a la audiencia. La presencia que establecimos en esta investigación se basa en prácticas psicofísicas que nos acercan a entender lo delicado -ypreciado- de cada momento en las artes escénicas, siendo el cuerpo el máximo catalizador de esta experiencia. La presencia es el tiempo del cuerpo.

**La relación con otras y otros desde sus estados creativos:** La relación como una acción entre dos personas o más, es uno de los descubrimientos mayores en esta investigación. Las relaciones creadas desde la apertura al trabajo psicofísico o los ejercicios de sensibilización, se mostraron como orgánicas en todo momento.

La confianza, de la que habla Schechner, o la lucha por la confianza, por crear estos espacios de confianza desestabiliza hasta cierto punto la visión productiva del teatro como objeto. Este Laboratorio, no soluciono nada en el mundo ni en la vida de las personas intérpretes, pero en todo caso me abrió una particular perspectiva sobre la horizontalidad de los procesos en las artes escénicas: en espacios de confianza, la flor se abre.

En la relación con la otra o el otro, la presencia sale a flote, en ese reconocimiento que se hace a través de las sensaciones físicas de otros cuerpos. Lo que nos remite al concepto de teatralidad que plantea Dubatti (2017) como administración de la mirada. En el Laboratorio, la teatralidad remitió también a la construcción de esa mirada -sensorial-. y por lo tanto a distinguir y crear relaciones en tiempo presente. En Acacio (2011): “(...) la teatralidad es un “acto performativo del que mira y del que hace” (*acto performativo de quem olha e de quem faz*), que prevé dos sujetos en su proceso: el observador y el observado” (p.39).

Es mediante la relación de la persona intérprete con otro ser humano (intérprete y espectador) que algo más se vincula. Los procesos de corporización tendrían que llevarnos a trabajar con esa premisa, estar delante de alguien más y de una misma.

Esto no quiere decir que cualquier otra perspectiva acerca de la presencia en cuanto a la relación que establecen las personas intérpretes sea equívoca, pero busca humanizar los espacios donde trabajamos teatro. El cuerpo asumirá, mental y físicamente, cada parte del proceso como una “verdad”, el *training* pretende ser una brújula que deconstruya esa verdad en pedazos más pequeños para asumir un compromiso con una misma o uno mismo -la primera relación-, el espacio y las demás personas dentro del proyecto creativo.

Las relaciones formadas en el Laboratorio fueron basadas en la escucha, la acción, la sensibilidad y la presencia, por algún momento crearon experiencias umbrales en las que nos fuimos una comunidad de personas por fracciones de segundo, que ahora son memoria de lo acontecido.

## 5.2 Conclusiones

1. Lo performativo denota identidad, que a su vez, es una manifestación del ser. Dentro de las esferas del teatro, la acción performativa, carente de convencionalidades pero una construcción del cuerpo y de sus sensaciones psicofísicas, se deja ver como una acción sobre la presencia escénica. Del cuerpo se proyecta algo más: contagio, irradiación, atracción de vida, lo que hemos llamado la flor. Para abrirse esta flor, es necesario encontrar un proceso de corporización personalizado, donde el cuerpo y la conciencia no se traten como dicotomías, sino como un todo: una mente incorporada.
2. La conciencia es una construcción de la persona intérprete, un proceso de alerta y escucha de las oscuridades propias. La conciencia implica un autoconocimiento que se alcanza en la relación al trabajo psicofísico: dentro del entrenamiento (ganar habilidades) y el *training* (destilar presencia)
3. Un teatro performativo se caracteriza por su contacto entre personas intérpretes y personas espectadoras a través de la acción y los estímulos. Esto nos recuerda a las ceremonias o rituales donde la experiencia crea una comunidad en un tiempo y espacio determinados. Las ceremonias escénicas ponen principal atención a lo que hace el cuerpo, el material sensible de las persona intérpretes y las acciones físicas. En este contacto/convivio, el teatro se percibe como una experiencia umbral, entre dos mundos: uno cotidiano y uno extracotidiano. Para entrar a este mundo extracotidiano, la persona intérprete construirá su presencia como catalizador de

“algo más”, en el que el encuentro con la persona espectadora creará una sensación de mente incorporada.

4. El oficio de la persona intérprete, en los últimos ciento veinte años, ha visto innumerables cambios, pero su orientación ha sido la de procurar un arte en que la persona intérprete pueda hacerse cargo de su material sensible, de sus capacidades artísticas y su ser en escena para crear. Un rasgo característico de su oficio, es el trabajo constante sobre sus capacidades y su *performance*, al cual le dispondrá escucha, afecto e incontables horas, pues su cuerpo no es un objeto acabado, sino un organismo vivo en transmutación permanente. En su oficio, aprenderá de ética y técnica para desarrollar una noción propia sobre su cuerpo y lo que hay más allá de sus habilidades.
5. El *training* asegura un conocimiento de la persona intérprete sobre sí misma, pero no asegura resultados a corto ni mediano tiempo. El *training* es en sí mismo el proceso de corporización sobre la constancia de los ejercicios que necesite hacer. El *training* no requiere de muchas dinámicas, requiere de tiempo y de escucha física.
6. Estar dispuesta o dispuesta para la escena, es un proceso que se desarrolla en el *training*. Implica la conciencia de participar para la escena.
7. La acción performativa es una acción que ejerce el cuerpo de la persona intérprete desde sus sensaciones y deseos. La acción performativa no necesita de elementos adicionales, sino de la consecución psicofísica de la persona intérprete.
8. El concepto de multiestabilidad perceptiva que plantea Fischer-Lichte llevado a la práctica es una acción performativa que implica la creación de ‘portales’ por los que la persona interprete transita de la presentación a la representación, desestabilizando la noción básica de la percepción en las realizaciones escénicas, propiciando el estado umbral y la aparición de la presencia.

9. La persona intérprete, más que separarse del modelo actor/actriz, es una actualización, en el cual se vincula el cuerpo como material sensible y el trabajo sobre las acciones físicas. Según se observó en Kirby, Schechner o Oida, el material interpretativo es una construcción consciente de la persona intérprete.
10. El *training* es un proceso de corporización que integra cuerpo, mente y emociones. Su finalidad no es otra más que dar un mejor conocimiento del ser a la persona intérprete, pero esta finalidad es también su medio: el cuerpo muta, las emociones y los pensamientos se transforman con respecto a la sociedad y los años. El *training* es un campo de auto-investigación de la presente de la persona intérprete, sus capacidades y su forma de percibir las artes y la vida.
11. La presencia es un proceso de corporización que se destila del *training*. En esta investigación están en perpetua relación. La presencia concibe la conciencia de las acciones en escena, de la sensibilidad, de los campos energéticos -físicos o mágicos- pero sobre todo, es la manifestación extraordinaria en lo ordinario. “El ser humano es *embodied mind*” (Fischer-Lichte, 2014, pp. 204-205)
12. Tanto en la representación como en la presentación, hay presencia.
13. Un teatro performativo, como corriente contemporánea, es una respuesta y una señal de cambio que analiza los factores y convenciones que se han vuelto dogmas. Plantea una escisión con respecto a la ortodoxia teatral en relación al texto, la acción, las jerarquías y los cuerpos. Dentro de un teatro performativo lo vital es: el acontecimiento, quienes lo preparan y quienes lo espectan y la acción performativa..
14. Sobre el Laboratorio, puedo concluir que fue un espacio vital para las personas participantes como para mi persona como investigador-intérprete. El Laboratorio sacudió algunos paradigmas que teníamos establecidos, propició espacios de

contacto a partir de la energía, la vulnerabilidad, la confianza y la duda. Su proceso nunca fungió como corrector ni siquiera como una alternativa anarquista a las Academias, más bien como un retiro de 4 días al mes por 4 meses. Su fin, es el inicio del verdadero *training*.

15. En el Laboratorio, la presencia tomó muchas formas, sin embargo en la que más se materializó fue a través de la mirada como puente de conexión entre dos personas. Uno de los límites de esta investigación fue no explorar más sobre ella, pero puedo decir como he mencionado antes, que la presencia se da en lo que emerge en el reconocimiento de otros cuerpos.
16. La Muestra fue necesaria para desestabilizar nuestra noción de espacio seguro y ponernos delante de personas espectadoras. Este contacto trajo a colación otro tipo de presencia, más curiosa pero menos activa. No siendo esto un problema, sino una variable a tomar en consideración, la vulnerabilidad de mostrarse antes otras y otros, es una muestra de algo que emerge de forma orgánica y las estrategias que realiza el cuerpo para afianzar con ella son parte del material performativo.
17. Mi decisión de formalizar una Muestra fue teóricamente responsable, sin embargo como nota adicional, su estructura duracional y pragmática pudo ser menor y enfocarse más en la energía y la presencia.
18. Los Demos más que resultados son *performances* de cada una de las y los participantes. Muestran que resonó del proceso en sus cuerpos, la relación de su trabajo psicofísico y la disposición de ellas y ellos mismos a la creación. No hay ni bien ni mal, solo procesos. Solo flores en crecimiento
19. Para cerrar esta liturgia performativa, confieso que aposté por algo no medible pero sospechable: por el proceso de cada quien, su crecimiento en base a lo que manifestaron y en base a bloqueos que están latentes pero que no son mi responsabilidad. Lo que si puedo afectar, es la relación en que esta



investigación se adapta a mi sentipensar y me devuelve al objetivo principal de esta investigación: ¿será que mi presencia les contagia a través de cada una de las líneas acá descritas?

*Existe un teatro de la resistencia, que obra en la oscuridad, un teatro que se integra con orgullo a la parte sumergida del iceberg, capaz de aguantar y durar en el tiempo. Es a este teatro de la resistencia al que me siento próximo. Si me preguntan a cual profesión pertenezco, responderé: a la profesión de la resistencia, a aquellos que han trabajado y que trabajan para dejar como legado un ejemplo que debe dar sus frutos en la oscuridad, en el anonimato. Es una profesión que presupone tener no ilusiones, sino ideales.*

- Eugenio Barba. *El Protagonista Ausente*

## Bibliografía

- Acacio, L (2011) O Teatro Performativo: A construção de um Operador Conceitual. (Maestría en Artes) Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil
- Andrade-Esparza, R (2016, num 31) La importancia del training para ser actor teatral total. *Contribuciones desde Coatepec*, Universidad Autónoma del Estado de México, México. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28150017010>
- Barba, E. y Savarese, N. (1998) *El arte secreto del actor. Diccionario de Antropología Teatral*. México D.F. Editorial Pórtico de la Ciudad de México.
- Barba, E. (2010). El protagonista ausente. En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 69-78). México. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial,
- Barba, E. (2005). *La Canoa de Papel. Tratado de Antropología Teatral*. Catálogos. Buenos Aires, Argentina.
- Borgdorff, H. (2010). El debate sobre la investigación en las artes. *Cairon 13: Revista de estudios de danza: práctica e investigación*. Servicio de Publicaciones. Universidad de Alcalá, España.
- Chirpaz, F. (s.f). La experiencia de lo sagrado según Mircea Eliade. *Elementos. Metapolítica para una Civilización Europea*, N°64(El Eterno Retorno de Mircea Eliade), 48-53. <http://librosoterico.com/biblioteca/ESPECIALES1/ELEMENTOS-N%C2%BA-64-MIRCEA-ELIADE.pdf>
- De Tavira, L (del 3 al 5 de Octubre del 2017) La Pregunta de Stanislavski [Discurso principal] Conversatorio en el margen del X Encuentro Nacional de Teatro, Costa Rica
- De Toro, F (2014) *¿Qué es performance? Entre la teatralidad y la performatividad*. México, D.F. Editorial Paso de Gato
- Del Perugia, A. (2010). Las reglas del juego. En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 107-111). México. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial
- Dieguez, I. (2014). *Escenarios liminales. Teatralidades, performatividades, políticas*. Paso de Gato. Ciudad de México.
- Dubatti, J. (2017). *Principios de Filosofía del Teatro*. Paso de Gato. Ciudad de México.
- Dubatti, J. (2017). *Teatro-Matriz, Teatro Liminal. Nuevas Perspectivas en Filosofía del Teatro*. Paso de Gato. Ciudad de México.
- Eliade, M. (1998). Lo sagrado y lo profano. Barcelona. Editorial Paidós
- Eliade, M (1983) *Herreros y alquimistas*. Madrid. Alianza Editorial.
- Feral, J. (2010). ¿Dijo usted "training"? En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 11-27). México, D.F. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial.

- Feral, J. (2017, Vol. 7, Num 10-11) Por una poética de la performatividad: el teatro performativo. *Investigacion Teatral. Revista de artes escénicas y performatividad*. Recuperado de <https://investigacionteatral.uv.mx/index.php/investigacionteatral/article/view/2531/4413>
- Feral, J. (2009). Performance e performatividade : o que sao os estudos performaticos ? In *Sobre Performatividade* (pp. 49-86). Letras Contemporâneas.
- Fischer-Lichte, E. (2014) *Estética de lo Performativo*. Madrid. Abada Editores.
- Foucault, M (1980): *La microfísica del poder*. Madrid. Edissa.
- Goffman, E. (1959). *Presentation of the Self*. Doubleday, New York.
- Grotowski, Jerzy. (2009), *Hacia un teatro pobre*. México, D.F. Siglo XXI.
- Kirby, M. (1987). *A Formalist Theatre*. University of Pensilvania Press. Philadelphia. USA.
- Korish, D. (2007) Reflexiones sobre el estado actoral en Costa Rica. En F. Vinocour (ed) *La Tradición del Presente. Actualidad de las experiencias teatrales en Costa Rica en las últimas tres décadas*. (p. 237-249), San José, Costa Rica. Ediciones Perro Azul.
- Korish, D. (2015, Julio-Setiembre) Dramaturgia y Performance: estrategias de acción y sentido. *Conjunto*. N. 176, La Habana. p. 94-101
- Labrouche, L. (2010). Ariane Mnouchkine: el cuerpo disponible. En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 79-89). México. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial
- Lascade, E. (2010). La experiencia existencial de un grupo. En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 101-106). México. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial
- Lehmann, H.T (2013) *Teatro Posdramático*. México, D.F. Paso de Gato.
- Marx, K., & Engels, F. (2012). *Sobre el Arte y la Literatura*. Marxists Internet Archive. [https://proletarios.org/books/Marx-Engels-Sobre\\_el\\_arte\\_y\\_la\\_literatura.pdf](https://proletarios.org/books/Marx-Engels-Sobre_el_arte_y_la_literatura.pdf)
- Mauro, K. (2012, Julio). El Método de las Acciones Físicas de Raúl Serrano y la acción actoral como lugar del sujeto. *Telón de Fondo. Revista de Teoría y Crítica Teatral*, N°15, 127-148.
- Müller, H. (s.r). *Maquina Hamlet*. [https://www.academia.edu/36787364/Hamlet\\_Machine](https://www.academia.edu/36787364/Hamlet_Machine)
- Oida, Y (2005) *El Actor Invisible*. Mexico, D.F. Ediciones El Milagro.
- Oida, Y (2010). La estrategia del ninja. En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 92-96). México. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial
- Pavis, P (1998) *Diccionario del Teatro*. Barcelona. Editorial Paidós.

- Picon-Vallin, B. (2010). El actor en ejercicio: algunas experiencias sobresalientes. En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 31-49). México. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial
- Pradier, J.M. (2010). Eugenio Barba: el ejercicio invisible. En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 51-67). México. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial
- Paya, F. (2010). El entrenamiento, un pretil. En C. Müller (Coord). *El Training del Actor* (p. 117-123). México. UNAM/ Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial
- Richards, T. (2005). *Trabajar con Grotowski sobre las acciones físicas*. Alba Editorial. Barcelona.
- Rodríguez, A. (2015). *El teatro de Jerzy Grotowski: Liturgia del Apocalipsis* (Tesis Doctoral). Universidad de Murcia, España
- Ruffini, F. (1998). La mente dilatada. En *El arte secreto del Actor: Diccionario de Antropología Teatral* (pp. 70-74). Editorial Pórtico de la Ciudad de México.
- Ruffini, F. (1987) Le milieu-scene: pré-expression, énergie, présence. En *L'Énergie de l'acteur*, Bouffonneries. Nums 15-16.
- Sanchez, J.A (2009, n. 35) Investigación y experiencia. Metodologías de la investigación creativa en artes escénicas. *Estudis escènics: quaderns de l'Institut del Teatre de la Diputació de Barcelona*. Institut del Teatre de Barcelona. Encontrado en: <https://www.raco.cat/index.php/EstudisEscenics/article/view/252850/339588>
- Sanchez, J.A (2016) Ética y representación..
- Santamaria, E. (2021, Octubre 18). *El performance, una forma amorfa o un campo de transfiguración existencial*. Archivo Artea. <http://archivoartea.uclm.es/textos/el-performance-una-forma-amorfa-o-un-campo-de-transfiguracion-existencial-2/>
- Schechner, R. (2000). *Performance. Teoría y Prácticas Interculturales*.
- Schechner, R. (2004). *Essays on Performance Theory*. Routledge, New York.
- Schechner, R (1988) *El Teatro Ambientalista*. México, D.F. Arbol Editorial.
- Weiler, C. (2012). What Is at Stake? Presence and Consciousness. *Unpublished Essay Presented on, 27*