



MISSISSIPPI UNIVERSITY FOR WOMEN

Departamento de Teatro, Facultad de Artes y Ciencias

MFA en Teatro Físico

Tesis:

Hacia un “Teatro Humano”: un análisis del uso de la Energía en la práctica de Todd Farley, Gilda Navarra, Fabio Mangolini, Scott Putman, Arthur Lessac y Eugenio Barba.

Comité Supervisor:
Fabio Mangolini
William P. Bidy

Estudiante:
Richard Martínez

Año Académico 2017-2018

Copyright

by

Richard Martínez

2018

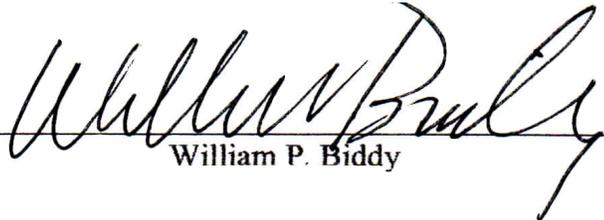
El comité de tesis de Richard Martínez certifica que esta es la versión aprobada de la siguiente tesis:

Hacia un “Teatro Humano”: un análisis del uso de la Energía en la práctica de Todd Farley, Gilda Navarra, Fabio Mangolini, Scott Putman, Arthur Lessac y Eugenio Barba.

Aprobado por

Comité Supervisor:

Supervisor: _____
Fabio Mangolini



William P. Bidy

Hacia un “Teatro Humano”: un análisis del uso de la Energía en la práctica de Todd Farley, Gilda Navarra, Fabio Mangolini, Scott Putman, Arthur Lessac y Eugenio Barba.

por

Richard Martínez, BA, MBA

Tesis

Presentada a la Facultad de la Escuela de Estudios Graduados de la Mississippi University for Women y la Accademia dell’Arte en cumplimiento parcial de los requisitos

para el grado de

M.F.A. en Teatro Físico

The Mississippi University for Women & Accademia dell’Arte Mayo 2018

Dedicatoria

*A mi abuelo, que siempre sonriendo preguntaba: "¿los artistas nacen o se hacen?"
A mi mamá y mi familia, quienes me apoyan y me siguen siempre.
A la persona que me enseñó a disfrutar del proceso de creación, Aracelis Ruiz Reyes.
A una artista puertorriqueña especial que, como yo, tenía una gran pasión por el ballet,
el flamenco, el mimo, la actuación y el movimiento en general, pero más que eso
una fuerte curiosidad que la convirtió en pionera de las tradiciones modernas
en nuestra casa, fusionando y abriendo nuevos mundos para artistas jóvenes como yo;
a ella, mi gratitud, mis respetos, mi décima puertorriqueña¹;
por ella, mi investigación, gracias Gilda Navarra.*

Gilda, la curiosidad,
no sé si fue motivada
o de que cosa inspirada,
nos hizo cambiar de ciudad.
Cierto es que tu habilidad
cambió tu arte y sobrenombre
mimo y danza de renombre.
Realzaste nuestra historia
con tu ejemplar trayectoria
que yo seguiré en tu nombre.

*-Richard Martínez
Sigo la ruta en tu nombre*

¹ *Décima puertorriqueña*, es la letra de la música folclórica puertorriqueña, compuesta por diez versos octosílabos, que siguen una estructura de rima específica y se pueden cantar en más de un centenar de ritmos llamados "Seis". El autor, Richard Martínez, a la edad de diecisiete años, fue reconocido por el Senado de Puerto Rico por su aporte a la cultura a través de la décima puertorriqueña y el instrumento nacional llamado "Cuatro". Ver reconocimiento en http://senado.pr.gov/Diario_%20de%20Sesiones/012907.pdf

Agradecimientos

Me gustaría expresar mi más sincera gratitud a un grupo de talentosos y encantadores artistas, investigadores y profesores que hicieron de mi viaje una realidad. Comenzando con Todd Farley por compartir su amor y conocimiento por el arte de la pantomima. A Deborah Kinghorn, el Instituto Lessac y sus entrenadores por compartir su amor por Arthur Lessac y su legado. A Petra Bravo y Wilda Beauchamp por compartir su amor y conocimiento por el baile flamenco, el ballet y la danza moderna. A Rosa Luisa Márquez y Jorge Rigau por compartir su amor por Gilda Navarra y su legado. A Aracelis Ruiz Reyes, por introducirme en el arte teatral y enseñarme a disfrutar el proceso de creación. A Elga D. Sepúlveda Suárez, por lanzarse a la experimentación teatral con públicos nacionales e internacionales fundando Cuerpos a la Escena y por ser mi compañera de viaje en el estudio y realización del manual para el entrenamiento del método Lessac en español. A mis amigos y familiares por contribuir a mi viaje o caminar conmigo. Finalmente, a mi mentor Fabio Mangolini, estoy sumamente agradecido por su ayuda, comprensión, sabiduría, paciencia, entusiasmo, motivación, sugerencias, legado y por empujarme a sobrepasar mis límites a lo largo de este proyecto.

Abstracto

Hacia un “Teatro Humano”: un análisis del uso de la Energía en la práctica de Todd Farley, Gilda Navarra, Fabio Mangolini, Scott Putman, Arthur Lessac y Eugenio Barba.

por

Richard Martínez, MFA

The Mississippi University for Women, 2018

Supervisor: Fabio Mangolini

El amor, interés y curiosidad por seguir la ruta creativa en el teatro y la danza de Gilda Navarra nacen tras años de formación y estudio en diferentes áreas del arte: teatro, danza moderna, ballet, flamenco, clown y pantomima. Como artista, mi objetivo es fusionar estos estilos para crear una actuación compuesta por los elementos necesarios derivados de esta fusión y no por un estilo específico. Por tanto, voy a establecer una línea de conexión entre diferentes estilos de arte partiendo del estudio de la energía desde un punto de vista conceptual, utilizando la obra de Aristóteles, hacia un uso práctico y científico, con la obra de Alexander Lowen, acercándonos a un contexto híbrido entre teatro y ciencia, con el trabajo de Arthur Lessac, y finalmente, adentrarse de lleno en el contexto teatral utilizando el trabajo de Todd Farley, Gilda Navarra, Fabio Mangolini y Scott Putman, un grupo de practicantes, investigadores e intérpretes. Continuaré con una yuxtaposición de este análisis con uno de los libros más famosos, traducidos y reconocidos por los académicos del teatro, “*L’arte segreta dell’attore*” (El arte secreto del actor), escrito por el teórico y director de teatro Eugenio Barba. En la búsqueda de la línea de conexión entre las diferentes artes, encuentro el principal obstáculo para el actor en la actualidad: la tensión muscular, las huellas que dejan diferentes tipos de experiencias a lo largo de nuestra vida. La tensión también se ve como un aspecto importante del equilibrio de fuerzas que le da al actor el máximo control de su propio cuerpo. Argumentaré que la identificación y el control de estos dos tipos de tensión es lo que el creador tiene que dominar para ganar versatilidad y poder fusionar diferentes tipos de arte. Esto permite al intérprete conectarse y enviar mensajes claros al público, obteniendo la apertura/atención de ellos, resultando en una comunicación que supera el nivel de las palabras. Esta investigación surge en un momento en el que, en mi opinión, el arte del Teatro atraviesa otra crisis en la que está perdiendo audiencia por dificultades en la conexión del actor con él mismo y los argumentos tratados con el público. La búsqueda de esa reconexión del triángulo argumento-audiencia-actor es lo que motiva este proyecto.

Índice

1.	Concepto de Energía	1
1.1.	Creando el ciclo Dynamis-Energeia-Entelecheia	1
1.1.A.	Introducción: desde energía hasta Energeia	1
1.1.B.	De Entelecheia a Energeia: su confusión y discusión	3
1.1.C.	Dynamis-Energeia-Entelecheia (DEE): El ciclo de la energía	5
1.1.D.	Abordando las definiciones	7
1.2.	Del concepto a la práctica	8
1.2.A.	Bioenergética de Alexander Lowen: del Reiki a la Bioenergética	8
1.2.B.	El concepto de energía en Bioenergética.....	10
1.2.C.	El flujo de energía en Bioenergética.....	11
1.3.	De lo terapéutico a lo artístico.....	13
1.3.A.	Principios paralelos a la bioenergética: el Instituto Lessac	13
1.3.B.	Arthur Lessac y su formación “kinesensic”	15
1.3.C.	Instrucciones orgánicas como activadores del ciclo DEE.....	17
2.	El concepto de energía en el teatro	20
2.1.	Trazando la ruta hacia los orígenes de la codificación del arte	20
2.1.A.	Entrando en contacto con la codificación del arte.....	20
2.1.B.	Teatro chino: Teatro Kunqu y Mei Lanfang	27
2.1.C.	Teatro indio: Kutiyattam, Kailasodharanam y Yakshagana.....	30
2.1.D.	Un codificador del arte en occidente	33
2.1.E.	Conclusión: comprensión del movimiento altamente estilizado.....	35
2.2.	Trazando la ruta de la evolución hacia la decodificación del arte.....	36
2.2.A.	Partiendo de Todd Farley: Padre del Mimo Cristiano Moderno	36
2.2.B.	Un paso adelante: Gilda Navarra, Maestra del silencio	41
2.2.C.	Decodificando el arte: Fabio Mangolini, Portatore Della Commedia Dell’Arte.....	46
2.2.D.	Evidencia de Koshi en manifestaciones populares artísticas en otras culturas	52
2.2.E.	Scot Putman y Arthur Lessac: beneficios de koshi para todos.....	55
2.2.F.	Eugenio Barba y su antropología teatral: un caso de orientalismo	62
3.	Dejar que la energía comunique desde el escenario	84

3.1.	Hacia una Entelecheia orgánica.....	84
3.1.A.	Konstantin Stanislavsky: fundador de la idea de un teatro orgánico.....	84
3.1.B.	El punto de vista de Eugenio Barba sobre el teatro orgánico.....	90
3.2.	Tensión: nuestro obstáculo moderno y nuestra herramienta fundamental	92
3.2.A.	Dynamis-Energeia-Entelecheia más tensión es igual a DETE.....	92
3.2.B.	Comunicando nuestras intenciones con nuestra energía	99
3.3.	Hacia el teatro que llevas dentro: Un Teatro Humano	106
3.3.A.	Teatro Humano: conclusión de una investigación.....	106
Apéndice A: Voyage: una oportunidad para experimentar		111
Apéndice B: Análisis de la estatua de la timidez, Figura 2.1.A.3		120
Apéndice C: Certificación de Lessac		121
Apéndice D: Entrevista a Todd Farley		122
Apéndice E: Historia familiar de Nomura según Fabio Mangolini		132
Apéndice F: Nivel I de certificación de maestros de EBAS		135
Apéndice H: Certificación de formación como enseñante de Lessac en curso		136
Apéndice I: Publicidad del Festival Internacional en Croacia.....		137
Apéndice G: Captura de pantalla del mensaje de Facebook.....		138
Glosario	139	
Trabajos citados.....		142
Vita	149	

Lista de Figuras

Figura 1.1.B.1	Diagrama del ciclo Energeia-Entelecheia.....	5
Figura 1.1.D.1	Diagrama del ciclo Dynamis-Energeia-Entelecheia.....	8
Figura 2.1.A.1	Mano de Miguel Ángel, su movimiento es lento con resistencia. Uso: dar, presentar y señalar.....	22
Figura 2.1.A.2	Estatua de dar	23
Figura 2.1.A.3	Estatua de la timidez y su descripción física para la construcción.....	25
Figura 2.1.B.1	Captura de pantalla del minuto 1:36 de la antigua ópera Kunqu china: "El sueño de visitar el jardín".....	27
Figura 2.1.B.2	Antigua ópera china de Kunqu: "El sueño de visitar el jardín”..	27
Figura 2.1.B.3	Diseño de mano oriental.....	27
Figura 2.1.B.4	Captura de pantalla de gestos de manos de Mei Lanfang (editada) y una imagen tomada de la colección personal de mimo técnico del autor.....	28
Figura 2.1.C.1	Captura de pantalla de Describiendo a un héroe en Kutiyattam..	30
Figura 2.1.C.2	Captura de pantalla de Kutiyattam Part 1, Kailasodharanam, Invis Multimedia, DVD.....	30
Figura 2.1.C.3	Captura de pantalla de Yakshagana - Ramayana - 1.....	31
Figura 2.1.D.1	Página número 97 de Delsarte Dramatic System of Expression por Genevieve Stebbins.....	33
Figura 2.2.A.1	Captura de pantalla de Moses con Todd Farley, 2012.....	36
Figura 2.2.B.1	Imagen de la página 49 de Detrás del silencio: una vida, un oficio, un camino: autobiografía pictórica de Navarra & Rigau.....	40

Figura 2.2.B.2	Imagen de la página 76 de Detrás del silencio: una vida, un oficio, un camino: autobiografía pictórica de Navarra & Rigau.....	41
Figura 2.2.B.3	Imagen de las páginas 76 y 77 de Detrás del silencio: una vida, un oficio, un camino: autobiografía pictórica de Navarra & Rigau.....	42
Figura 2.2.C.1	Diseño de fuerzas de Mangolini (koshi).....	47
Figura 2.2.D.1	Esta imagen fue tomada de Flavio “Flamenco moderno: Carmel Natan Sheli”. Flickr, Yahoo !, 30 de junio de 2011.....	51
Figura 2.2.D.2	Capturas de pantalla del video Bomba Puertorriqueña.....	52
Figura 2.2.E.1	Concepto del Centerline.....	53
Figura 2.2.E.2	Triángulo de la Fuente Sagrada (Sacro) - tomada del Manual para maestro de EBAS.....	54
Figura 2.2.E.3	Diagrama - Triángulos Energéticos.....	55
Figura 2.2.E.4	Imágenes del libro Body Wisdom de Lessac.....	57
Figura 2.2.F.1	Imagen extraída de la página 6 del libro L’arte segreta dell’attore de Eugenio Barba.....	62
Figura 2.2.F.2	Imagen extraída de la página 8 del libro L’arte segreta dell’attore de Eugenio Barba.....	65
Figura 2.2.F.3	Manifestación de tensiones inconscientes llevadas al teatro por el cuerpo del actor.....	77
Figura 3.2.A.1	Fotografía extraída de la página 72 del libro L’arte segreta dell’attore de Eugenio Barba.....	92
Figura A.1	Primer borrador.....	109
Figura A.2	Imagen de Voyage en el Festival Internacional de Teatro de Croacia.....	111

Figura C.1	Certificado de practicante de Lessac.....	113
Figura F.1	Certificación de maestros de EBAS Nivel I.....	113
Figura H.1	Certificación de formación como enseñante dell método Lessac	128
Figura I.1	Publicidad del Festival Internacional de Croacia.....	129

Introducción

El concepto de Teatro Humano que desarrollo a lo largo de esta investigación, se denomina expresamente “humano” por tres razones. En primer lugar, llamarlo humanista, que parecería más apropiado al lugar de “humano”, hace referencia al enorme concepto artístico y literario del humanismo. Por tanto, este concepto, ya preñado de significado, podría desviar a la gente de la originalidad de mi definición y llevarlos a unir mi concepto al conocido concepto de Teatro Humanístico. La elección del término “humano”, que parece estar relacionado con la obra de Stanislavsky y otros, no tiene como objetivo introducir un nuevo estilo teatral, ni dar un nuevo significado a la palabra humanista, ni añadir algo nuevo a la interpretación de los pensamientos de Stanislavsky o de otras personas. Mi intención es profundizar la expresión detrás de ciertos estilos, estudiarla y comprenderla para alcanzar la versatilidad. Dicho logro le permite al actor de transmutar a diversos estilos teatrales, expresar y comunica en forma efeciva. Para esto repasaremos el concepto de “actuación orgánica” creado por Stanislavsky. Repasando su obra y la obra de muchos otros, definiremos un punto en común entre todos los estilos teatrales para llegar al concepto de versatilidad. En segundo lugar, el palabra “humano” quiere persuadir a las personas para que comprendan que el significado se refiere expresamente a la capacidad humana para controlar, expresar y difundir la energía, y no tiene la intención de recordar la dicotomía humano / no humano que se referiría principalmente al sentido literal de la palabra. En tercer lugar, sobre todo, “humano” quiere inducir a las personas a verse a sí mismas como “dynamis”, a poner sus intenciones dentro de la

energeia, dejándolas viajar a través de sus canales de comunicación para crear entelecheia de manera efectiva haciendo uso de todas las técnicas aprendidas como instrumento amplificador. En definitiva, podemos definir la elección de “humano” como la intención de unir y resumir la investigación de intérpretes, críticos, profesores, investigadores, teóricos y apasionados del arte, con el propósito de llevar al escenario otra realidad: la humana.

Esta realidad humana está presente desde las antiguas tradiciones del arte hasta nuestros días. A través de mis experiencias como parte de una audiencia de teatro físico, y luego como estudiante, esta realidad humana ha sido “codificada” en varios conjuntos de posturas y movimientos relevantes para cada estilo. En mi trayectoria teatral tuve la oportunidad de estudiar algunos de esos códigos, los mismos a los que me refiero cuando hablo de movimientos altamente estilizados. Al final de cada curso, reconocí que la capacidad del actor de hacer uso de esos códigos para expresar su realidad humana es lo que hace cada estilo hermoso. La diferencia entre actores radica en su propia capacidad para comunicar esta “realidad humana”. Esos movimientos se pueden alcanzar técnicamente, pero una buena preparación técnica no implica que el actor esté comunicando eficazmente; en cambio, la preparación solo permite que el actor manipule su propio cuerpo para “alcanzar” ciertas posturas de una manera funcional. La palabra “codificación”, dentro de esta investigación, se refiere a la capacidad del codificador (el creador del estilo) para encontrar su propio conjunto de formas que una vez definidas expresan su realidad humana, creando lo que llamamos un estilo teatral. El objetivo de

esta investigación es comprender cómo funciona esa expresión y entender cómo podemos liberarla de esos movimientos estilizados con el propósito de dejar a la expresión humana, en su forma más pura, comunicar con el público.

Mi interés por el estudio de algunas tradiciones teatrales orientales surge durante mi viaje como estudiante universitario. Como estudiante de bachillerato, tuve la oportunidad de conocer algunas tradiciones antiguas desde el punto de vista del mimo. Como estudiante de maestría, llegué a estudiar específicamente la historia de algunos estilos teatrales asiáticos: Kathakali y Kunqu. Al no tener contacto directo con ellos, me fueron presentados a través de videos publicados en YouTube. Desde entonces, comencé a analizar las similitudes que encontré entre las formas en que se representaban esos estilos de teatro en esos videos con mi formación anterior. Estas similitudes comenzaron a motivar una investigación que tiene como objetivo comprender cómo estas tradiciones antiguas se relacionan con mi formación contemporánea. El resultado de estas observaciones guió a esta investigación hacia la palabra energía: su significado fuera del contexto del teatro y cómo se emplea en campos prácticos como la Bioenergética y en mi experiencia teatral a través del trabajo de Todd Farley, Gilda Navarra, Arthur Lessac, Fabio Mangolini y Eugenio Barba.

Esta investigación se articula en tres capítulos. El Capítulo I, Sección I, discute los orígenes de la palabra energía partiendo desde su raíz griega *Energieia* creada por Aristóteles. Su discusión sienta las bases para desarrollar el ciclo de energía compuesto

por Dynamis, Energeia y Entelecheia, y cómo activarlos. La Sección II y III establece el empleo de este ciclo desde un ámbito práctico hasta el contexto teatral.

El Capítulo II, se adentra en la obra teatral de Todd Farley, Gilda Navarra, Arthur Lessac y Fabio Mangolini, para establecer la evolución de sus prácticas teatrales, basadas, algunas inconscientemente y otras conscientemente, en la realidad humana que buscamos. Esta evolución nos da “*koshi*” y “*tamé*” como claves para alcanzar el equilibrio perfecto llamado “*yugen*”. La última sección de este capítulo, Sección 2.2.F confronta la investigación realizada en este grupo de intérpretes, investigadores y académicos con el trabajo de Eugenio Barba, mostrando una clara incongruencia con la forma en que se emplea la palabra energía en el trabajo de Barba. Además, muestra un caso de orientalismo realizado por Barba y Alessia Sini. En el Capítulo III se analiza la evolución del teatro hacia el concepto propuesto por el autor de esta tesis, denominado Teatro Humano, y el nuevo desafío para el actor: la identificación, control y uso de la tensión. La última sección, titulada *Hacia el teatro que llevas dentro: Un Teatro Humano*, muestra un ejemplo de performance, creado por el autor sobre la búsqueda de la realidad humana y el restablecimiento de la conexión entre teatro y público.

Estos tres capítulos aclaran el empleo de la palabra energía en el teatro, su importancia para el actor, así como su importante interrelación con la tensión. La investigación abre una nueva posibilidad para sanar la comunicación del arte teatral a través del flujo de energía en el cuerpo del actor.

1. Concepto de Energía

1.1. Creando el ciclo Dynamis-Energieia-Entelecheia

1.1.A. Introducción: desde energía hasta Energieia

¿Qué nos viene a la mente cuando escuchamos la palabra energía? ¿Movimiento? ¿Sol? ¿Quizás tensión? ¿Consideramos nuestros cuerpos? ¿La electricidad es una opción? ¿Yin y Yan? ¿La palabra “nuclear”? ¿Ciencias? ¿Física? ¿Metafísica? ¿Energía universal? ¿El cosmos? Esas son algunas de las posibilidades que nos pueden venir a la mente cuando intentamos comprender y definir el concepto de energía. Reflexionando sobre ello, de alguna manera, podemos entender que todos ellos están relacionados con el concepto de energía pero para muchos de nosotros es difícil explicar cómo esto es posible o cuándo se hace posible. Entonces, ¿cuál es el punto común entre todas estas posibilidades que las hacen válidas? ¿Y cuál es la definición de energía?

El Diccionario Oxford es el primer paso para buscar una respuesta clara para conectar todas estas palabras con el concepto de energía y definirlo. Rápidamente surgen tres posibilidades, que prueban y confirman que nuestro instinto de relacionar muchas palabras con este concepto es correcto. La primera definición se refiere al cuerpo: “la fuerza y vitalidad necesarias para una actividad física o mental sostenida” o “las facultades físicas y mentales de una persona”, la segunda “potencia derivada de la utilización de recursos físicos o químicos, especialmente para proporcionar luz y calor o para trabajar máquinas” y el tercero “la propiedad de la materia y la radiación que se manifiesta como una capacidad para realizar trabajo (como causar movimiento o la

interacción de moléculas)” o “ un grado o nivel de energía que posee algo o requerido por un proceso²”. Nuevamente nos encontramos en al inicio: podemos validar todas las opciones que teníamos, pero nos quedan las mismas preguntas sin respuestas definitivas.

De una segunda búsqueda en línea, utilizando la herramienta Google Books Ngram Viewer, obtenemos un gráfico³ mostrando el uso de la palabra energía desde el año 1700 hasta el 2008. Del gráfico deriva un aumento constante con el punto más alto en 1981 seguido de una disminución continua hasta el 2008. Este hecho intrigante nos invita a comprender la pluralidad de definiciones del concepto de energía debido al obvio empleo del concepto en diferentes áreas. Esto coincide y explica el porqué de los tres resultados dados por el Oxford Dictionary. Observando esta pluralidad de definiciones y su uso constante a lo largo de los años, el foco de la investigación se traslada a la evolución y origen del concepto. El Diccionario Oxford ofrece una explicación clara y concisa que empuja la investigación a tomar una decisión sobre que ruta seguir de frente las posibilidades: “Origen. Mediados del siglo XVI (que denota fuerza o vigor de expresión): del francés *énergie*, o del latín tardío del griego *energeia*, de en- “in, within” + *ergon* “work””.

Analizando la primera ruta *énergie*, encontramos seis posibilidades en línea dentro del diccionario francés Larousse. Uno de ellos sugiere la definición creada por el griego

² English Oxford Dictionaries, en.oxforddictionaries.com/definition/energy.

³ https://books.google.com/ngrams/graph?content=energy&year_start=1700&year_end=2000&corpus=15&smoothing=3&share=&direct_url=t1%3B%2Cenergy%3B%2Cc0

Aristóteles⁴. A partir de esa sugerencia, que concuerda con la segunda ruta dada por el Diccionario Oxford, el concepto Energeia de Aristóteles se convierte en el nuevo foco de investigación pasando de la Energía a su raíz griega Entelecheia.

1.1.B. De Entelecheia a Energeia: su confusión y discusión

Un artículo titulado “Origen y significado de la Entelecheia en Aristóteles” de Ricardo Yepes agrega otro estrato a esta investigación. Este nuevo estrato consiste en una discusión que se ha sostenido durante siglos tratando de definir el significado de las palabras Entelecheia y Endecheia. De ella surgen las siguientes afirmaciones: “Entelecheia y Endecheia son dos palabras separadas con diferentes significados”, “Entelecheia no es una palabra independiente de Endecheia, sino una transformación de la última hecha por el joven Aristóteles” y “Entelecheia no tiene nada que ver con Endecheia”. El autor concluye este apartado mostrando y demostrando que Endecheia es un término utilizado por Aristóteles “para profesar la doctrina del alma como quinto elemento del cosmos que tenía un movimiento continuo y perenne” y Entelecheia:

Después de lo dicho, el significado etimológico de Entelecheia vendrá a ser: "tener el final", "sujetar al final". Se sigue, como decíamos, del adjetivo entelés, que viene de télós y significa aquel en el que se da el telos, «télico», «final» y, por otro lado, el verbo éjo, en su valor intransitivo, significa «seguir», «estar en» y, por tanto, simplemente «estar». Por tanto, el sentido pleno se convertiría en «poseer el fin que algo tiene». (Yepes, 2008)

⁴ <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/energie/29421?q=energie#29300>

Yepes concluye: “Entelecheia significa sujetarse, estar en el télos, poseer el télos como estado propio del ser”. Aquí, con esta definición final, Energeia comienza a aparecer como una nueva confusión entre los conceptos Entelecheia y Energeia. Para aclarar esta confusión, Yepes se concentra “en el estudio de los textos que explican con mayor claridad el significado de Entelecheia”.

Tras analizar otros estudios basados en textos como *De Anima*, la *Física* de Aristóteles y la *Metafísica* de Aristóteles, encuentra algunas pistas que lo llevan a entender por qué nació esta confusión y finalmente a proponer una definición de ambos términos. Algunas de esas pistas son: “Entelecheia viene a designar el estado completo y terminado de algo, por el cual es lo que es en conjunto” y:

En las dos primeras menciones de este último texto (refiriéndose a la *Metafísica* de Aristóteles), Entelecheia reemplaza, como veremos a continuación, Energeia tomada como un acto en general, pero al final del texto, Entelecheia adquiere su propio tono claro: «kat “entelecheian éstai”, “ser acordado a la Entelecheia” que significa estar completo de todo lo que es cada cosa (es decir, la media línea, la parte). La Entelecheia se alcanza “sólo una vez disuelto el todo”. Ocurre solo después de un proceso: el movimiento. (Yepes, 2008)

Estas dos últimas afirmaciones, ayudan a separar ambos conceptos y a definir a la vez qué es Energeia al comprender qué es Entelecheia. Finalmente, de toda la investigación de Yepes, surge que Entelecheia no puede existir sin Energeia definiendo Entelecheia debido a Energeia. Entonces, tenemos que definir Energeia.

Podemos deducir que Energeia se puede definir como el acto, acción, movimiento o proceso que estimula y regula algo: este algo es Entelecheia. Visualmente, se puede

representar como Energeia produciendo Entelecheia pero aún estando dentro de ella (Figura 1.1.B.1). Llegados a este punto, surge una pregunta más: ¿de dónde viene Energeia?.

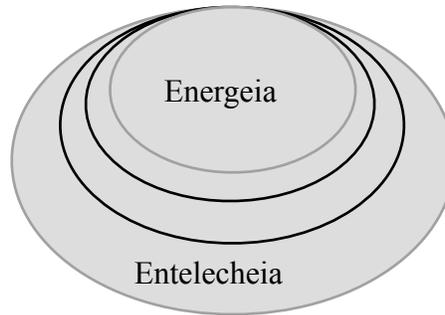


Figura 1.1.B.1 - Diagrama del ciclo Energeia-Entelecheia

1.1.C. Dynamis-Energeia-Entelecheia (DEE): El ciclo de la energía

Un segundo artículo titulado “*Los orígenes de Energeia en Aristóteles*”, escrito por Ricardo Yepes, pero publicado tres años antes del artículo comentado en la sección anterior, aclara para esta investigación los orígenes de Energeia.

“*Los orígenes de Energeia en Aristóteles*” comienza con la línea: “sin temor a caer en la exageración, podemos afirmar que el acto es una de las nociones más centrales de la historia del pensamiento” y de la discusión anterior se desprende que Yepes está hablando de Energeia (acto, movimiento, proceso). A partir de aquí, Yepes analiza los orígenes de Energeia entendiendo la diferencia entre acto y potencial. Para comprender esta diferencia, vuelve al diálogo de Platón, Eutidemo y Teeteto, después de leer artículos en los que Aristóteles, según algunas indicaciones dadas por Platón, muestra esa diferencia.

El autor se centra en los textos que discuten el argumento escribiendo “la diferencia entre poseer algo y tener o usar algo” (Yepes, 1989). En su investigación, encuentra una distinción bien explicada en el texto De Anima de Aristóteles, en el que demuestra estas diferencias, utilizando los siguientes ejemplos:

1. El hombre que se educa porque puede aprender.
2. El hombre que tiene el conocimiento y puede contemplar cuando quiere. Estos dos son potenciales.
3. El hombre que está contemplando en el acto, que es el que “en el sentido principal conoce este cierto”. (Yepes 1989)

El autor marca, además, una clara diferencia a nivel de conocimiento, distinguiendo la posesión de conocimiento y su uso real. Con estas conclusiones, Yepes se adentra en diferentes fragmentos del “texto más antiguo que tenemos en el que aparece esta distinción: el Protreptico” (Yepes, 1989) demostrando que Platón sienta las bases sobre las que trabajó Aristóteles para desarrollar las diferencias entre potencial y acto.

En este punto, surge un aspecto importante que no se puede ignorar: en los ejemplos de Aristóteles encontramos acciones físicas utilizadas como metáforas para aclarar su análisis. Implica que esta diferencia se presenta no solo en el nivel de conocimiento, sino que existe la posibilidad de que se encuentre también a nivel físico. Por ejemplo, en el Fragmento 14 utilizado por Yepes, en su artículo para diferenciar la potencia y el acto, encontramos el uso de la vista: “podemos definir” observadores “a todos los animales que tienen la vista y son capaces de ver, incluso si tienen ojos cerrados, como los que usan esta facultad y dirigen la mirada hacia algo”. Nos da el camino para encontrar los diferentes componentes de una acción.

A este punto, tenemos que cerrar esta discusión nombrando este ciclo Dynamis-Energeia-Entelecheia (DEE), en el que existe el potencial de producir una acción, movimiento o proceso (Energeia) que produce un resultado (Entelecheia). ¿Por qué DEE? ¿Cuándo se convierte Dynamis en parte del ciclo?.

1.1.D. Abordando las definiciones

Una simple búsqueda en internet arrojó un glosario de términos griegos en filosofía. Su autor, Giorgio Piacenza Cabrera, en 2012, primero nos da algunas definiciones de Energeia y Entelecheia que concuerdan con las discutidas en la Sección 1.1.A y la Sección 1.1.B, y segundo, agrega la palabra Dynamis estableciendo interrelaciones:

- Energeia - Rendimiento, operación o actividad de algo. Para Aristóteles es la característica real de una sustancia en relación con su razón de ser o su propósito de ser (vs dynamis o capacidad de cambiar o devenir).
- Entelecheia - para Aristóteles, la completa realidad o perfección de algo (como lo que es el alma para el cuerpo humano). La plena realización de las potencialidades de una cosa que incluye su propio poder de actualización. Regalo.
- Dynamis - Potencialidad, posibilidad. Lo que puede ser o podría ser, en contraste con lo que es actualmente o lo que ya es. Para Aristóteles, es una tendencia a manifestarse. Sus opuestos son energeia (acción, operación, energía) y entelecheia (la actualización completa de la esencia o forma de una cosa). (Piacenza-Cabrera 2012)

A este punto, la interdependencia de los conceptos Dynamis-Energeia-Entelecheia es clara, y también podría denominarse Potencial-Acto-Resultado o Posibilidad-

Movimiento-Realización. Además, está claro que se crea un ciclo continuo. A partir de ahora, utilizaré las palabras griegas para evitar un malentendido de conceptos, debido a la pluralidad de significados que todos ellos adquirieron durante su evolución, lo que podría afectar la comprensión de esta investigación. Actualizando nuestro último diagrama del ciclo (Figura 1.1.B.1) obtenemos el ciclo DEE completo (Figura 1.1.D.1). Es importante notar que este ciclo tiene la capacidad de ser un proceso recursivo con un punto de partida que fue producido por otro punto final, y que producirá un nuevo punto final que podría iniciar otro proceso directo o indirecto.

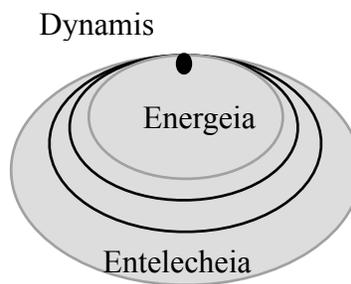


Figura 1.1.D.1 Diagrama del ciclo Dynamis-Energeia-Entelecheia

1.2. Del concepto a la práctica

1.2.A. Bioenergética de Alexander Lowen: del Reiki a la Bioenergética

Partiendo de Aristóteles y buscando el uso del concepto de Energía en un área práctica en la actualidad, nos adentramos en el mundo de la Bioenergética que ofrece un buen puente que conecta el ciclo DEE y el cuerpo. Su creador, Alexander Lowen, lo describe en el primer capítulo de su libro con las siguientes palabras: “La bioenergética se

basa en la obra de Wilhelm Reich. Reich fue mi maestro del 1940 al 1952 y mi psicoanalista entre 1942 y 1945 ”(Lowen, 2012). Alexander estudia los principios energéticos de Reich y el análisis del carácter hasta 1953. Luego se separa de Reich y su investigación sobre el “orgón” para pasar a su propia contribución creativa para ayudar a las personas a aclarar la complejidad de la división mente-cuerpo. Para comprender mejor los antecedentes de la Bioenergética, es necesario definir qué es “Reiki”. Reiki, entonces,

... es una técnica energética que permite activar los procesos naturales de curación del cuerpo del paciente y restaurar el bienestar físico y emocional. La palabra “Reiki” es una palabra japonesa definida por dos términos: REI - Universal y KI - Energía Vital para que podamos interpretar Reiki como la Energía Vital Universal. A través del Reiki canalizamos energía y ayudamos al paciente a poner en funcionamiento su sistema de defensas y recuperar su salud. El practicante actúa como un canal transmisor permitiendo que el Reiki fluya a través de él y penetre en la persona, animal o planta que lo recibe. (Cazorla, 2017)

Según Lowen, se siente atraído por el trabajo de Reich por la forma en que relaciona la identidad funcional del carácter de una persona con la actitud corporal o la estructura muscular de la persona. En este caso, la estructura muscular se define como “conjunto de tensiones corporales musculares crónicas” (Lowen, 2012). A partir de aquí Lowen traslada su investigación a un nivel más físico hasta desarrollar su propio trabajo titulado Bioenergética:

La bioenergética es una técnica terapéutica que ayuda a la persona a volver a su cuerpo y disfrutar lo mejor de la vida corporal. La idea básica es la unidad dinámica del ser humano. Todas las funciones del hombre, tanto somáticas como psíquicas, son efectos de la energía vital y cualquier aumento o disminución de esa energía afectará tanto al cuerpo como a la mente. La

interacción cuerpo-mente es tal que, siendo conscientes de nuestro propio cuerpo, podemos llegar a saber quiénes somos realmente, es decir, podemos llegar a conocer nuestra propia mente. Liberar tensiones y corregir problemas psicológicos a través de la actividad corporal, nos brinda la posibilidad de una vida más plena y feliz. (Lowen, 2012)

Todo el trasfondo experimental puesto en práctica y en palabras por Lowen nos dan una aplicación clara y palpable de los conceptos de Aristóteles utilizando nuestro cuerpo y relacionándolo a nuestros procesos de comunicación.

1.2.B. El concepto de energía en Bioenergética

A través de la primera sección de este capítulo, se establece y discute el siguiente argumento: durante la evolución de la palabra energía, se le añaden muchos conceptos diferentes creando una palabra pluri-conceptual. La misma afirmación o problema encuentra Lowen cuando intenta definir el concepto de energía,

Todos los conceptos al respecto [relacionados al concepto de energía] tienen algo de verdad y no he podido reconciliar todas sus diferencias. Pero finalmente podemos aceptar que hay energía en todos los procesos de la vida - en los movimientos, en los sentimientos y en los pensamientos - y puede interrumpirse si el organismo no tiene sus suministros de energía. Por ejemplo, si falta comida, los niveles de energía pueden descender hasta el punto de causar la muerte; igualmente la falta de oxígeno puede causar la muerte. (Lowen, 2012)

Llegados a este punto, podría resultar difícil comprender la importancia de la energía cuando hablamos del cuerpo en el escenario. Sin embargo, por ahora es importante saber que: un cuerpo normal, en una vida normal, cuando la energía no fluye

correctamente, la comunicación de la persona podría verse afectada a tal punto que los mensajes que intenta transmitir podrían ser malinterpretados. Este es el aspecto más importante y relevante de esta declaración en este momento.

1.2.C. El flujo de energía en Bioenergética

En el capítulo número dos del libro de Lowen, analiza un concepto importante llamado Flujo de la energía. Este es el concepto que conecta directamente el trabajo conceptual de Aristóteles y el trabajo físico de Lowen. Se convierte en un punto crítico para nuestra discusión debido a su correspondencia con el ciclo DEE.

El flujo o circulación de energía indica un movimiento dentro del cuerpo, que podría compararse con la circulación sanguínea. A medida que fluye por nuestro cuerpo, transporta metabolitos y oxígeno a los tejidos, suministrándoles energía y eliminando los desechos de la combustión. Pero es mucho más que un simple medio: es el fluido del cuerpo cargado de energía. Cuando llega a alguna parte, transmite vida, calidez y entusiasmo.⁵ (Lowen, 2012)

En esta declaración, Lowen comienza a hablar sobre los procesos que ocurren dentro de nuestros cuerpos; estos procesos se hicieron populares y bien conocidos desde que los estudiamos en la escuela como parte de uno de los sistemas biológicos del cuerpo. Por tanto, es una buena metáfora que hace comprensible este concepto. Aquí surge una congruencia entre Lowen y Aristóteles, particularmente cuando ambos hablan de energía o flujo de la energía, debido a sus respectivas referencias a la energía como movimiento.

⁵ Alexander Lowen, *La Bioenergética*, pg. 38, 2012

Al principio, el trabajo de Lowen parece mostrar diferencias con el de Aristóteles: para Lowen, todos los procesos son siempre energía que tienen la posibilidad de movimiento; para Aristóteles, el proceso comienza a denominarse energía después de que se toma una decisión. En consecuencia, algo debe producir la energía. Al profundizar en los principios y el trabajo de Lowen, esta diferencia negativa comienza a desaparecer.

Teniendo en cuenta que el agua forma parte de la composición de nuestro cuerpo, Lowen describe las sensaciones, emociones y sentimientos como ondas eléctricas que viajan por el agua; llegan para expresarse a través de nuestros canales de comunicación. Estas ondas eléctricas, desde un punto de vista científico, son producidas por nuestras células como una respuesta del cerebro, después de ser estimuladas a través o por nuestros sentidos. Una mejor explicación de cómo funciona esta electricidad se encuentra en el artículo titulado *¿De qué están hechos los pensamientos?*

Quando lee estas palabras, por ejemplo, los fotones asociados con los patrones de las letras golpean tu retina y su energía activa una señal eléctrica en las células que detectan la luz. Esa señal eléctrica se propaga como una onda a lo largo de los largos hilos llamados axones, que son parte de las conexiones entre las neuronas. Cuando la señal llega al final de un axón, provoca la liberación de neurotransmisores químicos en la sinapsis, una unión química entre la punta del axón y las neuronas objetivo. Una neurona objetivo responde con su propia señal eléctrica, que responde propagándola a otras neuronas. En unos pocos cientos de milisegundos, la señal se ha extendido a miles de millones de neuronas en varias docenas de áreas interconectadas de su cerebro y usted percibe estas palabras. (Dougherty, 2107)

En este punto, podemos ver a nuestro cerebro como el motor / productor de estas ondas eléctricas. Podría sugerir que nuestro Dynamis físico es nuestro cerebro. Las

chispas / ondas eléctricas producidas por el cerebro se convierten en Energeia, y nuestras acciones finales, que se expresan a través de nuestros canales de comunicación, son la realización de esas ondas: la Entelecheia. Con esto cerramos trasladándolo a un nivel físico el ciclo de la energía al cual denominaremos DEE. Sin embargo, debemos ser conscientes de que cuando un cuerpo sube al escenario, viene con todo lo que aquello que a acumulado, lo que incluye las tensiones creadas por nuestras experiencias de vida (Ver Sección 3.02).

Para los actores, artistas o seres humanos es importante saber cuidar nuestro cuerpo. De la misma manera, si los mensajes de las comunicaciones diarias entre personas pueden malinterpretarse, como artistas o intérpretes, que necesitan comunicarse con mucha más gente en un mismo momento, la atención a esos detalles debe ser más fuerte para expresar un mensaje claro y efectivo. Por eso es importante aprender a concentrarnos y proyectar nuestra energía al interior y al exterior: esto es lo que Lowen llama un cuerpo sano.

1.3. De lo terapéutico a lo artístico

1.3.A. Principios paralelos a la bioenergética: el Instituto Lessac

Un tercer investigador, profesor, cantante e intérprete fue más allá con el concepto de energía hasta desarrollar su propio entrenamiento, no solo para los actores sino para todo ser humano. Este investigador diferencia los estados de la energía y desarrolla un entrenamiento con el objetivo de concienciar al alumno de su propio cuerpo, que le

permita identificar y sentir los diferentes estados energéticos identificados por Lessac: NRG vocales y corporales. Así, Lessac, amplía, a su vez, este concepto a la voz. Este entrenamiento funciona al permitir que los estudiantes tengan experiencias guiadas por enseñantes certificados⁶, provocando diferentes respuestas con el objetivo de obtener conciencia e nuestros procesos internos. Como describe su creador, la formación enseña los siguientes conceptos: “disolver patrones” y “ser humanos” (Lessac 1990). Como practicante certificado⁷ e intérprete, reconozco esta formación como una posible técnica de actuación que puede ayudar a cualquier tipo de actor a cualquier nivel. Como escribe el Dr. Walter Lowen en el “Prólogo” del libro de Lessac,

El entorno actual llega al cuerpo como un choque, al que el cuerpo apenas tiene un momento para ajustarse o adaptarse. Es como si alguien hubiera cambiado repentinamente las “especificaciones” del diseño, obteniendo como resultado que el cuerpo se convierta en el extraño en su propio mundo. No solo se desea la armonía entre el cuerpo y los artefactos de este mundo creado por el hombre, sino que no hay armonía ni siquiera en el nivel del diseño. En el lenguaje de los ingenieros de diseño, una combinación tan inarmónica de componentes del sistema y calidades de los componentes se denomina “desajuste”. Los “inadaptados” en el diseño carecen de estética funcional y, por lo tanto, funcionan mal. (Lessac, 1990)

Nadie está exento de sufrir los efectos de este choque, no todo el mundo tiene las capacidades naturales para afrontarlos, y no todo el mundo es consciente de su existencia. Por tanto, podemos imaginar cómo pueden convertirse en un obstáculo durante nuestro proceso de comunicación. Creo que si el teatro es nuestra creación y estamos tratando de

⁶ Certified Trainer, visit <http://lessacinstitute.org/about/certification-opportunities/>

⁷ See Appendix C: Lessac Certification Letter

comunicarnos con nuestro público, el creador debe ser consciente de su cuerpo para lograr una comunicación efectiva desde el escenario.

1.3.B. Arthur Lessac y su formación “kinesensic”

Trabajé con Deborah Kinghorn⁸, “Master Teacher” del Instituto Lessac, coautora de *“Essential Lessac Honoring the Familiar in Body, Mind, Spirit”* y compañera de investigación durante los últimos diez (10) años de la vida de Arthur Lessac. Recuerdo una anécdota en la que explicaba cómo Arthur empezó a sentir lo que luego se convirtió en el motor de su obra. “Era huérfano y cada vez que se sentía triste o solo se ponía a cantar y volvía a sentirse bien”. El placer que le daba el cantar y el bailar se convirtió en la motivación de su trabajo: reconocer los comportamientos naturales del cuerpo como una instrucción orgánica con el propósito de cambiar algo dentro de uno mismo. Según lo publicado en su sitio web, Arthur Lessac,

trasladó su trabajo al área de la salud y la longevidad, incorporando lo que él llamó un enfoque holístico kinesiano de la salud física y emocional. Conocido por no caer en categorías tradicionales, Lessac vivió creyendo que todos somos cantantes y bailarines y se dedicó a proteger las habilidades y energías innatas que evitan que nuestras percepciones se conviertan en hábitos y que nuestros cuerpos envejeczan. (Instituto Lessac, 2017)

Buscando una manera para describir su trabajo, Lessac compone e introduce la palabra “kinesensic” que significa KINE (movimiento) + ESSENCE (médula) + SENSE (sentimiento) + SIC (original) creando la siguiente definición: “Aprendiendo a sentir /

⁸ <http://lessacinstitute.org/profiles/master-teachers/deborah-a-kinghorn/31>

sentir movimiento innato / movimiento del cuerpo, y luego recopilar la información de ese proceso de sentimiento y usarla para una función corporal óptima”.

Con estos fundamentos, Lessac brinda a sus alumnos una formación que ayuda a las personas a aprender a sentir el movimiento / movimiento innato, que sería igual a decir las personas aprenden a sentir la energía basándonos en las discusiones anteriores sobre las obras de Aristóteles, Ricardo y Lowen. Por lo tanto, el entrenamiento de la voz y el cuerpo Kinesensic de Lessac es una forma de aprender a sentir y controlar la energía (movimiento) mediante el uso de instrucciones orgánicas. En otras palabras, es una forma de descubrirnos a nosotros mismos. Podemos leer:

Lessac Kinesensic Training es un enfoque integral y creativo para desarrollar la voz y el cuerpo de una manera holística, lo que resulta en una mayor flexibilidad y poder y una mejor expresividad y comunicación. (Instituto Lessac, 2017)

En este punto, ¿podemos asumir que Lessac y Lowen trabajaron con las mismas finalidades o propósitos? Por un lado, Lessac trabaja en sentir la energía, recopilando esa información para poder comprenderla y controlarla. Por otro lado, Lowen trabaja para conectar el cerebro y el cuerpo, trabajando con la musculatura. Por tanto, podemos afirmar que ambos trabajos se acercan al ciclo DEE con el mismo propósito: mejorar la comunicación humana.

1.3.C. Instrucciones orgánicas como activadores del ciclo DEE

La contribución de Arthur tiene un concepto más grande a la base, que se puede aplicar fácilmente en muchas otras áreas fuera de los campos del teatro y las artes escénicas. Por ejemplo, hoy en día, este entrenamiento se usa en terapias, lecciones de voz y lecciones de movimiento. Cuando nos referimos a este último, con base a lo discutido, podemos llamarlas lecciones para el control de la energía en lugar de lecciones de movimiento. Como vimos en cuenta nuestra discusión podemos hacer tal suposición visto que es ha demostrado que movimiento es igual a energía. Luego, podemos añadir el concepto de instrucciones orgánicas para hacer que nuestro ciclo DEE funcione de manera eficiente. Necesitamos comenzar con una descripción detallada de cómo funciona una instrucción orgánica.

- PASO UNO: Escogerás una de esas actividades naturales y la realizarás, experimentando el acto espontáneamente como un evento nuevo totalmente opuesto a la imitación o la rutina. Debido a que este nuevo evento se experimenta instintivamente, brindando placer y consuelo, puede aceptarse como un “evento familiar”.
- PASO DOS: A medida que experimente el evento familiar de manera instintiva y natural, con total facilidad, aprenderá a identificar su “sensación física” y responder con conciencia a esta sensación como “memoria kine-sensorial” de un evento único.
- PASO TRES: Habiendo aislado estas sensaciones y percepciones como recuerdos de los sentidos físicos, mientras experimenta la comodidad del evento familiar como un evento único, generará las mismas sensaciones y percepciones (incluida la imagen de ese sentimiento) en una actividad corporal relativamente desconocida.

Todavía se sentirá bien, pero ahora extrañamente cómodo en lugar de familiarmente. Lo experimentará, no como una acción repetida de un prototipo, sino como una experiencia única y genuinamente original de otro evento familiar.

- PASO CUATRO: Entonces estará listo para usar su conciencia y estado de alerta como “experiencia de imagen”, es decir, para hacer que la imagen sea activa y aprender a usarla como “instrucción orgánica” para el cuerpo. Los cuatro pasos deberían ayudarlo a comprender la experiencia completa del proceso de sentimiento en cualquier acto físico, ya que se relaciona directamente con: sensación - percepción - conciencia y respuesta. (Lessac, 1990)

Este proceso permite comunicarnos con nosotros mismos, brindándonos las herramientas esenciales para aprender a controlar nuestro propio cuerpo y hacer que responda de la forma que queramos. De esta última afirmación se deriva que somos capaces de manipular nuestras respuestas haciéndonos capaces de mejorar nuestra comunicación con otros cuerpos. En otras palabras, podríamos decir que la instrucción orgánica puede activar el ciclo DEE bajo nuestra propia guía. Es decir, somos capaces de manipular nuestro ciclo. Es exactamente lo que queremos en el teatro: comunicar efectivamente con nuestra audiencia.

Antes de avanzar en el análisis del concepto de energía dentro del contexto teatral, debemos recapitular lo que hemos establecido sobre el concepto de energía. Energía es una palabra pluri-conceptual que ha ganado variedad de definiciones que la extienden a diferentes áreas. En la búsqueda de una definición clara y precisa de la misma, encontramos sus raíces en la palabra griega Energeia. Energeia nos da la pista para

entender la expansión de la palabra energía en diferentes áreas al establecer su definición más básica: movimiento. Nuestro interés se basa en este movimiento, que se produce en nuestro interior y es Dynamis el responsable. Este movimiento tiene la capacidad de llevar a consigo nuestras intenciones para que podamos crear un resultado: la Entelecheia.

2. El concepto de energía en el teatro

2.1. Trazando la ruta hacia los orígenes de la codificación del arte

2.1.A. Entrando en contacto con la codificación del arte

Antes de iniciar nuestro viaje desde las antiguas tradiciones del arte hasta nuestro presente a través de mis experiencias como parte de una audiencia de teatro físico y luego como estudiante, analicemos el concepto de “codificación” y la razón por la cual se ha utilizado en esta investigación. Durante mi ruta teatral, tuve la oportunidad de estudiar diferentes estilos teatrales donde aprendí diferentes conjuntos de posturas y movimientos. Me refiero a estos conjuntos de movimientos cuando hablo de movimientos altamente estilizados. Al final de cada curso, la capacidad del actor para expresarse utilizando esos movimientos hace que cada estilo sea efectivo y bello. La diferencia entre actores radica en esa capacidad. Esos movimientos se pueden alcanzar técnicamente pero esto no implica que el actor se esté expresando. Esto solo permite que el actor pueda manipular su propio cuerpo para “alcanzar” ciertas posturas de una manera funcional y técnica. La codificación se refiere a la capacidad del codificador (el creador del estilo) de encontrar su propia forma de expresión a través de su propio conjunto de figuras, movimientos, etc. El objetivo de esta investigación es comprender cómo funciona esa expresión y cómo podemos liberarla de esos movimientos estilizados para permitir que la expresión humana, en su forma más pura, comunique de forma directa con la audiencia.

El trabajo físico en el campo del teatro es algo que siempre me ha llamado la atención por su versatilidad y su poder para conectar con las personas sin hacer uso de las

palabras. Tal versatilidad depende de las posibilidades físicas del artista y de su habilidad para usarlas en escena. Por tanto, permite que cada obra clásica se renueve, renazca y se mantenga fresca para las nuevas generaciones según los estándares de cada artista. A su vez, permite la creación de nuevos conceptos, historias o escenas con formas únicas.

Recuerdo la primera vez que vi un espectáculo de pantomima hace ocho años atrás. Recuerdo que no fue en un teatro tradicional, sino en un local pequeño preparado para un espectáculo que no tiene necesidad de un grande espacio. El presentador llamó al primer artista, Javier Hernández, y el actor-mimo subió al escenario colocándose en el centro antes de comenzar su acto. Llevaba pantalón negro, un leotardo de cuello alto negro, zapatillas de baile negras y maquillaje que empezó a despertar la curiosidad en mí. Conocía el mimo de cara blanca, cejas negras, ojos delineados y labios negros o rojos. El rostro del artista era medio pintado a forma de media máscara blanca con bordes difusos, ojos delineados y líneas adicionales que adornaban, de una forma u otra, el maquillaje. Las manos eran las únicas partes del cuerpo que estaban completamente expuestas y los labios no estaban pintados.

Su primera impresión me llamó la atención porque estaba fuera de los parámetros del concepto de mimo que había establecido en mi mente. Estos parámetros se establecieron después de asistir a una clase básica de pantomima en la escuela secundaria donde hablamos principalmente sobre algunas de las obras de Marcel Marceau. Inconscientemente, había creado un estereotipo que predefinía la figura física de un mimo. Este mimo en el escenario, hace ocho años, antes de moverse, creó un debate en

mí: ¿Todo lo que había aprendido antes era erróneo? ¿Era él el que estaba equivocado porque estaba fuera de los estándares que yo conocía? ¿Existe algún estándar? Su figura física no era una figura esbelta: ¿es eso posible? Comenzó la música y con su primer movimiento, olvidé todas esas preguntas. Capturó mi atención al instante. Su poder era algo que superaba la fisicalidad.

Con sus movimientos, me transportó a una variedad de lugares y épocas. Pude reconocer a hombres y mujeres, los testigos de una crucifixión; Vi a la persona que estaba siendo crucificada; Vi objetos pesados y livianos, sangre, lágrimas. En resumen, me narró una historia: la crucifixión de Cristo.

En este punto, mi concepto de mimo fue destruido. Principalmente, porque tuve la idea de un actor-mimo que crea un personaje para contar historias. Esas historias, hasta esta actuación, solían desarrollarse de forma lineal, desde el punto de vista del personaje, sin cambiar de un personaje a otro.

En esta presentación era evidente la fuerte carga emocional, la cual pude percibir y ver afectando a otras personas, pero no podía entenderla por completo, por razones que entendí después. Todos esos cambios de personajes de un lugar a otro, la creación de ilusiones y objetos, la narración desde diferentes puntos de vista, la sencillez que me hizo comprender todo lo que sucedía, pero sobre todo el hecho de que fuera una sola persona en el escenario, me hizo comenzar a estudiar el arte del mimo.

Por esas razones, decidí ingresar a la escuela de Pantomima Clásica y Contemporánea. Algunos de los cursos durante año y medio de estudios fueron: Ilusiones

I y II, Mimo Técnico I y II, Historia de la Pantomima I y II, Estilo I y II, Laboratorio I y II, Improvisación I y Profeta Silencioso. Una de estas clases, Mimo Técnico I, agregó a mi vocabulario otro concepto: el concepto del Diseño de Manos. Este concepto incorpora el estudio de treinta posiciones de las manos con sus ritmos, usos y significados predefinidos. Como parte del curso creamos nuestro propio libro con fotos y explicaciones a modo de guía, al que podrías consultar, en caso de que quisieras enseñar en el futuro. Entre algunos de estos diseños se encuentran: Mano de escritor, de abanico, de Dios, de pintor, Serpiente, Uva, Costurero y la Mano de Miguel Ángel (Figura 2.1.A.1)⁹.



*Figura 2.1.A.1 Mano de Miguel Ángel, su movimiento es lento con resistencia.
Uso: dar, presentar y señalar*

⁹ Esta imagen ha sido tomada de la colección personal del autor de mimo técnico.

Estos diseños de manos incluían el estudio de cuatro ritmos básicos que definían los movimientos de la mano en varias secuencias de formas. Estos cuatro ritmos básicos son: lento sin resistencia, lento con resistencia, rápido sin resistencia y rápido con resistencia.

Estudiando las posiciones de las manos (incluidos los ritmos) y las posiciones básicas de los pies tomadas del ballet, continuamos con el estudio de la construcción de estatuas. En esta parte del curso se incluyeron un grupo de estatuas previamente definidas (Figura 2.1.A.2)¹⁰.



Figura 2.1.A.2 Estatua de dar

¹⁰ Ibid.

El aspecto interesante de esta parte del curso es el estudio específico de las partes del cuerpo para comunicar una idea. Primero, se debe decidir la idea que desea transmitir: simple, una sola idea armoniosa; Compleja en armonía, más de una idea, o Complejo en duelo, más de una idea pero conflictiva. Es necesario aclarar que la palabra idea, según este entrenamiento, se refiere a la idea, emoción o sentimiento que se desea expresar. Como segundo paso, debe considerar la posición específica de trece elementos del cuerpo. Estas posiciones o posturas se estudian en clase como parte de un entrenamiento fijo, y no como un descubrimiento del cuerpo o de las posibilidades de cada cuerpo. Estos trece elementos no tienen un orden específico en el momento de construir la estatua. El orden puede ser de los pies a la cabeza, al revés o cualquier orden que funcione para el actor. Comenzando por la cabeza, el cuello, el pecho, la cintura y la pelvis, debe desarrollar la capacidad de reconocer una posible proyección hacia adelante o hacia atrás, inclinación lateral, hacia adelante o hacia atrás, rotación hacia la derecha o hacia la izquierda.

Luego, debe describir la posición de cada pierna y brazo, utilizando otras partes del cuerpo como referencia y seleccionando el diseño de la mano y la posición de los pies adecuados para que el pensamiento transmita la idea. El elemento llamado equilibrio se refiere al equilibrio que forma la estatua. Este equilibrio se logra con el uso de las extremidades del cuerpo o su centro. Rostro o intensidad se refiere a posiciones específicas de las partes del rostro; por ejemplo: ambas cejas hacia arriba, una ceja hacia arriba, boca abierta, boca cerrada, sonrisa, ojos abiertos, ojos cerrados, entre otras

posibilidades. El peso describe la distribución de toda la estatua en un punto de apoyo, que puede ser en uno o dos pies, levemente en uno o mayoritariamente en otro.

Finalmente, cada idea expresada está asociada con una inhalación ó exhalación. Esto es precisamente lo que describe el elemento de la respiración. Es un proceso riguroso que necesita una atención detallada. Es importante mencionar que, cuando la parte del cuerpo no realiza ningún movimiento, es “igual a doble cero” o “neutral”. El doble cero es el nombre de la primera posición y / o estatua aprendida en la que no hay expresión facial o corporal. En la Figura 2.1.A.3¹¹, tenemos un ejemplo del análisis de la

Estatua de la timidez extraído de la colección de mimo técnico del autor. El estudio de estos trece elementos revela la especificidad y el rigor de la formación en la comunicación de mensajes y emociones claras. Esta formación tiene similitud con ciertos estilos teatrales asiáticos por la existencia de una codificación que los actores deben aprender antes de actuar profesionalmente.

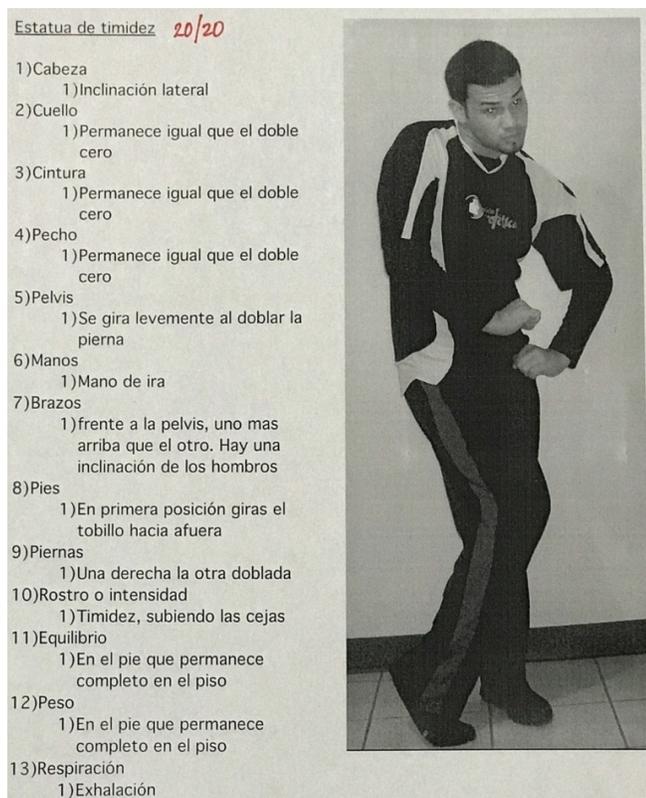


FigurA 2.1.A.3 Estatua de la timidez y su descripción física para la construcción

¹¹ Esta imagen ha sido tomada de la colección personal del autor de mimo técnico. Ver en el Apéndice B: Análisis de la estatua de la timidez

2.1.B. Teatro chino: Teatro Kunqu y Mei Lanfang

El evento compartido en la sección anterior, me viene a la mente después de estudiar el Teatro Asiático durante una clase de Historia del Teatro con Giangiacomo Colli. Mientras observaba el video de una representación del Teatro Kunqu, empiezo a notar muchas similitudes: la belleza del movimiento, el control del cuerpo y sobre todo el uso de manos idénticas a las estudiadas en la Escuela de Mimo.

Como describen los editores de la Enciclopedia Británica, las raíces del Teatro Kunqu se encuentran en un estilo musical que surge durante la dinastía Yuan a principios del siglo XIV. Evolucionó mezclando diferentes estilos musicales regionales para convertirse en lo que conocemos como la Ópera de Beijing (The Editors of Encyclopedía Britannica, 2010).

Como se describe en el artículo *Rasgos distintivos de la ópera Kunqu*, Kunqu es un teatro antiguo que resulta muy atractivo para los académicos, debido al uso de un lenguaje altamente poético, sus composiciones musicales y sus movimientos estilizados. En esta última característica, podemos ver las similitudes del Kunqu con el mimo. Para mostrar estas similitudes, voy a utilizar un ejemplo de una escena publicada en YouTube, que forma parte de la obra titulada *Antigua ópera Kunqu china --- “El sueño de visitar el jardín”*, una antigua obra compuesta en 1600 d.C. por el poeta Tang Xianzu (1550-1616). En este video, vemos movimientos estilizados y el uso de manos con formas precisas. La figura 2.1.B.1 muestra el uso de una posición de la mano muy precisa que se utiliza para

señalar una flor. A pesar de que no entendemos el idioma, podemos entender claramente que están hablando de una flor específica cuando el otro personaje se acerca y repite la acción en el minuto 1:36 del video. El uso de una segunda mano con el propósito de obtener la atención del otro



Figura 2.1.B.1 Captura de pantalla del minuto 1:36 de la antigua ópera Kunqu china: "El sueño de visitar el jardín"

personaje se realiza diez segundos antes de la repetición de la mano anterior (Figura 2.1.B.2). Un diseño de mano idéntico (Figura 2.1.B.3¹²) en mi libro prueba otra similitud entre un arte milenario y una formación contemporánea.

Dentro del contexto de mi entrenamiento a esta mano se le conoce como Margarita, y es parte de una secuencia de manos que, en continua repetición, forman otro Diseño de Mano, llamado Mano Oriental. Esto sugiere una posible evolución del uso de las manos en el teatro o en la formación teatral.



Figura 2.1.B.2 Antigua ópera china de Kunqu: "El sueño de visitar el jardín"

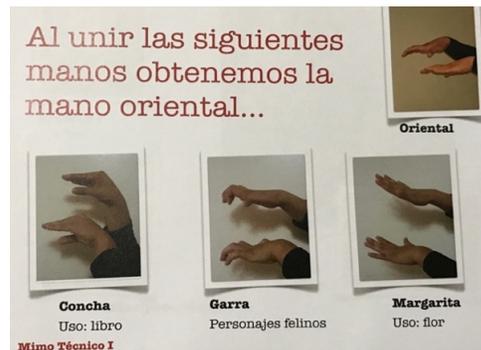


Figura 2.1.B.3 Diseño de mano oriental

¹² Esta imagen ha sido tomada de la colección personal del autor de mimo técnico.

Mei Lanfang se encuentra entre los actores más conocidos del teatro chino. Según lo publicado en el sitio *web Cultural China*, se le considera

Un maestro de fama mundial de la Ópera de Pekín en China. Como el más famoso entre los “Four Famous Dan”, Mei Lanfang ha hecho una contribución destacada en la popularización y mejora de la Ópera de Pekín en China. El sistema de interpretación de la Ópera de Pekín en China que lleva su nombre se considera el modelo de los sistemas de interpretación de teatro oriental y uno de los “Tres principales sistemas de interpretación de drama del mundo” junto con el sistema de interpretación ruso Stanislavsky y el sistema de interpretación alemán Brecht. (Shanghai Xinhong Cultural Development Co.Ltd, 2007)

El detalle más relevante a esta investigación es que, dentro de su aportación al teatro, encontramos una vez más el estudio de las manos: un estudio que se repite desde la antigüedad hasta nuestros días. En un video publicado en el sitio web de YouTube, vemos a Lanfang mostrando ejemplos de sus diseños de manos. Dentro de estos diseños, volvemos a encontrar una conexión con la formación contemporánea (Figura 2.1.B.4).



Figura 2.1.B.4 Captura de pantalla de gestos de manos de Mei Lanfang (editada) y una imagen tomada de la colección personal de mimo técnico del autor

2.1.C. Teatro indio: Kutiyattam, Kailasodharanam y Yakshagana

Los puntos en común que encuentro entre el Teatro Kunqu, mi formación y los famosos vídeos de Mai Lanfang me abrieron un mundo nuevo. Recordé que durante mi bachillerato estudié la obra de Gilda Navarra. En su libro *Cartilla de un oficio: Abecedario de un actor-mimo*, considerado un tesoro para la historia del teatro puertorriqueño, establece la historia del actor mimo apuntando a la India como la cuna del arte del mimo.

Esta sección no pretende hacer ningún análisis histórico sobre el teatro indio, sino señalar la formación rígida y específica por la que deben pasar sus intérpretes antes de actuar profesionalmente. El teatro sánscrito no tiene mucha documentación escrita. De hecho, es un estilo teatro protegido por la UNESCO¹³. En el contexto de mi investigación quiero utilizar dos representaciones teatrales publicadas en YouTube y un video del entrenamiento publicado por IndiaVideo para mostrar una vez más la similitud y coincidencia con el uso de las manos.

En el primer video titulado “*Describiendo a una heroína en Kutiyattam*” se observa el resultado de un elaborado entrenamiento para lograr un perfecto control de cada micro-movimiento de tu cuerpo. El hombre, que demuestra un perfecto control de cada músculo de su cuerpo, al minuto 2:40, hace uso de una mano específica para describir un pecho (Figura 2.1.C.1). Una vez más, encontramos la mano que vimos anteriormente en el

¹³ Como se publica en el sitio web de la UNESCO

video de Mei Lanfang y en el entrenamiento de mimo contemporáneo (Figura 2.1.B.4).

En esta ocasión se usa con otro propósito, pero siempre con el mismo diseño de mano.

Figura 2.1.C.1 Captura de pantalla de Describiendo a un héroe en Kutiyattam



En otro video, figura 2.1.C.2, vemos una representación, siempre proveniente de la literatura sánscrita, de uno de los episodios más significativos de la épica Ramayana: Kailasodharanam. En él encontramos una vez más el uso del mismo diseño de manos.

Figura 2.1.C.2 Captura de pantalla de Kutiyattam Part 1, Kailasodharanam, Invis Multimedia, DVD



Los subtítulos describen la acción dándole otro significado a las manos, pero lo relevante e importante en este punto es el uso del mismo diseño de mano adaptado a las

necesidades del estilo. Buscando actuaciones más contemporáneas dentro del teatro indio, encontramos:

Yakshagana, danza-drama del sur de la India, más fuertemente asociado con el estado de Karnataka. Los trajes, el maquillaje y las máscaras elaborados y coloridos constituyen algunas de las características más llamativas de esta forma de arte. Tradicionalmente, Yakshagana se realizaba al aire libre por grupos de hombres patrocinados por varios templos hindúes. Sin embargo, desde mediados del siglo XX, se han realizado muchas representaciones en escenarios cubiertos y las mujeres comenzaron a entrenar en la tradición en la década de 1970. Con raíces en la literatura y el teatro sánscrito, Yakshagana surgió como una forma de danza-drama en el siglo XVI. (The Editors of Encyclopædia Britannica, 2014)

Este estilo utiliza movimientos estilizados y presenta una vez más los mismos diseños de mano (Figura 2.1.C.3). El video no incluye subtítulos, lo que dificulta la comprensión de su significado o el propósito para el que se utiliza la mano. En cambio, se percibe más libertad en la forma de actuar, menos estilización de movimientos y aspectos menos conservadores, como el maquillaje, el vestuario, la música y la danza del estilo sánscrito.



Figura 2.1.C.3 Captura de pantalla de Yakshagana - Ramayana - 1

Esto sucede por la popularización del teatro, con la intención de preservar su audiencia y a su vez, abrirlo a otros públicos compuestos por personas que vienen de

diferentes partes del mundo para experimentar estas tradiciones del teatro indio preservadas por la UNESCO.

“Los siglos XIX y XX han visto a Yakshagana alejarse de la forma tradicional para volverse más complaciente. Se han agregado obras de teatro en sánscrito, folclore local e historias de ficción a las historias existentes utilizadas en las representaciones.” (Arunima, 2016)

2.1.D. Un codificador del arte en occidente

En la búsqueda de la persona que inició el establecimiento de un conjunto de posturas y movimientos estilizados en el mundo occidental surgen dos posibles pistas. La primera es la obra de Gilda Navarra en la que establece a Jean-Gaspard Deburau (1736-1846) como el primer coleccionista de esas posturas. No se encuentra ningún trabajo publicado al momento de su investigación que muestre un sistema explícito. Llevándonos a la segunda pista: la obra de François Alexandre Nicolas Chéri Delsarte (1811-1871). En su libro, se encontraron muchas similitudes con mi formación y un estudio detallado de las emociones humanas codificadas.

El interés por comprender, y de alguna manera transmitir la expresión humana a través de un tipo de codificación, fue la motivación de François Delsarte, quien vivió en Francia desde 1811 hasta 1871. Antes de Jaques Copeau, Delsarte desarrolló todo un método, publicado en su libro *Delsarte System of Dramatic Expression*, en la que establece sus principios sobre “la conexión entre los signos expresivos y la actividad

interior, la influencia del hábito en el lenguaje corporal y las habilidades intelectuales, el examen de la relación entre la moral y el físico” (Elena Randi 2017).

En la sección anterior, usamos diseño de manos para mostrar las influencias y similitudes entre las tradiciones teatrales orientales y occidentales. En el libro de Delsarte, encontramos una vez más una descripción de las posturas de las manos



Figura 2.1.D.1 Página número 97 de Delsarte *Dramatic System of Expression* por Genevieve Stebbins

para comunicar significados (Figura 2.1.D.1). El trabajo de Delsarte no solo influyó en el teatro y la danza, sino que también es utilizado en la actualidad por diseñadores de agentes virtuales¹⁴.

“Consideramos un sistema de actuación estructural desarrollado por Francois Delsarte como un posible recurso en el diseño del comportamiento no verbal de los agentes encarnados. Utilizando sujetos humanos, evaluamos un componente del sistema, el Cubo de Delsarte, que aborda el significado de las diferentes actitudes de la mano en los gestos”. (Marsella et al., 2006)

¹⁴ Entre los estudios influenciados por el trabajo de Delsarte se encuentra el artículo de Hilary Hart publicado en 2005 y titulado ¿Ves lo que veo? The Impact of Delsarte on Silent Film Acting, en el que el autor muestra el impacto de los artistas con formación “Delsartean” en el cine como actores y directores (Hart, 2005).

2.1.E Conclusión: comprensión del movimiento altamente estilizado

La práctica de codificar el arte siempre se ha presentado a lo largo de la historia, como un servidor de necesidades específicas. El más común es la necesidad religiosa de comunicar historias, creencias y exponer su fe. En la India, por ejemplo, los teatros en sánscrito fueron y todavía se usan para contar las historias de la literatura sánscrita. En Italia, cuando la Iglesia Católica solía celebrar sus rituales en latín, hacía uso del arte del mimo para difundir sus principios e historias (Navarra 1983). En la actualidad, muchas religiones siguen utilizando el mimo como parte de sus celebraciones para mostrar las historias que sustentan los principios en los que se basan cada una de ellas. En este contexto, la codificación sigue siendo útil y eficaz para las personas que siguen esos principios y están familiarizadas con las historias.

¿Y el teatro para el resto de la gente? A medida que la sociedad evoluciona y cambian nacen ideas fuertes, que promueven la individualización y pluralidad de pensamientos. Esto sucede de muchas maneras: la promoción de la diversidad, el desacuerdo con los principios religiosos, la formación de fuertes opiniones sobre la vida y la variedad de movimientos que defienden y protegen muchos sectores diferentes de nuestras sociedades, entre otras ideas que surgen a medida que nuevos movimientos emergen. El teatro para sobrevivir, desde mi punto de vista, debe ser un arte libre de signos cerrados. Es decir, debe aprender a abrir sus signos para poder llegar y comunicar

con el mayor público posible. No basta crear un lenguaje en común con el público compuesto de símbolos / posturas / movimientos / estatuas que tienen significados específicos para algunos y para otros no. Creo que el teatro necesita evolucionar y adaptarse a las nuevas circunstancias: lo creamos nosotros, los humanos; entonces el creador debe encaminarse hacia un proceso de creación, proveniente de la experiencia humana, que es el único signo universal que es en contráete evolución.

2.2. Trazando la ruta de la evolución hacia la decodificación del arte

2.2.A. Partiendo de Todd Farley: Padre del Mimo Cristiano Moderno

Todd Farley estudió con Marcel Marceau en la Escuela Internacional de Mimodrame (École Internationale de Mimodrame) en París. Más tarde, Marceau nombró a Todd Farley como Master of Mime. En 2006, Farley se conquista su Ph.D. en Teología y Cultura (Teología Práctica: Artes Escénicas). Farley, con su contribución al arte, a la cultura y al arte teatral como académico, reverendo y uno de los fundadores de la empresa líder mundial en el estilo llamado “Mimestry”, fue proclamado uno de los padres del mimo cristiano moderno¹⁵.

¹⁵ El Mimo Cristiano, como se la llamaría en este caso, sería una mímica realizada en un contexto cristiano con una cosmovisión cristiana. La "mímica cristiana" se considera "cristiana" cuando la realiza un cristiano creyente, sobre un tema aceptado como tema "cristiano" (es decir, una historia bíblica o Verdad, una moral cristiana, una historia de fe cristiana o vida cristiana y participación en este mundo). (Farley, 2017)

Farley, según expresado en una entrevista por correo electrónico¹⁶, comenzó su carrera como mimo a una edad muy temprana con el grupo Rainbow Players. El grupo se centraba principalmente en el mimo como una forma de ministerio y evangelización. Con ellos, tuvo la oportunidad de realizar una gira artística que tomó lugar desde el año 1978 al 1980 por Washington, Oregon y California.

“Los Rainbow Players me dieron mi primera salida pública a la comunidad a través del arte de la mímica, lo cual fue significativo para mí ya que todavía me estaba adaptando a la parte continental de USA y su cultura, habiendo pasado mi infancia en Hilo, Hawái, donde hablaba un inglés “pidgin”. La mímica era una forma de comunicar mi fe y mis pensamientos sin el problema del lenguaje. También me enseñó a convertir una debilidad en una fortaleza.” (Farley, 2017)

Es muy interesante resaltar que el arte de la mímica para Farley fue fundamental debido a sus obstáculos con el lenguaje. La necesidad de expresar su fe religiosa lo motivó a ir más allá de las palabras y encontrar su método de comunicación, como en el contexto social del teatro asiático e italiano y sus propósitos religiosos, políticos o sociales. Ambos realizan un código que permite de expresar en manera clara y definitiva una idea. Esto lo llevó a desarrollar su propio trabajo a forma de técnica para el entrenamiento del mimo. Los conceptos básicos de su técnica están contenidos en la colección de libros y videos llamada *Mastery of Mimodrame 1-4*. Parte de los fundamentos de su técnica se discutieron en la sección anterior. Su trabajo se mantuvo en continuo desarrollo hasta crear “Mimeistry”: un estilo creado por Todd Farley.

¹⁶ Ver Apéndice D: Entrevista a Todd Farley

“Se usó como una descripción del estilo de mímica que realizaba y del que realizaban mis alumnos. Se diferenciaba de muchos otros estilos porque usaba música con letras de fondo para contar parte de la historia. Sin embargo, debido a que estaba profundamente arraigado en la técnica de Marceau y Decroux, todavía estaba muy estilizado. Al agregar letras y palabras, Mimeistry necesitaba desarrollar reglas adicionales sobre cómo "hacer mímica con música y palabras". Por controvertido que parezca para el mundo del mimo, fue parte de la historia antigua del mimo como se ve en el mimo judío y el mimo grecorromano, por nombrar algunos otros estilos que usan palabras, música en su estilo de mimo.” (Farley, 2017)

Como lo describe Farley, sus coreografías de mimo están respaldadas por música que ayuda a contar la historia. La música funge como narrador de la historia. Un ejemplo de este estilo es la pieza titulada “Moisés” creada por Todd en 1980 en el que utiliza una canción de Ken Medema (Figura 2.2.A.1).

Al ver esta pieza, se nota una fuerte influencia del estilo de Marcel Marceau. Hay una alta estilización de movimientos, líneas definidas, posiciones exactas y actitudes corporales estudiadas que recuerdan la obra de Marceau. Aunque confirmó esta influencia notable, en la misma entrevista por correo electrónico, Farley explicó que Marceau no fue el único que lo influenció; también Decroux forma parte de los maestros influyentes en el trabajo de Farley.



Figura 2.2.A.1 Captura de pantalla de Moses con Todd Farley, 2012

“Mi entrenamiento con Marceau creó la base para mí técnica, con el entrenamiento que tenía era diferente porque usaba la música como narrador. Marcel agregó la habilidad de ejecutar técnicas ilusorias. Traducir el trabajo de Marceau y el de los otros maestros de mímica creó lo que iba a ser mi propio estilo de mímica. Algunas de las técnicas que utilizo son una síntesis de todos esos profesores y expansiones de mis propios estudios. Maximillian Decroux también influyó en lo que se convertiría en la técnica “Mimestry””.(Farley, 2017)

El trabajo de Farley toma forma final al mezclar las técnicas de sus profesores añadiendo el elemento de la música como instrumento fundamental para contar la historia. El poder de su trabajo se reconoce fácilmente dentro de un contexto específico. La formación de Todd va hacia la celebración de la vida y el amor mientras difunde su fe. Por otro lado, para disfrutarlo y comprenderlo plenamente, es necesario tener un conocimiento de la Biblia y sus historias. En este contexto, la música juega un papel importante en el estilo Mimestry porque la letra ayuda a crear el ambiente y a contar la historia. De este resultado podría surgir una barrera cuando la audiencia no comparte un idioma común o el conocimiento de la Biblia. Fue la ausencia del conocimiento de la Biblia, el elemento carente a mi persona cuando por primera vez vi Hernández contar la historia de la crucifixión de Jesús. Es por esta razón que no pude comprender a fondo la representación. La carencia del conocimiento de los significados de los símbolos bíblicos usados durante la representación me impidieron de ser impactado como los demás. Como ejemplo de estos símbolos tenemos el agua, que representa la libertad, la manos atadas, signos de opresión, entre otros. Este es el obstáculo básico de la codificación del arte, no funciona con todo tipo de público y se limita a ciertos segmentos de la sociedad.

Para comprender el poder de la expresión del movimiento de Mimestry, tenemos que profundizar en la técnica de Decroux visto que según Farley “Maximillian Decroux también influyó en lo que se convirtió en la técnica de Mimestry”. Un detalle relevante de esta investigación es evidente en el sitio web francés *Site du mime Maximilien Decroux*, dedicado a la publicidad de la obra de Maximilien:

“Etienne Decroux (1898 - 1991), actor y mimo, estudió en la École du Vieux-Colombier con Jacques Copeau en 1924. La escuela de Jacques Copeau se inspiró a la Escuela Japonesa del Nō y pretendía formar actores completos, incluyendo el trabajo corporal. De 1947 a 1948 Maximilien Decroux se convirtió en el principal intérprete y asistente de las creaciones de su padre Etienne Decroux. Así, participó en el desarrollo de la teoría del gesto de la cual Etienne Decroux fue el maestro. En la década de 1950, cuando Etienne Decroux enseñaba en el extranjero (Piccolo Teatro de Milán, New School, New York University en Holanda, Suecia, Suiza y Noruega), Maximilian Decroux dirigía la escuela de su padre.”¹⁷(Weill, 2016)

Según la información publicada en este sitio web, el origen del trabajo de Copeau, el maestro de Etienne, proviene de la influencia del Teatro Asiático, respaldando mis afirmaciones en la Sección 2.1. Además, Maximilien, el hijo de Etienne, trabajó según los principios de su padre, primero se convirtió en su principal asistente e intérprete y luego, años más tarde, en el director de la escuela de su padre. Existe un resumen publicado de estos principios en el sitio web que lleva el nombre de su técnica conocida como *Mimo Corpóreo*.¹⁸:

“Fue en el cuerpo, y sólo en el cuerpo, donde Etienne Decroux fundó su nuevo mimo con el objetivo de rediseñar el perfil y la forma del

¹⁷ Cita traducida por el autor R. Martínez

¹⁸ <https://mimecorporel.com/etienne-decroux-and-corporeal-mime/>

teatro del mañana. La obra era un proyecto utópico colosal y, sin embargo, Decroux, al final de su vida, había logrado dotar a su arte de una técnica precisa. Los fundamentos de esta técnica se basaron en la articulación corporal, el ritmo, la interpretación y los contrapesos para hacer uso de una dramaturgia física para volver a los orígenes de la teatralidad humana más esencial. Su arte, única técnica teatral física desarrollada en el teatro occidental, convirtió a Decroux en una inspiración (a menudo desconocida) para gran parte del teatro gestual contemporáneo.” (Mime Corporel Dramatique, 2017)

Al correr la ruta hacia la decodificación del arte, es importante resaltar que Etienne creó su obra, con el objetivo de rediseñar el teatro del futuro. Según él, el teatro debería volver a los orígenes de la teatralidad humana más esencial.

2.2.B. Un paso adelante: Gilda Navarra, Maestra del silencio

Como se publicó en el artículo “*Acercamiento al Teatro puertorriqueño contemporáneo (crónica)*” de Osvaldo Obregón, Gilda Navarra revolucionó el Teatro en Puerto Rico como profesora, directora, artista y como pionera, no solo del arte mimético sino también del ballet y el flamenco (Figura 2.2.B.1).

“Con Taller de Histriones¹⁹ (1971-1984) Gilda Navarra fusiona danza, mimo, música y Commedia Dell'Arte, a través de un trabajo sumamente riguroso, abriendo un nuevo camino para el teatro puertorriqueño y convirtiéndose en una precursora de la corriente teatro-danza; es tan válido hoy en los escenarios del mundo occidental.” (Abregón 2010)

Gilda García Daubon (1921-2015) fue bautizada en 1948 con su nombre artístico Gilda Navarra, dando a luz sus pasos más significativos en el mundo del baile flamenco,

¹⁹ Compañía de Teatro fundada por Gilda Navarra (1971-1985).

Figura 2.2.B.1 Imagen de la página 49 de Detrás del silencio: una vida, un oficio, un camino: autobiografía pictórica de Navarra & Rigau



en Pamplona capital de Navarra (España). Como bailarina profesional viajó por España, Francia, Bélgica y Portugal donde tuvo la oportunidad de tener contactos con diferentes movimientos artísticos europeos (Mojica 2003).

Figura 2.2.B.2 Imagen de la página 76 de Detrás del silencio: una vida, un oficio, un camino: autobiografía pictórica de Navarra & Rigau



En 1960 Navarra contacta Marcel Marceau, aunque no está del todo de acuerdo con su estilo, tal y como lo publica Carmelo Santana en su artículo, y lo confirma Navarra en su libro *Cartilla de un oficio: Abecedario de un actor-mimo*.

“Marcel Marceau desarrolla la “Pantomima del estilo”. Discípulo de Étienne Decroux, Marceau, a través de su

genialidad, ha creado un estilo único e inimitable que rompe todas las reglas y no debe tomarse como ejemplo en el estudio o desarrollo de la pantomima.”²⁰ (Navarra 2007)

Sin embargo, reconoce que detrás del estilo de Marceau hay algo que capta su atención. Esa curiosidad la motiva a ir a trabajar con Étienne Decroux en Nueva York (Figura 2.2.B.2). Durante un año estudia con Decroux y Martha Graham. A finales de este año, Étienne vuelve a París; Navarra decide estudiar Commedia Dell'Arte con Carlo Mazzoni quien luego la recomienda para estudiar con Jacques Lecoq.

Figura 2.2.B.3 Imagen de las páginas 76 y 77 de Detrás del silencio: una vida, un oficio, un camino: autobiografía pictórica de Navarra & Rigau



En París, entrena con Lecoq por la mañana, con Decroux por la tarde, y logra tomar clases en Vieux-Colombier con Wolfgang Mehing (Mojica 2003) (Figura 2.2.B.3). En su libro, nos da sus impresiones de estos maestros del arte. Es importante notar la evolución del enfoque del teatro que desarrolla.

- *Jacques Copeau*. “La formación se basó simplemente en el atletismo, ejercicios de coordinación, danza y educación del sentido musical al servicio del movimiento y la interpretación. Copeau cree en

²⁰ Gilda Navarra, *Cartilla de un oficio: Abecedario de un actor-mimo*, pg.24. 2007.

escenarios casi vacíos, donde el actor se mueve libremente, y se da cuenta de la importancia del movimiento de su cuerpo para decir lo que quiere.”

- *Etienne Decroux*. “Padre de la pantomima moderna. Comenzó sus experimentos con movimientos y formó un nuevo vocabulario para el cuerpo. Desprovistos de vestuario, expresión facial y texto, los actores improvisaron su personaje y actuaron con nuevos materiales: su torso, sus piernas, sus brazos. El mimetismo para Decroux no es una imitación del mundo visual, sino una revelación del mundo desconocido, un mundo de fuerzas, zonas, campos magnéticos y causas que se hace visible en el mimetismo. La mímica no es un enigma que el público deba descifrar. El mimetismo es una forma en la que el espectador reconoce algo básico en su experiencia y lo reviva a través del movimiento mimo-actor.”
- *Jacques Lecoq*. “El mimetismo surge como base de una forma dramática, basada en gestos, posiciones y movimientos del cuerpo humano. Lecoq redescubre el cuerpo humano basándose en lo que hace ese cuerpo cuando se vuelve a conectar con el cerebro humano.” (Navarra 2007)

La investigación de Navarra muestra la evolución del teatro hacia un tipo de teatro centrado en el ser humano. Este aspecto es uno de los más importantes y mejor difundidos de su obra artística, según uno de sus alumnos, Carmelo Santana Mojica, quien escribió en su artículo *Gilda Navarra: maestra de maestras*,

Gilda Navarra es una maestra de sensibilidad que llega no solo a quienes tenemos la felicidad de ser sus alumnos sino también a todos los que manifiestan la belleza en el movimiento de su cuerpo. (Mojica 2003)

Esta sensibilidad resulta ser una de las aportaciones más destacadas de la obra de Navarra en la evolución del teatro y la más perceptible por sus alumnos y público. Buscando la expresión humana en el escenario, debemos resaltar que ésta sensibilidad se sustenta con un detallado entrenamiento físico expuesto en su libro y expresado por sus alumnos. Navarra atribuye este redescubrimiento de la sensibilidad a Jacques Lecoq.

Lecoq tiende a descubrir la fuerza elemental íntima, esencial del movimiento y la dinámica, que se convierte en la expresión física de una energía, perteneciente al alma. (Navarra 2007)

Esta cita se convierte en el puente que conecta el ciclo DEE establecido en el Capítulo I y el mundo del teatro. En esta cita, el uso de la palabra alma alude a algo dentro de los humanos que tiene el poder de iniciar algo. Volviendo a la sección 1.1.C y 1.1.D, establecimos el concepto de Dynamis como algo que tiene el potencial de hacer algo. Esto nos hace mirar al alma como una versión espiritual de Dynamis: tiene la misma capacidad o potencialidad de producir energía. Cuando Navarra dice, “una energía que pertenece al alma”, implica que hay algo que fue iniciado por el alma y provoca una “expresión física”. Existe una acción o un proceso, que se conoce como *Energeia*.²¹, que produce *Entelecheia*²², un resultado físico.

Está claro que existe un entrenamiento físico que es necesario para apoyar esta comunicación o expresión física; sin embargo, esto no quiere decir que se base necesariamente en habilidades físicas o estilos como circo, mimo, acrobacia, danza, etc.

²¹ Ver Sección 1.1.D

²² Ver Sección 1.1.D

Esta formación está dirigida a desarrollar el control de nuestro cuerpo, interna y externamente. ¿Cómo podemos hacer que esto funcione en un sentido físico? Una pista se encuentra en el trabajo de Gilda cuando habla de una especie de inmovilidad con capacidad para hablar.

Siempre les decía a mis alumnos: “... cuando te das cuenta de que la inmovilidad también es una especie de movimiento, como el silencio que es también una especie de sonido; entonces, solo entonces, comprenderás realmente qué es la mímica”. Una pausa debe significar algo: para estar ahí, en ese momento, necesariamente hay una razón. Una pausa es una especie de dinamismo, una pausa es una construcción consciente y voluntaria.(Navarra, Rigau 2006)

En la búsqueda de comprender esta inmovilidad, encontramos una extensa y profunda explicación de sus raíces, usos y beneficios, en la obra de Fabio Mangolini.

2.2.C. Decodificando el arte: Fabio Mangolini, Portatore Della Commedia Dell'Arte

Después de graduarse de la Universidad de Bolonia (Italia), donde estudió Filosofía, y después de participar en el Cantiere Internazionale d'Arte en Montepulciano (Italia), Marcel Marceau lo invitó a su escuela, École Internationale de Mimodrame, en Francia, primero como estudiante (1984), para especializarse en dirección, y luego como profesor (1990). En París, Mangolini comienza a trabajar como actor profesional de Commedia Dell'Arte como un joven Arlequín, bajo la Compañía Les Scalzacani dirigida por Carlo Boso. Se convirtió en el comienzo del trabajo que hace que Fabio Mangolini merezca el título de Portatore Della Commedia Dell'Arte (El portador de la Commedia

Dell'Arte). Además de convertirse en un modelo a seguir mientras recorre el mundo con presentaciones, conferencias y cursos de Commedia Dell'Arte para aspirantes actores²³. Fabio tiene la experiencia y la oportunidad de estar bajo la guía, tutoría y amistad de Nomura Kosuke, “uno de los intérpretes de Kyōgen más importantes del mundo”²⁴ y según publicado en *Commedia Dell'Arte e Kyōgen: due teatri agli estremi della Via della Seta* de Mangolini “[Nomura Kosuke] el último descendiente directo del director de la Escuela Izumi²⁵”.

Mangolini realizó esta formación, desde un punto de vista académico y artístico. Académicamente, no deja un estudio detallado y extenso en su Tesis Doctoral: “Attraversando il ponte”; Mangolini describe la tensión fundamental del cuerpo del actor en el aspecto de la danza del Teatro Nō: crea una inmovilidad en el escenario que es capaz de agrandar la presencia del actor. Este último detalle se convierte en un paso importante en la comprensión del control del cuerpo a la que Navarra hace referencia en su libro.

Como se establece en la investigación de Mangolini, cuando el actor alcanza el dominio del concepto que representa koshi (Figura 2.2.C.1), alcanza al mismo tiempo un tipo de equilibrio que le otorga un control total de su cuerpo. Permite una gran estilización de los movimientos y da al espectador la impresión de ligereza y suspensión. Como se presenta en la investigación de Fabio, la alta estilización de los movimientos,

²³ Ver información detallada in http://www.fabiomangolini.com/About_Me.html

²⁴ Ver información detallada in http://www.fabiomangolini.com/About_Me.html

²⁵ Ver Apéndice E: Historia familiar de Nomura por Fabio Mangolini

similares a los utilizados en el Teatro Nō, compone historias con un significado que se puede entender sin palabras. Este equilibrio es creado por fuerzas, que tienen un punto de partida común llamado *koshi*, para nosotros el cóccix²⁶. “La inmovilidad se alcanza a través del equilibrio inestable entre las fuerzas de resistencia” (Mangolini, 2006). Esta declaración define *koshi* como un soporte físico dinámico para Dynamis, la fuente de poder de la presencia del actor.

²⁶ Fabio Mangolini, “Attraversando il Ponte”, pg. 249, 2006. Cita traducida por el autor R. Martínez.

“Ahora bien, la tensión fundamental en el cuerpo del actor de Nō, radica en esa zona definida por la palabra *koshi*, el cóccix. Consiste en la creación de tensión muscular en el punto de encuentro de las líneas de intersección que divide el cuerpo horizontal y verticalmente, cortándolo por la mitad, precisamente, de manera horizontal y vertical. La tensión muscular en este punto, y solo en este, provoca un suspenso del actor entre el cielo y la tierra. El peso del actor se mueve hacia adelante, el eje de gravedad pasa ahora no por los talones, como en una postura diaria o teatralmente realista, pero sigue mirando fijamente la parte delantera del pie. La columna erguida y el mentón hacia adentro, creando una línea recta desde la base del cráneo hasta el cóccix, realiza una oposición vectorial a la línea desde el cóccix hasta el suelo. Es decir, desde el centro, entendido como el centro del cuerpo, el *koshi*, cuya tensión se aplica, inicia dos vectores fundamentales opuestos en sus direcciones (arriba y abajo) que crean un cuerpo estilizado como “*extra-diario*”, suspendido entre el cielo y tierra y capaz de cualquier tipo de movimiento fijándose ahora en su centro. Para el actor de Nō, se trata de partir del *koshi* como una tensión fundamental capaz de transfigurar por completo su cuerpo y su voz. La voz, de hecho, se emite estirando la zona del coxis y empujándola hacia abajo. Esto permite al actor dirigir la voz horizontalmente, en línea con el centro del cuerpo mismo. El movimiento de todo actor sufre de esta oposición vectorial. El mismo hakobi, el típico “paso de fluencia” de los Nō, es una composición de contrastes vectoriales: el pie se desliza por el suelo, siendo tirado hacia atrás por una fuerza opuesta que los hace avanzar; la parte delantera del pie se eleva mientras es “sostenida” por el portador opuesto que los empuja hacia abajo. Entre los actores del Nō se dice que “lo importante no es tanto verse a sí mismo, sino la tensión que existe entre la voluntad de verse y el verse a sí mismo””

Si estudiamos los conceptos de diario y extra-diario²⁷, según se entienden en la obra de Mangolini, fuera del contexto del Teatro Nō, lo cotidiano puede entenderse como un cuerpo que lleva en él las huellas de patrones o hábitos de una cultura específica. Si bien el extra-diario le da al actor una especie de poder, después de un entrenamiento prolongado, que le permite usar su cuerpo de una manera diferente en cuanto a ritmo, energía, posturas o

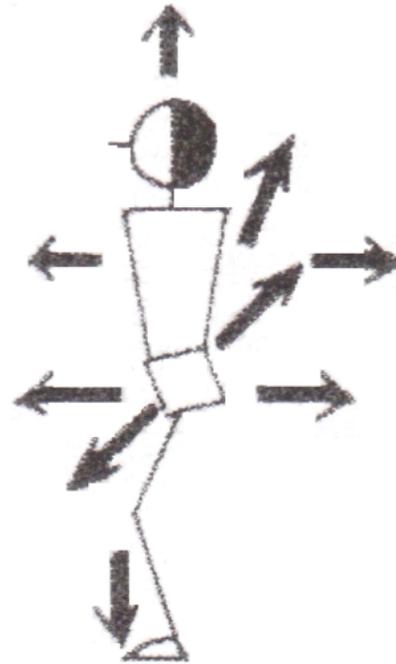


Figura 2.2.C.1 Diseño de fuerzas de Mangolini (koshi)

posiciones, la capacidad de evitar dolor, y dejar que el actor consiga el máximo de un movimiento con el menor esfuerzo posible. Las técnicas extra-diarias permiten que el cuerpo sea universal ya que ese cuerpo puede adaptarse a cualquier conjunto de movimientos de cualquier estilo creando un actor versátil.

²⁷ Id., 248.

“Las técnicas cotidianas son el conjunto de movimientos que caracterizan a una sociedad. Si bien esas técnicas requieren un aprendizaje más / menos formal y se desarrollan durante un período prolongado o por un período específico, influyen en el estado del usuario que las utiliza, confieren un poder social, imaginario o real. En general, por tanto, existe una "desviación" del uso normal del cuerpo, una alteración de los ritmos, las posiciones de uso de la energía, el dolor y el esfuerzo que puede extenderse a toda la actividad de un grupo o de alguien. ”

El propio Mangolini es una prueba de esta versatilidad, al igual que su carrera como intérprete y director de Commedia Dell'Arte. En su artículo *Commedia Dell'Arte e Kyōgen: due teatri agli estremi della Via della Seta*, describe el paralelismo entre *Kyōgen*, un arte milenario, y la famosa y respetada Commedia Dell'Arte. En este artículo Fabio vuelve a la base de estas dos artes, para identificar al actor como creador y como portador de herramientas propias y bien preparadas: es la clave fundamental para la efectividad de estas artes en el escenario.

Como principiante, se da cuenta que debe hacer un cambio en su cuerpo para cumplir con los requisitos del estilo. Sin embargo, las herramientas adecuadas no formaban parte de su conocimiento hasta su contacto con Nomura Kosuke, mentor y amigo de Mangolini. De esta forma, Mangolini pudo “comparar sus investigaciones, dudas e intentos de caminos elaborados durante el redescubrimiento de nuestra tradición occidental del actor en la Commedia Dell'Arte con la tradición centenaria del actor de ese arte” (Mangolini, 1994). Dos aspectos importantes y relevantes emergen como resultado de esta experiencia e investigación: primero, el principio del *koshi* y sus posibilidades y beneficios que confirman, una vez más, la versatilidad que un actor puede ganar cuando lo domina; segundo, la forma en que el actor usa su energía para actuar. Según Mangolini, invirtió una gran cantidad de energía para servir al personaje y establecer una conexión con la audiencia, lo que resultó en una energía explosiva en el escenario. Esta energía explosiva puede traducirse en acciones y movimientos en el escenario que podrían leerse como exagerados; al mismo tiempo, podría resultar agotador y desafiante

para el actor sostenerlo durante toda la actuación. Si usamos las palabras griegas discutidas en el Capítulo I para describir este enfoque, podríamos decir que su trabajo como actor era centrado en la creación de una *Entelecheia* intensa, utilizando movimientos grandes e innecesarios. Trabajando con Nomura, se da cuenta de que la intensidad de la energía debe estar dentro del actor, no solo en el movimiento en sí, sino que debe ser constantemente sostenido de una fisicalidad bien preparada. Significa que una simple mirada con la intención / energía adecuada puede ser más poderosa en el escenario que una enérgica acción de mirar. De esto resulta un actor lleno de intención / energía controlada, capaz de comunicar un mensaje claro a la audiencia, provocando como resultado la respuesta energética de la audiencia, estableciendo la comunicación entre audiencia y actor. Sustentando así el ciclo DEE, Dynamis (presencia del actor o energía potencial) sostenido por *koshi* (tensión correcta en el cuerpo), que crea una intención controlada transportada por *Energieia*, creando un resultado claro, *Entelecheia*.

Si en *Commedia Dell'Arte* la energía es explosiva, abierta y tiende en primera instancia a crear una relación cercana y directa con la audiencia creando una especie de “relación privilegiada”, algo diferente ocurre en *Kyōgen*, al menos en la refinada y, en muchos sentidos, sublimado, que estamos presenciando hoy en el teatro de Japón. Aquí nos enfrentamos a un fenómeno inverso: la energía, la fuerza del actor encaminada a crear un cuerpo extraordinario, se interioriza, se vuelve implosiva, todo encaminado a la construcción del *yugen*, el encantamiento y el misterio y de ese concepto de “efecto visual” que Zeami llamó *kempu*. Según Nomura Kosuke, una imagen clara para entender el concepto fundamental de “energía implosiva” es la del triángulo. (Mangolini, 1994)

El ciclo DEE y koshi son dinámicos, están en constante movimiento y necesitan ser sostenidos. Este proceso se denomina *tamé*, un concepto japonés estudiado por Mangolini durante su formación con Nomura, en el que el actor controla y renueva su propia energía para mantenerla viva en el escenario. Es en conjunto con *koshi* (tensión correcta en el cuerpo) lo que crea el equilibrio que necesita el actor. Con esta formación, muchos actores pueden alcanzar este nivel artístico. Un aspecto que diferencia a los actores radica en su capacidad para alcanzar el principio de *yugen*, que es la capacidad de hacer que parezca real, haciendo que el arte sea hermoso.

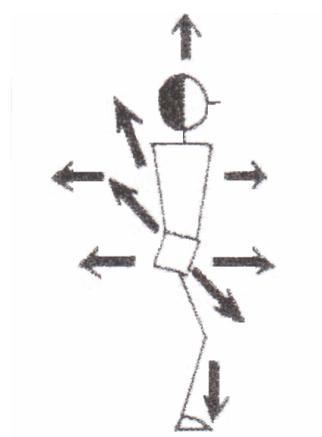
Sin embargo, es absolutamente necesario subrayar que esta naturalidad no se asemeja a los conceptos occidentales de innato, ingenuo o instintivo, sino que es una forma muy particular, es decir espiritual, de utilizar una técnica que hemos aprendido estudiando con esfuerzo y sudor: esto, para lograr algo que se puede definir como *shizen*, luego de lograr el dominio absoluto de la técnica, debemos aprender a concentrar todas nuestras fuerzas físicas y psíquicas para relajarnos; debemos olvidarnos de nosotros mismos y dejar que la creación suceda por su cuenta, ya que nuestro ego ya no existe como tal, sino fusionándolo con lo que estamos haciendo y con todo lo que nos rodea. La quinta característica es el *yugen*, la profundidad impenetrable y el secreto sobrio de las cosas, que ya describimos en el párrafo anterior. (Russo, 2017)

2.2.D. Evidencia de Koshi en manifestaciones populares artísticas en otras culturas

La posible razón por la que Gilda Navarra conoce esta postura y su poderosa contribución a la presencia del actor es su formación como bailaora. Las primeras lecciones están enfocadas a dominar la postura, controlar el cuerpo, hacer los típicos

zapateados y las hermosas líneas llenas de pasión que son tan características del estilo (Figura 2.2.D.1) buscando proteger tu cuerpo.

Figura 2.2.D.1 Esta imagen fue tomada de Flavio “Flamenco moderno: Carmel Natan Sheli”. Flickr; Yahoo !, 30 de junio de 2011



Diseño de fuerzas de Mangolini (koshi)

Si se observa el video titulado Amazing Flamenco²⁸ publicado en YouTube en el segundo 0:44, podemos encontrar un ejemplo de la ligereza, el control del cuerpo y la energía implosiva que se se estudia e intenta transmitir a los estudiantes. Podemos decir que inconscientemente Navarra fue iniciada en el entrenamiento por la dominación del koshi.



Figura 2.2.D.2 Capturas de pantalla del video Bomba Puertorriqueña

²⁸ Tristesse1. “Amazing Flamenco.” YouTube, YouTube, 27 Nov. 2011, www.youtube.com/watch?v=sFUC5ROtN8M.

Además, el baile es un componente fundamental de la cultura puertorriqueña. Desde la Salsa, el Merengue, la Plena, pero específicamente la Bomba²⁹. Este estilo de baile, herencia de la cultura africana en Puerto Rico, hace uso de la posición técnica, no con el propósito de una alta estilización del movimiento, sino para dar ligereza al bailarín y hacer movimientos de piernas rápidos y controlados. Un video de una manifestación callejera de la danza llamada Bomba Puertorriqueña en el minuto 2:18, muestra a diferentes bailarines haciendo uso de la postura (ej. Figura 2.2.D.2).

Esto convierte *koshi* en un posible punto común entre la cultura europea, africana, caribeña y asiática. De igual forma, los beneficios de esta postura también son reconocidos y compartidos por Scott Putman en su aplicación al mundo de la danza³⁰ y por Arthur Lessac en su método de entrenamiento. Como alumno de los tres entrenamientos, certificado en EBAS como Maestro Nivel I³¹, certificado como Practicante de Lessac Kinesensic Training y como estudiante del programa para Enseñantes en progreso³², estoy de acuerdo y afirmo que la diferencia entre ellos radica

²⁹ “Bomba se remonta al período colonial europeo temprano en Puerto Rico. Proviene de las tradiciones musicales traídas por los africanos esclavizados en el siglo XVII. Para ellos, la música bomba era una fuente de expresión política y espiritual. La letra transmitía una sensación de ira y tristeza por su condición, y las canciones sirvieron como catalizador de rebeliones y levantamientos. Pero la bomba también los movió a bailar y celebrar, ayudándolos a crear comunidad e identidad.” Leer más: <https://folkways.si.edu/puerto-rican-bomba-plena-shared-traditions-distinct-rhythms/latin-world/music/article/smithsonian>

³⁰ Véase www.doebas.com

³¹ Consulte el Apéndice F: Nivel I de certificación de maestros de EBAS

³² Consulte el Apéndice H: Carta de aceptación de Lessac para la certificación de formación de profesores

en su enfoque para trabajar con estas fuerzas. Además, concuerdo con el punto de donde parten estas fuerzas: Fabio habla del cóccix, Putnam habla del sacro y Lessac de la columna vertebral como una Curva-C. El punto específico donde las fuerzas se cruzan puede que no sea el mismo para ninguno de ellos; pero todos hablan de una postura física similar que parte de la columna y permite el flujo de energía.

2.2.E. Scot Putman y Arthur Lessac: beneficios de koshi para todos

Putman explica una posición similar en su Manual del maestro de EBAS Nivel I: *Aligning the Pathways Within*. Se basa en los "triángulos energéticos del cuerpo" y se base en los siguientes tres conceptos básicos: "Centerline", "Blood Flushing" y "Triangulation". El primero, "Centerline", establece una fuerza superior e inferior que atraviesa el centro del cuerpo, lo divide en dos partes como lo hace el koshi y parte del sacro (figura 2.2.E.1).

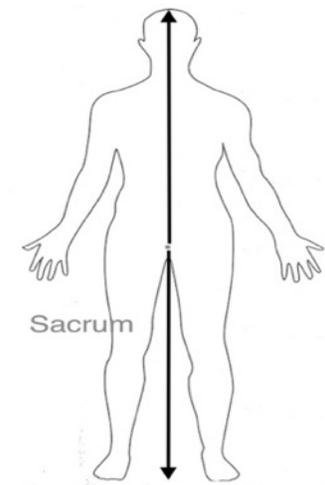


Figura 2.2.E.1 Concepto del Centerline

Blood Flushing es un concepto para explicar los mismos principios explicados por el concepto de Alexander Lowen: Flujo de energía, discutido en la Sección 1.2.C. El último concepto es la triangulación, que significa “organizar el cuerpo en relación con los triángulos dinámicos a lo largo de las líneas centrales verticales y las vías horizontales” (Putman, 2017).

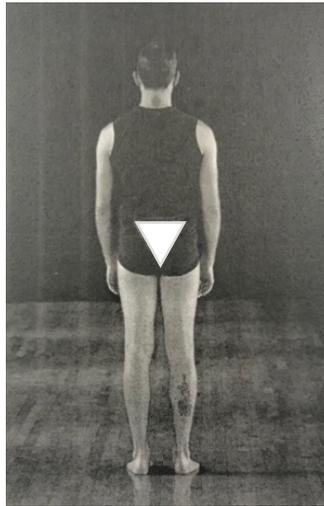


Figura 2.2.E.2 Triángulo de la Fuente Sagrada (Sacro) - tomada del Manual para maestro de EBAS

Cuando Putman habla de líneas verticales y trayectorias horizontales, se refiere al movimiento de la energía; Coincide con Mangolini en la existencia de un punto, el sacro para Scott y el cóccix para Fabio, de donde parte la energía en un recorrido vertical y horizontal. Encontramos el “Triángulo de la Fuente Sagrada (Sacro)” en la base de esta organización de triángulos energéticos (Figura 2.2.E.2).

“El triángulo de la fuente sagrada es el triángulo de anclaje en el centro de nuestra práctica. Actúa como un vórtice, estabilizando la línea central primaria y facilitando el flujo de energía, subiendo y bajando a lo largo de la carretera energética interna.” (Putman, 2017)

Una vez que el estudiante entiende cómo funciona este grupo de triángulos energéticos y lo aplica a su propio cuerpo, obtiene su alineación de acuerdo con la investigación de EBAS (Figura 2.2.E.3).

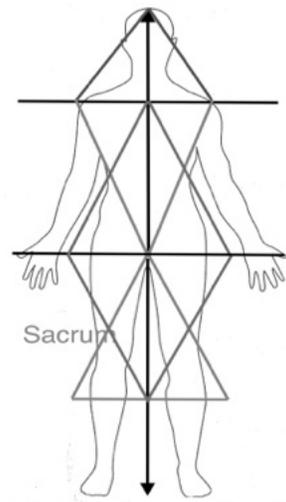


Figura 2.2.E.3 Diagrama - Triángulos Energéticos

Desde una perspectiva personal al haber experimentado ambas prácticas, sostengo que no existe diferencia entre esta alineación y la alineación alcanzada mediante el uso correcto del *koshi*. En un artículo escrito por Rachel Caldwell y publicado en el sitio web Dance-Teacher, Putman habla sobre cómo el dominio de este trabajo puede dar una sensación de empoderamiento a los estudiantes de danza de la Virginia Commonwealth University, donde es profesor.

“Lo que se necesita para conectar con ellos [estudiantes] es empoderar en lo que quieren, como un mayor rango de

movimiento, más giros, saltos más altos, y demostrarles que pueden hacerlo sin dolor”, dice. “Es sorprendente la rapidez con la que los estudiantes se abren al trabajo cuando ven que obtienen resultados inmediatos.” (Caldwell, 2017)

Es congruente, al mismo tiempo, con la afirmación de Fabio sobre el control de nuestros cuerpos: podemos obtenerlo con el uso correcto de nuestro cóccix. Estos dos investigadores e intérpretes centran su trabajo en encontrar herramientas que ayuden a artistas de diferentes áreas a alcanzar altos niveles de desempeño reduciendo las posibilidades de lesiones.

Arthur Lessac identifica una postura similar llamada C-Curve que proviene de su Principio Curvo-Lineal que nos brinda beneficios físicos y mentales (Lessac, página 158, 1990). Lessac diseña un método compuesto por ejercicios sencillos, adaptables a cada cuerpo humano, que los guían a reconocer y romper patrones o hábitos lesivos a lo largo de nuestra vida. Su método está diseñado para dar a los estudiantes las herramientas para estar saludables en el escenario y en la vida diaria. Un estudio completo y extenso se encuentra en su libro titulado *Body Wisdom: The Use and Training of the Human Body*, publicado en 1978 por primera vez. Por el momento es importante entender su principio Curvo-Lineal para comprender las similitudes.

El Principio Curvo-Lineal involucra tres teoremas:

- 1) Que el organismo humano debe ser visto y experimentado como una estructura curvo-lineal, es decir, sin "rectitud", "rigidez" o "rigidez fija".
- 2) Que las líneas curvas naturales del cuerpo siguen una combinación y direccional que forma una espesa de forma

similar al paréntesis o al arco, el círculo, la rueda y la esfera;

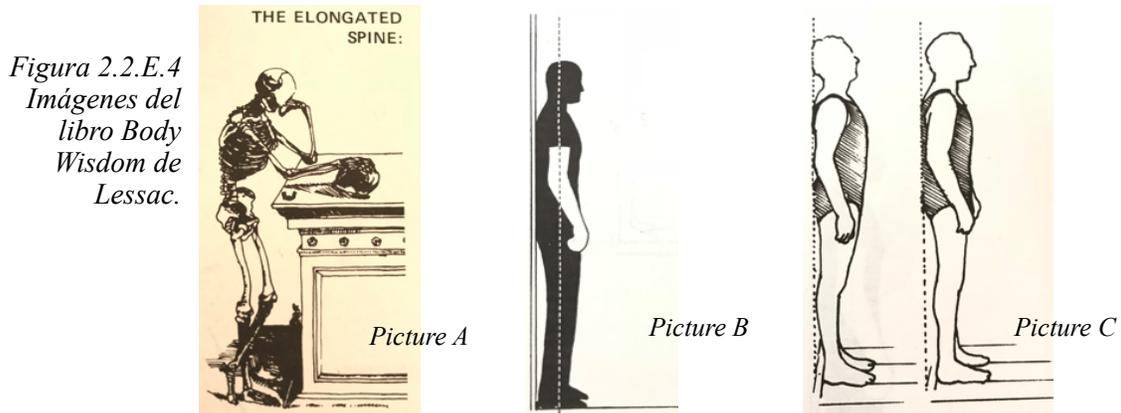
- 3) Que el cuerpo humano evolucionó de una bola esférica pequeña y compacta (o forma de huevo), a una forma hemisférica expandida, a una curva alargada y extendida. (Lessac, 1990)

El Principio Curvo-Lineal va en contra y rompe la imagen que normalmente identificamos como la forma de la columna vertebral. Estamos acostumbrados a ver la columna vertebral como una curva a forma de “S” mientras Lessac trata de hacernos imaginarla como un arco alargado “)”. Lessac basa este principio en la observación de los bebés y sus posiciones que no están contaminados por patrones o hábitos. También menciona que explorar el equilibrio mediante la combinación de respiración, postura y C-Curve de la espalda, da la sensación de caída que debemos sentir en cada momento. Una vez que logramos “vivir” esta postura podemos estar presentes porque no es una posición fija y los músculos están siempre en movimiento: este es el fluir de la energía.

De hecho, percibimos el cuerpo en movimiento de una manera que permite la caída como una elección variable: la forma en que el esquiador experto cae, sin miedo, para evitar lesiones, la forma en que el actor consumado cae en una batalla escénica sin parecer ingenioso o artificial; la forma en que la primera bailarina cae con diseño en el conmovedor movimiento del cisne moribundo. (Lessac, 1990)

Esta sensación de vitalidad que alcanzamos una vez que obtenemos el equilibrio perfecto, es la energía / movimiento en todos los músculos, como lo describe Mangolini. Algo interesante surge de las siguientes imágenes del libro Body Wisdom de Lessac,

sobre la sensación de la C-Curve. La imagen A en la Figura 2.2.E.4³³ es la primera referencia visual del libro a la sensación de alargamiento de la columna. La imagen B, muestra la postura ideal que Lessac propuso en su trabajo, y la imagen C es un diseño de él mismo que muestra la diferencia entre una postura común y la C-Curve.



En estas imágenes, así como en su libro, podemos observar que la sensación de C-Curve no se trata solo de la sensación de alargamiento de la columna vertebral hacia el cielo mas de la postura de la columna vertebral como una sensación que proviene como resultado al tener las rodillas dobladas. Encontramos la misma descripción en el diseño de Mangolini en la Figura 2.2.C.1. Las “rodillas dobladas” son otro punto común entre las tres posturas físicas propuestas por los investigadores. Las rodillas dobladas permiten el movimiento, controlan la pelvis, el cóccix y el sacro. La sensación de levantarse completa la postura. Lessac y Mangolini reconocen la influencia positiva de esta

³³ La imagen A es de la sección Energía y relajación, página 66. Las imágenes B y C son de la sección Postura y alineación en la página 158.

sensación en la voz, extendiendo este método al trabajo de la voz a partir de un simple ejercicio que recuerda la C-Curve y la conecta con la respiración (Lessac, 1997).

Es importante mencionar que Lessac y Putman no hacen ninguna diferencia en sus trabajos entre un cuerpo humano en el escenario y un cuerpo humano en su vida diaria. Mangolini, que trabaja en el teatro Nō, marca la diferencia entre llamar al cuerpo humano en el escenario un cuerpo “extra-diario” y al cuerpo humano en su vida diaria como un cuerpo diario. Aquí, debemos darnos cuenta de que los dos primeros están hablando del beneficio de una posición física pura para el cuerpo en sí, no dentro de un estilo o entrenamiento, y de mantenerlo en nuestro cuerpo para nuestro propio beneficio. Por otro lado, Mangolini habla de cómo esta posición es la clave que permite manipular el cuerpo del actor y alcanzar un alto nivel de estilización del movimiento, a partir de una colección específica requerida para un estilo.

2.2.F. Eugenio Barba y su antropología teatral: un caso de orientalismo

Me gustaría revisar los siguientes conceptos: energía, presencia y equilibrio en el libro *L'arte segreta dell'attore: Un dizionario di antropologia teatrale*³⁴. En esta investigación los identifico como los aspectos fundamentales que el actor necesita dominar; en el libro antes mencionado se dedica un capítulo a cada uno de los tres conceptos. Desde su publicación en 1982, este libro se convierte en una importante referencia para los académicos y para el estudio del teatro contemporáneo en diferentes idiomas, en combinación con *La canoa di carta: Trattato di antropologia teatrale* de Eugenio Barba. Este trabajo, junto a otros, permite a Eugenio Barba recibir numerosos premios internacionales y doctorados honoris causa³⁵.

³⁴ Citas de Eugenio Barba's book "*L'arte segreta dell'attore*" fueron traducidas por el autor R. Martínez.

“Este libro [L'arte segreta dell'attore], titulado “Anatomía del actor”, se publicó por primera vez en 1982 con motivo de las primeras sesiones de la Escuela Internacional de Antropología Teatral (ISTA) fundada y dirigida por Eugenio Barba, con la colaboración de maestros de teatro, profesores, actores y directores de todo el mundo. Desde 1980, las sesiones de ISTA se han multiplicado y el volumen ha ido sumando, a lo largo del tiempo, secciones, pistas e imágenes sin, sin embargo, cambiar su función diccionario-álbum, con una intensa relación entre texto y figuras (más de 700), y la creación de sorprendentes combinaciones de formas en el tiempo y el espacio. La simplicidad de este esquema apto para ser entendido inmediatamente por profesores y estudiantes de teatro - pero también por artistas de la visión como diseñadores, pintores, arquitectos y escultores - ha hecho de este trabajo un manual clásico que ha sido traducido, y repetidamente, en muchos idiomas. (Francés, Inglés, Español, Portugués, Japonés, Turco, Checo, Serbio, Ruso, Chino). Una bibliografía completa y un índice analítico completan el aparato de una obra que no debe faltar en las estanterías de los actores.” (Barba, Savarese, 2011)

³⁵ <http://www.odinteatret.dk/about-us/eugenio-barba.aspx>

Según publicado por Google Books³⁶ en 1963, Eugenio Barba, teórico y director de teatro, tuvo la oportunidad de estudiar durante seis meses el estilo indio de Teatro Kathakali. Se lo hizo conocer al mundo occidental por primera vez a través de un ensayo. En 1964 crea su Compañía de teatro Odin Teatret y gira por Europa, Asia, y Latinoamérica. En 1979 crea la Escuela Internacional de Antropología Teatral (ISTA³⁷) donde se ha desarrollado su Antropología Teatral.

La antropología teatral es el estudio del comportamiento del ser humano que utiliza su presencia física y mental según principios distintos a la vida cotidiana, en una situación de representación organizada. Este uso extra-diario del cuerpo es lo que se llama técnica. Como notamos Eugenio y Mangolini hablan de técnicas extra-diario para referirse al cuerpo debidamente preparado para el escenario. El trabajo del ejecutante es

³⁶ Ibid.

³⁷ ISTA, Escuela Internacional de Antropología Teatral, fue fundada en 1979. Concebida y dirigida por Eugenio Barba, tiene su sede en Holstebro, Dinamarca. ISTA es una red multicultural de intérpretes y académicos que dan vida a una universidad itinerante cuyo principal campo de estudio es la Antropología Teatral. ISTA investiga la base técnica del intérprete en una dimensión transcultural. El objetivo de esta elección metodológica, derivada de un enfoque empírico, es la comprensión de los principios fundamentales que engendran la “presencia” o la “vida escénica” del intérprete. ISTA realiza sesiones abiertas periódicamente a solicitud de instituciones culturales nacionales e internacionales que aportan la financiación necesaria. Cada sesión tiene un tema diferente que define un campo que se investiga a través de clases prácticas, demostraciones de trabajo y análisis comparativo. Cada vez, un número limitado de actores, bailarines, directores, coreógrafos, académicos y críticos pueden postularse para participar. La antropología teatral no debe confundirse con la antropología cultural. Es un nuevo campo de estudio aplicado al ser humano en una situación de desempeño organizado.

Read more: <http://www.odinteatret.dk/research/ista.aspx>

fusionar, en un solo perfil, tres aspectos diferentes correspondientes a tres niveles distintos de la organización. El primer aspecto es individual; el segundo es común a todos aquellos que pertenecen al mismo género escénico; el tercero se refiere a todos los artistas intérpretes o ejecutantes de todas las épocas y culturas. Estos tres aspectos son:

1. la personalidad del intérprete, su sensibilidad, inteligencia artística, personalidad social: las características que hacen que el intérprete individual sea único;
2. las particularidades de las tradiciones teatrales y el contexto histórico-cultural a través del cual se manifiesta la personalidad única del intérprete;
3. El uso del cuerpo-mente según técnicas extra-diarias basadas en principios transculturales y recurrentes. Estos principios recurrentes son definidos por la Antropología del Teatro como el campo de la pre-expresión.³⁸ (Barba, Savarese, 2011)

En el libro *L'arte segreta dell'attore: Un dizionario di antropologia teatrale*, sección "Antropologia Teatrale: Principi simili e spettacoli diversi" Barba habla sobre principios que son comunes en diferentes manifestaciones del arte en todo el mundo.

En la Figura 2.2.F.1, compara seis manifestaciones diferentes del arte y establece similitudes entre ellas al analizar cómo se ven, aunque el uso real de la postura y sus significados son bastante diferentes. Mi primera preocupación es la posibilidad de que Barba permanezca en la superficie de esos principios. Esas similitudes pueden basarse en seis posturas similares, que provienen de seis estilos diferentes de danza. Como las

³⁸ Eugenio Barba & Nicolas Savarese, *L'arte segreta dell'attore*, pg. 5, 2011.

similitudes que encontré entre laguna corrientes del arte teatral asiático y mi formación como mimo. Creo que el autor no se centra en el entrenamiento, sus objetivos o cómo los principios de cada baile son realmente similares. Mi hipótesis es la posibilidad de una especie de “convergencia de movimientos”.

Principi simili e spettacoli diversi: (1) danzatore azteco; (2) menestrello europeo del Medioevo; (3) danzatrice balinese; (4) attore giapponese di Kabuki; (5) danzatrice indiana di Odissi; (6) danzatrice di balletto classico. I principi che, in varie culture, regolano il comportamento scenico degli attori-danzatori sono simili, ma gli spettacoli sono diversi.

Traducción realizada por el autor R. Martínez:

Principios similares y actuaciones diferentes: (1) bailarina azteca; (2) juglar europeo de la Edad Media; (3) bailarina balinesa; (4) actor japonés de Kabuki; (5) bailarina india de Odissi; (6) bailarina de ballet clásico. Los principios que regulan el comportamiento escénico de los actores-bailarines en diversas culturas son similares, pero los espectáculos son diferentes.

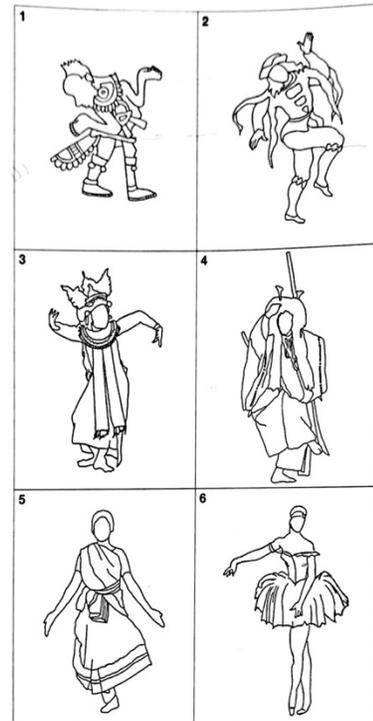


Figure 2.2.F.1 Imagen extraída de la página 6 del libro *L'arte segreta dell'attore* de Eugenio Barba

La convergencia es un término de la biología usado en relación con el evolucionismo. La convergencia evolutiva explica la razón por la cual las alas de un pájaro y de una mariposa, aunque sean similares, tienen un origen evolutivo diferente. A veces, la naturaleza repite estructuras similares porque son funcionales. Parecen similares, pero no lo son en un sentido funcional y evolutivo. De la misma manera, movimientos /

posturas similares, provenientes de diferentes culturas y estilos, se usan en formas diferentes. Mientras tanto, voy a seguir analizando el trabajo de Barba que ha sido aprobado y aceptado por muchas instituciones.

En la siguiente parte del trabajo, Barba habla de la existencia de un conjunto de reglas para el actor oriental que el actor occidental no tiene, “él [refiriéndose al actor occidental] carece de esas reglas de acción que, sin restringir su libertad artística, lo ayudan en su tarea³⁹”. Barba estableció a Etienne Decroux como “quizás el único profesor europeo que ha desarrollado un conjunto de reglas comparables a una tradición oriental⁴⁰”. Con esta afirmación su trabajo comienza a divergir de esta investigación puesto que deja fuera del cuadro el importante trabajo realizado por François Delsarte: *The Dramatic System of Expression* (Consulte Sección 2.1.D).

Continuando con nuestra discusión sobre estas reglas orientales, Barba afirma que son una especie de codificación que todos los actores deben adoptar cuando quieren actuar profesionalmente. El concepto de codificación de Barba es un conjunto de posturas, gestos o posiciones específicas que se denominan movimientos estilizados. Esta codificación es la base de su argumento cuando menciona a Etienne Decroux, quien, según Barba, podría ser el primer occidental en crear un sistema similar al oriental. Sin embargo, una vez más, el trabajo de Delsarte fue publicado antes y hoy en día todavía se utiliza en la ciencia.

³⁹ Id., 6.

⁴⁰ Ibid.

Para probar sus argumentos, Barba utiliza el concepto de “codificación” mezclado con los términos Lokadharmi y Natyadharmi, que provienen del libro *Natyashastra* (Shukla, 2013). Barba usa una mezcla de estos conceptos para escribir “Sanjukta Panigrahi, una bailarina india de Odin, me dice [Barba] que Lokadharmi, indica el comportamiento (dharmi) del hombre común (loka) y Natyadharmi indica el comportamiento del hombre en la danza”. Es importante calificar que estos términos según Barba no se refiera a comportamientos dentro y fuera del baile / actuación. Es decir, según Barba el comportamiento del actor durante una exhibición artística se denomina Natyadharmi (donde hace uso de la codificación para transmitir los mensajes de la representación) y Lokadharmi hace referencia al mismo actor, en su forma diaria, fuera del escenario, fuera del contexto de una exhibición artística. En la búsqueda por la comprensión de estos dos nuevos conceptos encontramos un grande discrepancia con figuras autoritarias del mundo teatral indio. Según el Dr. Smt Shukla, estos conceptos siempre se refieren a dos tipos de teatro diferentes en los que el comportamiento de un actor es diferente y no al actor dentro o fuera de una representación artística. Shukla, escribe en el *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities* 2013,

Además, el teórico hindú desde los primeros días concibió las obras en términos de dos tipos de producción: Lokadharmi - realista, es decir, la reproducción del comportamiento humano en el escenario y la presentación natural de objetos, y Natyadharmi - convencional, que es la presentación de una obra de teatro mediante el uso de gestos estilizados y simbolismo y se consideró más artístico que el modo realista. (Shukla, 2013)

A esta afirmación se une el Dr. Manomohan Ghosh, que concuerda con la afirmación de Shukla en su traducción del libro *Natyashastra* de Bharat Muni publicado en 1951 por la Sociedad Asiática de Bengala, Calcuta, en el punto veinticuatro,

24. La práctica de la representación (dharma) 1 en una actuación dramática tiene dos vertientes: realista (lokadharmi, lit. popular) y convencional (natyadharmi, lit. teatral). (Muni, 1951)

En la página ocho de “*L’arte segreta dell’attore*”, Barba repite este argumento, una vez más, tratando de demostrarlo mostrando similitudes basadas en posturas, e identificándolas como ejemplos de *Lokadharmi* y *Natyadharmi*. (Figura 2.2.F.2).

La imagen de la izquierda, según Barba, es una mujer que realiza una actividad diaria como maquillarse. Para Barba es un ejemplo de *Lokadharmi*. Es aquí que nace la confusión: Barba no se refiere a un tipo de producción teatral, sino a una persona común fuera del teatro. Este hecho ha sido refutado por los dos últimos estudiosos indios.



Figura 2.2.F.2 Imagen extraída de la página 8 del libro *L’arte segreta dell’attore* de Eugenio Barba

Barba continúa su discurso mostrando la misma acción traducida en el comportamiento del teatro indio (imagen en el centro) identificándolo como un ejemplo

de *Natyadharmi*. Sin embargo, es importante recordar que *Natyadharmi* es la producción de teatro compuesta por gestos estilizados, no personas que hacen teatro.

Barba hace otro intento de establecer la universalidad de su argumento de codificación / comportamiento mostrando una imagen con una acción estilizada similar en el Teatro Chino (imagen de la derecha). Resultando en una conexión forzada entre el teatro indio y el teatro chino, basada en la estilización de una acción. Esta conexión forzada confirma la hipótesis de “convergencia de movimientos”.

Es importante señalar que *Lokadharmi* y *Natyadharmi* son parte del libro *Natyashastra* que pertenece a la cultura india y no a la cultura china. Barba utiliza la estilización de una acción como clave para probar la existencia de un “código universal”. Una estilización de una acción como evidencia no es lo suficientemente fuerte para hacer una declaración tan grande teniendo en cuenta nuestra discusión. Sin embargo, pueden ser señales o pistas para buscar más que ese “código universal” una llave que abrirá las puertas a una representación universal. Estas estilizaciones de acciones están presentes en diferentes estilos de arte, por motivos religiosos, políticos o sociales, pero no por principios universales comunes. Como vimos en el trabajo de Farley, rehusó y adaptó Diseños de Manos presentes en corrientes tradicionales asiáticas porque resultaban funcionales a su motivación final: asociar una idea a un movimiento o posición dando paso a la creación de un símbolo perteneciente única y estrictamente a su estilo. Es no implica que una cierta postura, por ser presente en diversas corrientes teatrales, sea la clave para un código universal visto que en cada uno de esos estilos tenían significados y

usos diversos. Es importante dejar en claro que esta similitud en la ejecución de una acción estilizada no significa que esos principios sean los mismos. Al mismo tiempo, no supone que estas acciones representen los mismos conceptos o tengan los mismos significados en escena (como se muestra en la Sección 2.01); por tanto, esas no son las pistas para interpretar la existencia de un código universal sino posibles rutas para encontrarla.

A pesar de todas estas lagunas en su demostración sobre los diferentes comportamientos del hombre dentro y fuera del escenario, Barba habla de los términos extra-cotidiano y cotidiano. El término cotidiano lo utiliza para referirse a “una técnica del cuerpo condicionada por nuestra cultura, nuestro estatus social, nuestra profesión”. Aquí la palabra “técnica”, probablemente no es la palabra más apropiada para describir el término “cotidiano” visto que puede traer una especie de idea de entrenamiento que se puede hacer o se ha hecho. La cultura no puede entrenar; la cultura, de hecho, da una identidad compuesta por hábitos o patrones que caracterizan a las sociedades y cada individuo las asimila en maneras diferentes. El empleo de la palabra podría entenderse a forma de metáfora: cada cultura desarrolla su propio conjunto de movimientos / gestos / posturas, dándoles diferentes significados, como los identificó Delsarte. Con esta última frase, la definición de “técnicas cotidianas” se convierte en un punto común entre Barba, Lessac, Putman, Navarra, Farley y Mangolini.

Al reformular sus definiciones sobre técnicas cotidianas y técnicas extra-cotidianas en términos de energía obtenemos: (1) “consecución del mejor resultado con

el mínimo compromiso de energía⁴¹”, (2) “técnicas extra-cotidianas se caracterizan por el contrario en el derroche de energía”. Con estas nuevas definiciones Barba inicia a alejarse de nuestro enfoque. Para entenderlo completamente, voy a discutir su definición de energía, en la sección llamada “Energeia” en la página 52 de su libro.

Al comienzo de su análisis, Barba nos da una definición de energía que es similar a la discutida en el Capítulo I. En el Capítulo I ya he mostrado y demostrado el número de definiciones diferentes que se han adjuntado a la palabra energía a lo largo de los años. Buscando la palabra “Energía”, resulta que su uso más significativo se encuentra en la publicación de libros entre 1800 y 2008, con el punto más alto en 1981. *L'arte segreta dell'attore* se publicó en 1982 por primera vez, y por tanto, creo sea necesario tener cuidado con la forma en que se ha empleado esta palabra.

Tras definir Energía, como hicimos en la Sección 1.1.A, Barba sigue hablando de la energía del actor como “algo preciso que todo el mundo puede identificar: su fuerza muscular y nerviosa⁴²”: la fuerza muscular se refiere a la cantidad de fuerza que puede hacer un músculo cuando se contrae; La fuerza nerviosa se refiere a la capacidad del actor para resistir a estar presente en el escenario. Para llegar a la contracción del músculo hay que tomar una decisión internamente, Dynamis responde con Energeia, portando la intención de producir algo / Entelecheia como ya hemos dicho en esta

⁴¹ Id., 8.

⁴² Id., 52.

investigación. Este es el mismo principio expresado por el Maestro de Kung Fu, Check Fung durante una entrevista con sus alumnos, publicada en su sitio web.

- Estudiante:** ¿Cómo se relaciona Yi con Chi?
- Maestro Fung:** Chi significa energía. La intención y la energía están directamente relacionadas.
- Estudiante:** He hablado con varias personas que no creen en el Chi. Nunca sé qué decir, ¿alguna sugerencia?
- Maestro Fung:** Pregúnteles en qué no creen.
- Estudiante:** No entiendo.
- Maestro Fung:** Pregúnteles qué quieren decir con Chi. Si no creen en ello, es probable que malinterpreten el significado de Chi.
- Estudiante:** O.K ... Entonces Chi es energía, ¿qué energía?
- Maestro Fung:** Chi es lo que se manifiesta en respuesta a Yi. El concepto chino toca varias ideas occidentales, por lo que puede resultar un poco confuso al principio. Usemos de nuevo la conducción y el giro a la izquierda como ejemplo. El Yi debe ir a la izquierda. Esa intención crea innumerables señales electroquímicas que desencadenan reacciones electroquímicas en los músculos que simultáneamente hacen funcionar la rueda, la señal de giro, el gas, el freno, etc. El Chi es la energía electroquímica coordinada y concentrada que se convierte en Li o fuerza física en el cuerpo.
- Estudiante:** Entonces, ¿las personas que no creen en el Chi simplemente tienen un malentendido de lo que es el Chi?

Maestro Fung: Básicamente, Chi es una palabra muy "cargada" ... significa diferentes cosas para diferentes personas. No se preocupe por creer o no creer en el Chi o en esta o aquella definición de Chi. Chi es solo un concepto, solo una palabra que se usa para representar la energía que realmente está allí. Como les acabo de decir, en Yi Chuan, estamos estudiando cómo el Yi y el Chi crean el Li o fuerza mecánica. Desde una perspectiva occidental, se podría decir que es como esa cosa de la conservación ... recuerda que hablamos de eso el otro día.

Estudiante: ¿Conservación de la energía, que la energía nunca se puede crear ni destruir, solo se puede transformar?

Maestro Fung: Sí, ese es el indicado. Un ser humano, por supuesto, sigue este principio. En conceptos chinos, decimos de Shen a Yi a Chi a Li. En conceptos occidentales, esto significa que estamos estudiando cómo la intención dirige la energía humana potencial para transformarse en energía del sistema nervioso bioeléctrico y finalmente en energía mecánica en los músculos. ¿Verás? Todo lo que hace un ser humano es el resultado de este proceso de transformación de energía, independientemente de cómo nombre los pasos o cómo llame a las partes. Todo el debate sobre si Chi es real o no es la comidilla de los aficionados, ni siquiera te preocupes por eso. Solo recuerde que estamos estudiando la energía trabajando con ella directamente a través de nuestra práctica.

(Ehrenreich, 2009)

De esta entrevista obtenemos algunas conclusiones importantes: primero, según el Maestro de Kung Fu⁴³ Cheuk Fung, podemos establecer la fuerte conexión entre el ciclo DEE y YCL y sus propósitos para controlar nuestro cuerpo desde un punto de vista energético, Yi / Dynamis = energía humana potencial - Chi / Energeia = energía del sistema nervioso bioeléctrico y Li / Entelecheia = energía mecánica en los músculos; en segundo lugar, confirma la variedad de significados adquiridos a lo largo de los años con la palabra “energía”; tercero, apoya la conexión directa entre Energeia e Intención, lo que nos permite decir que Energeia transporta la Intención. Aristóteles formula este concepto partiendo de la observación y el análisis; Cheuk Fung, después de años de entrenamiento, habla del ciclo como algo que se siente / percibe. Nos da un punto común entre el mundo occidental y el oriental, una clave para la universalidad occidental-oriental; cuarto, podemos comparar la definición de energía de Barba con nuestro único punto en común entre el mundo occidental y el oriental, nuestros ciclos DEE e YCL.

Tras la primera interpretación errónea sobre el teatro indio y chino, surge una segunda interpretación errónea con el concepto de energía. La interpretación de Barba

⁴³ El maestro Cheuk Fung tiene más de cincuenta años de experiencia en artes marciales, meditación y curación. Comenzó a aprender kung fu a una edad temprana en Hong Kong y ha acumulado experiencia con una amplia gama de estilos y prácticas de artes marciales. El Maestro Fung es un discípulo de linaje directo en Hop Gar, Yi Chuan, Mok Gar y Lung Ying (Dragón del Sur), y también es respetado por su experiencia en el sistema Tung Be de kung fu. Es bien conocido por su poder interno sutil y explosivo y sus manos rápidas y ligeras. También ha integrado las prácticas de Chi Kung Budista Esotérico en su método para ayudar a sus estudiantes a desarrollar su energía.

habla de la fuerza muscular, mientras el Maestro de Kong Fu va de acuerdo con el principio del ciclo de Aristóteles, en el que la fuerza física es el último paso del ciclo o “lo que ves”. Surge una clara confusión entre Energeia y Entelecheia. Fabio Mangolini también notó esta confusión común cuando, como joven intérprete de Commedia Dell’Arte, tuvo la oportunidad de confrontar sus ideas y habilidades de interpretación en Tokio, Japón, con el Teatro Nō.

Este malentendido de la energía en el Teatro Oriental por parte de Barba se transmite a los estudiantes que no tienen la oportunidad de experimentar o estudiar estas técnicas por sí mismos. Este es el caso de Maria Alessia Sini con su tesis *Rapporti tra teatralità e ritualità con particolare riferimento a Barba*; su investigación se encuentra su sitio web personal. En esta obra, intenta comprender si, en la actualidad, el teatro todavía tiene aspectos que recuerdan de alguna manera la ritualidad y la sacralidad.⁴⁴ En el segundo Capítulo, titulado “Il Teatro Orientale”, hace algunas declaraciones que se encuentran en la obra de Barba.

Los actores orientales, de Kabuki, Kathakali, Nō, se basan en un repertorio codificado por siglos y acciones que limita un poco la libertad del actor pero al mismo tiempo le permite expresarse.⁴⁵ (Sini, 2011)

El concepto de codificación de Barba puede percibirse como algo difícil de entender para otros actores; sin embargo, en esta cita, Barba solo se refiere a esos

⁴⁴ <https://www.alessiasini.eu/it/teatro-rito-mito.html>

⁴⁵ Maria Alessia Sini, “*Rapporti tra teatralità e ritualità con particolare riferimento a Barba*”, pg. 41, 2011. Cita traducida por el autor R. Martínez.

movimientos estilizados típicos de cada estilo, como por ejemplo el “Pas de Bourree” es para el ballet. Así, Sini añade a esta mala interpretación del teatro oriental la siguiente consideración personal: “por eso los maestros de los teatros orientales se cierran a tradiciones distintas a la suya, como ocurre en Europa en formas como las del ballet, tan codificadas que difícilmente puede incorporar formas y estructuras extrañas.⁴⁶” Cierra la sección “Il teatro Orientale e il sacro” (Teatro oriental y lo sagrado), en el mismo capítulo, afirmando que entre los europeos que estudiaron las tradiciones del Teatro Oriental, encontramos a Barba.

Subrayar [refiriéndose a Barba] como a diferencia de lo que ocurre en la vida cotidiana, en la que hay el menor gasto de energía posible, los actores orientales dispersan una enorme cantidad de energía, incluso para hacer gestos que tomarían mucho menos. A través de este “derroche” de energía, según Barba, podemos captar como una radiación, como sugerencias que captan la atención.⁴⁷ (Sini, 2011)

A este punto es claro la confusión en el empleo de ciertos términos en el trabajo de Barba. Además queda claro el peligro que representa el orientalismo para las futuras generaciones. A fines de esta investigación el punto más relevante es su definición de técnica extra-cotidiana, que recuerdo, en el trabajo de Barba se refiere al comportamiento de actor mientras es en el escenario y lo define como: “técnicas extra-cotidianas se caracterizan por el contrario en el derroche de energía”. Esta premisa da a lugar a la principal yuxtaposición de Barba con los trabajos estudiados anteriormente. Mangolini en

⁴⁶ Id., 41.

⁴⁷ Id., 43 - 44.

concordancia con Putman, Farley, Navarra y Lessac buscan como objetivo final que el actor se en grado de controlar la intensidad de la energía que debe estar dentro del actor, no solo en el movimiento en sí, sino que debe ser constantemente sostenido de una fisicalidad bien preparada. Significa que una simple mirada con la intención / energía adecuada puede ser más poderosa en el escenario que una enérgica acción de mirar.

El trabajo de Sini confirma las preocupaciones de Pellecchia y Prado sobre el *Orientalismo*⁴⁸. Demostrando la posibilidad palpable de que los futuros investigadores basen su propio conocimiento en interpretaciones erróneas y peligrosas que se siguen difundiendo.

⁴⁸ En la página 1 del artículo de Prado sobre Edward Said y su concepto de orientalismo dice:

Para Edward W. Said, el "orientalismo" no es una rama inocente del conocimiento que estudia la civilización y las costumbres de los orientales, sino un sistema para conocer el Oriente a través del dominio de Occidente, desde un enfoque político, sociológico, militar e ideológico. Punto de vista. El orientalismo es, pues, una disciplina en sentido literal: un conjunto de instituciones (profesores, eruditos y "expertos" en todo lo relacionado con Oriente), prejuicios (despotismo, sensualidad, esplendor, crueldad "oriental"), ideas (filosofías y sabidurías orientales adaptadas al uso local europeo) y prácticas burocráticas (registros, jerarquías, órdenes), a través de las cuales Occidente hace declaraciones generales sobre Oriente construyéndolo dentro de una concepción europea oficial para dominarlo.

Luego de esta importante observación, el artículo de Rossella Marangoni muestra que antes del período de 1952 a 1960 Japón sufrió muchas guerras, constricciones del gobierno y como lo confirma Diego Pellecchia, en el Capítulo Seis - Intercambios culturales de su tesis doctoral, "las artes clásicas japonesas se han mantenido en general, confinado a sus fronteras nacionales, inaccesible para los forasteros". Es a partir de los años 60 cuando Japón inicia su recuperación económica como país, y por tanto, la recuperación del arte milenaria (Teatro Nō) oficialmente en 1957 con su designación como "Bien Cultural Inmaterial Esencial" por parte del gobierno japonés. Con respecto a esta recuperación es crucial mencionar que estas tradiciones estaban en manos de familias que eran practicantes y la supervivencia de esas tradiciones se basó en el conocimiento práctico y oral pasado a través de la formación como familia de Nomura Kosuke.

Un detalle importante a destacar de la obra de Pellecchia es la reacción de los periódicos italianos a la primera actuación en Occidente de un grupo de teatro Nō en 1954 en el Festival Internacional de Teatro de Venecia. Esto "los informes de la actuación fueron ricos en anécdotas curiosas, pero repletas de errores y malentendidos de los elementos de la actuación" (Pellecchia, 2011). Estas reacciones no fueron solo en los medios de comunicación, sino que tuvieron repercusiones en los académicos, lo que resultó en una situación difícil para el Teatro Nō y los occidentales que estudian y siguen las ideas de estos académicos. Porque, como menciona Pellecchia, existen "riesgos de generalizaciones radicales sobre la supuesta "esencia" del teatro que descontextualizaría el arte de su medio cultural". La preocupación por estos riesgos no es solo una idea de Pellecchia, quien lo demostró en su tesis, sino también una idea de Edward W. preocupación por estos riesgos no es solo una idea de Pellecchia, quien lo demostró en su tesis, sino también una idea de Edward W. Said, ex profesor de la Universidad de Columbia y autor de *Orientalismo*.

Leer más sobre el Orientalismo: <http://www.notablebiographies.com/supp/Supplement-Mi-So/Said-Edward-W.html#ixzz50mhyx2w0>

Barba confirma que pudo observar a los actores “desperdiciando su energía”. Sin embargo, la forma en que escribe esta afirmación en su libro se puede interpretar en diferentes maneras: primero, Barba toma como ejemplo un argumento, que ya ha sido refutado previamente por los dos académicos indios, para hablar de culturas que muestran el mismo comportamiento; segundo, Barba agrega y sostiene que sus técnicas van hacia ese “derroche de energía”; luego, para dar un ejemplo de ello, menciona su experiencia en Japón donde observa este “derroche de energía”.

El significado exacto de esta expresión, una de las muchas fórmulas que permite la etiqueta japonesa, y que es especialmente adecuada para los actores, es: << estás cansado >>. El actor que ha interesado o golpeado al espectador está cansado porque no ha escatimado energías, y esto se agradece.⁴⁹. (Barba, Savarese, 2011)

Esta afirmación se repite en la página 57 de su libro, cuando tras definir el concepto de energía a partir del término griego *Energeia*, Barba dice “se asocia con el ímpetu externo, el grito, el exceso de actividad muscular y nerviosa. Pero también indica algo íntimo, que late en la inmovilidad y el silencio, una fuerza contenida que fluye en el tiempo sin extenderse en el espacio”. La segunda parte de esta definición crea cierta confusión porque aunque suene bello, poético y profundo, no debemos olvidar que estamos hablando de energía proveniente de *Energeia*, esta vez. Hemos explicado y verificado que *Energeia* es movimiento y actividad eléctrica cerebral que llega a los músculos y genera fuerza. Esto demuestra la clara confusión de Barba entre *Entelecheia* y

⁴⁹ Eugenio Barba & Nicolas Savarese, *L'arte segreta dell'attore*, pg. 8, 2011.

Energieia en su trabajo. Estos malentendidos sobre la energía y el Teatro Oriental son una de las partes más relevantes del análisis de Pellecchia para esta investigación⁵⁰. Esto suma una contribución muy importante a esta investigación y a todo el mundo académico.

“Barba tiende a idealizar a Zeami cuando, como ha sugerido Zarrilli, no reconoce que incluso en las tradiciones asiáticas hay un gran número de practicantes que ciertamente no alcanzan las altas cimas de logros en la 'presencia' con la que Barba está fascinado (Zarrilli y Barba 1988, 102). Además, existe la duda de si Barba posee los instrumentos para juzgar si, por ejemplo, el practicante invitado al simposio ISTA es realmente un "buen" practicante en su propio campo. Esto le recuerda a Mnouchkine, quien durante su viaje a Japón comprendió la universalidad del teatro porque los actores de Kabuki que vio "eran maravillosos" (Mnouchkine 1996, 96). Siguiendo a Bourdieu (1993), quien formuló una teoría de la recepción del arte como un proceso que tiene lugar dentro de un campo socio-histórico, y por lo tanto no concebible en términos absolutos, tanto Mnouchkine como Barba estarían fuera de su jurisdicción al expresar juicios sobre la calidad de una obra o forma de arte cuya técnica y medio cultural les es mayoritariamente desconocido.”⁵¹ (Pellecchia, 2011)

Es importante mencionar la referencia en la que Pellecchia basa su argumento, que es de 1988. El libro utilizado en esta investigación, *L'arte segreta dell'attore*, fue publicado en el 2011 donde Barba reconoce que no todos en Asia alcanzan estos niveles de desempeño. Sin embargo, el libro conserva todos los argumentos sobre la energía mezclados con referencias culturales y religiosas, como podemos ver en su definición de energía, procedente de Energieia, en la página 57.

⁵⁰ Vea nota al pie de página 59

⁵¹ Diego Pellecchia, *Aesthetics and ethics in the reception of Nō theatre in the West*, pg. 170

Hasta este punto, esta investigación ha podido aclarar el concepto de energía y explicar cómo utilizarlo con fines de rendimiento. Ahora analizaremos brevemente los tres conceptos mencionados previamente: presencia, equilibrio y suspensión. Estos conceptos están relacionados con el concepto de energía y se van a comparar con los del libro de Barba.

Como ya se hemos establecido, el equilibrio se refiere al justo balance entre tensión (*koshi*) y energía en el cuerpo del actor a nivel técnico. De acuerdo con los principios de Zeami y repasando esa tecnicidad, podemos llegar a yugen, algo que Mangolini describe como “la belleza del equilibrio” (Mangolini, 1994). Hasta el momento no mencionamos a Zeami⁵² o sus principios porque no es el propósito de esta investigación; conocemos uno de los principios de su aportación al Teatro Nō a través de la obra de Mangolini.

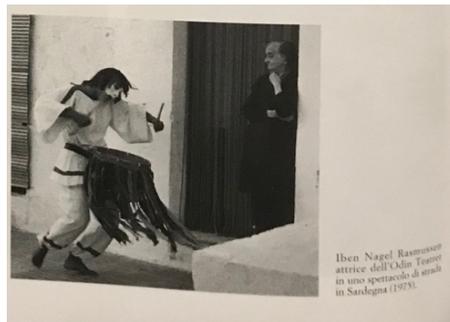
Volviendo a *L'arte segreta dell'attore* encontramos el capítulo titulado “Equilibrio” en la página 73, en el que Barba hace sus análisis sobre el equilibrio y lo define. Este análisis, basado en la parte visual de tres estilos de actuación diferentes, establece una conexión entre un actor de la Commedia Dell'Arte, un bailarín indio, y Etienne Decroux. Explica su fisicalidad atravesada por líneas idénticas de fuerza y caracterizada por el mismo equilibrio, que es un equilibrio extra-diario según lo establece Barba. Aquí la visión de Barba del significado del término “extra-diario” es confusa

⁵² Se puede encontrar un estudio detallado de su vida y sus principios en www.sesshutoyo.com. Este sitio web contiene la tesis de Alessandra Russo titulada “Pittura Zen: Sesshu Toyo E Il Rotolo Lungo Delle Quattro Stagioni”, 2005.

porque en algunos casos lo usa para referirse al comportamiento, como en el ejemplo anterior de Teatro Indio, y en ocasiones habla de técnicas basadas en el “derroche de energía” como en el ejemplo del teatro chino. Las imágenes de esta sección y su análisis muestran que Barba hace referencia al desarrollo del equilibrio físico según diferentes estilos en diferentes culturas. Además, no coincide con el concepto de equilibrio del que hablamos en esta investigación.

En la página 75, Barba habla sobre el Teatro Nō y su fisicalidad, pero menciona el concepto de *koshi* brevemente. Cuando habla de este concepto, menciona que se usa en los teatros Nō, Kyogen y Kabuki, “para definir cuando un actor tiene presencia” limitando este concepto y sus beneficios a estos estilos de teatro; esta investigación muestra otra yuxtaposición con el académico. Barba define en la página 55 la palabra *koshi* en japonés como “una parte muy precisa del cuerpo: las caderas” y continúa diciendo “bloqueándolas, evitando que sigan las piernas, se crean dos niveles de tensión en el cuerpo”. Con estas dos afirmaciones Barba crea una definición incompleta e incompatible con Mangolini, Putnam y Lessac porque todos se refieren a la columna vertebral o a una parte de ella. Además el término “bloqueo” es otro factor que crea confusión. Como practicante y estudiante de los trabajos de Mangolini, Lessac y Putnam, recomiendan encarecidamente no bloquear ninguna articulación para evitar la obstrucción del flujo de energía (ver 1.2.C). En mi práctica, pude experimentar que el cuerpo del actor se mueva y trabaje como una unidad dinámica y no como un cuerpo dividido en dos tensiones diferentes provocados por cualquier tipo de bloqueo.

Acercándose al concepto de presencia del actor en la página 72, Barba afirma que se refiere a las posiciones del cuerpo como lo demuestra el siguiente ejemplo, que consiste en tres fotografías de una actriz y la descripción de su postura física. Las imágenes muestran a una mujer bailando y tocando música. No estoy de acuerdo con Barba, porque mi experiencia como intérprete y miembro de la audiencia sugiere que el movimiento físico (cualquier referencia a la energía) no implica alcanzar la presencia en el escenario: un actor de pies en el escenario puede estar mucho más presente que alguien que realiza ciertas posturas (Figura 2.2.F.3). La conclusión de esta sección resume los argumentos de Barba, yendo en contra a la experiencia, la investigación y el trabajo de Todd Farley, Gilda Navarra, Fabio Mangolini, Scott Putman, Arthur Lessac y mi propio trabajo profesional.



*Figura 2.2.F.3 Fotografia
extraída de la página 72 del libro
L'arte segreta dell'attore de
Eugenio Barba*

3. Dejar que la energía comunique desde el escenario

3.1. Hacia una Entelecheia orgánica

3.1.A. Konstantin Stanislavsky: fundador de la idea de un teatro orgánico

Como se mencioné anteriormente, el teatro lo hacemos nosotros, los humanos, y por lo tanto, debe venir de nosotros, a la misma vez que nosotros evolucionamos y cambiamos así el teatro debería cambiar y evolucionar para reflejar nuestra realidad humana. Eso es exactamente lo que encontramos en la primera posición como una de las posibles definiciones de la palabra “orgánico” en el diccionario de Oxford: “Relativo o derivado de la materia viva”. En total, el diccionario nos da cuatro definiciones diferentes. La segunda se refiere a la producción de alimentos, la tercera se refiere al área de la psicología: “Relativo a un órgano u órganos del cuerpo”, y la cuarta: “Denota o se caracteriza por una relación armoniosa entre los elementos de un todo”. Para cada uno de ellos, el diccionario nos da algunos ejemplos y el primero de la cuarta definición parece más interesante por la referencia al arte: “la unidad orgánica de la obra de arte integral”. Por tanto, queda claro que la palabra orgánico, fuera del contexto teatral, siempre se refiere a algo vivo, a algo que proviene de un organismo vivo o al trabajo organizado de todas las funciones de una entidad.

Cuando utilizamos la palabra orgánico en el contexto del teatro, debemos volver a la fuente a la persona que la introdujo por primera vez. Es necesario comprender su trabajo antes de seguir adelante. Poner en discusión la definición de la palabra “orgánico”, no da una idea inicial de lo que podría significar el teatro orgánico: el teatro

que proviene de la experiencia humana. En algún punto de nuestras vidas como estudiantes de teatro escuchamos o estudiamos la obra de Stanislavsky: “el sí mágico”, “las circunstancias”, “las acciones físicas”, son palabras, entre otras, que caracterizan su método y que no deberían ser nuevas para nosotros, incluso si no conocemos exactamente su significado. Oficialmente todos sabemos que este revolucionario del teatro pertenece a un grupo de artistas como Michael Chéjov, Antonin Artaud y Meyerhold, que trabajaron duro para cambiar la forma de hacer teatro y superar una crisis.

Desde entonces, los principios de Stanislavsky fueron interpretados de muchas formas por diferentes personas, como lo confirma Alberto Castañeda en su libro titulado “*El actor y el arte de actuar*”.

Aún existen errores de interpretación o juicios incompletos sobre algunos temas de la obra del gran maestro ruso, en mi opinión, no se han tomado en serio; A modo de ejemplo, daré dos declaraciones ocasionales de algunos famosos del mundo del teatro: 1) Un grupo de actores y directores en reunión con el gran director alemán Berthold Brecht, le preguntan si su método niega a Stanislavski a lo que Brecht responde: “Digamos que vamos al mismo lugar por caminos diferentes”. Como vemos, es una frase que hay que examinar. Lo primero que me viene a la mente es que está hablando de dirección, no de actuación porque sabe cuánto le debe su trabajo al método de actuación de Stanislavski. Es consciente de que el director del teatro de arte de Moscú debe verse en dos áreas bien definidas: Stanislavski el director y Stanislavski el pedagogo. 2) El otro ejemplo que quiero destacar es el caso del gran actor-maestro Studio Lee Strasberg, quien en una rueda de prensa afirma “que Stanislavski era un naturalista y realmente lo era” pero habla del director Stanislavski; mucha gente toma la palabra naturalista y la repite dando un sentimiento de culpa.⁵³ (Pavón, 2013)

⁵³ Id., 7-8.

Deberíamos empezar diciendo que cuando Stanislavski crea su método no propone una formación para un actor que trabaja para todos los estilos de teatro. Propone una formación para su propio estilo de teatro basada en el intérprete como centro de la actuación, y no en un intérprete escondido entre bellas luces, maquillaje, vestuario, efectos visuales, sonidos, etc. Su formación persigue la creación de un actor que puede recrear la vida en el teatro mediante la “interrelación de personajes donde se apoyan mutuamente reaccionando a las acciones y gestos del otro⁵⁴”. Este es uno de los objetivos visuales con los que trabaja el director Stanislavski para recrear en el escenario la vida fuera del teatro. “Stanislavski el pedagogo” alcanza este objetivo pidiendo a los actores que se conozcan a sí mismos, porque, sin el conocimiento de la naturaleza del ser humano, no pueden saber recrearla.

Escudriñarse a sí mismo, que significa comenzar con un estudio concienzudo de la propia existencia, para acercarse al conocimiento de la propia personalidad, debe comenzar por su primera infancia, ya que casi todo lo que somos hoy comenzó allí.
⁵⁵ (Pavón, 2013)

De hecho, el método Clown creada por el actor, director y Clown, André Casaca, fundador del Teatro C’Art, según explica él mismo en una entrevista publicada en YouTube.⁵⁶, se basa en el redescubrimiento de la infancia, para sacar a relucir la identidad cómica del cuerpo, basada en la precariedad y la fragilidad, que abre al actor a aceptar

⁵⁴ Ibid.

⁵⁵ Id., 20.

⁵⁶Accademiamfa. “Clown with André Casaca.” *YouTube*. YouTube, 7 July 2015. Web. 18 Oct. 2016.

cualquier cosa. Ese redescubrimiento hace que su teatro sea orgánico porque sale del interior del actor.

En las lecciones de Casaca, el placer a través del juego fue el instrumento para que los actores pudiéramos acceder a la infancia: el objetivo es vivir en ella, sacar a relucir nuestro payaso. El mismo principio de “placer” es mencionado por Alexander Lowen en Bioenergética para desbloquear nuestros canales de comunicación, por Jacques Lecoq en el Cuerpo Poético como instrumento pedagógico y por Stanislavski “cómo nace la intuición que conduce a la subconsciencia⁵⁷”.

La importancia de desbloquear nuestra subconsciencia para el actor es asimilar y estudiar conscientemente las diferentes técnicas, dejarlas vivir en nuestra subconsciencia y dejar que vengán utilizadas cuando sea necesario en el escenario. Este trabajo tiene como objetivo que el actor tome todos estos procesos internos, los adapte al personaje y sea consciente de no dejar que le afecten una vez más sobre el escenario. Esto representa la clave principal de la fusión de técnicas y hace que el actor luzca orgánico porque el trabajo se hace conscientemente, su uso es inconsciente y proviene de su interior.

La conciencia ordena y regula y la subconsciencia ejecuta; por eso Stanislavski nos dice que la conciencia nunca interrumpe la actividad psicomotora. Ha visto, observado y estudiado la torpeza de los movimientos que se practican cuando aún no son subconscientes y la vergüenza de los actores principiantes al sentirse observados.⁵⁸ (Pavón, 2013)

⁵⁷Alberto Castañeda Pavón, *El actor y el arte de actuar*, pg. 23, 2013.

⁵⁸Ibid.

Esto es exactamente lo que busca el principio yugen de Zeami, el equilibrio perfecto discutido en la Sección 2.2.F. Esta similitud con la vida casi podría hacer parecer el trabajo del actor fácil y que todos pudieran hacerlo. De hecho, el trabajo del actor no es fácil porque debe enfrentarse a sí mismo, primero para liberar su mente y cuerpo, segundo para concentrarse en el estudio y luego para aprender y utilizar las técnicas para llevar y amplificar su expresión.

Castañeda también habla en su libro sobre cómo la cultura, según Stanislavski, es un moldeador de nuestras personalidades, y cómo el actor casi necesita ir en contra de su propia cultura para redescubrirse y redefinirse a sí mismo. Este es el motor del trabajo de Lessac⁵⁹, lo que Delsarte llama “movimientos involuntarios”⁶⁰, Farley llama “función natural”⁶¹ y Navarra “gestos primitivos”⁶².

En casi todas las culturas el niño, mientras se desarrolla, debe dedicarse a obedecer, y al resistirse a obedecer se crean todo tipo de castigos, incluido el físico, ideando la receta perfecta para la represión de los instintos. Los instintos no se pueden reprimir porque de todos modos surgen, muchas veces por caminos insospechados, marcando con gran fuerza la personalidad del individuo.⁶³ (Pavón, 2013)

Como resultado del proceso de Stanislavski, obtenemos una persona consciente de su cuerpo “libre de tensiones”, que Mangolini define como un “cuerpo susceptible a

⁵⁹ Consulte Sección 1.03

⁶⁰ Randi, Elena. “*From the gestural and phonetic sign of everyday life to the actor's sign: aspects of François Delsarte's system.*” 2017

⁶¹ Ver Apéndice D: Entrevista a Todd Farley

⁶² Gilda Navarra, *Cartilla de un oficio: Abecedario de un actor-mimo*, pg. 1-25, 2007.

⁶³ Alberto Castañeda Pavón, *El actor y el arte de actuar*, pg. 28, 2013.

ser manipulado”. Castañeda describe un proceso interesante en el que un niño acumula todas esas experiencias en su organismo. El proceso se basa en un sistema de imágenes grabadas en nuestro subconsciente con sus características: cuando nuestros sentidos son estimulados por una de esas características, nuestro sistema busca la imagen asociada, y así identificamos el estimulador. Castañeda nos da el ejemplo de un coche y el sonido de su claxon: cuando lo escuchas una vez, no necesitas volver a ver el coche para reconocerlo. Este es un punto en común entre Alexander Lowen y Stanislavski (según Castañeda); Me refiero a Lowen cuando explica cómo un niño convierte su experiencia en conocimiento. Castañeda, explicando el trabajo de Stanislavski, dice:

A veces recordamos eventos en nuestras vidas, sin razón aparente. Digo aparente, porque siempre las habrá, aunque no estemos conscientes, y esto suele ser por un olor, sonido, canción, imagen, contacto, etc. ⁶⁴ (Pavón, 2013)

Según Stanislavski, estas experiencias son las que más influyen en nuestra personalidad, y la tensión que proviene de las diferentes experiencias, según Alexander Lowen, pueden obstruir nuestro flujo de energía a través de nuestros canales de comunicación, o a través de los sentidos, según Stanislavski. Este es el desafío que el actor tiene que afrontar en el presente: liberarse para estudiar y luego aprender las herramientas o técnicas que puede poner en su caja de instrumentos situada en el subconsciente. De esta forma puede fusionarlos y crear los propios.

⁶⁴ Id., 31.

3.1.B. El punto de vista de Eugenio Barba sobre el teatro orgánico

En el capítulo titulado “Organicità” en las páginas 172-173 de *L’arte segreta dell’attore*, Barba nos da algunas palabras sobre el concepto orgánico introducido por Konstantin Stanislavski en el contexto del teatro en el siglo XX. Antes de comenzar su discusión, Barba nos da dos definiciones de orgánico provenientes del New Shorter Oxford Dictionary.

Abre el capítulo explicando la palabra orgánico, utilizada en teatro y danza como “sinónimo de vivo o creíble⁶⁵”. Esta afirmación podría ser aceptada, pero quizás demasiado vaga porque no proporciona ningún análisis de apoyo. Tras el análisis de Castañeda, en el que entendemos la complejidad del concepto de teatro orgánico, no podemos aceptar la afirmación de Barba. De hecho, esta probablemente sea una de las posibles interpretaciones del método de Stanislavski en las que los principios no se consideran tan cuidadosamente como merecen. En su trabajo, Barba no habla del concepto orgánico como un proceso interno. Este proceso es importante porque el actor debe reconocer su propio material para encontrar su propia semiótica, y luego podrá comunicar con la audiencia que le interesa. Su análisis está más cerca de la definición del diccionario de Oxford que del concepto orgánico de Stanislavski..

Adestrándonos en su discusión, Barba dice que el concepto orgánico está estrictamente relacionado con “la presencia en el escenario y el bios escénico”, pero nunca explica cómo se establecen las conexiones.

⁶⁵ Eugenio Barba & Nicolas Savarese, *L’arte segreta dell’attore*, pg. 172, 2011.

El objetivo de su investigación [refiriéndose a Artaud, Stanislavski y Meyerhold] era la “autenticidad”, la “sinceridad”, la “crueldad” por parte del actor, una dinamismo personal que podía materializar la expresión poética de los textos de Ibsen, Strindberg, Chéjov. Este proceso debe ser sometido al actor para provocar en el espectador ese sentimiento de vida, ese efecto de orgánico?⁶⁶ (Barba, Savarese, 2011)

Sin tratar los argumentos de Stanislavski con suficiente profundidad, su discusión se mueve hacia el efecto orgánico en la audiencia, definiéndolo como la “capacidad de hacer que la audiencia experimente un cuerpo en vida⁶⁷”. Aunque Barba nunca define el concepto orgánico de Stanislavski o el trabajo del actor para ser orgánico. Sin ella, solo establece que “la tarea principal del actor no es ser orgánico, sino crear la percepción de ser orgánico en los ojos y sentidos del espectador⁶⁸”. Esto deja clara y comprensible la interpretación de Barba de un actor orgánico, que dista mucho de la que expone el libro de Castañeda. Además, surge una otra pregunta: ¿cómo puede un actor crear la percepción de ser orgánico sin saber qué es o sin haberlo experimentado?

Más tarde, Barba explica, refiriéndose al trabajo del actor, que para llegar a este concepto orgánico, el actor debe experimentar con lo inorgánico en sí mismo. Como expresan Lowen y Stanislavski, esta experimentación sobre lo inorgánico para luego convertirlo en orgánico se convierte en un punto común con Barba: la experiencia es la herramienta para crear conocimiento.

⁶⁶ Ibid.

⁶⁷ Ibid.

⁶⁸ Ibid.

No sabemos si Barba está de acuerdo con este punto, considerando su declaración anterior sobre la necesidad de que un actor recree la percepción en lugar de ser orgánico. Además, esta afirmación trae de vuelta la contradicción anterior: “crear la percepción de orgánico sin el conocimiento y la experiencia del concepto orgánico”. Entonces, ¿estamos fingiendo actuar?

Esta investigación persigue un tipo de teatro y actor más cercano a la interpretación de Castañeda del concepto orgánico de Stanislavski porque se sustenta en el trabajo científico de Lowen, y la experiencia relevante e investigación artística de Lessac, Putnam, Navarra, Farley y Mangolini.

3.2. Tensión: nuestro obstáculo moderno y nuestra herramienta fundamental

3.2.A. Dynamis-Energeia-Entelecheia más tensión es igual a DETE

Partiendo de la siguiente premisa: un artista al igual que un ser humano sufre las mismas consecuencias de vivir en nuestro mundo moderno capitaneado por los conceptos de efectividad y eficiencia, discutiremos sobre un nuevo desafío para los actores: el control de la tensión, la otra tensión.

Primero, la palabra tensión, como la palabra energía, a lo largo de los años y dependiendo del contexto, adquiere muchos significados. Navarra y Farley, desde un aspecto teatral, tienen definiciones de tensión muy similares.

Tensión: La tensión es el “poder” del intérprete, traducido en mi estilo en términos de movimiento y ritmo, y se describiría como con o sin resistencia, ligero, contundente, etc. La tensión

también se encuentra en el diseño del cuerpo (especialmente en el diseño triple donde la tensión física es mayor). La tensión es esencial para crear un personaje “suspendido” que lleva al ejecutante de lo mundano a lo sublime, es el Carácter Suspendido y el movimiento en la mímica lo que lo convierte en un arte y lo hace grandioso. (Farley, 2017)

Tensión: Intensidad de la fuerza. Estado de un cuerpo estirado por acción de fuerza. Estado en el que el cuerpo se encuentra en intensa actividad muscular.⁶⁹ (Navarra, 2007)

En estas definiciones, encontramos dos lados del concepto de koshi descrito en el trabajo de Mangolini. Navarra y Farley concuerdan en la siguiente premisa: fuerzas que van en diferentes direcciones que estiran el cuerpo y crean presencia escénica. Ninguno de ellos explica de dónde vienen exactamente estas fuerzas ni como acceder a ellas físicamente, pero si combinamos ambas definiciones obtenemos una definición muy cercana al concepto de koshi: una intensa actividad muscular (Navarra) que da la sensación de suspensión al actor (Farley). Como podemos ver, Navarra, con su formación en danza, trabaja en el lado físico del término koshi; Farley, de origen religioso, trabaja sobre la esencia de su poder en términos de energía. Detrás de eso, Navarra está motivada por la pasión de la expresión del movimiento, y Farley por su deseo de superar su “inglés pidgin” para expresar sus creencias. De esta forma conseguimos un punto de partida similar entre ellos: la intención de expresar. Por el contrario, Mangolini, al tener la oportunidad de trabajar en Japón con Nomura, gracias a sus observaciones e

⁶⁹ Gilda Navarra, *Cartilla de un oficio: Abecedario de un actor-mimo*, pg. 153, 2007.

investigaciones, puede captar la importancia cultural y teatral del koshi en el Teatro Nō, dándonos la descripción específica del mismo para fines de interpretación.

Al estudiar el trabajo de Lessac y Putnam, derribamos la frontera entre el cuerpo de un intérprete dentro y fuera de la actuación, demostrando que los beneficios en la salud física y mental son accesibles no solo para los artistas. Estos beneficios dan como resultado una mejoría de la comunicación para todos. De aquí se deriva la siguiente conclusión: la intensidad de la energía es la clave para marcar la diferencia entre el uso del cuerpo en el escenario y en la vida cotidiana. Sin el equilibrio perfecto entre energía y tensión, que permite el fluir de la energía, todas las disciplinas que un actor puede aprender a utilizar (como circo, mimo, danza, etc.), quedan vacías, sin mensaje ni intención.

El nuevo desafío para el actor es el reconocimiento y control en sí mismo de la tensión para utilizarla como sustentador de la energía, en un nivel de intensidad superior, consciente de no bloquear el flujo de la energía (ver más sobre el flujo de energía 1.2.C).

Este desafío no es solo para el actor porque como seres humanos todos debemos lidiar con las experiencias de la vida cotidiana que pueden provocar estrés. La particularidad del oficio del actor es la intensidad con la que utiliza su propia energía. Para comprender mejor y más profundamente el concepto de tensión al cual hago referencia analizaré el concepto de Alexander Lowen.

[definiendo tensión] consecuencia de la imposición de una fuerza o presión en el organismo, que reacciona movilizándolo su

energía. Naturalmente, si el cuerpo logra escapar de esa fuerza, no está sujeto a ninguna tensión.⁷⁰” (Lowen, 2012).

En su definición, las palabras “fuerza” y “presión”, nos dan una idea de la razón por la cual la palabra tensión se usa en muchas áreas diferentes. Ahora, nos interesa la presión sobre el organismo, es decir, organismo como cuerpo humano. Luego Lowen continúa diciendo que existe una reacción que moviliza energía: por lo tanto, debemos aprender nuevas formas de energizar nuestro cuerpo y mantenerlo en buen estado de salud, libre de tensiones. Si no energizamos el cuerpo lo suficiente para lidiar con nuestras tensiones diarias durante toda nuestra vida, podría imprimir muchas tensiones en nuestros cuerpos. El proceso por el cual estas tensiones se imprimen en nuestros cuerpos se llama “adaptación” y tiene tres fases, según Lowen.

La primera se llama “reacción de alarma”. El cuerpo reacciona a una tensión aguda segregando adrenalina que moviliza la energía para afrontar la tensión. Cuando esto causa daño físico al cuerpo, la reacción de alarma toma la forma de un proceso inflamatorio. Si esta reacción consigue superar el daño y eliminar la tensión, el organismo se relaja y vuelve a su condición natural de autorregulación. Pero si la tensión continúa, comienza la segunda fase, en la que el cuerpo intenta adaptarse a la tensión. Esto requiere la presencia de hormonas esteroides corticales suprarrenales; cuya función es antiinflamatoria. Sin embargo, el proceso de adaptación también necesita energía, que debe tomarse de las reservas corporales. La segunda fase es como una guerra fría, en la que el cuerpo intenta detener al agente que lleva la tensión ya que no es capaz de eliminarla. Esta fase puede prolongarse durante mucho tiempo, pero el cuerpo eventualmente se debilita tarde o temprano. Luego viene la tercera fase, que se

⁷⁰ Alexander Lowen, *La Bioenergética*, pg.193, 1975.

llama fase de agotamiento. El cuerpo ya no tiene la energía para detener la invasión de la tensión. (Lowen, 2012)⁷¹

A este punto, entendemos que la cultura es uno de los posibles moldeadores de nuestro cuerpo. La experiencia, la influencia y el conocimiento, relevantes para cada cultura, provocan las diferentes tensiones que consumen la energía de nuestros cuerpos. Para dar un ejemplo de esto, quiero citar algunas expresiones de Lowen, muchos de nosotros las habremos escuchado de nuestros abuelos, tíos o familiares, tratando de arreglar nuestras posturas y cumplir con las convenciones sociales de algunas culturas, ignorando cómo agregan “consumidores de energía” a nuestros cuerpos. Como ejemplos de estas expresiones encontramos: “hombros hacia atrás”, “pecho hacia adelante”, “vientre adentro⁷²”, entre otras. Lessac trata de concienciarnos de estos hábitos o patrones, de mejorar nuestra salud cambiándolos y creando personas conscientes de su propio cuerpo libre de tensiones, como describe Mangolini.

Esta cultura popular y difundida, mezclada con una modernidad “caracterizada por el estrés extremo⁷³” (Lowen 2012), podría dejar marcas físicas en nuestro cuerpo: “la tensión muscular crónica”, que crea problemas en nuestra comunicación.

¿Cómo puede esta tensión o bloqueo afectar negativamente nuestra comunicación? Podemos empezar recordando nuestra definición general de comunicación: “un intercambio de información entre dos entidades”. Estas entidades

⁷¹ Id., 198.

⁷² Id., 206.

⁷³ Id., 205.

pueden adoptar la forma de “persona a persona”, “persona a grupo”, “grupo a grupo” o “grupo a persona”. Quiero centrar esta investigación en la primera parte de la comunicación, el proceso interno que ya comunica antes de que las palabras salgan de la persona. En su libro, Lowen habla de pacientes que sufren de depresión, cuyos niveles de energía son bajos. Para levantarlos, pueden hacer diferentes ejercicios de respiración (uno de los proveedores de energía para el organismo)⁷⁴ (Lowen, 2012). Explica que, como resultado de ello, un paciente podría incluso abrir la garganta y empezar a llorar sin motivo. Lo contrario también puede suceder si los miedos del paciente son más altos que su deseo de expresarse: se bloquea de una manera que no puede sentir nada (su cerebro y su cuerpo no se comunican). Ambas posibilidades pueden hacer que el paciente sea consciente de sus propias tensiones musculares en la garganta y el pecho, que bloquean la expresión de sus propios sentimientos. Eliminando estas tensiones, la energía vuelve a fluir y permite una mejora en el proceso de comunicación.

Por la misma razón, cuando nuestra expresión individual de sentimientos o ideas está limitada por fuerzas internas (inhibiciones o tensiones musculares crónicas), también se reduce nuestra capacidad para sentir placer. En este caso, el individuo reduce sus niveles de energía (inconscientemente) para mantener el equilibrio energético de su cuerpo. (Lowen, 2012)⁷⁵

Se nota que la desconexión entre cuerpo y mente, arruina nuestra capacidad para comprender nuestros sentimientos / energía / intenciones. Esta desconexión, a medida que

⁷⁴ Id., 37.

⁷⁵ Ibid.

avanzamos hacia un mundo más visual, es el resultado de muchos elementos: nuestras mentes son bombardeadas por miles y miles de imágenes, que de alguna manera tienen más importancia en nuestras vidas que nuestra salud cuerpo / mente, promulgando esta desconexión. Ni siquiera los notamos porque nuestros cerebros están ocupados, procesando mucha información externa en lugar de escuchar nuestros cuerpos. Lowen expresa una idea similar explicando cómo intentamos educar a los niños dándoles datos, que hasta que no los experimenten con sus cuerpos, no pueden pasar a formar parte de sus conocimientos.

La mezcla de esto provoca reacciones diferentes para cada uno. Algunas personas aprenden a manejar la tensión; otros, la mayoría, nunca se dan cuenta y desarrollan hábitos que pueden ir en su contra, bloqueando cada vez más sus expresiones corporales, limitando y afectando sus comunicaciones. Ahora bien, ¿cómo se refleja esto en el teatro? Según mi experiencia, un ejemplo de cómo esto afecta al teatro y principalmente a la relación y comunicación entre actor y público se puede encontrar en la Figura 3.2.A.1.

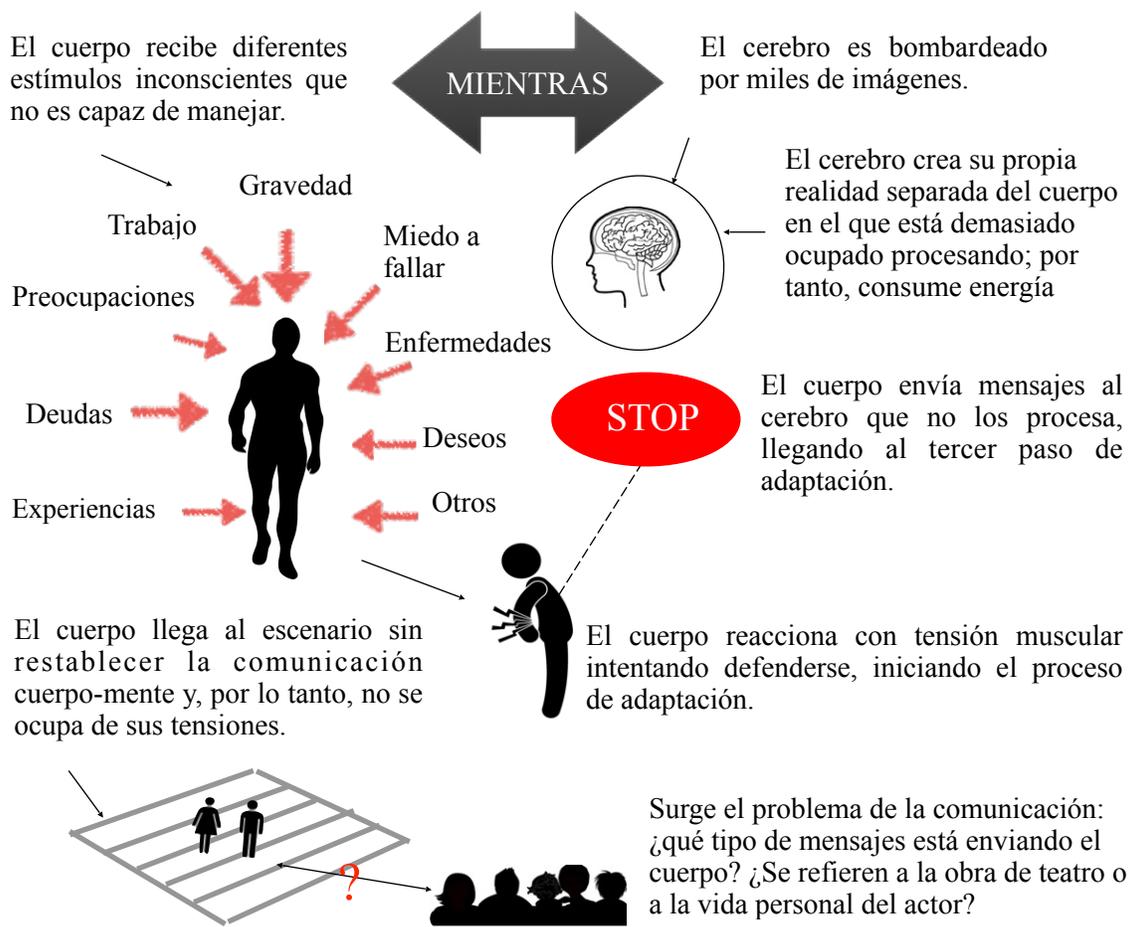


Figura 3.2.A.1 Fotografía extraída de la página 72 del libro *L'arte segreta dell'attore* de Eugenio Barba

3.2.B. Comunicando nuestras intenciones con nuestra energía

Como se confirmó, la energía lleva la intención, que mueve todo el ciclo de comunicación de nuestros cuerpos. Como se ve, esta comunicación puede encontrar algunos obstáculos o barreras que pueden permitir que nuestro cuerpo exprese algo diferente de lo que realmente queremos decir, creando una confusión entre dos mensajes de los que no somos conscientes. Antonio Núñez Partido afirma:

nuestro corazón es el órgano más sensible de nuestro cuerpo. Nuestra vida depende de su actividad rítmica y constante. Cuando este ritmo se altera, aunque sea momentáneamente, experimentamos una ansiedad que llega a lo más profundo de nuestro ser.⁷⁶ (Núñez-Partido 2009)

Esta ansiedad, mientras pasa el tiempo, crea estas tensiones-barreras-obstáculos, afectando negativamente nuestro flujo de energía y nuestro proceso de comunicación. Nuestro cuerpo se comunica incluso cuando no está premeditado. Alexander Lowen lo nombra, en el Capítulo 9 “Autoexpresion y supervivencia”.

La autoexpresion es “un valor inherente a todos los organismos vivos”⁷⁷. Cada actividad corporal, desde comer y caminar hasta bailar y cantar, comunica algo. Lowen va más allá en esta definición estudiando todos los componentes, en los que se incluyen el color de la piel, el cabello, los ojos y otros aspectos, que contribuyen a la autoexpresion.

En un contexto teatral, esta definición de autoexpresion explica la razón por la cual algunos estilos de teatro o algunos directores prefieren algunas características físicas de los actores cuando quieren crear sus representaciones. Esto nos ayuda a crear una primera impresión visual, incluso puede ser utilizada para captar la atención de la audiencia. Impresión que funciona solamente al inicio, si el trabajo del actor no es lo suficientemente bueno para respaldar esta impresión visual, perdemos el efecto, la audiencia se confunde o no presta atención. Cuando el trabajo del actor es lo

⁷⁶Antonio Núñez-Partido, Integración Cuerpo, Emoción Y Mente: El Enfoque Bioenergético de A. Lowen, pg. 9, 2009.

⁷⁷ Alexander Lowen, *La Bioenergética*, pg. 225, 1975.

suficientemente bueno, el aspecto visual deja de ser importante. Entonces, ¿por qué no trabajamos en la expresión del actor desde sus inicios? Puede permitirnos avanzar rompiendo nuestras concepciones visuales. Por ejemplo, no todos los miembros de una familia tienen necesariamente el mismo color de piel o la misma nacionalidad (por ejemplo, familias mixtas).

Para captar la atención de la audiencia, necesitamos que la expresión del actor sea espontánea. Lowen, que estudia *The Creative Attitude* de Abraham Maslow, define la espontaneidad en la siguiente manera:

Es garantía de la expresión sincera de la naturaleza y estilo de un ser en libre funcionamiento y su unicidad. Ambas palabras, espontaneidad y expresividad, suponen sinceridad, naturalidad, veracidad, ausencia de afectación, falta de ánimo de imitar a los demás, etcétera, porque suponen también una característica no instrumental de la conducta, la ausencia de artificios, de intención de esforzarse, no de interferencia en el fluir de los impulsos y la libre expresión de la persona. (Lowen, 2012)⁷⁸

La primera línea de esta cita es una confirmación científica del trabajo básico del concepto orgánico de Stanislavsky, “expresión de la naturaleza”, “funcionamiento libre”, “la unicidad del ser”, “ser tú mismo”. Sirve como objetivo para los juegos de teatro y para la formación del actor. “Alcanzar la espontaneidad de una persona” significa desbloquear el inconsciente; los impulsos reprimidos pueden reflejarse en acciones, el actor está “vivo” y su placer se recarga energéticamente. Entonces la responsabilidad del

⁷⁸ Id., 226.

actor es simplemente entrenar, aprender a controlar y ampliar esa expresión para proyectarla a la audiencia.

Continuando con el trabajo de Lowen, llegamos al concepto de canales de comunicación. Una vez hecho todo el trabajo interno, el paso final, Entelecheia, es expresar a través de nuestros ojos, la voz y los movimientos. Según Lowen, la gente normalmente los expresa utilizando estos tres canales simultáneamente⁷⁹. Para comprender profunda y físicamente estas comunicaciones, usaremos la explicación de Lowen sobre un canal de voz bloqueado:

Cuando se libera [refiriéndose a la voz], la voz viene del corazón: es un individuo que habla con el corazón. Esto significa que el canal de comunicación del corazón con el mundo se ha abierto y liberado de obstáculos. Examinando este canal desde el punto de vista anatómico, encontramos tres zonas donde las tensiones crónicas pueden formar anillos de constricción, estrechando el canal y obstaculizando la plena expresión de los sentimientos. El anillo más superficial se puede formar alrededor de la boca. Una boca cerrada o tensa puede bloquear efectivamente toda comunicación emocional. Comprimir los labios y apretar las mandíbulas puede evitar que salga cualquier tipo de sonido. El segundo anillo de tensión se forma en la unión de la cabeza y el cuello. Esta es una zona crítica porque representa el área de transición del control voluntario al involuntario. (Lowen, 2012)⁸⁰

⁷⁹ Id., 230.

⁸⁰ Id., 238.

Buscando más sobre los canales de comunicación en el contexto del teatro, menciono un artículo de Scott P. Phillips⁸¹, practicante de teatro y artes marciales. En su artículo “Teatro, ritual y exorcismo en las artes marciales chinas” Phillips aclara la evolución de las artes marciales, y el contexto / razón de su creación, que se ve afectada negativamente por los medios como ya hemos observado con el problema del Orientalismo. Basado en más de treinta (30) años de experiencia como intérprete y profesor de artes marciales chinas, danza y teatro⁸², Phillips expone algunos conceptos interesantes que están estrictamente relacionados con el canal de comunicación de Lowen y con el trabajo de Lessac.

Podemos comenzar con sus respuestas a la pregunta “¿el templo de Shaolin era una escuela de teatro?” Phillips establece que la gente no la considera apropiadamente

⁸¹ Scott P. Phillips comenzó a entrenar en artes marciales y qigong en 1977, ha estado enseñando durante 17 años. Mientras tenía veintitantos años, entrenaba ocho horas al día. Sus estudiantes tienen edades comprendidas entre los 5 y los 75 años. Durante los últimos cinco años ha estado en la facultad del Colegio Americano de Medicina Tradicional China (ACTCM). Durante los últimos siete años ha estado en la facultad de Taller de Artes Escénicas (PAW). Entre sus maestros se encuentran: Bing Gong, un estudiante de último año de Kuo Lien-Ying, uno de los primeros artistas marciales “internos” chinos en comenzar a enseñar en los Estados Unidos. Scott también ha estudiado extensamente con George Xu, Zhang Xue Xin, Ye Xiao Long, Kumar Frantzis y en la Escuela de Artes Tradicionales Omoto en Japón. Scott estudió taoísmo religioso durante 9 años con Liu Ming, el fundador de la Escuela de Medicina Tradicional China de las Cinco Ramas. Es un poseedor del linaje en técnicas de meditación taoísta y muchas otras enseñanzas secretas y esotéricas. Estudió nutrición y el arte de cocinar con hierbas chinas con Nam Singh. Scott es un maestro maestro de Northern Shaolin como arte escénico. Sus muchos años de formación en danza incluyen: Kathak (indio), congoleño, haitiano (técnica Dunham), moderno, ballet e improvisación. También pasó años entrenando con Rebecca Haseltine (Body Mind Centering) y John Ingle (Técnica Alexander). (Phillips, 2010)

⁸² Id., 1.

como una escuela de teatro; también, su entrenamiento, con sus exploraciones sobre “calistenia⁸³ y ejercicios de respiración”, “tuvieron una influencia mucho mayor en el teatro⁸⁴”. De hecho, afirma que el sistema daoyin⁸⁵ más completo (o sistema autoconsciente) “proviene de un linaje de realización de kungfu Monkey”. Cuando miramos la definición de daoyin, o la forma en que lo denomina “sistema autoconsciente”, nos recuerda a los intérpretes que ya hemos analizado (Farley, Navarra, Mangolini, Putman y Lessac) y el principio de conciencia, cambiando patrones, cuerpo maleable, etc.

En la tercera parte (3) *Conocimiento incrustado en las artes marciales*⁸⁶, comienza a discutir los elementos que nos interesan. Primero, habla de Yi o intención. Aquí debo mencionar que existe un desacuerdo en el significado de Yi: Phillips lo llama “intención”; el Maestro Cheuk Fung, como mencionamos en la sección anterior, nombra la intención como Shen y Yi como “energía humana potencial”. Ambos hablan de la intención como iniciadora de todo, lo que hace que cada movimiento sea más preciso, eficiente y naturalmente eficaz.

⁸³ La calistenia se define como los ejercicios de gimnasia necesarios para lograr la gracia del movimiento y la aptitud física. Más detalles sobre <http://www.newindianexpress.com/lifestyle/health/2017/oct/02/calisthenics-and-its-promise-of-beauty-and-strength-1665589.html>

⁸⁴ Phillips, Scott P., *Theater, Ritual and Exorcism in Chinese Martial Arts*, pg. 16, 2010.

⁸⁵ Un antiguo ejercicio chino de mente y cuerpo que combina el principio de las técnicas de meditación y respiración para promover el autodesarrollo y aumentar la espiritualidad. "Daoyin". Diccionario médico de Segen. 2011. Farlex, Inc. 7 Jan. 2018 <https://medical-dictionary.thefreedictionary.com/daoyin>

⁸⁶ Phillips, Scott P., *Theater, Ritual and Exorcism in Chinese Martial Arts*, pg. 30, 2010.

Luego comenta lo importante que es el entrenamiento de la vista y lo importante que es para los mimos. El punto más relevante de esta investigación, según el entrenamiento de los ojos de Phillips para las artes marciales, es la capacidad de controlarlo, de no revelar nuestros movimientos antes de ejecutarlos. Esta es la razón por la que el control de la mirada en el contexto teatral ayuda a transmitir las emociones del momento, y el público puede vivir la evolución de la emoción, una a la vez. Esto da la impresión de vivacidad, sinceridad y franqueza. Esta es la razón por la que Lowen dice que “los ojos son los espejos del alma” y ofrece una lista de las emociones que podemos reconocer en los ojos de una persona⁸⁷.

En este punto de la discusión, Phillips nos da algunos propósitos para este entrenamiento de la vista, y en uno de ellos (punto 3, página 35) menciona a Mai Lanfang (1894-1961) como uno de los usuarios de este entrenamiento en teatro físico. Esto nos da una razón para la codificación de las artes de las que hablamos: la codificación de las emociones no implica que alcanzar una cierta fisicalidad lleve al actor a expresar la misma emoción; de hecho, el actor puede enviar un mensaje confuso si intenta alcanzar esta fisicalidad obligando al cuerpo a adoptar determinadas posiciones para las cuales no está preparado. En esta investigación, la codificación (el conjunto de posiciones, gestos, etc.) se refiere al resultado visual de la expresión de la intención / emoción, que es llevada por la energía, en relación con la postura característica de cada estilo. Por tanto, podemos lograr dejar a un lado esos conjuntos de posiciones y concentrarnos en el

⁸⁷ Alexander Lowen, *La Bioenergética*, pg. 241-244, 1975.

control de la energía y en la intención para alcanzar la versatilidad. Este es exactamente el redescubrimiento de Mangolini cuando estudia y compara la Commedia Dell'Arte con el Teatro Nō en Tokio.

Los seres humanos están hechos de energía potencial; está ahí fuera, en nosotros, puede que no lo veamos, pero podemos sentirlo si nos detenemos y nos tomamos un momento para nosotros mismos. Podemos proyectarlo, manipularlo e intensificarlo. Debemos aprender a controlarlo y a dejarlo fluir y esparcirse por el espacio.

La ruta hacia la potencia natural, hacia la destreza marcial espontánea expresada en rituales teatrales de curación exorcista, ha sido oscurecida por una historia continua de visiones agresivas, miedos reales y vanidad. Afortunadamente, la fisicalidad de esta potencia no se ha perdido, todavía está esperando ser redescubierta, incrustada en las artes marciales tal como han llegado hasta nosotros.⁸⁸ (Phillips, 2010)

3.3. Hacia el teatro que llevas dentro: Un Teatro Humano

3.3.A. Teatro Humano: conclusión de una investigación

Como vemos, a través de los sentidos creamos nuestra existencia y nuestra identidad. Desde nuestra primera infancia, los sentidos registran en nuestra inconsciencia lo que seremos mañana, y en este complejo sistema de registro de huellas, el artista encuentra el material para su obra. El artista descompone estas imágenes en busca de una semiótica personal que le permita llegar al público que le interesa y lograr su propósito con su discurso.⁸⁹ (Pavón, 2013)

⁸⁸ Phillips, Scott P., *Theater, Ritual and Exorcism in Chinese Martial Arts*, pg. 50, 2010.

⁸⁹ Alberto Castañeda Pavón, *El actor y el arte de actuar*, pg. 31, 2013.

Esta investigación nos lleva a comprender la razón por la cual el concepto de energía adquirió diferentes significados durante su evolución. Esta razón se encuentra en el significado más básico de la palabra energía: movimiento. El redescubrir esta definición nos llevó a comprender y desarrollar el ciclo de la energía: Dinamis-Energieia-Entelecheia. Además, nos ayudó a comprender el elemento más básico detrás del proceso de comunicación: el flujo de la energía. El fluir de la energía con el concepto de koshi crea el equilibrio perfecto que sirve al actor como una poderosa herramienta para ampliar su presencia en el escenario, proyectar su propia energía y comunicar sus intenciones. Este descubrimiento nos llevó a un caso de Orientalismo en la obra de Eugenio Barba, que también confirma el malentendido sobre el concepto de energía y su confusión con Entelecheia. Además (con el trabajo de Alessia Sini), nos alertó contra la reedición de conceptos erróneos que se toman como conclusiones finales.

El concepto de Teatro Humano nace como mi propuesta de nombrar todo el trabajo realizado, en un largo período de tiempo, por muchos intérpretes, críticos, profesores, investigadores, teóricos y personas apasionadas por el arte, con el propósito de llevar al escenario a otra realidad; una realidad en la cual nuestra energía es la protagonista. Un teatro en el que la expresión humana, entendida como nuestras intenciones, es el personaje más importante y el verdadero mensajero que utiliza el cuerpo y sus componentes como canales de comunicación, para crear una realidad teatral humana. Por tanto, esto hace que cada artista sea diferente, independientemente de las

habilidades que posee (el circo, la mímica, la danza, etc.): el intérprete puede aprender a proyectar esa energía que lleva su intención.

Esta capacidad del actor para controlar su propia energía le da la base para adentrarse en el mundo de todos los estilos teatrales. Una vez que el actor ha aprendido la “técnica del estilo” y la ha hecho suya, entonces, puede olvidarse de la ejecución y concentrarse en transmitir el mensaje a la audiencia, viviendo el momento. Nuestro subconsciente se convierte en la principal fuente de herramientas-conocimiento-poder para el actor. Como intérprete, por mi experiencia en el escenario, después de entrenar en muchos estilos diferentes, noto que esas técnicas no desaparecen; permanecen en nuestro subconsciente y salen como asistentes para transmitir un mensaje cada vez que los necesitamos para ampliar la proyección de la energía. Según mi práctica, una vez que el actor alcanza la capacidad de olvidar las formas de una técnica, se convierte en un creador versátil.

Esto hace que cada experiencia teatral sea única porque depende completamente de la capacidad del intérprete para contar su la historia y de la capacidad del director / intérprete para transmitir un mensaje claro coherente. Por tanto, la experiencia se convierte en la clave y motor de este concepto, porque reúne a artistas intérpretes o ejecutantes que pueden relacionarse porque viven los mismos temas, pero con contextos diferentes. Si se relacionan con él, entonces la audiencia lo hará. Aquí es donde la creatividad cobra importancia, para decidir cómo contar las experiencias sin olvidar que están creando una representación artística. El hecho de que los intérpretes estén

experimentando los mismos temas en diferentes contextos ayuda a crear una historia capaz de hablarles a todos.

Más allá de sus beneficios para el escenario, el flujo de energía mejora la capacidad de comunicación de todos. Si le damos la atención requerida, si lo cuidamos y si identificamos los posibles obstáculos / tensiones, podemos obtener una mejora en nuestra salud mental y física. Un cuerpo-mente sano se comunica más eficazmente que uno que no lo es. Por lo tanto, debido al contexto en el que vivimos, debemos ser conscientes de nuestro cuerpo a diario. En el contexto teatral, los actores, intérpretes o artistas, en general, necesitan prestar más atención porque nuestro trabajo es ser transmisores de diferentes tipos de mensajes. Además, para transmitir todo tipo de mensaje necesitamos conectarnos con la audiencia para empezar a comunicarnos. Esta conexión con la audiencia, como en la vida diaria, es otro beneficio del correcto flujo de energía.

Para el actor, es importante recordar que el flujo correcto de energía es la mitad del trabajo. La otra mitad es un correcto entrenamiento físico con la finalidad de conocer en profundidad nuestro cuerpo, sus capacidades para ampliar nuestra energía y desarrollar la capacidad de sentirlo / oírlo. El dominio del koshi, que es la otra mitad de la obra, le da al actor la oportunidad de manipular su cuerpo, adaptarlo a cualquier conjunto de movimientos y ampliar su presencia en el escenario. La capacidad del actor para alcanzar el equilibrio perfecto de flujo de energía y koshi es lo que diferencia a los actores.

En mi carrera profesional, tuve la oportunidad de liderar un taller en el que el tema principal fue definir tu identidad. Los participantes tuvieron tiempo para relajarse, moverse en diferentes ritmos (permitiendo inconscientemente el flujo de la energía), participar en un pequeño juego para establecer contacto visual entre personas que no se conocían, aclarar sus mentes y lograr relajarse. Todo con el propósito de ayudarles a sentirse seguros y confiados para dejar fluir su energía. Entonces, se hizo la pregunta: “¿qué eres tú?”

Se les dio papel y lápiz y empezaron a pensar y a reflexionar en esta pregunta escribiendo todo lo que se les ocurría. Al final, nos sentamos y discutimos abiertamente lo que escribieron. Se pueden identificar un algunos signos físicos cuando se habla de miedos personales o temas incómodos. Estos signos físicos son las tensiones que dejan las diferentes experiencias de la vida. Esa vulnerabilidad tocó a los demás y creó una sensación de apoyo y un ambiente en el que se sentían seguros para hablar abiertamente. Esta apertura creó rápidamente una conexión entre ellos, porque era sincera, no se escondía detrás de ningún movimiento estilizado. De esta manera encontramos un punto común entre todos ellos: su historia para contar. En aproximadamente una hora y media, teníamos un tema y un punto de partida para empezar a crear nuestro proyecto teatral.

Apéndice A: *Voyage*: una oportunidad para experimentar

De que se trata *Voyage*?

Al observarlos por unos segundos parecen no tener nada en común: “Parece un poco hispana”, alguien dice, “Puede que sea mexicano”, piensan. Escucharlos por unos momentos deja en claro que no pueden entenderse. Pero entonces, ¿qué los une? ¿Qué los une en el escenario? El deseo de contar su experiencia como miembros de la nueva generación de humanos que sienten de no pertenecer a ningún lado, lo que nos orienta a descubrir el valor de la identidad. *Voyage* es un estudio basado en una mezcla de historias personales, entrevistas a inmigrantes de todo el mundo y experiencias humanas. Un espectáculo que es búsqueda y emoción, y que saca a cada espectador de sus propios esquemas, superando prejuicios, empatizando con los demás en busca de su propia identidad.

El contexto del proceso de creación

Después de vivir en Italia durante dos años y medio, mi idea de la inmigración, viniendo de Puerto Rico y luego de Estados Unidos, cambió totalmente. Para mí, la inmigración se trataba de esos puertorriqueños que se van de nuestra isla y ahora luchan por una vida estable, un trabajo, un futuro. Para mí, era mi hermano, mi hermana, mi madre, mi padre y luego el resto de la familia por muchas razones diferentes. La inmigración es un proceso normal, nada brutal, nada inhumano, solo mucho trabajo y sacrificio para aprender una nueva cultura, un nuevo idioma, una nueva vida, para

alcanzar el famoso sueño americano (hasta que me tocó el turno de vivir la experiencia de inmigrante).

Entonces, yo soy el inmigrante. Me mudé de Puerto Rico a Louisiana en busca de mejores oportunidades, conseguí un trabajo en la banca y aquí mi idea de la inmigración comenzó a desmoronarse. Tenía demanda porque podía hablar español, pude ayudar a las personas que no hablaban inglés lo suficiente para hacer transacciones bancarias o solicitar servicios. Aquí me di cuenta de la situación realmente complicada para las personas que no son ciudadanos estadounidenses, que no pueden simplemente decidir ir a los Estados Unidos como lo hice yo, los verdaderos inmigrantes. Mi definición de inmigrante comenzaba a cambiar. Después de seis meses de escuchar muchas historias de personas que decidieron emigrar en diferentes formas, que sufrieron y siguen sufriendo las desventajas de no ser ciudadanos, dejé mi trabajo y decidí estudiar lo que realmente quería. Aterrizando en Italia el 24 de agosto de 2015.

En Italia, pude experimentar el proceso de inmigración como estudiante, como artista y como humano. Las noticias eran impactantes para mí, cientos de muertes cada año en toda Europa y sus alrededores, rescates constantes de cuerpos flotando en el mar de personas que intentaban escapar de la guerra y la pobreza en sus países, fronteras llenas de violencia, políticos expresando su punto de vista sobre el futuro de estos humanos, entre otras cosas que eran totalmente nuevas para mí. Impresionado por todo esto, miré hacia nuestro lado del mundo y noté que no era tan diferente: de hecho, no hay diferencia. Todo esto estaba a mi alrededor y nunca lo había notado.

Cuanto más me adentraba en la cultura italiana, más se destruía mi concepto de inmigración. Estudiando la Commedia Dell'Arte, la cultura y la historia, me di cuenta de la diferencia entre italianos que estaban incluso a cien kilómetros de distancia. La diferencia en la comida, dialectos, gestos utilizados para comunicarse o incluso hábitos como la forma en que hacen el café. Me abrió una nueva forma de ver el mundo.

Consciente de todo esto, sentí que quería decir algo al respecto, pero no sabía qué exactamente. Todo lo que sabía era que no quería hablar de personas que se mudaban de un país a otro, la antigua forma de ver a los inmigrantes. Quería hablar sobre este nuevo concepto de ser un inmigrante dentro de su propio país. Reflexionando sobre ello, me di cuenta de que este inmigrante dentro de su propio país no es algo nuevo para mí: simplemente no lo sabía.

Primer paso: hacia puntos comunes

Reflexionando sobre el concepto de ser un inmigrante dentro de su propio país, la otra intérprete y yo encontramos nuestro punto en común: dos puertorriqueños, ambos nacieron en los Estados Unidos, ella en California, él en Illinois. Él creció en Puerto Rico, ella en California. El de Puerto Rico piensa que es puertorriqueño hasta que va a la escuela primaria, donde se da cuenta de que no tiene un segundo apellido (legalmente) y un número de seguro social diferente, por lo que otros lo nombran como “el americano”. Ella, que creció en California con ascendencia hispana y cabello rizado, siempre escucha a la gente preguntarle “¿eres hispana?”. Por el contrario, los hispanos nunca la reclaman

como parte de su comunidad porque nació en los Estados Unidos. Él va a estudiar a los Estados Unidos y la gente le pregunta por primera vez: “Hablas español, ¿eres mexicano?” Luego dice “no, nací en Chicago” y le responden “sí, pero tú eres puertorriqueño, hispano, no americano”. Entonces surge una gran pregunta: ¿qué somos? ¿Cómo se puede definir a personas como él? ¿Es puertorriqueño por cultura y estadounidense por nacimiento? Y ella, ¿es estadounidense por cultura y nacimiento, pero puertorriqueña por su apariencia? Pero más que eso, ¿por qué es tan importante?

Segundo paso: buscar otros “inmigrantes”

A continuación, buscamos amigos, familiares y personas con el propósito de hacer presente y discutir el ciclo de la inmigración, las razones y los resultados difieren de nuestra crisis de identidad. Recibimos videos por un anuncio en la red social Facebook, correos electrónicos y mensajes a través de WhatsApp, lo que nos permite tener voces de diferentes partes del mundo.

Con más de veinte (20) videos, comenzó nuestro análisis del material. Entre ellos, encontramos historias de personas de diferentes países como Nueva Zelanda, Reino Unido, Estados Unidos, Chile, Puerto Rico, Brasil, Guam, Bélgica e India. Fue interesante notar que las historias parecen repetirse en diferentes lugares incluso si las personas no se conocen entre sí. Fue muy impresionante ver que muchos de ellos usan casi las mismas palabras al hablar de sus propias historias. Ese es el caso de al menos tres

de los entrevistados cuando expresan su deseo. Todos convergen en el deseo de ser: “ciudadanos del mundo”.

Comenzó el proceso de edición de video y las historias comenzaron a converger entre ellas creando una nueva historia universal. En primer lugar, como todos los inmigrantes, hablan de las motivaciones para irse; en segundo lugar, problemas de adaptación; en tercer lugar, surgen problemas burocráticos; y cuarto, la comprensión de que la separación de nacionalidades no de este.

Tercer paso: componer una performance, puntos comunes en las historias

Se elaboró un primer borrador utilizando todas las historias recopiladas hasta ese momento del proceso de creación para comenzar a estructurar la representación (ver Figura A.1). Esta primera estructura se basó en los eventos comunes entre todas las historias dando como resultado siete (7) escenas. A partir de ahí, nuestra investigación y pensamiento artístico fue desarrollándose y refinándose hasta el último obtener un producto final con una estructura flexible. Es importante resaltar cómo una estructura clara permite que la actuación sea flexible y aceptable para los actores que la van a realizar. Se podría repetir al infinito reemplazando los actores con los diferentes inmigrantes.

Escena	Texto	Movimiento	Escenografía	Luces	Sonido	Utilería
1	N/A	-Siluetas	Volgar	siluetas	Breath	N/A
2	Es + tiempo? Sí... Texto alarando	Mover, mesas, sillas y beber el café	Mesas, sillas	full	N/A	a tazas café
3		Posible coreografía de movimientos/ diseño de partir				
4	N/A	Partitura Richard Piano rayados	N/A	Canto	Canción	N/A
5		Proyección de los gubernantes ofreciendo	N/A	Casi Siluetas	Proyección	N/A
6		Decisión de ir en una dirección y todo lo que pasa (comedia?)				
7		Proy d los emigrantes que termina con nosotros	o kinu @Gizy @Dory			

Figura A.1 Primer borrador

Cuarto paso: habilidades para usar

Después de diseñar todas las escenas, sus contenidos y el mensaje que íbamos a transmitir, pasamos a la creación artística. Basándonos en las habilidades de cada intérprete, compusimos cada escena individual. Por ejemplo, en la segunda escena de la representación, el objetivo era transmitir la sensación de viajar. Para la creación del ambiente usamos efectos de agua, la voz de un actor y los movimientos de danza / mímica del otro, combinados y mezclados para crear este “viaje” (Voyage). Lo más importante, en mi opinión, es que la representación teatral que depende de estas habilidades debe ser apoyado por una intención real, como se muestra en esta investigación. Como resultado, tuvimos reacciones de la audiencia, que habló sobre “el

viaje en el barco”, sobre “el viaje en el desierto” o “las alucinaciones del personaje mientras caminaba en la búsqueda del agua”. Alcanzamos nuestro objetivo de crear poesía en el escenario, dejando que la actuación hable a la audiencia desde su propia colección de experiencias, su propia “enciclopedia”.

Para la realización del video utilizamos el programa de edición profesional Final Cut de Apple. También decidimos utilizar diferentes espacios para proyectar las entrevistas por dos motivos. El primero fue un técnico: queríamos crear un video dinámico para entretener; la segunda fue una motivación poética visto que contábamos con historias de diferentes partes del mundo, decidimos crear la sensación de diferentes espacios. Al final, esto resultó en una integración exitosa de la tecnología y el teatro para mostrar un mensaje, y diferentes videos de corta duración para dar voz a todos estos humanos.

Quinto paso: crearlo, ejecutarlo y analizar respuestas

Después de realizar la representación teatral en diferentes lugares, incluyendo el Festival Internacional de Teatro en Croacia organizado por la Universidad de Croacia, las reacciones en general se dividieron en personas que se identificaron con la historia y que se sintieron muy conmovidas, y personas que quedaron impresionadas, como yo, por este nuevo concepto de crisis de identidad.

Estimados XXXX y Richard, quiero agradecerles nuevamente por su pieza. Me conmovió mucho y las lágrimas naturalmente vinieron dejándome más libre que antes. Vine a Italia cuando tenía

tres años, la primera semana de guardería en la pequeña ciudad italiana en la que crecí en los años 80 (no había otros inmigrantes en ese momento) Estaba convencida de que mi apellido era, ahora que vivimos en Italia, XXXX Presente, ya que eso fue lo que todos le respondimos a la maestra cuando llamó nuestros nombres para verificar la presencia en clase. Fue genial tener el mismo nombre que todos los demás, aunque no duró mucho. Descubrí que estaba equivocada, así como muchos otros errores que cometí en los intentos de ser lo más italiana posible. Todavía deletreo mi nombre cien veces en las oficinas del gobierno, etc. y la mayoría de las veces está mal escrito y lo primero que me preguntan cuando me presento es si soy rusa. Luego explico y, por extraño que parezca, siento que tengo que justificar algo todavía. Aunque el momento donde lo diferente se volvió especial y algo de lo que estar orgulloso también ya pasó. De alguna manera, XXXX Presente todavía no lo entendía. Esta es toda una historia personal, pero quiero agradecerles mucho por haber retratado los aspectos íntimos de la identidad de los inmigrantes de una manera tan poética. Muchas gracias por contar mi historia y la de los demás. Gracias. Grazie! Danke !!! ¡Gran trabajo y personalmente muy apreciado! Todavía me hace llorar, pero está bien.⁹⁰ (Facebook user, 2017)

En Croacia, por otro lado, tuve la oportunidad de ser entrevistado en radio sobre esta crisis de identidad. Las respuestas de algunos, influenciadas por su cultura, su historia y su mestizaje, me impresionaron, expandiendo este concepto de “inmigrante dentro de tu propio país” a “inmigrante dentro de tu propia familia”. Esto se debe a sus diferentes herencias raciales y a la tendencia de la gente a identificarlos como parte de una de estas culturas. Otra reacción que tuve estuvo relacionada con la simplicidad con la que creamos el proyecto. La claridad en el mensaje, les permitió seguir y comprender el argumento de la representación.

⁹⁰ Formulario de mensaje del usuario de Facebook al autor R. Martínez, *Ver Apéndice G: Captura de pantalla del mensaje de Facebook*

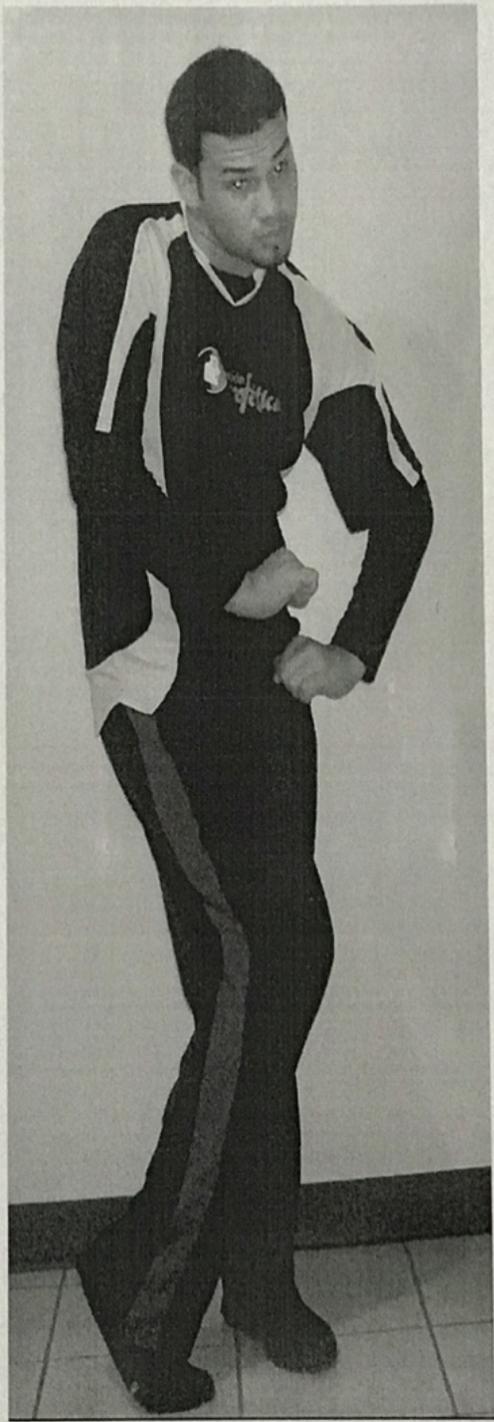


Figure A.2 Picture of Voyage at the International Theater Festival in Croatia

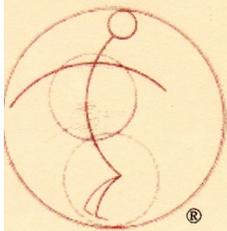
Apéndice B: Análisis de la estatua de la timidez, Figura 2.1.A.3

Estatua de timidez 20/20

- 1) Cabeza
 - 1) Inclinación lateral
- 2) Cuello
 - 1) Permanece igual que el doble cero
- 3) Cintura
 - 1) Permanece igual que el doble cero
- 4) Pecho
 - 1) Permanece igual que el doble cero
- 5) Pelvis
 - 1) Se gira levemente al doblar la pierna
- 6) Manos
 - 1) Mano de ira
- 7) Brazos
 - 1) frente a la pelvis, uno mas arriba que el otro. Hay una inclinación de los hombros
- 8) Pies
 - 1) En primera posición giras el tobillo hacia afuera
- 9) Piernas
 - 1) Una derecha la otra doblada
- 10) Rostro o intensidad
 - 1) Timidez, subiendo las cejas
- 11) Equilibrio
 - 1) En el pie que permanece completo en el piso
- 12) Peso
 - 1) En el pie que permanece completo en el piso
- 13) Respiración
 - 1) Exhalación



Apéndice C: Certificación de Lessac



LESSAC TRAINING & RESEARCH INSTITUTE®

August 8, 2013
Richard Martinez Sanchez
ric.martinez89@gmail.com

Arthur Lessac
Founder

2013
BOARD OF
DIRECTORS

Sean Turner
President

Mary Thomas-Sala
President-Elect

Laurie Mufson
Past President

Sue Ann Park
**Director of
Training**

Barry Kur
**Master Teacher
Council
Representative**

Crystal Robbins
**Director at
Large**

Kate Ingram
**Director at
Large**

Erica Tobolski
**Director at
Large**

Robin Carr
**Director at
Large**

Dear Richard:

On behalf of the Board of Directors of the Lessac Training and Research Institute and the Lessac Master Teachers Council, it is my pleasure to inform you that having successfully completed the Institute's requisite workshops and exam that you are now a *Lessac Practitioner*. As a *Practitioner* you are eligible to apply for candidacy in the Lessac Certified Teacher program (application may be downloaded from www.lessacinstitute.com).

You are also invited to add your personal/professional information to the Lessac web site professional directory. In the near future, you will receive an email notice of instruction for the Institute's renovated web site.

I wish you continued professional growth, good health and joyful exploration in this work.

Sincerely,



Barry Kur
Director of Certification
Lessac Master Teacher

Apéndice D: Entrevista a Todd Farley

- 1) Reading the Rainbow Players Facebook page, I notice that they are interested in “Train students and staff on Effective ways to Diffuse and Reduce Bullying through Social Justice Theatre Methods!” How you got interested in it? How you will define this social justice and how much of that became part of your work?
Does it inspire you to go further in arts?
 - a) The "Rainbow Players" Facebook page is not the same as the mime company I started with in Grandview Washington. The Rainbow Players I was a part of were primarily focused on mime as a form of ministry and evangelism. I toured with them from 1978-1980: Washington, Oregon, and California. The Rainbow Players gave me my first public outlet to the community through the art of mime, which was significant for me as I was still adjusting to Mainland USA and its culture--having my childhood in Hilo, Hawaii where I spoke pidgin English. Mime was a way to communicate my faith and thoughts without the trouble of language. It also taught me how to turn a weakness into a strength. Later I would develop a philosophy of art as a form of social justice and cultural uplift.
- 2) In your website says that at age of 15 you start your training at University of Utah, in what consists this training?
 - a) I attended a summer school class for mime, an intensive offered at the University of Utah in Salt Lake City, where my Dad lived. During the summer session we had ballet, jazz and mime -- including a session with Leonard Pitt (mask work).

The course was led by Greg Goldstone (an American mime). Much of the work echoed Richmond Shepherd's mime work--who was popular at the time. After attending the summer program, I returned home and developed my own solo show. Some of the numbers the I created for that show I still perform today (e.g. Moses--see YouTube: Todd Farley Moses)

3) How contributes to your work? Did you ever study the concepts of energy and tension? If yes, in which way?

a) Energy and Tension--I don't have a direct theory using these terms, though I suspect that how you are using them translates into my own theory with a different word choice.

Many of my own theories of tension involve concepts of stylization of posture, movement, and rhythm includes concepts of "resistance" versus "without-resistance" or "light": Rhythms (fast, slow) and an analysis of punctuation. As for theories of energy, I speak of "presence," "thought," "feeling" and "engagement."

I will send you my workbook that is the best way for you to have a taste of my technique and its descriptors. Also, you should get a copy of the Mastery of Mimodrame 1-4. These books and videos are the basis of what Julio studied and also the basics of my technique as adjusted from my time with Marcel Marceau.

4) After that, you study with one of the most known mimes in the World Marcel Marceau. How will you describe this training?

a) My training with Marceau created the base for my technique, with the training I had prior simply filling in some American technique which added skill to the execution of illusionary techniques. Translating Marceau's work, and that of the other mime teachers, created what was to be my own style of Mimeistry. Some of the techniques I use are a synthesis of all those teachers and expansions from my own studies. Maximillian Decroux also influenced what was to become "mimeistry technique."

5) It was the study of physical postures or it transcends physicality?

a) Marceau's physical postures or "Attitudes" which he later called the "conventions of Character" were a central piece in understanding the stylization of Marceau Technique. The study of statues was also a great influence in the work of Marceau's teacher Decroux. The statues are not just physical positions. A good statue is "suspended," and its stylization is a transport that should freeze time and space, capturing feeling, emotion and thought. A great statue should contain energy and have a sense of presence which is bigger than life. Marceau saw statues work as capturing an "ideal" of the emotion or "attitude." As an "ideal" they transcend a single expression and become exemplars. This statue then can be the base for that which is then brought to life in movement and rhythm. Great mime is statuary, a statue in motion.

6) Did you ever study the concept of energy and tension with him? Yes, in which way?

- a) Energy: There is a higher form of Energy which could be understood as a form of "presence," a power to engage the audience in a dynamic between performer and audience. Marceau believed that the performer entered into the stage and "became" a force of energy, of life, a god. What he referred to was the power of the performer to "connect" and embrace the universe of ideas and peoples exploration of thought, feeling, emotion, story.
- b) Tension: Tension is the "power" of the performer--translated in my style in terms of movement and rhythm, and would be described as with-or-without-resistance, light, forceful, etc. Tension is also found in the design of the body (especially in triple design where the physical tension is greatest). Tension is essential in creating a "suspended" character who takes the performer from the mundane into the sublime, it is the Suspended Character and movement in mime that makes it an art and makes it great.
- 7) Marcel Marceau called you "Master of mime" plus you are considered One of the Modern Fathers of Christian mime, how do you define Christian mime?
- a) Christian mime as it would be referred to in this case would be mime performed in a Christian context with a Christian worldview. "Christian mime" is considered "Christian" when performed by a believing Christian, on a topic that is accepted as a "Christian" topic (i.e., a Biblical story or Truth, a Christian moral, a story of Christian faith or Christian life and engagement in this world).

8) How does Christian mime be different from the other of mime? Is something that was created because of your work?

a) Christian mime many times adds the expectation of "ministry" as the defining element or most important qualifier of the work--its value is not on its artistry or skill but on if is "ministry" or in charismatic terms the work needs to be understood as "anointed." The concept of "anointed" is from the old testament where prophets and kings were "anointed" to do the work of God, and considered to be filled with the power or Spirit of God to fulfill the task--in modern charismania for a person to be "anointed" means the God's Spirit is manifest in their work and they have been empowered and called by God to do the work. This places a "God" expectation on the performer and on the performers work--and a totally unique expectation and evaluation of the work! Many Christians will reject professional and skilled performances if they deem or judge it as not good "ministry." Ministry can be as a form of evangelism, praise and worship, ministry, preaching, and prophecy. How they "judge" the ministry "value" of a work is based on "Scripture" (unfortunately many times this really means how THEY interpret scripture, which they many times view as THE "right-way"). As a result, the Christian mime artist can be come more than just a 'mere-mime' they become prophets... silent prophets. This has a very interesting effect on the artist and their art.

9) Can you call it a style of mime?

- a) My style of mime was referred to as "Mimeistry" Mimeistry was a company created by me and my then-wife Marilyn. It was actually a play on the work Mime and Artistry and Mime and Ministry.

It became used as a description of the style of mime I performed and that which was performed by my students. It differed from a lot of other styles because it used music with lyrics in the background to tell part of the story. However, because it was deeply rooted in Marceau and Decroux technique it was still highly stylized. By adding lyrics and words, Mimeistry needed to develop additional rules on how to "mime with music and words." As controversial to the mime world as that might seem, it was part of mime's ancient history as seen in Jewish mime, and Greco-Roman mime--to name a few other styles that use words, music in their style of mime.

10) As a theatre lover, I privately study with one of your students, and I'm very interested in knowing from the source what do you mean with Stylized movement?

- a) The language of Stylization has an interesting History--one that is longer than a simple e-mail. In many ways, it traces back to the arguments and exploration of theatre that took place in the early 1900s where Charles Dullin was working on his own theory of theatre and drew from what he understood (or imagined) from the Japanese theatre (Nō, Kabuki, and Kyogen). Dullin taught Decroux who then wanted to understand what the Actor did in the moment of silence, how was the actor's body part of the performance. Part of Decroux's work was the study of the

statues found in the grand museums of Paris. Decroux studied how master sculptors could make stone look "alive," and as if they were frozen or "suspended" in time and place at the greatest moment of dramatic suspense. In the process of studying, Decroux started to talk in the language of "suspense" and "stylized" movement. He created the isolations which we teach today as forward, side, back inclinations and rotations. Body isolations are the building blocks of stylization--with triple designs creating some of the "best" stylized positions. Stylized movement developed after the statuary work of mime isolations were formed, as Decroux and later Marceau put their "statues" or "attitudes" into movement. Decroux did his first stylized movement work as "studies," Marceau's greatest work in stylization was what he performed and then after codified as a technique. Decroux stylized in the studio, Marceau stylized from the stage.

A well-stylized mime should be "suspended" and stylized throughout the whole performance. Always finding stylized feet positions, hand designs and well isolated "suspended" body positioning. I would tell my students that they should be able to take a picture at any point in the performance and it should look like a Michelangelo statue--that's when you know its well suspended and stylized, its living statues. A well-stylized mime creates statues in motion.

11) How you define equilibrium? Is just something physical?

a) Les Equilibre, or the "Statiques," The balances -- forward, central, side and

backward. This describes the exercise of isolated balances that I teach as a fundamental stance. It is first taught with the feet in "first position" while keeping their body a straight line the performer leans forward, side, backward (with the ankle as the axis). Though at first, this is a straight line from heel to head, you can trust part of the body forward to "lead"... this builds into what we all the "Promontory": which usually has the chest as "up-and-forward" as you lean forward as if leaning on a "promontory" or cliff. The Promontory is considered an "engaged" position, it should create the sense of presence, engagement, and energy. In the Promontory the performer becomes "present."

12) During my training, I remember reading parts of your book *The silent prophet*, how you will define this work?

- a) "The Silent Prophet" was a book I wrote at the request of "Covenant Ministries" of the UK. Covenant Ministries was part of the House Church movement in England and had a network of related churches and ministries that I toured with in the 90's. Mimeistry actually had an office and branch of Mimeistry in England. Some of my students continue the work to this day. The book was written as a bible study for the performing arts. It was written from a Christian charismatic worldview and offered a good resource for Christians looking to understand and validate the use of theatre as "Christian" form and expression. It was in this book that I began to develop the idea of Theatre as being "God-to-Human" (Ministry/Prophecy), "Human-to-God" (prayer, praise, and worship), and "Human-to-

Human" (celebration of life): though in the book I use the term "man" to name "human," and mankind to name humankind. Were I to rewrite the book, I would be more inclusive in my language and less judgmental in places. The book offered a good "Bible Study" and in many ways was foundational in my own work toward my Ph.D. studies. It pointed me toward my research.

13) With all the experience and studies, how you will define the concepts of energy and tension? If you study before the concepts of energy and tension, do they change over the time with your experience? If yes, how?

a) Energy and Tension: I think I answered this before...let me know if you have other questions on what I have said.

14) Finally, I do believe that in the physical theatre the body became the supporter of the energy that communicates what we really want to say, would you agree with that? Why?

Making possible the human experience universal, would you agree with that? Why?

a) The Physical Body is the conduit for the "energy" of what is communicated, though it works in gestalt, in synergy with other theatrical forces and situational elements such as light, sound, and stage. I believe that the human body can and does communicate universal ideas and concepts. Fundamentally the body itself contains the symbols which are birthed first out of natural function then trained by practical needs (of walking, standing, sitting, eating etc) and finally refined by a cultural training. All humans will communicate emotion physically where the gesture is synonymous with the emotion (a smile, a frown, crying, laughing). In its purest form, the body makes manifest and external the internal emotion and

thought. Then a culture will impose on the body gesture or expression cultural rules that change the execution of the gesture. When repeated and trained that new execution of the gesture will become adopted as the "norm." The artist who is universal will physicalize the common primal gesture while cultural artists will stylize or critique the gestural norms of society. Stylized movement can, therefore, be based on primal movement or cultural movement norms. I believe what made Marceau so popular was his ability to be "universal" in his performance.

15) If any other questions came out after reading your answers, can I contact you again?

a) Contact me as often as you wish.

I look forward to reading your work and someday visiting Italy.
Aloha, Todd

Apéndice E: Historia familiar de Nomura según Fabio Mangolini

- **Email from Richard to Fabio Mangolini asking for Nomura Family and Itzumi school.**

Hola Fabio,

Estaba buscando información sobre la familia Nomura y la escuela Itzumi. Busqué mis notas y encontré esto, Jean Louis Baraoult 60', Peter Brook 68', Eugenio Barba 70'

La familia/escuela original era Nomura Itzumi?

Encontré esto

<http://www.japantimes.co.jp/culture/1999/09/23/stage/through-the-lens-of-kyogen/#.WLLkGhiZPsk>

<http://www.asjapan.org/web.php/lectures/2000/06>

<https://www.britishcouncil.jp/en/about/campaigns/60th-anniversary/story/mansai-nomura>

Es la misma persona?

- **Mangolini's answer**

Ricardo querido, te has metido en un rollo patatero! El problema son las familias tradicionales japonesas y todo lo que eso lleva como problema. Los links que me has enviado hablan de Mansaku y de su hijo Mansai. Antes de hacerte el árbol genealógico, para que entinedas, es fundamental saber que:

1. La dinastía pasan por los primogenitos;

2. Los nombres cambian a lo largo de una vida (así es para los actores japoneses);
3. La familia Nomura, jefe de la escuela Izumi (la otra es la escuela Okura y está en Kyoto), ha tenido sus problemillas.

Desde siete generaciones, el jefe de la escuela Izumi es parte de la familia Nomura y el jefe de la familia Nomura se hace llamar Manzo. Eso no quiere decir que a su nacimiento él se llame así. Toma el nombre del padre a la muerte de este o al momento en que se designa como nuevo jefe de la familia y (en el caso de los Nomura) de la misma escuela. Nomura Manzo VI tiene dos hijos: Mannojo y Mansaku. Los dos son muy buenos y el segundo sabe por cierto que nunca (al ser segundo) será jefe de la familia. Mansaku, entonces, se mueve mucho por el extranjero y sobre todo en Estados Unidos. Por eso es muy conocido por ahí: trabaja con varias compañías, hace de forma que el Kyogen sea conocido y enseña en la Universidad de Hawaii. Pero sabe que nunca será el *iemoto*, es decir el jefe de la familia y de la escuela. Mansaku tiene un hijo, Mansai, que sigue exactamente lo que hizo su padre.

Por otra parte está Mannojo que tiene dos hijos: Kosuke y Ryosuke. De este ramo de la familia, y solo de este ramo, puede salir el nuevo Manzo. Pues, si el abuelo se llamaba Manzo VI, Mannojo se llamará Manzo VII y así es en 1995. Evidentemente eso le molesta muchísimo a Mansaku que rompe definitivamente con su hermano. Hasta ahí la disputa Mannojo-Mansaku.

Volvemos a la familia de Mannojo (después Manzo VII) que, como dicho, tenía dos hijos, Kosuke y Ryosuke. Evidentemente se va a producir el mismo problema de Mannojo y Mansaku: los dos son muy buenos pero tienen bastante diferencia de edad y Kosuke tiene un carisma que su hermano no tiene. Kosuke fue mi maestro. Cuando Mannojo (el padre de Kosuke y Ryosuke) toma el nombre de Manzo VII, Kosuke, cambia su nombre en Mannojo (el de su padre). Así que ahora tenemos, en la orden dinástica a Manzo VII, Mannojo (antes Kosuke) y Ryosuke (el hermano pequeño). A un momento dado, Manzo VII decide que es la hora de pasar el testimonio a su hijo mayor así que tenemos a Manzo VII, Manzo VIII (Mannojo y anteriormente Kosuke, la misma persona) y Ryosuke (que con este nombre se queda). En 2005 Kosuke-Mannojo-Manzo VIII muere, Es joven, tiene cuarenta seis años. En su lugar subentra Ryosuke que toma directamente el nombre de Manzo IX.

Y así es ahora. Evidentemente todo esto molesta a Mansai que quisiera tener algo que decir pero, al ser el hijo mayor de un hermano menor, la tiene muy clara. Añadido que Kosuke-Mannojo-Manzo VIII tiene un hijo que ha nacido en el 1990, pero demasiado joven para tomar la plaza de Ryosuke en sus días. Ahora mismo Ryosuke no tiene hijos (es del 1965) y es muy posible que el joven tomará su plaza a la muerte de Ryosuke-Manzo IX.

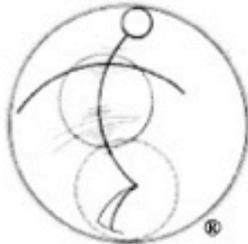
Espero haber sido bastante claro.

Un abrazo. Fabio

Apéndice F: Nivel I de certificación de maestros de EBAS



Apéndice H: Certificación de formación como enseñante de Lessac en curso



LESSAC TRAINING & RESEARCH INSTITUTE®

August 14, 2014

2014
BOARD OF
DIRECTORS

Arthur Lessac
Founder

Mary Thomas-Sala
President

Sean Turner
Past President

Robin Carr
President-Elect

Sue Ann Park
Director

Erica Tobolsky
Director

Anita Jo Lenhart
Director

Kate Ingram
Director

Kathy Maes
Director

Deborah Kinghorn
MTIC
Representative

Mr. Richard Martinez,
ric.martinez89@gmail.com

Dear Richard:

This letter is to verify that Richard Martinez completed the Lessac Institute's Teacher Training Workshop, July 6-July 18, 2014 at Depauw University, Greencastle, Indiana. The workshop included approximately 45 hours of observation of Master Teacher instruction, 12 hours of a practical teaching laboratory, five thirty-minute individual voice tutorials, and 12 hours of discussion/reflection of observation notes. All participants also developed curriculum for a Lessac-based workshop and a semester course.

As leader of this workshop, I wish to express my appreciation to you for your commitment to this training program. I am confident that your participation in this workshop enhanced your professional development as well as your personal training in the Lessac voice and body work. Completion of this workshop is a requirement for Lessac Trainer Certification.

Sincerely,

Barry Kur
Master Teacher, Lessac Training and Research Institute

Apéndice I: Publicidad del Festival Internacional en Croacia

1 of 1

3. - 5. 11. 2017.

SMOTRA GLUMAČKIH AKADEMIJA

Filodrammatica • Palach

3. 11. u 19:00 / Filodrammatica
Voyage...
Mississippi University for Women

3. 11. u 21:00 / Palach
Bert Cabaret
Akademija primijenjenih umjetnosti u Rijeci

4. 11. u 19:00 / Filodrammatica
"_">@pling
Kunst Universität Graz & Hochschule für Musik und Theater Hamburg

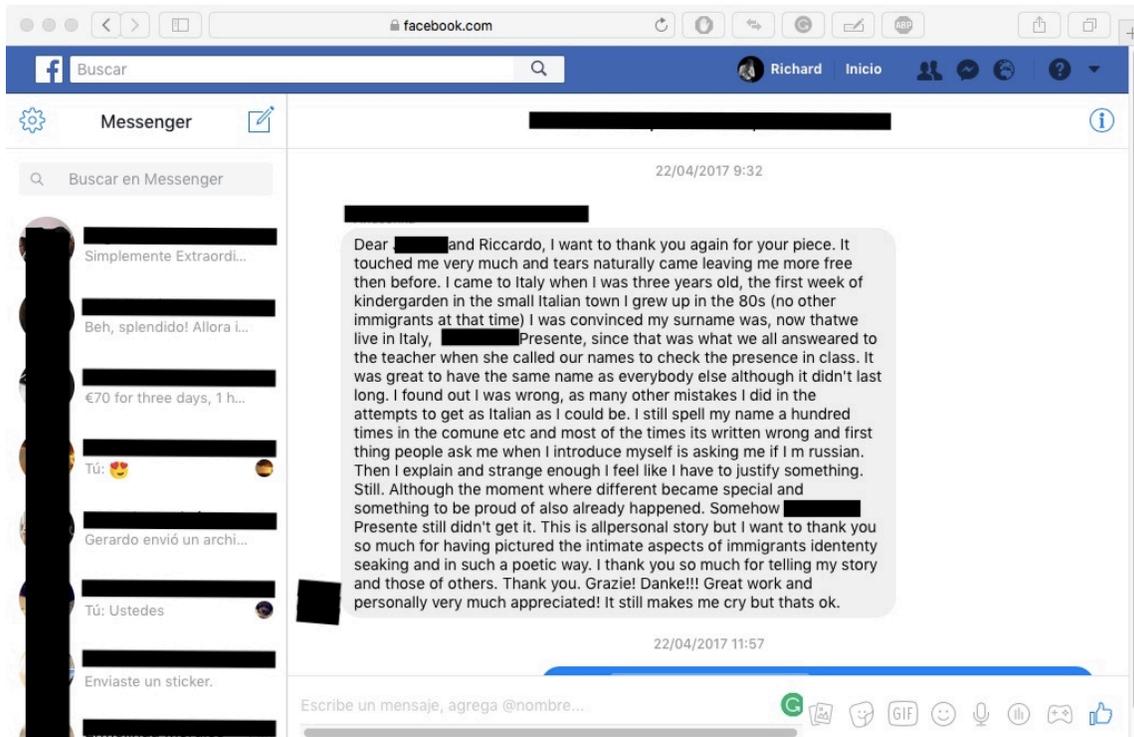
4. 11. u 21:00 / Filodrammatica
War(m)Up
Kunst Universität Graz & Hochschule für Musik und Theater Hamburg

5. 11. u 19:00 / Filodrammatica
Nora, lutkina kuća
Akademija dramske umjetnosti Zagreb

Kontakt: www.skci.uniri.hr
Ulaz na sve predstave je slobodan, uz obaveznu rezervaciju na skci@uniri.hr.
Procesinina Filodrammatica, Margareta i Palach u suradnji s UNIRI i JRC.

UNIRI JRC
Instituti za kulturu i umjetnost

Apéndice G: Captura de pantalla del mensaje de Facebook



Glosario

Bioenergética	Trabajo realizado por Alexander Lowen, que extiende a nivel físico la obra realizada por Wilhelm Reich.
Canales de comunicación	Término utilizado por Alexander Lowen para referirse a nuestra voz, ojos y movimientos como transmisores de nuestras emociones.
Chi	Energía del sistema nervioso bioeléctrico
Ciclo DEE	El proceso energético basado en los siguientes conceptos de Aristóteles: Dynamis , Energeia , y Entelecheia .
Ciclo YCL	El proceso energético basado en los siguientes conceptos del Maestro Cheuk Fung: Yi , Chi , Li .
Codificación	Hace referencia a la capacidad del codificador (el creador del estilo) para encontrar su propia forma de expresión definiendo su estilo con su propia colección.
Codificador	Hace referencia al creador de un conjunto de movimientos altamente estilizados relevantes a un estilo.
Convergencia de movimiento	Se refiere a la posibilidad de movimientos que son adoptados por diferentes estilos durante su evolución.
Dynamis	Potencialidad, posibilidad. Lo que podría ser o puede ser, en contraste con lo que es actualmente o lo que ya es. Para Aristóteles, es una tendencia a manifestarse. Sus opuestos son "Energeia" (acción, operación, energía) y Entelecheia (la actualización completa de la esencia o forma de una cosa)
Energeia	Rendimiento, operación o actividad de algo. Para Aristóteles es la actualidad característica de una sustancia en relación con su razón de ser o propósito (vs Dynamis o capacidad de cambiar o devenir).
Energía	Producida por Dynamis. Portador del Shen por todo nuestro cuerpo.
Entelecheia	Para Aristóteles, la realidad completa o perfección de algo (como lo que es el alma para el cuerpo humano). La plena realización de las potencialidades de una cosa que incluye su propio poder de actualización. Regalo.

Flujo de energía	El flujo o circulación de energía indica un movimiento dentro del cuerpo, que podría compararse con la circulación sanguínea. A medida que fluye por nuestro cuerpo, transporta metabolitos y oxígeno a los tejidos, suministrándoles energía y eliminando los desechos de la combustión. Pero es mucho más que un simple medio: es el fluido del cuerpo con carga energética. Cuando llega a alguna parte, transmite vida, calidez y entusiasmo.
Instrucciones orgánicas	Eventos familiares. Activador de esas intenciones familiares que activan el ciclo DEE
Kinesensic	Aprender a sentir / sentir el movimiento / movimiento innato del cuerpo, y luego recopilar la información de ese proceso de sentimiento y usarla para una función corporal óptima.
Koshi	El coxis. Consiste en la creación de tensión muscular teniendo como punto de salida el coxis. Las fuerza son las líneas de intersección que dividen el cuerpo horizontal y verticalmente, cortándolo por la mitad, precisamente, de manera horizontal y vertical. La tensión muscular en este punto, y solo en este, provoca un suspenso del actor entre el cielo y la tierra.
Li	Energía mecánica en los músculos
Presencia	Dinamis del actor / actriz o energía potencial.
Shen	Intención. Activador del ciclo YCL
Tamé	Concepto japonés estudiado por Mangolini durante su formación con Nomura, en el que el actor controla y renueva su propia energía para mantenerla viva en el escenario.
Yi	Energía humana potencial
Yugen	Balance perfecto entre tensión física y energía.

Yugen

Principio del Zen. Sin embargo, es absolutamente necesario subrayar que esta naturalidad no se asemeja a los conceptos occidentales de innato, ingenuo o instintivo, sino que es una forma muy particular, es decir espiritual, de utilizar una técnica que hemos aprendido al estudiar con esfuerzo y sudor: para lograr algo que se puede definir como shizen, luego de haber logrado un dominio absoluto de la técnica, debemos aprender a concentrar todas nuestras fuerzas físicas y psíquicas, a relajarnos, olvidarnos de nosotros mismos y dejar que la creación suceda en los suyos, ya que nuestro ego ya no existe como tal, sino que se ha fusionado con lo que estamos haciendo y con todo lo que nos rodea.

Trabajos citados

“About Me.” Fabio Mangolini, Fabio Mangolini, 2017, www.fabiomangolini.com/About_Me.html. Accessed 27 Aug. 2017.

Arunima. "Yakshagana – The Art of Telling Stories Through Music, Dance and Dialogue." *Tell-A-Tale | Stories | Book Reviews | Storytelling | Storytellers*. N.p., 13 Sept. 2016. Web. 11 Mar. 2017. <<https://www.tell-a-tale.com/yakshagana-the-art-of-telling-stories-through-music-dance-and-dialogue/>>.

Barba, Eugenio, and Nicola Savarese. *L'arte segreta dell'attore: un dizionario di antropologia teatrale*. Edizioni di Pagina, 2011.

Barba, Eugenio. *The paper canoe: a guide to theatre anthropology*. Translated by Richard Fowler, Routledge, 2005.

“Bomba Puertorriqueña.” *YouTube*, YouTube, 14 Sept. 2013, www.youtube.com/watch?v=ZummXOaoXuo.

Destro-Bisol, Giovanni. “Genetica, Il Dna Degli Italiani è Il Più Variegato D'Europa.” *IlGiornale.it*, Il Giornale, 9 Jan. 2014, www.ilgiornale.it/news/cultura/genetica-dna-degli-italiani-pi-variegato-deuropa-981257.html.

Caldwell, Rachel. “VCU Professor Scott Putman's Structural Reeduction Practice.” *Dance Teacher*, DanceMedia LLC, 11 May 2017, www.dance-teacher.com/2016/05/higher-ed-vcu-professor-scott-putmans-structural-reeduction-practice/.

Castañeda-Pavón, Alberto. *El actor y el arte de actuar*. Palibrio | Author Solutions, 2013. iBook.

Cazorla, Gemma. "Reiki - Origen y definición de Reiki." *Medicina Natural y Alternativa - Salud Terapia*. Saludterapia, 07 Mar. 2017. Web. 11 May 2017. <<http://www.saludterapia.com/glosario/d/95-reiki.html>>.

Dougherty, Elizabeth. "What are thoughts made of?" *MIT School of Engineering*. MIT School of Engineering, n.d. Web. 23 May 2017. <<https://engineering.mit.edu/engage/ask-an-engineer/what-are-thoughts-made-of/>>.

E.B. Weill. “Maximilien Decroux, Pour une modernité du geste.” *Site du mime Maximilien Decroux*, maximilien.decroux.free.fr/index.php?rub=1. 2016.

- “Edward W. Said Biography.” *Encyclopedia of World Biography*, Advameg, Inc., www.notablebiographies.com/supp/Supplement-Mi-So/Said-Edward-W.html.
- Ehrenreich, Steve. “Yi Chuan Kung Fu - Interview with Master Cheuk Fung.” *Yi Chuan Kung Fu - Interview with Master Cheuk Fung*, Master Cheuk Fung, 2009, www.yichuankungfu.com/.
- Mime Corporel Dramatique. “Etienne Decroux and Corporeal Mime.” *ECOLE INTERNATIONALE DE MIME CORPOREL DRAMATIQUE - PARIS*, 19 Aug. 2017, mimecorporel.com/etienne-decroux-and-corporeal-mime/.
- “Fabio Mangolini.” *Improteatro Festival 2016*, Improteatro Festival 2016, 2016, www.improteatrofestival.it/attori/fabio-mangolini/.
- FallenTowers. "Moses with Todd Farley." YouTube. YouTube, 08 July 2012. Web. 29 June 2017. <<https://www.youtube.com/watch?v=mt0bvJ0XyD4>>.
- Farley, Todd. “Re: Interview I.” Received by Richard Martinez. 17 Jun 2017. Email Interview.
- Flavio~. “Modern Flamenco: Carmel Natan Sheli.” *Flickr*, Yahoo!, 30 June 2011, www.flickr.com/photos/37873897@N06/5886901514.
- FranticGrass. "Ancient Chinese Kunqu-Opera --- "The Dream in Visiting the Garden"." *YouTube*. YouTube, 11 Jan. 2012. Web. 26 Feb. 2017.
- "Google Ngram Viewer." *Google Books*. Google, n.d. Web. 14 Mar. 2017. <https://books.google.com/ngrams/graph?year_start=1800&year_end=2008&corpus=15&smoothing=7&case_insensitive=on&content=energy&direct_url=t4%3B%2Cenergy%3B%2Cc0%3B%2Cs0%3B%3Benergy%3B%2Cc0%3B%3Benergy%3B%2Cc0>.
- Gustavothomasteatro. "Mei Lanfang Hands Gestures (edited)." *YouTube*. YouTube, 10 Feb. 2010. Web. 20 Feb. 2017.
- Hart, Hilary. “Do You See What I See? The Impact of Delsarte on Silent Film Acting.” *Mime Journal*, vol. 23, no. 1, 2005, pp. 184–199., doi:10.5642/mimejournal.20052301.11.

- Indiavideodotorg. "Describing a heroine in Kutiyattam, Koodiyattam, Performing Arts, India, Kerala Videos." IndiaVideo. IndiaVideo, Mar. 2017. Web. 06 Mar. 2017. <<http://www.indiavideo.org/kerala/arts/performing-art-forms/kutiyattam/description-of-a-heroine-in-kutiyattam-403.php>>
- Indiavideodotorg. "Kutiyattam Part 1, Kailasodharanam, Invis Multimedia, DVD." YouTube. YouTube, 11 June 2010. Web. 06 Mar. 2017. <<https://www.youtube.com/watch?v=N3Z9F8eC31A>>
- Institute, Lessac. "Arthur Lessac." *Lessac Institute*. Lessac Institute, n.d. Web. 16 May 2017. <<http://lessacinstitute.org/about/arthur-lessac/>>.
- Institute, Lessac. "What is Kinesensic Training?" *Lessac Institute*. Lessac Institute, n.d. Web. 16 May 2017. <<http://lessacinstitute.org/about/>>.
- Jie, Yang. "Distinguishing features of Kunqu opera." *Distinguishing features of Kunqu opera CCTV News - CNTV English*. Global Times, 09 Mar. 2010. Web. 26 Feb. 2017.
- Larousse, Éditions. "Définitions: énergie - Dictionnaire de français Larousse." *Définitions: énergie - Dictionnaire de français*. N.p., n.d. Web. 14 Mar. 2017. <<http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/%C3%A9nergie/29421>>.
- Lecoq, Jacques, et al. *El cuerpo poético: una pedagogía de la creación teatral*. Alba, 2014. Print.
- Lessac, Arthur. *Body wisdom: the use and training of the human body*. 2nd ed. San Bernardino, CA: Lessac Institute, 1990. Print.
- Lessac, Arthur. *The use and training of the human voice: a bio-dynamic approach to vocal life*. Boston: McGraw-Hill, 1997. Print.
- Lowen, Alexander. *La Bioenergética*. Málaga, España: Editorial Sirio, 2012. Print.
- Hay, Maciamo. "Genetic Origins of the Italian People." *Eupedia*, Eupedia, July 2013, www.eupedia.com/genetics/italian_dna.shtml.
- Mangolini, Fabio. "Attraversando il ponte". Tesi di Laurea, Facoltà di Lettere e Filosofia, Università di Bologna, 2006. Unpublished.

- Mangolini, Fabio. "Commedia dell'Arte e Kyōgen: due teatri agli estremi della Via della Seta." *Purdue University*, Purdue University, 1994. Theatricality and Performance. Third Midwest Research/Pedagogy Seminar on Japanese Literature
- Mangolini, Fabio. "Re: Pregunta." Received by Richard Martinez. 27 Feb 2017. Email Interview.
- Marsella, Stacy C., et al. "An Exploration of Delsarte's Structural Acting System." *Intelligent Virtual Agents Lecture Notes in Computer Science*, 2006, pp. 80–92., doi:10.1007/11821830_7.
- Muni, Bharat. "Book: Natya Shastra (with English Translations): Bharat Muni : Free Download & Streaming." Translated by Manomohan Ghosh, *Internet Archive*, Asiatic Society of Bengal, Calcutta, archive.org/details/NatyaShastra.iBook
- Navarra, Gilda. *Cartilla de un oficio: abecedario de un actor-Mimo*. Vol. 1, San Juan, Puerto Rico, Fragmento Imán Ed., 2007.
- Navarra, Gilda. "TRAYECTORIA DEL ACTOR-MIMO." *SMJEG-UPRRP* (1983): 31-49. Web. 11 Mar. 2017. <<http://smjegupr.net/wp-content/uploads/2012/05/Trayectoria-del-actor-mimo-Gilda-navarra.pdf>>.
- Navarra, Gilda, and Jorge Rigau. *Detrás del silencio: una vida, un oficio, un camino: autobiografía pictórica*. Revés, 2006.
- Núñez-Partido, Antonio. "Integración Cuerpo, Emoción Y Mente: El Enfoque Bioenergético de A. Lowen." Asociación De Psicoterapuetas Laureano Cuesta, 17 Sept. 2009, psicologoslaureanocuesta.org/articulos/bioenergetica.pdf.
- Obregón, Osvaldo. "Acercamiento al teatro puertorriqueño contemporáneo (crónica)". *Arrabal* [online], 2010, Vol. 0, Núm. 7, p. 47-62. <http://www.raco.cat/index.php/Arrabal/article/view/229322> [Consulta: 27-08-17].
- Oxford University Press. "Energy | Definition of energy in English by Oxford Dictionaries." *Oxford Dictionaries | English*, Oxford Dictionaries, 2018, en.oxforddictionaries.com/definition/energy.
- Oxford University Press. "Organic | Definition of organic in English by Oxford Dictionaries." *Oxford Dictionaries | English*, Oxford Dictionaries, 2017, en.oxforddictionaries.com/definition/organic.

- Pellecchia, Diego. "Aesthetics and ethics in the reception of Nō theatre in the West." *Royal Holloway, University of London*, 2011, pp. 149–175.
- Phillips, Scott P. "Theater, Ritual and Exorcism in Chinese Martial Arts." *Daoist Studies*, DaoistStudies.org, 2010, www.daoiststudies.org/node/11835.
- Piacenza-Cabrera, Giorgio. "GLOSARIO DE TÉRMINOS GRIEGOS EN FILOSOFÍA." *GLOSARIO DE FILOSOFÍA GRIEGO*. N.p., 22 July 2012. Web. 11 May 2017. <<http://terminosgriegosdefilosofia.blogspot.it/2012/07/glosario-de-terminos-griegos-en.html>>.
- Prado, Bernat Castany. "EDWARD W. SAID. ORIENTALISMO." *Cartaphilus. Revista de investigación y crítica estética*, 2009, revistas.um.es/cartaphilus/article/view/91321/88001.
- Putman, Scott. "Aligning the Pathways Within." Teachers Manual Level I. n.d. 2017. Print. Unpublished.
- Randi, Elena. "From the gestural and phonetic sign of everyday life to the actor's sign: aspects of François Delsarte's system." *KODIKAS/CODE. Ars Semeiotica*, KODIKAS/CODE . *Ars Semeiotica*, 2017, periodicals.narr.de/index.php/kodikas_code/article/view/1067/1046.ralfy1974.
- Russo, Alessandra. "Sette caratteristiche dell'estetica Zen." Sette caratteristiche dell'estetica Zen | SESSHŪ TŌYŌ (1420-1506). 2017. Accessed December 07, 2017. <http://www.sesshutoyo.com/il-rotolo-lungo-delle-quattro-stagioni/estetica-zen/sette-caratteristiche-dell-estetica-zen/>.
- Said, Edward W., et al. *Orientalismo*. Debolsillo, 2013.
- Santana Mojica, Carmelo. "Gilda Navarra: maestra de maestras." *Revista del Instituto de Cultura Puertorriqueña*, 8 July 2003, pp. 93–104.
- Scott. "Elemental Body Alignment System." *Elemental Body Alignment System*, doebas.com/.
- Shukla Chatterjee (Mandal), Smt. "Balancing Tradition and Modernity: A reading of Tendulkar's Ghasiram Kotwal." *Performance Studies: Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, V, ser. 2, 2013, pp. 230–235. 2,

books.google.it/books?id=JSpNCgAAQBAJ&pg=PA230&dq=the concept of traditional Indian theatre brings into our mind&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwiZ5ZPByILYAhWFWRQKHdTtC98Q6AEIJzAA#v=onepage&q=the%20concept%20of%20traditional%20Indian%20theatre%20brings%20into%20our%20mind&f=false.

Sini, Maria Alessi. "Rapporti tra teatralità e ritualità con particolare riferimento a Bartabas." Tesi di Laurea, Facoltà di Lettere e Filosofia, Università degli Studi di Sassari, (2011) www.alessiasini.eu/it/teatro-rito-mito.html.

Smithsonian Institution. "Puerto Rican Bomba and Plena: Shared Traditions - Distinct Rhythms | Smithsonian Folkways." *Smithsonian Folkways Recordings*, Smithsonian Institution, folkways.si.edu/puerto-rican-bomba-plena-shared-traditions-distinct-rhythms/latin-world/music/article/smithsonian.

Sarti, Marco. "Negli Ultimi 15 Anni Sono Morti Nel Mediterraneo Oltre 30mila Migranti. La Maggior Parte Resta Ancora Senza Un Nome." *Linkiesta*, Linkiesta, 17 Mar. 2017, www.linkiesta.it/it/article/2017/03/17/negli-ultimi-15-anni-sono-morti-nel-mediterraneo-oltre-30mila-migranti/33575/.

Stebbins, Genevieve. "Delsarte System of Dramatic Expression." *Internet Archive: Wayback Machine*, 2007, archive.org/details/delsartssystemof00stebuoft.

The Editors of Encyclopædia Britannica. "Kunqu." *Encyclopædia Britannica*. Encyclopædia Britannica, inc., 08 Nov. 2010. Web. 20 Feb. 2017.

The Editors of Encyclopædia Britannica. "Yakshagana." *Encyclopædia Britannica*. Encyclopædia Britannica, inc., 15 July 2014. Web. 06 Mar. 2017.

Tristesse1. "Amazing Flamenco." *YouTube*, YouTube, 27 Nov. 2011, www.youtube.com/watch?v=sFUC5ROtN8M.

Unesco. "Intangible Cultural Heritage." *India - intangible heritage - Culture Sector - UNESCO*. UNESCO, 1 Jan. 2004. Web. 10 Mar. 2017. <<http://www.unesco.org/culture/ich/en/state/india-IN?info=projects>>.

Xinhong, Shanghai. "Mei Lanfang." *Mei Lanfang*. Cultural, 2007. Web. 26 Feb 2017.

"Yakshagana -- Ramayana - 1 - Shoorpanakha." *YouTube*. YouTube, 22 Dec. 2014. Web. 06 Mar. 2017. <<https://www.youtube.com/watch?v=O-EA4v4kDFg>>

Yepes Stork, Ricardo. "El origen de la enérgeia en Aristóteles." *Anuario Filosófico* 22.1 (1989): 93.

Yepes Stork, Ricardo. "Origen y significado de la entelecheia en Aristóteles." *Thémata*, 9, 361-374 (1992).

Vita

Richard Martínez nació en Chicago, Illinois y creció en Yabucoa, Puerto Rico. Luego de completar su trabajo en música y teatro en la Escuela Especializada de Bellas Artes en Humacao, Puerto Rico ingresó a la Universidad de Puerto Rico en Humacao, para estudiar Ciencias Computacionales. Después de su tercer año de Universidad decidió cambiar de carrera y volver al Teatro. Recibió su Bachillerato en Drama / Teatro de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras en mayo de 2013. Durante los años siguientes continuó trabajando en la investigación, aplicación y desarrollo del manual para el método Lessac para el idioma español luego de ser certificado como Practicante del método bajo la tutoría de Deborah Kinghorn en julio de 2013. Desde 2005 comenzó a viajar como músico y como actor participando en diferentes eventos internacionales en Argentina, Nueva York, California, Chile, República Dominicana, Croacia, Alemania, Italia y República Checa. En julio de 2014 inició su proceso de certificación para enseñantes del Método Lessac y en agosto del mismo año ingresó a la Escuela de Estudios Graduados en Administración de Empresas de la Universidad Turabo de Puerto Rico, obteniendo su MBA en el 2015. En diciembre del 2014, organizó, produjo y realizó el Primer Festival Internacional “Fiesta en las Américas: Teatro, Baile y algo más...” que duró una semana llena de actividades en dos pueblos diferentes de Puerto Rico con la participación de más de veinte grupos de artistas de Colombia, Puerto Rico y República Dominicana. En julio de 2017, se certificó como maestro nivel I de EBAS (Elemental Body Alignment System).

Correo electrónico: r_martinez@teatroumano.com

Sitio web: www.richardmartinezsanchez.com

Esta tesis fue mecanografiada por el autor.

Hacia un “Teatro Humano”: un análisis del uso de la Energía en la práctica de Todd Farley, Gilda Navarra, Fabio Mangolini, Scott Putman, Arthur Lessac y Eugenio Barba.