

UNIVERSIDAD DE CUENCA



FACULTAD DE ARTES

CARRERA DE: DANZA TEATRO

**RESPIRACIÓN IMPERCEPTIBLE: TRANSFORMACIÓN EN ESCENA POR MEDIO
DEL OLOR.**

**TESINA PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIATURA EN ARTES
ESCÉNICAS: TEATRO DANZA**

AUTORA

CARMEN GARDENIA MUÑOZ PÉREZ

C.I. 0104849716

DIRECTORA

CONSUELO MALDONADO TORAL

C.I. 1704977824

CUENCA-ECUADOR

OCTUBRE, 2017

Resumen:

En el presente trabajo analizaremos el proceso de creación y los procedimientos llevados a cabo desde Laboratorio I, materia impartida dentro de la malla curricular 2012-2017, carrera: Teatro –Danza en la Facultad de Artes de la Universidad de Cuenca. Luego evaluaremos la relación de dichos procedimientos con los materiales generados en escena que permitieron crear una metodología de trabajo. Basándonos en la importancia que tiene el sentido del olfato y su influencia directa con las emociones. Encontrando como elemento fundamental dentro de nuestra investigación: el uso de la respiración y el sonido. Describimos la experiencia vivida con el Mst. Javier Andrade durante un año y medio de arduo trabajo, en donde el sonido y la voz fueron componentes importantes dentro de sus creaciones artísticas. La sistematización de dicha metodología nos permitió impartir un taller que dio como resultado un ejercicio escénico, mismo que estuvo basado en el afecto de los olores y el efecto de la respiración. Allí evaluaremos la relación que existe entre los diferentes elementos que utilizaremos dentro de nuestra investigación: olfato, sonido y respiración.

Palabras clave: SONIDO - AFECTO - OLORES - EVOCACIÓN

Abstract:

In the present research we analyze the process of creation and the procedures carried out from "Laboratorio I" subject taught in "Malla Curricular 2012-2017" in the career of "Teatro-Danza" in the faculty of Art of the University of Cuenca. After that, we evaluate the relation of the procedures later mentioned with material developed in scene that let us create a methodology of work. It was based in the importance which has the feeling of smell and its right influence with the emotions. Finding as a main element inside of our research: the use of breath and the sound. Describing the experience that we lived with Mst. Javier Andrade during one year and half, through hard work, in which the sound and the voice were important components inside of their artistic creation. The systematization of this methodology let us to impart a "Taller" which gave us as a result scenic exercise, the same which was based in the affection of the smells and the effect of breathing. Here we evaluate the relationship that exists between the different elements which we use inside of our research: smell, sound and breathing.

Key words: SOUND- AFFECTION- SMELLS- EVOCATION

Contenido

DEDICATORIA.....	7
AGRADECIMIENTO.....	8
INTRODUCCIÓN.....	9
CAPÍTULO I.....	11
ELEMENTOS PRINCIPALES DE LA CREACIÓN ESCÉNICA.....	11
1.1 El olfato, una fragancia que activa.....	11
1.2 El sonido, una frecuencia que expresa.....	13
1.3 La respiración, una tensión que se libera.....	16
CAPÍTULO II.....	18
INVESTIGACIÓN EN EL LABORATORIO DE CREACIÓN ESCÉNICO.....	18
2.1 Indicios de un procedimiento, evocando sensaciones.....	18
2.2 Del laboratorio al ejercicio escénico, provocando emociones.....	20
CAPÍTULO III.....	23
METODOLOGÍA A PARTIR DE LOS CINCO SENTIDOS.....	23
3.1 Observar el objeto delicioso del deseo.....	24
3.2 Escuchar el eco silencioso de una sirena.....	25
3.3 Sentir la textura fresca de un piso vacío.....	27
3.4 Oler la intensidad de placer que provoca una fragancia.....	28
3.5 La recuperación simultánea de sensaciones en los intérpretes.....	31
CONCLUSIONES.....	32
BIBLIOGRAFÍA:.....	36
APÉNDICE.....	37

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 [Fotografía de: Esteban Lupercio].(Loja,2016).Crónicas del Agua I. Loja.....	15
Figura 2[Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Laboratorio II. Cuenca.....	22
Figura 3[Fotografía de: Cindy Agreda].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca.....	24
Figura 4 [Fotografía de: Carla Altamirano].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca.....	25
Figura 5 [Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca.....	26
Figura 6 [Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca.....	27
Figura 7 [Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca.....	28
Figura 8 [Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca.....	30



Universidad de Cuenca
Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Carmen Gardenia Muñoz Pérez en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "RESPIRACIÓN IMPERCEPTIBLE: TRANSFORMACIÓN EN ESCENA POR MEDIO DEL OLOR" de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca 04 octubre de 2017

(Firma con esfero azul)

Carmen Gardenia Muñoz Pérez

0104849716

Cláusula de Propiedad Intelectual

Carmen Gardenia Muñoz Pérez, autor/a del trabajo de titulación: "RESPIRACIÓN IMPERCEPTIBLE: TRANSFORMACIÓN EN ESCENA POR MEDIO DEL OLOR", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca 04 octubre de 2017



Carmen Gardenia Muñoz Pérez

0104849716



UNIVERSIDAD DE CUENCA

DEDICATORIA

A FRANCISCO *Por la gran enseñanza de amor y fuerza que dejaste sembrado en mi alma y en mi corazón, por siempre te extrañaré, por siempre te amaré.*

A MI PADRE *Por su infinito apoyo, ternura, consejos y cariño que siempre me ha ofrecido.*

A MI MADRE *Por haberme dado la vida, por haberme apoyado hasta el final.*

A MIS TRES HERMANOS *Por lo que representan para mí, por la gran admiración que siento por ellos.*

A MIS CINCO SOBRINOS *Por ser el motivo más importante de superación en mi vida.*

A MIS AMIGOS Y AMIGAS *Por brindarme su apoyo y ser mis hermanos de corazón.*

A MI AMOR *caótico, infinito, inolvidable y cobarde que siempre sentiré.*

A LOS ARTISTAS *que eligen este maravilloso camino, que se apasionan día a día, que siempre luchan por sus causas.*



UNIVERSIDAD DE CUENCA

AGRADECIMIENTO

La vida es una aventura que nos avienta a conocer los placeres más bellos del universo, las alegrías más gratas, las tristezas y amarguras que calan dentro de nuestro corazón. Pero qué será de nosotros si no conoceremos tanto la dicha como la desdicha, sin duda seríamos seres envueltos en una aburrida costumbre, saborear las distintas emociones nos permite mantenernos vivos y con la emoción de descubrir que será de nosotros el día de mañana. Quiero comenzar agradeciendo a la fuente dadora de vida, a la energía creadora del todo que me ha permitido mantenerme y concluir este ciclo de mi vida. A mi amoroso padre por haberme enseñado que con esfuerzo, trabajo y constancia todo se consigue. Gracias a él que ha apoyado cada una de mis decisiones, que ha estado allí construyendo cada cosa que se me ha ocurrido, porque a pesar del frío y altas horas de la noche ha ido a mi rescate. A mi generosa madre, por cada día hacerme ver la vida de una forma diferente y haber confiado en mí. A mi maestra Coco, quien se ha tomado el arduo trabajo de transmitirme sus diversos conocimientos, por todo su cariño y la paciencia que tuvo para guiarme durante todo el desarrollo de este trabajo. Agradezco a mis queridos hermanos porque siempre han estado pendientes de mí, apoyándome con sus consejos. A mis alocados sobrinos que con su amor y risas me han alegrado la vida. A mis amigos y amigas que siempre han estado a mi lado, soportándome, ayudándome y alentándome. De manera especial quiero agradecer a Jefferson, Edlyta, Alejandra, Pablo, Carlita y Cindy que estuvieron en el proceso del taller, madrugando y soportando las bajas temperaturas de la mañana, gracias por su entrega y dedicación al trabajo. Quiero agradecer a todos mis maestros y maestras que me han enseñado a lo largo de toda mi carrera, por impartir sus conocimientos, por sus sabios consejos. Gracias amigos- compañeros de clase, gracias por las largas horas que compartimos juntos, riendo, bailando, actuando; Xime, Rigo, Francisco, Toño, Synno, Juanjo, Vero. Gracias a todos y cada uno que se preocuparon por mí y han estado al pendiente, a todas las personas con las que compartí tanto lo bueno como lo malo. A mi país que me ha dado la oportunidad de demostrar las capacidades que poseemos los más necesitados. Gracias a todas las personas que hicieron posible la obtención y mantención de mi beca.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

INTRODUCCIÓN

La importancia de los sentidos en la vida del ser humano es fundamental debido a que gracias a ellos podemos percatarnos de diferentes sensaciones y experiencias. Son cinco puertas que nos invitan a conocer el mundo exterior, dentro de ellos está el sentido del olfato el cual es el encargado de detectar y procesar olores. Todos los días percibimos diferentes fragancias, algunas conocidas, otras nuevas, lo cierto es que el contacto de nuestra nariz con el cotidiano nos conduce a varias situaciones: agradables, desagradables o de recuerdos.

Desde allí nace la necesidad del estudio de la sensorialidad del actor para generar un proceso escénico que se base en la experiencia de los olores. Buscando a partir del mismo un estado que es capaz de sostenerse en escena con el simple hecho de la evocación. Es importante mencionar cuánto influyen los olores en el ser humano y mucho lleva a dejarse afectar por estímulos exteriores.

Dentro de esta experiencia que abarca la respuesta del intérprete a los olores, existen dos polos opuestos en los cuales vamos a basar nuestra investigación: el placer y el asco. Si bien es cierto que no son las únicas reacciones, nos guiaremos por éstas dos debido a que son más rápidas de detectar, investigar y experimentar. El asco es considerado una sensación desagradable, mientras que el placer es todo lo contrario. Indagar sobre estos dos puntos permite apreciar diferentes reacciones y cualidades en el intérprete, teniendo en cuenta que dentro de ellos se puede crear movimientos, gestos, secuencias y trayectos espaciales con un alto contenido de fuerza escénica, capaz de atrapar al público e invitarlo a compartir estas diversas sensaciones.

Sin duda, la respiración es parte fundamental dentro de toda esta investigación debido a que al inicio permite entrar a una dinámica de concientización del sentido del olfato, el mismo que al ser potenciado conduce a una atención directa hacia la detección de los olores.

También brinda la posibilidad de un calentamiento y obtención de concentración, atrapar el instante presente, el aquí y el ahora en escena.

En este trabajo se han utilizado diferentes técnicas y conocimientos adquiridos a lo largo de un proceso de laboratorio de investigación que a su vez han estado reforzadas con herramientas aprendidas en materias afines a la misma. La cuales han sido impartidas en la



UNIVERSIDAD DE CUENCA

escuela de Artes Escénicas de la Universidad de Cuenca. De esta manera buscamos construir una metodología de trabajo que desemboque en un ejercicio escénico basado en el afecto de los olores y el efecto de la respiración.

Debido a esto, empezaremos analizando la importancia que tiene el sentido del olfato, las conexiones inmediatas que tiene con la memoria y la sensibilidad de un individuo. Datos que extraemos de Serene Aromatherapy un centro de medicina que trabaja con diferentes fragancias para mejorar la salud. Más adelante estará Jorge Grisales un teatrero y docente colombiano que recalca la importancia de encontrar un centro interior que nos ayude a conectar con nuestras emociones, que este caso será la voz.

Argumento que apoyamos mediante la descripción del proceso vivido con el Mst. Javier Andrade durante un año y medio de trabajo, en donde el sonido y la voz fueron elementos importantes dentro de sus creaciones. Complementando dicha experiencia en donde el cimiento primordial era la respiración vamos a encontrar a Mariano Chóliz un psicólogo que nos habla sobre la relajación – respiración. Yoshi Oida y Lorna Marshall en su libro: *El Actor Invisible* nos proporcionan más información acerca de la importancia de la respiración, dichos autores aparecerán a lo largo de este trabajo debido a que aportan a nuestra investigación. Luego entraremos a la vivencia de construcción de nuestro trabajo escénico basado principalmente en la respiración, sonido y los sentidos. Finalmente nos introduciremos a la descripción del taller impartido y los resultados que éste nos llevó. Y es así como llevamos a cabo este proceso de investigación en el cual creamos una metodología de trabajo basándonos en la experiencia propia que fue alimentada por la experiencia vivida día a día.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPÍTULO I

ELEMENTOS PRINCIPALES DE LA CREACIÓN ESCÉNICA

1.1 El olfato, una fragancia que activa.

Día a día nos relacionamos con el mundo exterior mediante nuestros cinco sentidos, los cuales nos invitan a explorar diferentes sensaciones y emociones. Es asombroso admirar los colores de un atardecer, palpar diferentes texturas, escuchar nuestra canción favorita, degustar de un sabroso plato típico o de oler la fragancia que desprende el perfume de las flores. Y es así, como se captan impresiones mediante la vista, el tacto, el oído, el gusto y el olfato, sentidos que nos otorgan información de manera constante. A continuación vamos a analizar tres elementos claves que han determinado nuestra investigación: olfato, sonido y respiración.

Un centro de aromaterapia que ha realizado estudios en este campo es Serene Aromatherapy (2004) y afirma que:

Nuestro sentido del olfato es 10,000 veces más sensible que cualquier otro de nuestros sentidos y que el reconocimiento del olor es inmediato. Otros sentidos similares, como el tacto y el gusto deben viajar por el cuerpo a través de las neuronas y la espina dorsal antes de llegar al cerebro, mientras que la respuesta olfatoria es inmediata y se extiende directamente al cerebro. Este es el único lugar donde nuestro sistema nervioso central está directamente expuesto al ambiente. (p.1)

Dentro de esta experiencia sensorial el olfato es un elemento muy especial es por eso que invitamos a preparar la nariz para husmear la manera de cómo el sentido del olfato es influenciado en nuestra investigación, asociándolo así con un proceso de creación artística que llevamos a cabo mediante la experiencia propia, la exploración, la observación y el análisis.

El principal instrumento de trabajo de un artista escénico sin duda es su cuerpo, el cual lleva consigo un sinnúmero de vivencias e información, que día a día se van actualizando mediante la relación e interacción con todos los componentes que lo rodea. Y es así, como en una creación escénica es imprescindible escuchar lo que el cuerpo nos tiene por decir, y se hace eco de esta situación mediante movimientos, encadenamientos, palabras o sonidos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

al momento de generar un trabajo investigativo. El olfato nos permite conectar de manera directa con las emociones debido a la respuesta inmediata que tenemos al recibir un estímulo de algún olor en particular. Generando no solo una reacción, si no activando la memoria, es decir, acudiendo al baúl de los recuerdos guardados dentro de la retentiva corporal y mental. Un individuo es capaz de cambiar su comportamiento y establecer gusto o disgusto debido a la influencia que un cierto tipo de fragancia puede producir.

Los olores nos pueden dar la motivación de permanencia o movimiento, influir el tipo de cualidad de movimiento, generar velocidad o establecer un estado de ánimo determinado. Al oler hojas frescas, aromas dulces o cual quiere fragancia que sea agradable para nuestro gusto, la sensación que provoca es de placer. Caso contrario sucede con olores que disgustan e incomodan, llegando incluso al punto del asco y el rechazo total. Es decir, pulsamos, activamos y reaccionamos inmediatamente debido a la rapidez que tiene al llegar la información olfatoria a nuestro cerebro.

Y es así, como encontramos una revista virtual llamada *Encontradores* escrita en el 2012 por la coach, consultora y capacitadora Fabiana Méndez:

Según estudios realizados en el Hospital “Santa María” de Rumania, las áreas cerebrales de integración de las sensaciones olfatorias son muy extensas en el ser humano y se conectan de manera importante con las regiones que procesan la memoria, al lenguaje y que desencadenan acciones involuntarias de respuesta emocional. (p.1)

La memoria, al ser una función del cerebro que permite al organismo recopilar, acumular y rescatar información del pasado, nos lleva a reaccionar mediante un estímulo que relacione con algún acontecimiento vivido. Dentro de nuestra investigación, incluimos horas de trabajo práctico con artistas escénicos que tuvieron como elemento clave en su exploración a los olores. Observamos que sin duda los intérpretes crearon asociaciones con el pasado y a la vez trabajaron con su presente, oler algo que les recuerda alguna etapa de su vida, anécdotas, personas, lugares o cosas, ya repercuten en el trabajo que están construyendo en las tablas. Sin lugar a dudas es imposible no conectar con sucesos pasados que al pulsar en escena estarán pulsando en el presente igual con ellos. Dicha memoria acerca a la escena, permite vivenciarla y sentirla, estamos frente un estímulo fuerte que son fragancias y olores que a lo largo de nuestra vida vamos recolectando y almacenando en nuestro consciente e inconsciente.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Las cinco puertas que nos conectan con el mundo exterior son los sentidos, mismos nos permiten reaccionar ante diferentes estímulos, informándonos constantemente sobre los cambios que se efectúa. El olfato al ser un medio potente que trae recuerdos y por el cual resurgen emociones, nos motiva a partir desde allí para realizar creaciones artísticas que se sostienen por medio de la influencia de diferentes fragancias. Las cuales determinan un sentido de permanencia asociada con el placer, con un disfrute total y lo opuesto a ello que es la incomodidad que pueden producir y las reacciones que conlleva. Como eje fundamental está un olor que pulsa, activa, anima a la ejecución o no ejecución de acciones que conllevan a un estar presente en escena. En la vida diaria estamos totalmente influenciados por ellos, ¿en la escena será posible dejarnos llevar?

1.2 El sonido, una frecuencia que expresa.

Como segundo elemento tenemos el sonido, el cual lo podemos utilizar en la ejecución de un calentamiento, codificación de movimientos o simplemente como forma de expresar la experiencia que estamos atravesando en ese instante. Es un factor fundamental dentro de nuestro trabajo debido a que partimos de allí para calentar los resonadores de la voz, y, a consecuencia de eso: nuestro cuerpo, el sonido lleva a una expresión mínima o máxima de un sentir. Entonces, para poder expresar lo que en ese momento el intérprete está experimentando se recurre al uso del sonido, de la voz. Es decir, emplear onomatopeyas o frases las cuales ayudan a recuperar y mantener la construcción escénica ya sea desde el calentamiento o dentro de un trayecto espacial previamente establecido.

El magíster, teatrero y docente colombiano en su libro *Método para el manejo de la voz escénica* Jorge Grisales (2006) nos relata:

La experiencia de encontrar un centro interior para el sonido puede ayudar a poner la voz en contacto más satisfactorio con las sensaciones. Es una experiencia de la que se puede beneficiar desde el principio el trabajo de cualquier personaje, o de cualquier escena, hasta tocar las partes más profundas y verdaderas de sí mismo, que son las bases de la creación. (p.24)

Entonces, a partir de esta premisa se puede establecer pautas, en este caso sonidos, que ayuden a sostener el trabajo y a la vez lograr conectar con las sensaciones vividas. Al emplear este elemento fundamental en escena nos encontramos con el soporte ideal que serán los cimientos indispensables en nuestra composición, pulsando,



UNIVERSIDAD DE CUENCA

creando, manteniendo y recuperando los materiales escénicos. Conjuntamente con una respiración adecuada que acompañe el desenvolvimiento de las acciones ejecutadas. Encontramos una motivación que sostiene al intérprete en la escena, el cual provee de material listo para ser ejecutado.

Un proceso de investigación sobre la voz, vivimos con el docente Mst. Javier Andrade dentro de la Facultad. Su trabajo nos marcó de manera importante nuestra investigación escénica debido al entrenamiento de un año y medio con el sonido y la voz. Nos resultó interesante desde el inicio ver como el sonido determina una escena o el ambiente que se genera en una composición. Comenzamos primero haciendo sonidos de metralletas, ambulancias, heridos, etc., el cual le daba un toque mágico a escenas que dicho profesor creaba, y bueno, en ese momento estaba trabajando en la creación de una obra. Nosotros fuimos el coro que acompañó distintos instantes, el sonido provenía de la boca, de las manos o del contacto de objetos. El siguiente paso fue el calentamiento de los resonadores vocales por medio de movimientos de cuello y apertura adecuada del plexo solar y del estómago, acompañado de sonidos graves agudos que determinaban la marcha. El cuerpo se complementaba con el sonido y conjuntamente calentábamos de paso las emociones. La emoción surgía a partir del sonido y el cuerpo, el siguiente paso era incorporar la risa, la tristeza y el placer. Desde allí nació un personaje llamado "Bertha", la cual le daba vida las emociones anteriormente mencionadas, aquella historia estaba compuesta por varios momentos, transitaba entre un mundo paralelo a la realidad, fuimos seres etéreos y mágicos. La voz nos proporcionaba crear aquellas situaciones y obviamente crear el personaje y luego recuperarlo. Como última instancia, tuvimos la creación de un performance que tenía como punto principal dos emociones: la tristeza y la felicidad llevadas al extremo. Claro está que este conjunto de experiencias nos otorgó el plus a nuestra investigación naciendo de allí el dar la importancia a los sentidos y saber que a partir de ellos surgen las emociones.



UNIVERSIDAD DE CUENCA



Figura 1 [Fotografía de: Esteban Lupercio]. (Loja, 2016).Crónicas del Agua I. Loja

El sonido, la voz , y el cuerpo son el medio de comunicación entre el espectador y el actuante, debido a que se genera una especie de puente por donde atravesar todo lo que se quiere decir, evocando ideas, sensaciones y que al ejecutarlas genera un código claro y conciso que ser apreciado en la presentación del trabajo. Los sentidos al ser susceptibles al cambio, logran obtener una estructura fija cuando son desarrollados. La voz ocupa todo un lugar, es imposible huir de ella, es un todo que envuelve y transmite. Invade, irrumpe en el espacio al ser materializada por medio del intérprete, así el público nota su presencia. Por medio de la voz se busca exteriorizar todo un mundo interno que hace posible ser expectable, que se puede exponer ante los individuos que si se dejan afectar posiblemente coincidan con las sensaciones.

En este caso el sonido y la voz, nos ayudan a conectar con lo que en ese momento puede ocurrir, sacar a flote nuestro sentir, no cohibirnos, si no permitirnos, nos ayuda a entrar en una dinámica de expresar todo en cuanto suceda de manera espontánea. Nos motiva a pulsar, observar y sentir de cerca la experiencia del momento, es decir: nos sostiene de manera agradable. El construir en escena significa generar material que se compone progresivamente y que se colocan a medida que avanza el trabajo.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Sin duda, en el camino existen cosas que funcionan y otras que no, lo importante es saber identificar cuáles son las que sí están aptas para ser ejecutadas y recuperadas. Un intérprete puede partir desde lo que ocasiona asociarse con los sentidos. Es imprescindible codificar la reacción, sin antes interiorizarla, para que así el momento de recuperar el trabajo el mismo no se diluya y pueda no sólo sostenerse con el recuerdo sino ser ejecutado con éxito y asemejarse a la construcción inicial debido que al ser subjetivo corre el riesgo de variar.

1.3 La respiración, una tensión que se libera.

En el tercer elemento de construcción nos encontramos con la dinámica de respiración que se tradujo al cuerpo en contracción y relajación, los cuales al ser dos polos que se contraponen nos provee de material interesante y consistente dentro de nuestra investigación escénica. Un docente titular del Departamento de Psicología Básica de la de la Universidad de Valencia, en su libro *Relajación y Respiración*: Mariano Chóliz Montañés (2009) escribe: “En primer lugar la tensión debe ser moderada. Ni tan tenue que no provoque respuesta de relajación, ni tan intensa que lo que produzca sea contracción o dolor. En segundo lugar, la distensión debe ser repentina. No debe soltarse poco a poco sino de repente.” (p.16)

Sin embargo, hay que tener presente que dentro de esto existen patrones que deben ser respetados para poder llevar a cabo con éxito el uso de estos dos opuestos. Se debe distribuir la energía a la mitad, es decir, la presión debe ser moderada y consciente, contrayendo con cuidado sin provocar dolor. Al momento de liberar la tensión se lo debe realizar de repente, espontáneo para así no correr el riesgo de lastimar al cuerpo. Hablamos de una atención y concentración corporal lo que obliga a tener precisión en el momento de ejecutar los movimientos. Dicha acción trabaja conjuntamente con la respiración que provee de vida a nuestro organismo, siendo pieza clave en la aplicación de cualquier metodología de trabajo o una simple actividad. Pues, al ser tan común no se presta la atención necesaria pero que sin ella no se podría ni siquiera vivir.

Oida y Marshall (2010) en su libro: *El Actor Invisible* afirman que: “La respiración está estrechamente conectada con la emoción y cambiar el patrón de respiración también cambiará la reacción emocional [...] visualizar el acto de respirar por diferentes partes del cuerpo, se abre un abanico de distintas posibilidades.” (p.155-p.157). Modificamos constantemente nuestros movimientos y reaccionamos ante los estímulos, pero introducir a la respiración en esta dinámica sin duda nos dio una apertura emocional diferente, de la



UNIVERSIDAD DE CUENCA

cual, en el transcurso de nuestra composición nos vamos a valer para sostener el trabajo de exploración.

Conectamos constantemente con nuestras emociones, las proyectamos a lo largo de nuestra vida, y cuando llega el momento de crear es imposible no enlazar o crear vínculos que influyen de manera importante en las composiciones artísticas. Es por eso que escuchando lo que el cuerpo tiene hoy por hablar germina una pequeña semilla de curiosidad que pronto será cosechada con un fruto atractivo de preguntas y respuestas que con la experiencia, la duda, el error y el acierto se despejarán. Hay que tener en claro que todos los elementos mencionados anteriormente han sido indispensables para una exploración e investigación satisfactoria a lo largo del todo el tiempo que se ha empleado a nuestro laboratorio de creación. Sin las bases claras sería imposible argumentar todo aquello que se experimentó.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPÍTULO II

INVESTIGACIÓN EN EL LABORATORIO DE CREACIÓN ESCÉNICO.

2.1 Indicios de un procedimiento, evocando sensaciones.

La construcción de un ejercicio escénico surge a partir de todo lo anteriormente mencionado, es desde allí que viene la posibilidad de explorar en la práctica y llevarla a cabo escénicamente. Esta investigación inició con una frase de danza construida a partir de la observación de un video llamado “Lexique Dansé” de Jeannette Dumeix. En donde repetíamos constantemente los movimientos de la que estaba compuesta, a cada intérprete se le pedía vivir el instante presente, la premisa era clara: pulsar en escena de forma constante y real. Es decir, cada quien tenía que encontrar su punto de fuga, su motivación que le proporcione la suficiente razón de estar y ejecutar el fraseo de danza. Al inicio nos resultó complicado encontrar dicho motivo por lo que recurrimos a la escucha del cuerpo, el mismo hecho de vivir el presente, nos hacía enfocar en nuestro estado corporal. Fue en ese momento que al final del túnel hallamos la luz, encontramos el sendero de partida hacia lo que luego nos llevaría a un sinnúmero de exploraciones e interrogantes a la vez.

El cansancio físico como detonante principal, disparó la curiosidad por saber a dónde más puede llegar un cuerpo exhausto y abatido. Las actividades que requieren de mayor esfuerzo y concentración consumen energía, pongamos un ejemplo: llegamos de un combate de judo a una clase artística lo menos que queremos hacer es movernos o ejecutar grandes movimientos. Buscamos tranquilidad, descansar, al estar totalmente cansados y con la presión de encontrar algo que investigar sentíamos el apremio en nuestros hombros, sin duda estos dos componentes no eran una buena combinación. Pero dentro de todo esto, surgió una chispa que se prendió con la curiosidad de un olor particular que nos llamaba la atención: el cabello. Acostados en el piso y sin ganas de explorar, lentamente olimos el delicioso sabor que dejaba la crema de peinar en nuestro cabello. Cierta fragancia nos ayudaba a desplazarnos, nos entusiasmaba y animaba a realizar un fraseo de danza que anteriormente habíamos compuesto.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Como punto de partida, previo a la indagación de los olores estaba el uso adecuado de la respiración, la voz y el sonido. En cuanto al sonido, el mismo era un eje que nos permitía engancharnos con el instante presente de la escena, debido a que nos llevó a expresar lo que en ese minuto estaba ocurriendo en nosotros. La respiración por su parte, nos ayudó a calentar los resonadores vocales los cuales iríamos a utilizar para ejecutar el sonido, es decir, en el momento de exhalar se podía soltar palabras o frases. Este mecanismo nos otorgó un nivel de concentración diferente a nuestro cuerpo, nos permitió mirar de cerca la conexión entre inhalación, exhalación y sonido.

Dentro del laboratorio estaba claro la indagación que realizamos sobre los distintos olores, tanto personales como del medio ambiente, entonces se propuso un ejercicio, un laboratorio personal, que, en este caso, lo llevaríamos a casa. En tres días, experimentamos olores diferentes, el primer día estuvimos expuestos al olor de hojas de eucalipto que estaba esparcido en un lugar totalmente cerrado, hervimos las hojas generando una infusión, inmediatamente nos dejamos llevar por la sensación que provocaba dicha fragancia. Los movimientos eran libres, sueltos y curvilíneos, por la libertad que el aroma nos ocasionaba. Generando comodidad, relajación y la frase de danza se pudo ejecutar de forma totalmente fluida. En el segundo día, la exploración se basó en un olor químico, procedimos a pintar un cuarto con esmalte azul y el olor de la pintura nos brindó otra cualidad de movimiento, a eso se añade el dolor de cabeza que nos ocasionó este componente químico. Las manos y piernas se tensaron, como impidiéndonos avanzar en el espacio, movimientos cortantes y nada fluidos se hicieron parte de nuestra composición. Por último, en la cocina, quemamos avena y con aquella fragancia de por medio el objetivo era ejecutar la frase de danza lo cual nos resultó imposible. Debido a la gran molestia por el olor, el cuerpo se paralizó en un solo lugar y los movimientos fueron ejecutados en la pared, creando así gestos de asco y repulsión, reaccionando constantemente ante este estímulo.

Al igual que una guitarra necesita ser entonada para su correcto funcionamiento, así mismo, el cuerpo necesita una adecuada preparación. El calentamiento es un elemento clave dentro de una composición escénica debido a que allí cargamos nuestras emociones y preparamos a nuestra masa corpórea para ponerla en acción. Lo que suceda en ese momento previo, sin duda va a tener repercusiones cuando presentemos o retomemos un ejercicio. Dentro de nuestra investigación nos ha resultado interesante vivir el proceso en el que un calentamiento personal se volvió material importante dentro de la composición escénica. La evocación junto con la respiración nos permitió ensamblar de manera directa



UNIVERSIDAD DE CUENCA

con las sensaciones que provoca un olor agradable o desagradable dependiendo de la situación. El cerrar los ojos e imaginar un delicioso dulce de leche nos transportaban inmediatamente a un estado de placer y felicidad.

2.2 Del laboratorio al ejercicio escénico, provocando emociones.

Vivimos en un mundo cambiante, en donde constantemente estamos rodeados de un sinnúmero de olores, en el cual la evocación es primordial para ayudarnos a mantener un calentamiento satisfactorio, repetíamos en voz alta todas las fragancias que se nos venían a la mente y que a la vez nos cargaba de emociones espontáneas, sin embargo, en las primeras muestras no las mencionábamos en escena debido a que sólo formaban parte del calentamiento personal como lo señalamos anteriormente. Hasta que recibimos la sugerencia de uno de nuestros espectadores en donde nos dijo que le daba ganas de escuchar lo que estábamos evocando en el trayecto, es decir, que no se debía quedar nada más con el movimiento y la emoción, si no que realmente se diga, se exprese y de esta manera fortalecer el deseo de querer oler o probar algo. A través de esa provocación la mención se volvería más potente y efectiva, el verbalizar los olores, claramente nos permitió una mejor apreciación de los mismos. Los olores determinaron una parte fundamental de la investigación tanto práctica como teórica, tanto en clase como en la vida real.

Al tener en cuenta todo el proceso que fuimos construyendo a lo largo del desarrollo de la escena, nos topamos frente a un elemento base, primordial que anteriormente ya lo mencionamos que es el olfato. Explorar las reacciones que genera dejar ser influenciado por un olor, nos lleva directamente a un enlace primordial con los otros cuatro sentidos restantes. Pues además está decir que nuestro organismo funciona en unidad, siendo un todo e individuo a la vez. Es decir, nos resulta imposible no asociar un sentido con otro, pues al oler algo delicioso inmediatamente se activa el deseo de probarlo, tocarlo o mirarlo, y claro, si son unas papas crujientes el deleite sonoro nos provoca aún: más placer.

Cuando una ambulancia se acerca identificamos el sonido de su sirena, la misma que está compuesta por graves y agudos. Trasladamos dicha resonancia a nuestro calentamiento, trabajando conjuntamente con la respiración en las cuales la entrada y salida de aire determinaban la duración de dicha sirena. Misma que nos ayudó a calentar nuestros resonadores vocales y en medio de ella dejábamos fluir una emoción de felicidad. Esta montaña rusa de sonidos que flotaban en el aire activó en nosotros risas y carcajadas por



UNIVERSIDAD DE CUENCA

el mismo efecto que causaba en nuestro cuerpo. Empezamos a relacionar a la sirena con el placer de reírnos y de esa forma encontrar esta emoción que poco a poco se iba a ir potenciando a medida que la íbamos repitiendo. De esta manera surgió un nuevo material escénico: nuestra sirena grave - aguda que se disipa en el espacio y que genera una carcajada en su punto climático.

La influencia de una mirada externa determinó de manera importante la composición. Andrés Ordóñez fue un compañero de clase que asumió la dirección al final de nuestra investigación. Su aporte estableció la creación definitiva de un ambiente infantil, acopló a nuestra escena elementos que nos trasladó a un pequeño patio de juegos. Nos brindó la libertad de al fin poder estar en escena sin preocupaciones, es decir, al tener la confianza de que alguien nos observaba podíamos relajarnos a solamente ejecutar el trayecto y sentir lo que se tenía que sentir. El cumplir de las acciones iba más allá que la misma acción, ahora estábamos a cargo de una persona la cual nos va a direccionar y establecer pautas de acuerdo a su percepción y de cómo se ve la escena desde afuera. El instante de la muestra pública se convirtió entonces en un mundo paralelo a la realidad que vivimos cotidianamente, generamos un ambiente infantil en donde todo era permitido, menos el no estar, el no pulsar, mirar al público, coquetearlo, seducirlo o invitarlo a que pase un momento agradable imaginando lo placentero que es oler. Estimando la dicha que nos dan estas cinco puertas infinitas que son los sentidos, construyendo así, en pro de la escena. Sin embargo, la muestra también estuvo compuesta con un toque de sensualidad que desplegaba una niña traviesa y coqueta.

Como partes fundamentales de creación tenemos a la respiración, la risa, el sonido, los olores, los sentidos, el cansancio físico, la contracción, la relajación y un trayecto espacial que dirigía puntualmente nuestro desplazamiento. Existía en nosotros una razón de ser, una razón de estar en escena, una urgencia especial por experimentar todo aquello que componía nuestro universo de sensaciones, naciendo así un estado corporal, mental y psicológico. No nos importaba si en la pared tendríamos que sufrir de asco, golpearnos contra el piso, olernos desesperada o pausadamente, solo era cuestión de dejarse ser, de dejarse llevar. Obtuvimos un trabajo escénico basado en los olores en donde buscamos sensibilizarnos y por consecuencia a eso sensibilizar al público que en ese momento compartía con nosotros. Hablamos también de una evocación que no sólo se originó en el recuerdo sino que se en un hecho físico con la capacidad de poder recurrir a este recurso cada vez que sea necesario. Pulsar en el otro, activar, seducir e invitar a una experiencia



UNIVERSIDAD DE CUENCA

sinigual guiada por una pequeña niña traviesa que cruza el espacio escénico con un solo objetivo: provocar.



Figura 2[Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Laboratorio II. Cuenca



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA A PARTIR DE LOS CINCO SENTIDOS

La creación de una metodología de trabajo nació a partir de toda la práctica ejecutada en escena, desde allí partimos para la creación de un taller de investigación, en donde seguimos paso a paso a nuestros intérpretes, allí les brindamos herramientas de creación y exploración. Toda la experiencia vivida en nuestra investigación escénica dio como resultado un procedimiento que se basaba en los cinco sentidos y como eje central teníamos al olfato. Sin olvidarnos de la respiración, los sonidos, la evocación y las caídas. Llegamos al punto de querer comprobar si nuestro proceso puede ser transmitido a otros artistas escénicos, claro, basándonos en el camino que anteriormente ya recorrimos. Elaboramos arduamente el contenido de nuestro taller, en el cual íbamos a transferir nuestro sentir, a otros cuerpos que pueden llegar a ser afectados por diferentes estímulos que entran por la puerta de sus sentidos. Dicho taller estuvo compuesto por los elementos más importantes de nuestra investigación, que anteriormente ya mencionamos, el objetivo era transmitir la esencia de nuestra práctica. Ahora preparemos a nuestros ojos, nariz, boca, orejas y manos a ser testigos de este pequeño laboratorio. (Apéndice A)





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Figura 3[Fotografía de: Cindy Agreda].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca

3.1 Observar el objeto delicioso del deseo.

Como punto inicial estaba el sentido de la vista, en donde planteamos observar un espacio, los detalles, mirarlos fijamente y despertar la curiosidad que realmente causaba una mancha, un objeto, un color, una textura, etc. Aquella premisa de buscar, y de curiosidad marcó un desplazamiento en el espacio escénico, lo cual permitió a los intérpretes moverse y estar activos. A partir de la misma, creamos la marcación de tres puntos espaciales que con el tiempo procederíamos a “pintarlo”, dicha actividad realizaríamos durante toda la semana instaurando premisas distintas. Cuando hablamos de “pintar” un punto determinado en el espacio, nos referimos al contenido que va a tener dicho trayecto, utilizamos esta metáfora de manera didáctica para su mayor comprensión. Teniendo en cuenta que el inicio y el final siempre tenían que ser una pared la cual los sostenía y les daba una orientación directa. Al activar la mirada, también se activó la percepción espacial y conciencia del otro, que es parte de la sala y del propio trayecto, pulsamos la idea de trabajar en grupo y desde allí la composición de las actividades próximas a realizar y las ejecutadas en tiempo real. Dentro de la activación de la mirada sucedió algo muy particular el penúltimo día del taller, luego de venir de una experiencia desagradable (fragancia artificial), los intérpretes estaban expuestos a mirar una fresa, observar sus detalles con detenimiento, generamos en ellos lo que después se llamaríamos: “el objeto del deseo”. Sus pupilas se dilataron como nunca antes, crearon una ansiedad por querer saborear aquel fruto, que por ese momento sólo podían observar, después al fin pudieron comerlo. .El sentido del gusto entró en acción en dicha actividad, los intérpretes pudieron degustar de la deliciosa fresa fresca y rojiza. Sus papilas gustativas saborearon, gozaron al probar aquella fruta blanda. Lo disfrutaron tanto, que en ese momento dicho placer no se comparaba con nada en aquella mañana, así lo pudimos observar, así lo relataron en las entrevistas y (Apéndice B_ DVD)



UNIVERSIDAD DE CUENCA



Figura 4 [Fotografía de: Carla Altamirano].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca

3.2 Escuchar el eco silencioso de una sirena.

El eco que produce la voz, resonar a partir de un sonido, de una palabra o de una sirena, activó la escucha, escucharse a sí mismo, escuchar al otro, al grupo, quienes pulsaban juntos en escena. Y es así, como en el calentamiento de la voz el sonido era permitido libremente y su exploración incluía al cuerpo. Los resonadores tenían que ser activados, el cuerpo tenía que vibrar conjuntamente con el desplazamiento y la voz. “Los distintos sonidos evocan respuestas internas diferentes y nuestra actuación cambia de acuerdo con éstas.” (Oida y Marshall, 2010,p. 176). A medida que fueron recreando sonidos o palabras empezó a surgir otras cualidades tanto de movimiento como de sensaciones. Un ejemplo de ello es cuando introducimos el uso de la sirena como punto de partida, los intérpretes comentan en las entrevistas que aquel sonido al ser muy conocido, siempre trae un recuerdo, una situación como de urgencia o apuro. Dicha dinámica sin duda afectó de forma interna a los intérpretes, por consecuencia de ello, más tarde, se crearía la asociación de sonido más emoción. Buscamos por medio de la experiencia, abstraer la esencia que daba el moverse a partir del sonido, y fue así como llegamos a la “sirena”, lo cual consistía en imitar el sonido de una ambulancia. La misma tenía que ser sostenida por medio de la respiración. “La respiración está estrechamente conectada con la emoción y cambiar el patrón de



UNIVERSIDAD DE CUENCA

respiración también cambiará la reacción emocional [...] visualizar el acto de respirar por diferentes partes del cuerpo, se abre un abanico de distintas posibilidades.” (Oida y Marshall, 2010, p.155 a p.157)

Los intérpretes para mantener esta dinámica tenían que modular su inhalación y respiración en cuentas de 6 tiempos cada uno. Luego realizamos una conexión directa con el placer que nos otorgaba la risa, se tenía que llegar a una carcajada, al inicio fue forzada, luego empezó a surgir espontáneamente con la activación de la sirena en el calentamiento. Asociando así la sirena con la risa, la sirena se cargaba, fluía y desembocaba en una risa total. Entonces, creamos sintonía en el grupo, que luego se fueron contagiando al escuchar reír al otro, se podía emitir palabras o frases que en ese momento surgían, lo cual lo hizo aún más interesante ya que nos permitió conectar de inmediato con las emociones, sin olvidar un cuerpo activo que se desplazaba en todo el espacio por los tres niveles (bajo, medio, alto). (Apéndice C_ DVD)



Figura 5 [Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca

Hallamos una motivación que sostiene a los intérpretes en la escena, el cual provee de un material listo a ser ejecutado. El sonido, la voz, nos ayudó a conectar con lo que en ese momento nos estaba ocurriendo, sacamos a flote sus sentimientos, no se cohibían, se permitían. Entraron en una dinámica de expresar todo lo que sucedía de manera espontánea. Oida y Marshall cuando explican uno de sus ejercicios realizados en sus entrenamientos, proponen



UNIVERSIDAD DE CUENCA

que: “Cuando emitamos los sonidos, degustaremos y observaremos en qué medida cambia nuestra dimensión interna.” (p.171) La sirena, como sonido, las palabras que se utilizaron para atrapar la risa y la carcajada sin duda encontraron su punto central justo allí, en el trabajo previo del director y de sus intérpretes. (Apéndice D_ DVD)

3.3 Sentir la textura fresca de un piso vacío.

El tener la dicha de poder palpar, provee al cerebro la información de tener la certeza de lo que se está tocando, la piel tiene contacto directo con el mundo exterior y por medio de ella se logra identificar texturas y formas. Las hojas de eucalipto que después iban a ser olfateadas por los intérpretes primero pasaron por el proceso de reconocimiento en el cuerpo, en las manos, en la cara, en todo en cuanto ellos podían acercarla. Con los ojos cerrados sintieron la textura suave y pudieron manipular dicho objeto, aquella relación fue necesaria para que ellos más adelante puedan evocar el olor de mejor manera. (Apéndice E_ DVD)



Figura 6 [Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca

Para ejecutar una caída se debe activar el esqueleto y los músculos, esto nos lleva a tener una mayor atención corporal. Este es otro elemento que empleamos para generar atención al instante presente, debido a que si no tenemos cuidado corremos el riesgo de lastimarnos. Complementando con el sonido, cada vez que realizaba una caída se tenía la



UNIVERSIDAD DE CUENCA

opción de decir lo que se sentía, ya sea con una palabra, o frase. Esto tenía total relación entre sí, tacto, sonido y percepción visual. (Apéndice F_ DVD)

Más tarde buscamos crear un material que esté basado en caídas y recuperaciones con el principio de tensión y relajación en los músculos. Para conseguir dicho objetivo los intérpretes tenía que correr por toda la sala y buscar la manera de caer al piso, este procedimiento se volvió repetitivo, hasta realmente generar un cansancio corporal. “La cuestión es provocarse la máxima tensión física posible para saber cómo se siente uno cuando está «tenso» y después relajar todos los músculos de golpe.” (Oida y Marshall, 2010, p.59) Sucedió en los ejecutantes que no llegaron al máximo de contracción para su caída debido a que les faltó más tiempo de exploración, asimilación y ejecución de sus caídas previamente marcadas, así nos supieron explicar en las entrevistas realizadas al final del taller.



Figura 7 [Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca

3.4 Oler la intensidad de placer que provoca una fragancia.

Lo que estimuló directamente a esta investigación fue la influencia que tienen los diferentes olores en nuestro organismo, descubrir la manera que mueven y conmueven a un artista escénico en su exploración y después a la abstracción de material. El sentido del olfato tiene



UNIVERSIDAD DE CUENCA

una estrecha relación con el gusto, los cuales interactúan y funcionan de igual a igual, activando la memoria, el deseo o impulsando a una acción. Trabajamos con dos fragancias distintas, la una era totalmente natural: hojas de eucalipto altamisa que tienen un alto concentrado de esencia que perdura y llama la atención. Llevamos a cabo como calentamiento un ejercicio cardio de folclore, en donde buscamos un cansancio físico a partir de movimientos al son de la música, sin olvidar la respiración, la incorporación de sonido y el trabajo en equipo. En esta etapa fue interesante crear una energía que debía sostener al grupo, y a la vez abrir sus fosas nasales para luego llevarlos a un descanso necesario después de veinte minutos en ejercicio constante. El cansancio obliga a respirar mejor, cuando el cansancio llega la mente racional disminuye y se potencia la percepción de los sentidos. (Apéndice G_ DVD) Instante perfecto, en donde introducimos un olor natural que invadió toda la sala y obviamente a los intérpretes de aquel día. Les dimos un tiempo determinado para enfrentarse con a la fragancia les permitimos: explorarlo, sentirlo, vivirlo para luego llevar la sensación a movimientos exactos que iban a ser repetidos y codificados. Dentro del proceso de exploración siempre es necesario abstraer el material que surge del mismo, porque si no quedaría nada más que en experiencia, pero si se lo codifica y se crea una secuencia clara con la sensación vivida, ésta se puede transformar en material escénico que puede ser reproducido una y otra vez. Recordemos que ya hablamos de una evocación, la misma que nos va a otorgar guardar y recuperar el trabajo de una forma satisfactoria. Al finalizar la actividad, depositamos en sus bocas se un trocito de chocolate, ellos lo saborearon con tal placer que les permitió cerrar aquella apertura del sentido del olfato, al final de cada clase buscamos la manera de enlazar los sentidos, lo cual resultaba inevitable.

Con el olor químico, el acercamiento fue un poco más delicado, debido a que no se podía hacer una apertura total de sus fosas nasales y respiración ya que el olor de cierta forma era tóxica y debía cuidar la sensibilidad de cada intérprete. A diferencia del día anterior, el cardio que trabajamos no fue muy intenso, duró lo suficiente para activar en ellos su cuerpo y respiración. Al inicio tuvieron un pequeño acercamiento con el químico, primero pintándose las uñas, mirando los detalles, sabiendo respetar la distancia que tenían que mantener entre la fragancia y sus narices. Al tener asimilada la dinámica del olor, se procedimos a untar en algodón un olor más fuerte, que es la acetona. Claramente y en su mayoría tuvo un rechazo total en el organismo de los intérpretes. Sin embargo, debían cumplir el oler y reaccionar ante el mismo, abstrayendo una vez más, el material que nos daba ese olor, que ahora se iba a condensar solamente en las manos y en la cara sostenidos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

al subir y bajar de una pared. Al finalizar, conectaron con las fresas, como mencioné antes, con su “objeto de deseo”, que de cierta forma también ayudó a cerrar la experiencia no tan agradable por el química impuesto. (Apéndice H_ DVD)

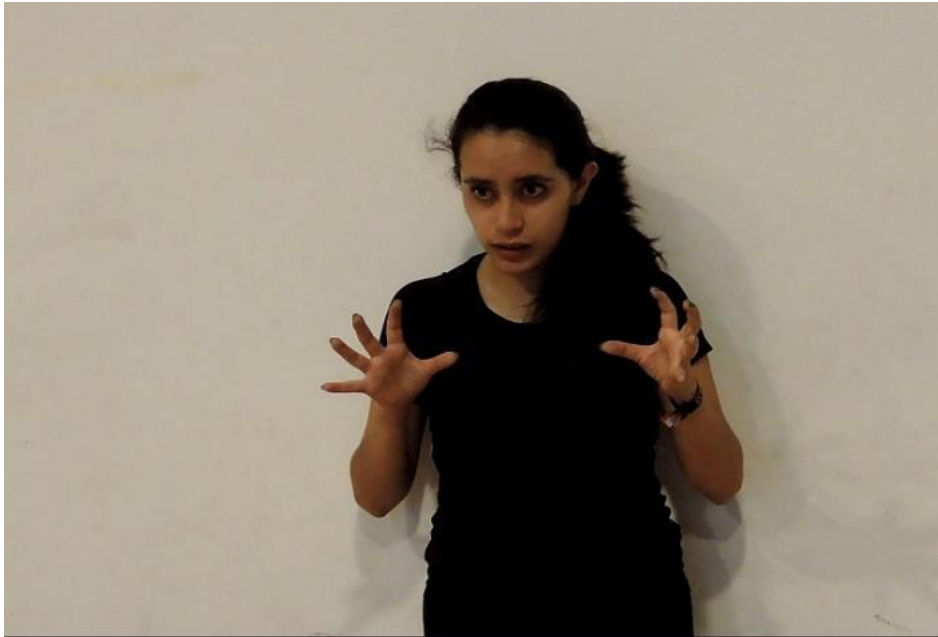


Figura 8 [Fotografía de: Gardenia Muñoz].(Cuenca,2017).Taller de investigación. Cuenca

Los intérpretes vivenciaron durante la exploración de las dos fragancias expuestas. El olor natural del eucalipto generando respuestas a nivel corporal de relajación y disfrute total, evocando en ellos recuerdos de sensaciones placenteras que, aparte de recordar, lo experimentaron en ese preciso momento. Comentan en las entrevistas - que se realizó al finalizar el taller-, que evocaban instancias de cuando eran niños, el contacto con la naturaleza o recordar a sus abuelos. Es decir, la fragancia pulsó de manera directa e importante en los recuerdos, creando a la vez una respuesta inmediata. En el caso del olor químico de la acetona y el esmalte,- que la mayoría no lo disfrutó-, sucedió que la respuesta también fue inmediata, rechazo total la cual se reflejaba en el gesto que se intensificaba cada vez más, se crearon momentos de tensión e incomodidad. Nos comentaron que asociaban el olor con algún acontecimiento pasado, que en numerosas ocasiones las experiencias no fueron gratas. Conexión total entre su cuerpo físico y la memoria que procesaba recuerdos, instancias, experiencias. Al ser un organismo que trabaja conjuntamente con un todo: cuerpo – mente es inevitable no encontrar dichas asociaciones que corroboran la hipótesis planteada por esta investigación escénica.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Según nos comentan Yoshi Oida y Lorna Marshall (2010) sobre la importancia que tienen las fosas nasales:

Las narinas bloqueadas afectan a la capacidad de percibir con calidad y de pensar con inteligencia. Por tanto, si queremos asegurarnos de que estamos alerta en todos los sentidos, mantengamos las narinas despejadas de manera que el aire circule libremente. (p.35)

Entonces, nuestros sentidos estarán listos para la acción con unos narinas totalmente despejadas, ya que las mismas nos permitirán pensar con claridad y percibir de una manera mucho mejor. Ya lo dijimos, al despejar nuestras fosas nasales, la recepción de las fragancias serán más satisfactoria. Justamente como lograron experimentar nuestros intérpretes en el taller. Despejamos las narinas con un calentamiento cardio que sin duda despertó su cuerpo y logró una apertura nasal muy grande.

El trayecto espacial que marcamos estuvo compuesto por tres puntos en la sala. El primer punto lo “pintamos” con la sirena y la carcajada. El segundo punto constaba de las caídas con sus respectivos sonidos. El tercer punto era un desplazamiento con ocho movimientos basados en la sensación del olor natural (eucalipto-altamisa). Existió un punto en específico que lo trabajamos en la pared, allí estaban todos los gestos y movimientos basados en el olor químico y la incomodidad que produjo en los intérpretes.

Al tener claro el eje de indagación que fueron los sentidos, la respiración, el sonido, olores, caídas, etc. Pudimos indagar algunas posibilidades que fueron justamente el asociar los sentidos y sostener al grupo desde allí. Sin olvidar lo que pronto se convertiría en la muestra final, que estaba marcada por un trayecto espacial, que pintamos con cada actividad realizada día a día, y aunque no todos lo tenían eso le dio un plus y marcó diferencias entre ellos.

3.5 La recuperación simultánea de sensaciones en los intérpretes.

Ha resultado interesante observar el proceso que atravesaron cada uno de los intérpretes elegidos, que al estar sometidos a un taller con premisas claras e incitadas a generar un trayecto sostenible en tan poco tiempo, se sumergieron y se entregaron a cada pauta establecida. A ellos nos les resultaba complicado recuperar el trabajo debido a la



UNIVERSIDAD DE CUENCA

sistematización clara de sus materiales, pero sí en la ejecución global y grupal de la composición final. Resultó mucho más interesante observar el proceso de creación y recuperación que la misma muestra en sí. El problema apareció en el momento de la presentación, debido a que el contenido se iba disipando en escena. Se debió fortalecer la percepción grupal, en donde cada individuo debía primero mirarse, luego escucharse y de esa manera crear un vínculo que los va a sostener a ellos y la composición en general. La intención de transitar en el espacio, creemos que se construye en el tiempo que se dedica a la creación, en nuestro caso, ha tomado varios meses el conectar e identificarse con el trayecto, los pasos, los gestos y las emociones vividas al momento de ser parte de este mundo de sensaciones. Los ejes establecidos por parte de la dirección fueron específicos y fundamentados tras la experiencia, pero a pesar de ellos no se logró llegar a tal punto de sensibilidad e intención lo que daría forma y fortaleza a un estado singular de un individuo.

El trabajo que llevamos a cabo durante todo el tiempo de laboratorio primero fue vivenciado desde una experiencia y lógica personal que engancharía más tarde a un generar de procedimientos que luego pudiéramos llevar a ser transmitidos a otras personas. Nosotros tenemos la certeza que los sentidos nos proveen de una sensibilidad única con la cual extraemos material para ser creado artísticamente, nos apegamos a un proceso que lleva tiempo, dedicación y precisión. Teniendo en cuenta la respuesta inmediata que nos lleva a la ejecución de pasos o marcaciones espaciales. Generando un lenguaje y una metodología que luego podamos acudir, enseñar o transmitir. (Apéndice I_ DVD)

CONCLUSIONES

Como resultado de nuestra investigación tenemos varios elementos que han sido fundamentales dentro de la misma. La necesidad de alimentarnos de diferentes áreas de estudio nació debido a la importancia de ampliar y fortalecer nuestro conocimiento basándonos en otras experiencias. Lo que a su vez, nos ayudó a dialogar con nuestro trabajo escénico y un argumento teórico. Es importante conocer otras áreas de estudio que ayuden a complementar nuestro planteamiento, y de esta forma obtener una información más satisfactoria.

Diariamente no prestamos atención a los estímulos externos que forman parte de nuestra vida, nos dejamos invadir por la rutina y no disfrutamos completamente de una fragancia,



UNIVERSIDAD DE CUENCA

una textura, un sonido, un paisaje o de un sabor particular. A lo largo de todo este tiempo de arduo trabajo, nuestros cinco sentidos nos brindaron una amplia gama de posibilidades para poder explorar y conocer a través de nuestro mundo artístico su importancia. Saber que desde allí pudimos despertar nuestra creatividad llevada de la mano de la teoría y la práctica constante.

Somos un conjunto, somos un todo, somos el resultado de todas las experiencias que vivimos y aprendemos a lo largo de nuestra vida, de nuestras clases, de nuestros maestros. Cuando llegamos al instante sublime de la creación es imposible dejar de lado lo que en ese momento estamos aprendiendo o experimentado, es por eso que el uso de las técnicas aprendidas constituyen una parte indispensable dentro del trabajo. Como ejecutantes escénicos somos esponjas que absorbemos todo de todos, somos un agujero creativo que atrapa y se llena de infinitas posibilidades. Está en nuestras manos hacer uso de todo en cuanto se nos enseñe, para en un momento determinado utilizarlo a nuestro favor.

Las exploraciones realizadas día a día nos han permitido amalgamar los diversos materiales que utilizamos en nuestro ejercicio escénico. Creamos relaciones entre ellas, nos dimos en cuenta que se asemejan y al trabajarlas en conjunto lo comprobamos. El trabajo de la respiración nos ayudó abrir nuestras fosas nasales que más tarde nos permitió oler fragancias exquisitas y otras no tanto. Para expresar aquel universo interno, aquel sentir propio estaba el sonido y la voz que previamente se calentó también por medio de la respiración y un cuerpo activo. Dicho cuerpo activo estableció una atención importante en la musculatura y el esqueleto que más tarde se convertirían en caídas y recuperaciones. Contracción y relajación al comando una vez más de la respiración, sin olvidarnos que lo podríamos expresar por medio de sonidos, palabras o frases. Lo uno, nos llevaba a lo otro, se convirtió en un círculo de elementos que se alimentaba el uno del otro. Creamos conexiones y procedimientos técnicos.

Generar una metodología de trabajo en base a nuestra experiencia nos permitió establecer objetivos para impartir un taller intensivo de cinco días. Allí planteamos pautas claras a nuestros ejecutantes, teniendo en cuenta todos los elementos anteriormente mencionados. Transmitir dicha información, sin duda fue un reto, pero en el transcurso del taller se convirtió en una fortaleza debido a que generamos un ambiente generoso de trabajo. La planificación fue pieza fundamental dentro del mismo, debido a que al regirnos a un itinerario nos permitió generar confianza en los intérpretes y en nosotros mismos. Aprender a mirar, entrenar el ojo, estar al pendiente de la escena ha resultado muy



UNIVERSIDAD DE CUENCA

interesante dentro de nuestra dirección, debido a que a partir de allí cambiábamos de dinámica o nos manteníamos en ella, era fundamental estar atento a todo lo que sucedía.

Así como un pequeño embrión necesita tiempo y alimento para desarrollarse con éxito, así mismo, la escena debe tener un lapso de gestación y alimentación. Sin duda no es lo mismo una investigación de dos años, entrenamiento constante a una experiencia vivida en pocos días. Es por eso que el tiempo fue un determinante y clave dentro de nuestra investigación y del taller impartido. Generar un proceso de trabajo involucra horas y horas de práctica. A pesar de que abstraímos la esencia de todo lo que vivimos y lo trasladamos a nuestros intérpretes, claro está que se necesitó más tiempo para explorar y sobre todo para mantener un trabajo. Con eso no quiero decir que el taller no funcionó, sino todo lo contrario, el resultado fue satisfactorio en cuanto a procedimientos y material creado día a día. A lo que nos referimos es que nos faltó tiempo para realmente interiorizar toda la metodología de trabajo que creamos y potenciar la muestra final. Al final resultó más atractivo el corto proceso que la improvisación de cierre del taller.

Y es allí, donde el problema surgió; desde la interiorización misma de la creación. Una forma de recuperación del material que nos funcionó a nosotros era desde la evocación física, cosa que no logramos conseguir con nuestros intérpretes por falta de tiempo. Aquella sensación de pulsar en escena evocando olores o circunstancias nos ayudó siempre a estar en el aquí y ahora, disfrutamos constantemente de todo en cuanto estaba sucediendo.

Nos sumergimos en una realidad paralela a la habitual, un mundo infantil, tierno y sensual. Nos dejamos llevar por los olores, las sensaciones de placer, asco, buscamos seducir a un público el cual despertaba en nosotros la curiosidad de reconocer su fragancia.

Creo que el oficio del actor no es demostrar lo que puede hacer, sino llevar al público a otra dimensión de tiempo y espacio. A un lugar que el público no suele acceder en su vida cotidiana. El actor es como el conductor del coche que transporta al público a otro lugar, a un lugar extraordinario. Quiero ofrecer este servicio al público. (Oida y Marshall, 2010, p.105)

Cerramos los ojos e imaginamos un extenso campo de flores, margaritas con un olor exquisito que nos invitaban a saborear su dulce néctar, invitándonos a tocar la suave textura de sus pétalos y como no, a escuchar el silbido de los pájaros que estaban cerca de aquel universo de sensaciones y placeres sobrenaturales. Invitamos al público a navegar por nuestro extenso mar de sensaciones y emociones, le conducimos a sentir el placer infinito



UNIVERSIDAD DE CUENCA

que tiene saborear una fragancia, un aroma o degustar un delicioso y succulento manjar. Le trasladamos a nuestro mundo, compartimos con él, dejando de lado los límites y simplemente ser libres.

La aparición de la flor fresca nos causa un bello impacto porque es nueva cada vez. Si el árbol floreciera todo el año, perderíamos interés por muy bellas que fueran sus flores. Con el teatro ocurre lo mismo. Como actores, si siempre utilizamos los mismos medios de expresión (por mucho que dominemos su técnica), perderemos la capacidad de «encantar» al público. No debemos estancarnos en antiguos patrones; en su lugar debemos seguir buscando nuevos caminos para comunicarnos con el público. (Oida y Marshall, 2010, p.188)

Impresionamos emociones por medio de nuestro sentir, de nuestro arte que contagia y entusiasma. Nos valemos de diferentes técnicas que nos acerque a la sensibilidad de nuestro espectador, los embriagamos de placer y curiosidad al mantenerlos atentos a saber cuál será nuestro próximo movimiento. Pero para ello debemos renovar nuestras técnicas, refrescarnos de aquí, de allá, como cual ave va en busca de su alimento, así un artista debe nutrirse de donde más pueda para lograr un trabajo satisfactorio. Eso implica no enamorarnos de una sola forma sino de innovar, investigar, y recrear. Seamos esa fuente de agua fresca en donde saciamos la sed de aquellos voyeristas que nos observan cada vez que irrumpimos en su tiempo y espacio.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

BIBLIOGRAFÍA:

Chóliz, M. (2009). Relajación y Respiración. Recuperado de <https://www.uv.es/=cholz/RelajacionRespiracion.pdf>

Dumeix, J. (2002). Lexique dansé. [película cinematográfica]. Francia: Baiacedez Films.

Grisales, G. (2006). Método para el manejo de la voz escénica. Recuperado de <https://books.google.com.ec/books?id=L9B-necX7HQC&pg=PA32&lpg=PA32&dq=Método+para+el+manejo+de+la+voz+escénica>.

Méndez, F (2004). Oled Mortales. El olfato y su impacto en la emocionalidad. Encontradores. Recuperado de <http://hablamosdesalud.blogspot.com/2012/06/oled-mortales-el-olfato-y-su-impacto-en.html>

Oida, Y. & Marshall, L. (2010). El actor invisible. Barcelona: Alba Editorial.

Serene Aromatherapy (2004). *Oled Mortales. El olfato y su impacto en la emocionalidad*. Recuperado de <http://hablamosdesalud.blogspot.com/2012/06/oled-mortales-el-olfato-y-su-impacto-en.html>



APÉNDICE

Apéndice A

Día	Tiempo	Actividad	Objetivo
1	30 min	Se busca un lugar frente a la pared, nos colocamos a un metro de distancia y empezamos a inspirar por la nariz y exhalar por la boca Luego la inspiración será por tiempos, inspirar 6 tiempos, retenemos en 2 y exhalamos en 6. Boca cerrada, empezamos a llevar a la voz a realizar sonidos graves y agudos. Boca abierta, inhalamos y con la exhalación vamos a llevar a la voz a un tono grave soltando todo el aire, se inhala, y al exhalar se repite el procedimiento. Realizamos la misma acción en todo agudo, llevando al máximo la salida de aire. Creando un ciclo de respiración. En la exhalación vamos a imitar el sonido de una sirena Ahora vamos a imitar el sonido de una mosca, con los labios entre abiertos, se va dosificando la salida de aire, poco a poco, fuerte y débil.	Concientizar la respiración, calentamiento de voz y resonadores.
1	10 min	<p>Caminar por el espacio, reconociendo la sala (velocidades rápidas, lentas) Miro un lugar desde lejos y me dirijo hacia allá, observo los detalles que tiene. (Dos velocidades).</p> <p>Se elige 5 puntos que más nos gusta en la sala, puntos de donde se puede visualizar lo que quiero ver, es decir, si mi lugar favorito es un punto en el techo, debo elegir en la sala un lugar que me permita observar lo más cerca posible. Me dirijo de un punto a otro de tal manera que marco un recorrido espacial claro.</p> <p>Teniendo en cuenta que la mirada es lo primero que va, llega la mirada y traslado mi cuerpo sin dejar de observar mi objetivo marcado. (Debe haber una distancia entre cada punto de al menos 6 pasos)</p>	<p>Reconocer la sala.</p> <p>Observar detalles</p> <p>Definir trayecto</p>



UNIVERSIDAD DE CUENCA

1	30min	De pie (detenemos) empezamos a articular los músculos de la cara, guiñando un ojo, el otro, abriendo la boca, articulando solo el rostro, empezamos a realizar gestos exagerados y si existe sonido se lo manifiesta. Nos detenemos para cargar la emoción de felicidad: Primero una pequeña sonrisa que se irá potenciando desde el estómago, la sonrisa se convertirá entonces en carcajada y una vez clara la sensación de felicidad y placer por las risas, nos desplazamos por todo el espacio.	Activar risa
1	30 min	Nos detenemos en el punto A y desde allí se observa el punto B al que se va a llegar hoy con la risa y la sirena de la siguiente manera: (Tomar en cuenta que debo tomar la mayor cantidad de aire para ejecutar la sirena) Realizo sirena y al finalizar : risa. BOCA CERRADA. 2 veces. Avanzando haciendo sirena en el agudo más alto suelta la risa. BOCA ABIERTA 2 veces. Se repite el trayecto hasta que quede claro punto a –b, matizando volumen, risa. No olvidar niveles. El objetivo es trasladarse hacia el punto B.	Pintar trayecto A – B
1	10min	(Escuchan música relajante.) Vamos al piso con los ojos cerrados,	Cerrar el ejercicio con música que los conecte interiormente.
2	20 min	Calentamiento libre de voz: sirena, mosca, agudos, graves. Por toda la sala tres niveles, dos velocidades.	Concientización de la respiración, calentar voz y resonadores
2	30 min	Calentamiento cardio. Pasos de folclore. Se puede gritar. Sacar la voz. (Tinku)	Calentar al cuerpo, prepararla para receptor una fragancia.
2	30 min	De pie, huelo la fragancia que invade toda la sala (hojas frescas de eucalipto) Me doy el tiempo para asimilar el olor, exploro las posibilidades de movimiento que ocasiona esta fragancia en particular. Se emite sonidos o palabras que se relacionen con el olor. En esta sensación de comodidad, felicidad y placer busco la	Reconocimiento de un olor, exploración. Sacar 10 movimientos.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

		risa que provoca este olor. Marco una secuencia con 10 movimientos con desplazamiento a partir de este olor.	
2	20min	Me ubico en el inicio del punto para dirigirme al punto C con la sensación del olor a eucalipto. (8 movimientos creados a partir de esta fragancia) Lo repito una y otra vez para guardarlo y codificarlo. Para finalizar, realizo el trayecto A – B, creador el día de ayer, para no olvidarlo.	Pintar trayecto B – C
2	10 min	Vamos soltando poco a poco, probamos el chocolate.	Relajar, relacionar, enlazar el sentido del gusto.
3	20 min	Calentamiento personal voz (sirena, mosca, graves, agudos).	Calentamiento voz
3	30 min	En círculo trotamos por toda la sala, empezamos a articular todo el cuerpo, concentrándonos en el instante presente. Nos ubicamos en un lugar en el espacio articulamos desde la cabeza hasta los pies, realizando movimientos circulares en ocho tiempos cada uno Al tenerla clara, trotamos por todo el espacio y salimos de dos en dos con roles hacia adelante, luego roles hacia atrás (diferentes variaciones), Caídas de judo, USHIRO-UKEMI (Caída hacia atrás). YOKO-UKEMI (Caída al lado).(2 lados). Contracción –relajación en el piso al caer.(levantar plezo, fuerza pelvis). Soltar el cuerpo para no lastimarse. Suelto palabras al caer al piso, onomatopeyas (au, ba,etc) . Sacar 4 palabras u onomatopeyas que expresen el “dolor” al caer al piso (contracción-relajación).	Calentamiento corporal. Aprender roles, hacia adelante y atrás. Aprender caídas, judo, contracción relajación. Sonidos, palabras u onomatopeyas refieren a las caídas generadas.
3	15 min	Caminar tres pasos decir palabra u onomatopeya y soltar la risa. Avanzar hasta cumplir con las 4 palabras u onomatopeyas creadas anteriormente. Al ejecutar la última palabra, caigo al piso con la caída : UKEMI (Caída hacia atrás).	Pintar punto C –D
3	25 min	Estando en el piso, el objetivo ahora es avanzar hacia el punto E con el ejercicio de levantar el plexo y retener	Pintar punto D – E



UNIVERSIDAD DE CUENCA

		en la cadera, contracción –relajación. Añadiendo las 4 palabras u onomatopeyas construidas anteriormente. Avanzo por el espacio, nivel bajo con este cualidad y ahora al llegar a la relajación (soltando) se emite el sonido. Hasta llegar al punto E . Repitiendo una y otra vez hasta guardar el trabajo. Para finalizar, realizo el trayecto A – B, B – C creado anteriormente , para no olvidarlo.	
3	10 min	Ir al suelo, recuperar respiración. Oler fragancia agradable rosas.	Relajar, relacionar, enlazar el sentido del olfato.
4	20min	Calentamiento personal voz (sirena, mosca, graves, agudos).	Calentamiento voz
4	20min	Calentamiento cardio. Pasos de folclore. Se puede gritar. Sacar la voz. (Tinku)	Calentar al cuerpo, prepararla para receptor una fragancia.
4	30 min	De pie, huelo la fragancia que invade toda la sala (Esmalte de uñas) Me doy el tiempo para asimilar el olor, exploro las posibilidades de movimiento que ocasiona esta fragancia en particular. Llevo toda esta incomodidad al rostro, entonces , codifico 8 gestos que produce este químico. Los repito una y otra vez para no olvidarlo.	Reconocimiento de un olor, exploración. Sacar material 8 gestos.
4	30 min	Me ubico al inicio del punto D , (para trasladarme al punto F) . Allí realizo 4 movimientos avanzados lineales, es decir marcando líneas en el espacio, los movimientos surgen desde las articulaciones, cualidad (como de latiguo) . Entonces avanzo con los cuatro movimientos, al finalizarlo ejecuto 1 gesto y así sucesivamente hasta cumplir los 8 gestos marcados. Para finalizar, realizo el trayecto A – B, B – C,C –D creado anteriormente , para no olvidarlo.	Pintar punto D – F
4	10 min	Vamos soltando poco a poco, probamos dulce, (espumilla)	Relajar, soltar el olor.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

5	30 min	Calentamiento personal voz (sirena, mosca, graves, agudos).	Calentamiento voz
5	40 min	Retomamos el trayecto realizado estos cuatro días. Con todas las premisas establecidas: de los 5 puntos: 2 son de placer –alegría, 2 olor agradable y uno con olor desagradable.	Recuperación de trayectos espaciales.
5	40 min	De las 5 personas, dos realizaran juntas el trayecto. (observamos) Y luego las otras tres. Otra parte sería, Que cada integrante se va incorporando al espacio en el momento que el antecesor haya cumplido la mitad de su trayecto. Y así sucesivamente se van sumando uno por uno al espacio. Otro caso sería que cada uno se va sumando a la ejecución de trayectos en el momento que indica el director.	Composiciones espaciales.
5	10 min	Oler, frotar los pétalos de rosa que serán entregados individualmente.	Relajar, relacionar, enlazar el sentido del olfato y tacto.