



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Artes

Carrera de Danza - Teatro

Creación de personajes a través del uso del concepto de Trastorno de Identidad Disociativo (TID) para el montaje de la obra ¿Y el otro qué?

**Trabajo de titulación previo a la
obtención del Título de
Licenciado en Artes Escénicas**

Autor:

Jonnathan Marcelo Alvear Guzmán

CI: 0107086852

Correo electrónico: jalvear1997@hotmail.com

Director:

Mg. René Patricio Zavala Lasso

CI: 0104774385

Cuenca - Ecuador

5 de noviembre de 2021



Resumen:

Este trabajo consiste en crear personajes en base al concepto Trastorno de Identidad Disociativo antes conocido como “trastorno de personalidad múltiple”. Esta construcción se sostiene principalmente en un trabajo físico a partir de herramienta de creación cuyos ejercicios abordan los niveles de tensión en el cuerpo, la disociación y las cualidades de movimiento, para posteriormente combinarlo con el conocimiento adquirido de una investigación psicológica sobre el T.I.D y un referente artístico sobre el tema. Como resultado se obtiene una obra unipersonal llamada *¿Y el otro qué?*, que muestra al intérprete en un conflicto con sus personalidades (personajes) por querer ser un solo individuo.

Palabras clave: Trastorno de Identidad Disociativo. Personalidad. Actor-Creador. Autobiografía. Representación. Personaje. Cuerpo del Actor.



Abstract

This work consists of creating characters based on the concept of Dissociative Identity Disorder, formerly known as “multiple personality disorder”. This construction is mainly supported by physical work based on a creation tool whose exercises address the levels of tension in the body, dissociation and movement qualities, to later combine it with the knowledge acquired from a psychological research on DID and an artistic reference on the subject. As a result, a unipersonal work called *And the other what?* is obtained, which shows the interpreter in a conflict with their personalities (characters) for wanting to be a single individual.

Key words: Dissociative Identity Disorder. Personality. Actor-Creator. Autobiography. Representation. Character. Body of the Actor.



Índice

Introducción	7
Capítulo 1	9
Breve conceptualización de: Trastorno de Identidad Disociativo (TID), Personalidad, Actor-Creador, Autobiografía, Representación, Personaje, Cuerpo del Actor	9
1.1. El Trastorno de Identidad Disociativo (TID): una mirada desde la creación escénica	9
1.1.1 Concepto de Trastorno de Identidad Disociativo (TID) desde la psicología.....	9
1.1.2 Análisis estético del cuerpo del actor en la película <i>Split (2017)</i> del director M. Night Shyamalan	10
1.2. La Personalidad frente al Actor	14
1.2. El Actor-Creador: pisando el terreno de laboratorio.....	15
1.3. La Autobiografía como el origen de la creación	18
1.4. Representar: ¿realidad o ficción?	20
1.5. El Personaje en la creación escénica	23
1.6. El Cuerpo del Actor-Creador: el entrenamiento físico	25
1.7.1. Niveles de tensión en el cuerpo	26
1.7.2. Disociación corporal	27
1.7.3. Cualidades de movimiento	30
Capítulo 2	33
Metodología de creación de personajes	33
2.1. El Trauma como punto de partida	33
2.2. Construyendo la Trama	37
2.2.1. El dolor abordado en la tensión muscular	37
2.2.1.1. Control sobre los elementos naturales	38
2.2.2 Apropiación de un trabajo físico de James Thierrée.....	40



2.2.3. El Personaje surgiendo de la oposición	41
2.2.4. Caracterizando a los personajes desde los 5 Ritmos de Roth.....	44
2.2.5. Del Personaje a la Personalidad	45
2.3.1. La influencia de <i>Split</i> en el trabajo de personaje-personalidad	47
Capítulo 3	49
Montaje de la obra <i>¿y el otro qué?</i>	49
3.1. Eje Temático	49
3.2. Actuación.....	50
3.2.1. El cuerpo.....	50
3.2.2. La voz.....	51
3.2.3. Las acciones.....	51
3.2.4. Los desplazamientos	52
3.3. Dramaturgia y Texto.....	53
3.4. Dirección.....	57
3.5. Escenografía	59
3.6. Vestuario	60
3.7. Iluminación	60
3.8. Música	62
Conclusiones	64
Anexos	69
Tabla de ilustraciones	70
Bibliografía	71



Cláusula de Propiedad Intelectual

Jonnathan Marcelo Alvear Guzmán, autor del trabajo de titulación "Creación de personajes a través del uso del concepto de Trastorno de Identidad Disociativo (TID) para el montaje de la obra *¿Y el otro qué?*", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor.

Cuenca, 5 de noviembre de 2021

A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and flourishes, positioned above a horizontal line.

Jonnathan Marcelo Alvear Guzmán

C.I: 0107086852



Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio
Institucional

Jonnathan Marcelo Alvear Guzmán en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Creación de personajes a través del uso del concepto de Trastorno de Identidad Disociativo (TID) para el montaje de la obra *¿Y el otro qué?*", 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, 5 de noviembre de 2021

Jonnathan Marcelo Alvear Guzmán

C.I: 0107086852



Introducción

Este trabajo consiste en crear personajes en base al concepto T.I.D (Trastorno de Identidad Disociativo) antes conocido como “trastorno de personalidad múltiple”. Esta construcción se sostiene principalmente en un trabajo físico a partir de herramienta de creación cuyos ejercicios abordan los niveles de tensión en el cuerpo, la disociación y las cualidades de movimiento, para posteriormente combinarlo con el conocimiento adquirido de una investigación psicológica sobre el T.I.D y un referente artístico sobre el tema.

El presente proyecto intenta identificar elementos (físicos, intelectuales, emocionales y espirituales) opuestos del actor para crear personajes que se ven como distintas personalidades del mismo. Estos elementos opuestos generan acciones que, definen, caracterizan y diferencian a un personaje de otro. El actor crea estos personajes gracias a un entrenamiento físico, a técnicas de construcción de personajes y a una investigación psicológica, y los hace interactuar con el público a través de la improvisación. En este sentido se intentará indagar sobre la relación que tiene el personaje y la personalidad del actor.

El objeto de estudio de este trabajo consta de 2 áreas, una técnica y una psicológica. En el área técnica se estudian los niveles de tensión para hallar la expresión corporal de los personajes, la disociación a través del mimo corporal para identificar las fuerzas opuestas que transitan por el cuerpo de estos personajes, y los 5 ritmos de Roth con el fin de encontrar la cualidad de movimiento y desplazamientos de cada personaje. En el área psicológica se trabaja el T.I.D (trastorno de identidad disociativo) para intensificar y clarificar las diferencias entre personajes, desde su forma de pensar y hablar, hasta su forma de actuar. La presente investigación surge como consecuencia de la exploración corporal realizada en la cátedra de Laboratorio y como resultado nació la construcción del unipersonal *¿Y el otro qué?*, que muestra al actor en un conflicto con sus personalidades (personajes) por querer ser un solo individuo.



La presente tesis despliega tres capítulos: 1) Conceptualización; 2) Metodología de creación de personajes; y 3) Montaje de la obra “¿Y el otro qué?”, en los cuales se expone el proceso creativo desde su origen hasta su resultado, dando a conocer los conceptos empleados durante la creación, las técnicas usadas para el trabajo físico, las referencias tomadas de trabajos ya existentes, la relación que se establece entre distintas disciplinas y ciencias, etc. En el primer capítulo se hace hincapié en los conceptos, diferencias y relaciones existentes entre personaje, personalidad, disociación y trastorno de identidad disociativo. El segundo, trata de la experiencia en la práctica y en el uso de las técnicas actorales y dancísticas para la construcción de los personajes, así como la integración del trabajo investigativo sobre el T.I.D en el entrenamiento. El último capítulo se centra en la puesta en escena de la obra “¿Y el otro qué?”, y en la forma en que se usaron todas las herramientas y conceptos anteriores para llegar a dicha obra.



Capítulo 1

Breve conceptualización de: Trastorno de Identidad Disociativo (TID), Personalidad, Actor-Creador, Autobiografía, Representación, Personaje, Cuerpo del Actor

1.1. El Trastorno de Identidad Disociativo (TID): una mirada desde la creación escénica

Este concepto tiene su origen propio en el campo de la psicología, y a partir de este punto se analizará el lugar desde donde se lo toma para la creación escénica. En este apartado se incluye información sobre el origen de la enfermedad, causas y consecuencias, y sintomatología para posteriormente pasar a una perspectiva artística que incluye el análisis de los recursos técnicos-interpretativos de un film cinematográfico que aborda el trastorno de identidad disociativo para la creación de personajes.

1.1.1 Concepto de Trastorno de Identidad Disociativo (TID) desde la psicología

De acuerdo a un caso que un grupo de psiquiatras investigó y publicó en una revista llamada *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil* el TID corresponde a un grupo de trastornos disociativos, mismo que se explica a continuación:

Los trastornos disociativos son un problema de salud mental. Se caracteriza principalmente por una alteración en la memoria autobiográfica y del sentido de identidad única. El TID suele originarse en el contexto de una experiencia traumática grave durante la infancia. Los criterios diagnósticos incluyen la alternancia entre 2 o más personalidades que toman el control del comportamiento del individuo de manera recurrente y la incapacidad para recordar información autobiográfica relevante (Virginia Basterra Gortari, Raquel Ruiz Ruiz, Nahia, 2013)



Es así que, aparecen dos o más personalidades que toman el control de la persona, y manifiestan unas características e intereses propios. Cada “personalidad” tiene una parte de la vida de la persona que se cuenta como si fueran historias diferentes, y como esta disociación es absurda, causa daño a su entorno porque es imposible de comprender y también, causa daño al mismo paciente porque recurre a medios complejos (droga, autoflagelación, etc.) para justificar su realidad. En la revista describen la situación del paciente:

El paciente experimenta 5 estados diferentes de personalidad. Cada personalidad presenta características diferenciales y se asocian a estados emocionales intensos. También presenta, aunque en menor intensidad, síntomas de despersonalización (sentimientos de extrañeza sobre sí mismo, autocopia) y de desrealización (viéndose como en una película). (Virginia Basterra Gortari, Raquel Ruiz Ruiz, Nahia, 2013)

Por lo tanto, la descripción de la situación del paciente se tomará como parte de la definición del concepto del TID como la particularidad del Trastorno que es potencial para la creación escénica. No como una enfermedad, sino como la variedad de posibilidades para explorar desde estas “múltiples personalidades”. Este trastorno puede desarrollar en el actor la capacidad de crear varios personajes durante un proceso creativo. Tiene el potencial de convertir las personalidades en personajes porque como el actor no padece de esta enfermedad puede aprovechar la sintomatología, explorarla desde el campo de la actuación y desarrollarla a un nivel escénico.

1.1.2 Análisis estético del cuerpo del actor en la película *Split* (2017) del director M. Night Shyamalan

Split que en español se traduce a *Fragmentado* es una película de género suspenso y terror psicológico (thriller) del director M. Night Shyamalan estrenada en el año 2017, que tiene como eje temático el trastorno de identidad disociativo. La película trata sobre Kevin Wendell Crumb, un joven que padece este trastorno y que posee veintitrés personalidades diferentes viviendo en su mente. Kevin se encuentra en tratamiento y parece mostrar progreso dentro de



sus sesiones terapéuticas, pero en realidad, ha estado permitiendo que solo unas cuantas personalidades dominen. Una de estas secuestra a tres chicas y las encierra con el fin de alimentar a la personalidad nº 24, a la cual llaman “la bestia”, quién tiene características animalescas, fuerza sobrehumana y apetito de carne humana. La bestia termina devorando a dos de las chicas y liberando a una, por la razón de que esta última ha sufrido traumas y la bestia sostiene que solamente los que han sufrido son puros y merecen vivir. De esta manera culmina el film.

De acuerdo a un artículo científico del psicólogo clínico Alex Figueroba, publicado en el sitio web *Psicología y Mente*, se analiza la película *Split* desde una perspectiva del área de la salud mental, en donde se muestran que las características del trastorno del personaje principal están basadas en criterios diagnósticos y de curso clínico para el TID:

Las identidades alternativas se empiezan a desarrollar debido a los abusos físicos que el protagonista recibe de niño por parte de su madre, en particular las más hostiles, que guardan rencor a las otras porque fueron ellas quienes soportaron el sufrimiento durante esos momentos. (...) están jerarquizadas de modo que algunas de ellas (...) pueden acceder a los recuerdos del resto. (...) Estas diferencias en el acceso a los contenidos mentales generan las lagunas de memoria de cada una de las identidades. (Figueroba)

Al relacionar los casos reales de trastorno de identidad disociativo con los personajes de *Split* se ve claramente una coherencia entre ambos en cuestión a los orígenes, síntomas y tratamientos, pero como Figueroba mismo lo menciona, el caso de *Split* es una excusa para desafiar los límites entre la realidad y la ficción. El propósito de la película es el entretenimiento puesto que existen elementos reales como la sintomatología y el tratamiento de la enfermedad pero también están presentes cosas exageradas como el hecho de que una personalidad tenga características animalescas y tendencias caníbales o que otra pueda cambiar la neuroquímica de su cuerpo, estos elementos



corresponden netamente al área de la ficción, característica del arte cinematográfico.

Por otro lado, en un breve análisis estético del trabajo del actor de *Split* realizado por el licenciado en arte teatral Henry Fárez dice:

En esta película se puede observar como es el proceso de transformación de una persona que sufre este trastorno, es evidente como hay un paso de una personalidad a otra, con características diferentes. La interpretación actoral del protagonista es un ejemplo claro de hacia dónde se aspira llegar con la personificación de personajes. Se nota que hay detrás una investigación profunda de los estereotipos y prejuicios, para poder sobrellevarlos y no caer en ellos. La caracterización es orgánica, acorde a cada personaje. Se evidencia las diferencias que hay en cada uno, a través de códigos, signos, comportamiento, gestos, corporalidad, forma de hablar, etc. (Fárez, 2019, p. 25)

De acuerdo a lo mencionado por Fárez, el verdadero trabajo sobre la caracterización de personajes radica en códigos, signos, corporalidades, etc., que marcan las diferencias entre unos y otros. El actor que desempeña el papel de Kevin es James McAvoy, cuya interpretación de las personalidades del personaje lo hace de manera minuciosa, definiendo a cada una con una voz, un cuerpo, una mirada, una actitud y un pensamiento únicos.

En la película, el personaje principal tiene 4 personalidades que son las más recurrentes: Patricia, una mujer adulta y prepotente; Dennis, un hombre violento y obsesionado con la limpieza; Hedwig, un niño de 9 años inquieto y curioso; y Barry, un joven homosexual apasionado por la moda.

McAvoy logra definir y diferenciar claramente a estas personalidades gracias a un trabajo físico y emocional bastante evidentes. Logra obtener la caminata de una mujer decidida y segura como lo es Patricia; el ceño fruncido y la indignación cuando algo está sucio, como le sucede a Dennis; el llanto caprichoso y la inocencia de un niño de 9 años, como pasa con Hedwig; y el



control de temperamento y la habilidad para diseñar prendas de moda, como es el caso de Barry.

De igual manera, en otro pequeño análisis sacado del sitio web Ruiz-Healy-Times se recalca dicho trabajo interpretativo del actor:

El actor escocés James McAvoy hace tal vez el mejor papel de su vida, en esta cinta representa a una dama, a un niño juguetero, a un homosexual que le encanta la moda y a una bestia, entre otros personajes. Lo curioso es que estos personajes no utilizan ropa tan diferente uno de otro, son más los gestos y las miradas lo que te hace saber quién es quién. (Ruiz-Healy, 2017)

Estas personalidades pese a ser vistas físicamente iguales por el rostro y cuerpo del actor, evidentemente son seres totalmente diferentes. El actor usa sus capacidades interpretativas para mostrar pensamientos, emociones, voces, acciones, miradas y gestos únicos para cada personalidad, además de contar con el recurso del vestuario de cada una como un plus favorecido por el área cinematográfica. El vestuario obviamente ayuda a diferenciar a las personalidades cuando cada una tiene su protagonismo, sin embargo, a medida en que avanza la trama de la película la alternancia de estas trasciende el lugar, el momento y el vestuario, y por ende, toda la atención se dirige al trabajo interpretativo del actor.

Es así que el actor modifica su cuerpo de cierta manera cuando entra en una personalidad y la vuelve a modificar cuando entra a otra, de igual manera sucede con la voz, la mirada, la actitud y las acciones. Por ejemplo: cuando el actor hace de Hedwig, su cuerpo es bastante dilatado/disperso, su voz se agudiza un poco y las palabras con “s” y “c” salen pronunciadas como “zs”. De igual manera sucede con los ojos del actor que se abren en su totalidad como si todo lo que viera en el mundo fuera nuevo y le sorprendiera. Estas características son solo unas pocas que cualquier persona podría identificar y decir “es un niño”. He aquí el trabajo interpretativo del actor.



Al hacer hincapié en la interpretación de las personalidades de un personaje es importante entender primero el concepto de personalidad para luego pasar a hablar del personaje, y también saber la diferencia entre ambos. El concepto de personaje se verá más adelante.

1.2. La Personalidad frente al Actor

Para entender el concepto de personalidad se ha tomado como referencia lo que dice la psicóloga, psicoterapeuta y divulgadora Karemi Rodríguez Batista: la personalidad es “un conjunto de pensamientos, sentimientos y comportamientos profundamente incorporados, que persisten en el tiempo y nos hacen únicos e irrepetibles. Estos constituyen el carácter, el temperamento y la inteligencia” (Batista, 2015)

De acuerdo a Batista, la personalidad viene a ser lo que nos diferencia de los demás, ya que cada uno tiene sus rasgos psicológicos, emocionales y comportamentales únicos. Entonces, el término personalidad está estrechamente relacionado a la persona y no necesariamente al personaje, es decir, la personalidad es inherente a la persona, es algo profundamente incorporado a ella, es irrepetible y persiste en el tiempo, la personalidad sería aquello que se va construyendo a lo largo de la vida de una persona y que de acuerdo a sus experiencias, anécdotas, conocimientos, educación, entorno socioeconómico y cultural va definiendo a la persona como ser único e irrepetible.

Adicional a lo anterior, los planteamientos psicológicos hacen referencia a un conjunto de cualidades propias de cada persona en particular, clasificadas en tres grupos: a) clasificación de los atributos personales, que hacen referencia a la organización del ser humano en las diferentes etapas del desarrollo; b) los biólogos y los conductistas la definen en términos de ajuste, debido a que es un fenómeno de la evolución que se refiere a un modo de supervivencia o de adaptación al medio a partir de las características del individuo; y c) la personalidad definida a partir de las diferencias individuales, es decir, que las características que posee un miembro difieren de las



características de otro individuo de su mismo grupo. (Montaño Sinisterra et al., 2009, p. 5)

En el caso de la cita anterior, resulta interesante observar las distintas perspectivas que tiene el estudio de la personalidad. Así, se la clasifica en tres: una en la que su definición depende de las cualidades o defectos personales en torno a su organización de acuerdo a la etapa vivencial de desarrollo; otra cuya definición se despliega del análisis de las capacidades que posee una persona para adaptarse a un entorno con el fin de sobrevivir y evolucionar; y un último del cual podría surgir una definición según las características individuales diferenciales de una persona.

Los términos *personalidad* y *personaje* derivan de la palabra *persona*, sin embargo, la personalidad viene a ser una construcción que parte de algo real, mientras que el personaje es una construcción ficticia, carente de vida. Pero antes de pasar al concepto de personaje es fundamental situarse en el lugar de quien realiza el trabajo de interpretación de personajes: el actor. Es necesario entender qué tipo de actor es para saber qué tipo de personaje se va a conceptualizar.

1.3. El Actor-Creador: pisando el terreno de laboratorio

Cuando un artista escénico entra en un proceso de composición se permite explorar un espacio donde toma las herramientas brindadas por los docentes y las traduce en el trabajo de creación individual. Esta exploración exige una ardua investigación constante usando las técnicas y metodologías adquiridas a lo largo de un proceso educativo. En este caso, dentro de la carrera Danza-Teatro de la Universidad de Cuenca existe una cátedra denominada Laboratorio de Creación Escénica que ayuda a los estudiantes a romper con cualquier formato de presentación escénica; a experimentar a través de ejercicios derivados de las experiencias previas; a desarrollar una mirada como creador-compositor; y a situar su labor escénica en un contexto sociocultural teórico y práctico. Al Hablar de *Laboratorio* es menester citar a Grotowski.



En el libro *Hacia un Teatro Pobre*, Peter Brook explica en el prefacio:

Nadie ha investigado la naturaleza de la actuación, sus fenómenos, sus significados, la naturaleza y la ciencia de sus procesos mentales, psíquicos y emocionales tan profunda y tan completamente como Grotowski. A su teatro lo llama Laboratorio. Lo es. Es un centro de investigación. En el teatro de Grotowski, como en todos los laboratorios, los experimentos son científicamente válidos porque se observan las condiciones esenciales. En su teatro existe la absoluta concentración de un grupo pequeño y tiempo ilimitado. (Grotowski, 1968, p. 7)

Los ejercicios son ahora un pretexto para trabajar en una nueva forma de entrenamiento. El actor debe descubrir las resistencias y los obstáculos que le impiden llegar a una tarea creativa. (Grotowski, 1968, p. 94)

Por otra parte, para dar un significado al actor de laboratorio se ha tomado como referencia un breve análisis sobre el trabajo de Miguel Rubio acerca del actor-creador realizado por Mary López:

(...) un actor no puede ser una persona pasiva que recibe las órdenes del director y solo se limita a seguirlas de la mejor manera. Si no, que el actor debe ser dueño del proceso, y debe tener la capacidad de generar nuevos caminos para la creación escénica, entonces se convierte en un creador, busca desarrollar su potencial adquiriendo el poder de mirar su propia creación y formularle preguntas para reconocer funcionalidad, tanto para el mismo como para el público. Es un agente de su propio aprendizaje. (Lopez, 2019, p. 9)

Relacionando lo que explica Brook sobre el laboratorio de Grotowski con el análisis de López sobre el actor-creador de Rubio se ve claramente una coherencia en torno al proceso creativo, ya que en el primer caso el actor usa las técnicas adquiridas libremente para crear y en el segundo genera nuevos caminos desde lo que ya sabe y tiene. Por lo tanto, se entiende que el actor-



creador y el laboratorio son elementos constitutivos inseparables del proceso de creación.

Es así que el actor-creador se ve a sí mismo como el dueño de su proceso creativo, como aquel que tiene total libertad para hacer, deshacer, rehacer, transformar, modificar y decidir sobre su trabajo. Lleva las riendas de su propio aprendizaje, usa los sucesos de su propia vida, las cualidades de su cuerpo, el espacio que habita (objetos, luz, espectador, sonido) y su voz para generar su propia creación en la escena, crea desde sus propios conocimientos, destrezas, habilidades, capacidades y experiencias, tiene la potestad de decidir si quiere que su trabajo escénico tenga un personaje de una obra perteneciente a algún dramaturgo o director, o tenga un personaje creado y construido por sí mismo, o incluso si lo desea trabajar sin personajes, y con cada nueva experimentación el actor-creador se vuelve mutable. Es como un lienzo en blanco para un pintor porque el cuerpo del actor-creador genera su propio tejido en el espacio, con su historia, sus memorias, la técnica que hizo suya y la relación con el espectador. Y es en la experimentación sobre este lienzo en donde nace lo que el actor-creador quiere contar en una obra de teatro.

La capacidad del actor-creador está total y estrechamente ligada a sus experiencias personales. Al enfrentarse a un terreno de experimentación cuyo material surgirá de sus conocimientos y habilidades es imposible desvincular su proceso creativo de su propia vida (fuente de experiencias). Como ya se mencionó anteriormente el actor-creador busca generar material a partir de sí mismo. El espacio de laboratorio le permite explorar libremente desde cualquier rama del conocimiento, metodología, técnica o disciplina, pero siempre habrá un interés o inclinación personal, el artista siempre tendrá un discurso propio por desarrollar y articular en su creación, su trabajo estará situado en un contexto personal, tendrá autoreferencias por el simple hecho de salir de su propia cabeza y cuerpo, por ser el producto de su indagación física e intelectual. Se estaría hablando entonces de la vida misma del actor-creador reflejada en una obra artística.



1.4. La Autobiografía como el origen de la creación

La autobiografía es una herramienta que no tiene una fórmula o un orden muy claro o establecido rígidamente pero que le permite al artista crear desde su propia experiencia vivencial. Por ejemplo, un autor de un libro puede usar su propia biografía desde un suceso que fue muy doloroso, quizá otro autor puede contar su biografía desde una perspectiva cronológica, aún otro puede tomar un suceso de su vida y mezclarlo con la ficción, en el caso de un pintor puede tomar una imagen de su vida y plasmarla en una obra, y si nos remontamos a la época de las cavernas los humanos dejaban plasmada su vida en pinturas rupestres, la caza de animales la convertían en una danza, y quizá la crianza de los niños se contaba en una canción. Esta manera de creación ha sucedido a lo largo de la historia, la biografía es una de las herramientas más importantes de la creación artística, la creación de las culturas y la transmisión de conocimientos de generación en generación. Y si el artista desea contar una historia través de la autobiografía usando la ficción, se está hablando entonces de un nuevo concepto: la autoficción.

Sergio Blanco en su texto *La Autoficción: una ingeniería del yo* explica lo siguiente:

La autoficción de esta manera obra —y abre— política y religiosamente el cuerpo que es su materia prima. En primer lugar la autoficción obra el cuerpo políticamente ya que no se trata de exhibirlo sino de exponerlo, de ofrecerlo, de darlo. No se trata tanto de un acto de coraje sino de un acto de generosidad. Es en esto que la autoficción es altamente política: el cuerpo es generosamente entregado a la polis. Y en segundo lugar, la autoficción obra el cuerpo religiosamente puesto que no se trata de mostrarlo sino de encarnarlo. No se trata tanto de un acto de demostración sino de un acto de encarnación. Es en esto que la autoficción es altamente religiosa: el cuerpo es encarnado en la tribu. Esta intervención política y religiosa es la que hace que la autoficción no sea una literatura comprometida sino que sea una literatura en la cual todo el cuerpo se compromete por entero en



esa búsqueda de los yoes que lo habitan proponiendo tramas a partir de traumas. El desafío de la autoficción será que esa búsqueda de los yoes no consista en una mera autocontemplación de sí mismo, sino que consista en una búsqueda política y religiosa mayor: los otros. Una vez más, volvemos a la máxima de Rimbaud: la autoficción oscila y fluctúa permanentemente entre el yo y el otro. Recién sostuve que mis autoficciones eran una forma de preguntarme ¿quienes soy? Mi desafío entonces es que esta pregunta pueda llevarme a preguntarme ¿quiénes somos?. De esta forma mis autoficciones intentan ir de lo singular a lo plural, intentando que lo íntimo —lo supuestamente íntimo—, se vuelva público. (Blanco, 2018, p.p 13-14)

En el párrafo anteriormente citado, el autor intenta aclarar un término que incluso para él sigue siendo un objeto de estudio, sin embargo, gracias a esta explicación se puede tener un panorama más acertado sobre el lugar en el que se sitúa este término. La autoficción, analizando la explicación de Blanco, es entonces el lugar de investigación a partir del sujeto-persona-artista, su biografía y su creación de manera entrelazada para finalmente exponerla al “otro” no como una especie de autocontemplación sino como una forma de buscarse a sí mismo y con esto entender también a ese “otro”. De esta manera el artista (escénico) indaga en su proceso creativo (singular e íntimo) para posteriormente convertir su producto personal en algo público. Para él su creación es un proceso de autoconocimiento.

Tanto en un caso como en otro, es importante destacar que si bien toda escritura autoficcional siempre parte de un yo, de un vivido a la primera persona, de una experiencia personal —dolor profundo o felicidad suprema—, siempre va a partir de ese yo pero para ir más allá de ese sí mismo, es decir, para poder ir hacia un otro. (Blanco, 2018, p. 2)

Entonces de acuerdo a lo anterior, el actor usa esta herramienta para acercarse a ese “otro” que en este caso es el espectador, con el fin de contarle



su historia. Está demás decir que el arte escénico está para ser visto, sin embargo, esto no se trata de exhibirse sino de buscarse a sí mismo a través del compartir con el público un suceso de la vida del actor.

Oponiéndose entonces a toda forma de individualismo des-subjetivador, la autoficción es una de las posibilidades para que el yo vuelva a verse en las aguas inconstantes de la existencia y que de esta manera pueda comprender que el yo siempre es otro. (...) Y esto lo que me permite afirmar que, contrariamente a lo que se suele creer, la autoficción es un acto mucho más modesto de lo que se cree. Godard decía que «para hablar de los otros hay que tener la modestia y la honestidad de hablar de uno mismo». Mis autoficciones no se celebran a sí mismas en una promoción del yo, sino que por el contrario, son simplemente un intento de comprenderme como una forma de comprender a los otros. (Blanco, 2018, p. 7).

Una vez más se hace énfasis en la forma de usar el “yo” para ir al “otro” y viceversa: “a través del otro me encuentro”.

Por eso, el actor podría tomar esta herramienta para iniciar un proceso de creación, podría traducir un momento particular de su vida en un material creativo, o podría asimilar la información de una fuente externa y asociarla con su propio conocimiento. De esta manera estaría abriendo el camino hacia la exploración de la autobiografía en su creación.

1.5. Representar: ¿realidad o ficción?

En el texto *Autoficción: una ingeniería del yo* Sergio Blanco menciona lo siguiente:

Porque no es posible que seamos relatados solamente por el pasaje del tiempo o los dictámenes de la sociedad de turno que nos ha tocado vivir, tiene que ser posible que seamos capaces de relatarnos nosotros mismos a nosotros mismos. Eso es lo que intento y la autoficción es la única forma que he encontrado de



poder hacerlo: es ella quien poco a poco me va inventando.

(Blanco, 2018, p. 15)

A través de la autoficción, según Blanco, el actor puede lograr autorepresentarse y relatar su propia historia. El proceso creativo parte de un interés personal real, sin embargo, la ficción se manifiesta en la forma en la que uno se representa a uno mismo: en su “autorepresentación”. ¿Será un personaje? “(...) No sé, quizás lo fascinante de la autoficción es que abre infinitas posibilidades. Un ser y un no-ser al mismo tiempo.” (Ortiz de Gondra & Iglesias Simón, 2018, p. 221)

En este sentido, la autoficción que modifica la noción de representación, le permite al actor encontrarse en un viaje oscilante entre la realidad y la ficción, en el que la línea limitante que diferencia a la una de la otra, o más bien dicho esta línea que mostraría el final de la una y el inicio de la otra es difusa para el espectador, pero para el actor se vuelve un juego de posibilidades de representar. Según el diccionario de la RAE representar significa:

1. Interpretar un papel de una obra dramática.
2. Sustituir a alguien o hacer sus veces, desempeñar su función o la de una entidad, empresa, etc.
3. Ser imagen o símbolo de algo, o imitarlo perfectamente. (RAE, 2014)

Al analizar el primer concepto de la RAE es evidente la referencia hacia el teatro como tal, porque en una obra dramática existe una historia y dentro de ella los personajes que la protagonizan, por ende se entiende el término “representar” como interpretar el papel de un personaje en la historia presentada en una obra. De hecho, la misma palabra interpretar tiene que ver con la percepción y la forma de entender a un personaje, es decir, el actor que interpretará al personaje deberá estudiarlo, analizarlo y comprenderlo para posteriormente parecerse a él. Entonces la interpretación viene de afuera (un personaje de una historia) hacia adentro (el actor encarna al personaje). De igual manera sucede con el segundo concepto de la RAE, ya que para poder



sustituir a alguien primero debió haber estado o existido ese “alguien” ya sea una persona, entidad o empresa para posteriormente desempeñar su función.

A diferencia del concepto anterior que proviene del arte dramático, este proviene de fenómenos sociales cotidianos que pueden suceder en el ámbito laboral, hogareño, académico, etc., en el que las personas cumplen roles dependiendo de las circunstancias sociales externas. Y finalmente, con el tercer concepto de representar se vuelve a dar énfasis en algo externo, algo de afuera, porque se habla de ser imagen o símbolo de “algo” para imitarlo perfectamente. En este caso se hace referencia al mundo físico como tal y a las cosas existentes en él que pueden llegar a ser imitadas perfectamente con la capacidad intelectual y creativa del ser humano.

De acuerdo a lo analizado, representar es un trabajo de afuera hacia adentro, es decir, un trabajo que no nace de la persona (actor) sino de otro (algo/alguien): se trata de representar otro objeto, otra persona, otro papel, otra imagen, etc. Sin embargo, con el uso de la herramienta de la autoficción, el actor puede adquirir otra perspectiva de la representación, por ejemplo al tratar de representarse a sí mismo y no a un ente externo, ya que el trabajo del actor de laboratorio radica en la creación desde sus propias habilidades, características, conocimientos, experiencias vivenciales, etc., es decir desde su propia biografía. Es aquí donde el término representación comienza a dialogar con los términos autobiografía y autoficción para darle un nuevo sentido al mismo.

Con lo expuesto previamente se llega al término “autorepresentación” que de acuerdo al libro *Teatro, Auto(Biografía) y Autoficción (2000-2018)* viene a ser “la propia imagen, el diseño del personaje, la pose y el gesto del intérprete, y tener en cuenta los elementos que definen la propia personalidad”. (Blas Brunel & Contreras Elvira, 2018, p. 298) De esta manera se representa la imagen de uno mismo, se muestra un personaje de sí mismo con las poses, gestos y personalidad propias del actor. A través de la autoficción el actor puede lograr acercarse al personaje sin la necesidad de partir de algún texto dramático preexistente, sino que en vez de representar a un personaje



concebido por el autor de una obra literaria puede autorepresentarse, consiguiendo incluso otra perspectiva de personaje.

1.6. El Personaje en la creación escénica

En cuanto a la noción de personaje Patrice Pavis en su *Diccionario del Teatro* (1998) habla del personaje partiendo desde el origen clásico (griego):

Para el teatro griego, la *persona* es la máscara, el papel desempeñado por el actor; no se refiere al personaje esbozado por el autor dramático. El actor queda netamente diferenciado de su personaje, no es más que su ejecutante y no su encarnación, hasta el punto de disociar en su juego el gesto y la palabra.
(Pavis, 1998, p. 334)

En los principios del teatro se pensaba ese lugar del actor, el lugar de “desempeñar el papel de un personaje esbozado por el autor dramático”. Esta es la perspectiva griega (clásica) del actor en la que el concepto de personaje está relacionado con un “otro”: otro ser, otro objeto, donde el actor toma la “máscara” del otro y le da vida, una vida que no le pertenece. Aquí se ve que el papel del actor queda en segundo plano, ya que Pavis lo menciona como “su ejecutante”, dándole mayor realce al personaje. Aquí es el personaje el que importa y no el actor. No interesa saber quién es el actor sino quién es el personaje. El personaje está a la vanguardia mientras que el actor está detrás.

Pero existen otras perspectivas de actuación que se han desarrollado desde el siglo XIX que se alejan de la representación tradicional, como por ejemplo la de la autoficción, que busca hacer que el actor sobresalga, se muestre como tal y cuente algo desde sí mismo. El lugar desde donde el actor quiere decir algo y la forma en cómo lo quiere decir es lo que interesa, y esta es a través de la autoficción. Con respecto a ello Sergio Blanco dice:

Es por medio de la autoficción que voy así inventándome una nueva vida: un nuevo relato. La escritura autoficcional es de alguna manera un proyecto vital que poco a poco voy siguiendo y



obedeciendo. Es por ello que mis personajes no son una copia de mí, sino que, por el contrario, soy yo quien empiezo a ser una copia de ellos: no son ellos quienes se parecen a mí sino que soy yo quien trato de parecerme a ellos cada vez más. (Blanco, 2018, p. 15)

Esta nueva vida o nuevo relato podría hacer referencia a dos cosas; la primera: un proceso de autoconocimiento; y la segunda: otra posible forma de representar. La autoficción serviría como una forma de contar la historia de uno mismo a través del juego “soy y no soy” - “realidad y ficción”.

Finalmente no soy yo quien escribe sino que es mi escritura la que me escribe a mí. Y esta es mi forma de resistencia: ser un personaje de ficción que se escribe a sí mismo como acto de sobrevivencia. De esta manera mis autoficciones me permiten reivindicar una de las máximas que más es sancionada, penalizada y castigada, poder decir tranquilamente: yo no soy yo. (Blanco, 2018, p. 16)

Es en este sentido que el actor se encontraría en una oscilación constante entre el mundo real y el mundo ficticio al mostrar personajes creados por él como representaciones de sí mismo, como versiones de su persona, con su psiquis y moral. De esta manera, dicha oscilación entre lo real y lo ficticio se manifestaría cuando el actor exponga en su creación una versión de sí mismo tras otra en la escena y las haga interactuar con el público; varios personajes como los pedazos de una misma persona, como si fueran sus personalidades, produciendo estos cuestionamientos en el espectador: ¿es verdad o es mentira? ¿es el personaje o la persona?

La realidad se manifestaría en el discurso del actor y en cómo se presenta ante el espectador, mientras que la ficción se hace evidente a través de las formas en cómo el actor presenta su discurso.



1.7. El Cuerpo del Actor-Creador: el entrenamiento físico

Una persona que se ha formado en una escuela de arte dramático tuvo que pasar por mucho aprendizaje, generación de conocimiento y desarrollo de habilidades y destrezas físicas para llegar a ser un actor y aplicar sus destrezas y conocimientos en sus diversos procesos creativos, y durante el tiempo de su formación experimentó con varias técnicas y disciplinas. Al entrar en el campo del laboratorio escénico el actor se enfrenta a una hoja en blanco, misma que es llenada, coloreada, dibujada y rayada con los conocimientos teóricos y prácticos adquiridos a lo largo de su labor escénica. Estos conocimientos intelectuales y físicos se ponen al servicio de la creación y se fusionan, dialogan, convergen, se mezclan, se separan, se borran, se aumentan, se detallan, se pulen, en resumen, se experimenta con todo el bagaje cognitivo y experiencial del actor, con el fin de dar nacimiento a ejercicios y muestras escénicas, productos de esta experimentación.

El énfasis que se hace en algunos conceptos, frases y palabras de este capítulo tienen estrecha conexión con un entrenamiento físico en el que el actor desarrolla habilidades y destrezas a través de herramientas escénicas para la creación antes de entrar en el campo de la experimentación. Entre estas herramientas están: los niveles de tensión, el mimo corporal, y los 5 ritmos de Roth. Así, estas herramientas se conectan con los conceptos anteriores por su función. Por ejemplo, el trastorno de identidad disociativo (TID) se conecta con el mimo corporal por la capacidad de disociar el cuerpo para dialogar con la disociación de la personalidad; la autoficción se conecta con los niveles de tensión por la capacidad de abordar un evento autobiográfico doloroso a través de la tensión muscular para dar origen a una trama ficcional; y el personaje se conecta con los 5 ritmos de Roth por la capacidad de mover el cuerpo con distintas cualidades para caracterizar a cada personaje y dialogar con su personalidad. Más adelante se detalla la función de estas herramientas así como su relación con los conceptos ya contemplados.



1.7.1. Niveles de tensión en el cuerpo

La exploración de los niveles de tensión en el cuerpo le permite al actor trabajar su cuerpo como una montaña rusa de tensiones, pasando de la musculatura facial a los músculos del tronco y las extremidades, y viceversa. Pese a que la exploración desde un inicio puede comenzar desde una parte específica del cuerpo, esta tensión puede transitar y viajar ya sea para trasladarse de una parte a otra o para acumular más partes.

Anne Dennis en su libro *El cuerpo elocuente* (2014) cita a Jaques Lecoq y a sus 7 niveles de tensión para posteriormente clasificarlos en tres grupos para su mejor comprensión: relajado, sostenido y tenso. Afirma que el 1er (ausencia de tensión) y 2do (muy relajado) nivel entran en el grupo relajado, que muestra un cuerpo adormecido con un mínimo de energía para el trabajo en la escena. Mientras que en el sostenido entran los niveles 3 (neutro), 4 (ligero) y 5 (explosivo), que son los ideales para trabajar puesto que entre estos hay un cuerpo semi-relajado y semi-tenso, predispuesto a la acción, en alerta. Y por último los niveles 6 (gran tensión) y 7 (tensión total) que entrarían en el grupo tenso y que interfieren con la eficiencia del trabajo del actor ya que bloquea y limita el potencial del mismo. (Dennis, 2014, p. 139)

Los niveles de tensión permiten al actor situarse en un espacio de atención/alerta/disposición dependiendo el nivel en el que se encuentre. Por ejemplo, cuando el actor se encuentra en un nivel relajado su energía es mínima para el trabajo y las exigencias escénicas, se observa un cuerpo flojo, suelto, sin ánimo de interactuar con los estímulos internos y externos del presente, la atención del actor no está en su cuerpo, tampoco en su mente y por lo tanto la disposición a trabajar con ellos es escasa. Ahora bien, cuando el actor se sitúa en un nivel sostenido su atención se amplía, su energía se eleva al rango de alerta y su disposición aumenta, aquí el actor es consciente de lo que está pasando a su alrededor y se encuentra listo para reaccionar a cualquier estímulo. Y cuando el actor se halla en un nivel tenso su efectividad disminuye drásticamente ya que el exceso de tensión en el cuerpo bloquea tanto la capacidad física como la creativa, el actor termina por anular su



imaginación al centrarse tanto en la acumulación de tensión y es incapaz de realizar acciones y movimientos de otra naturaleza.

Cuando el actor hace uso de los niveles de tensión en el cuerpo tiene la posibilidad de probarlos ya sea de manera simultánea o uno por uno, es decir, puede experimentar un nivel en todo su cuerpo o varios niveles en él al mismo tiempo. Cuando sucede lo último las exigencias de la exploración aumentan, siendo necesario abarcar más exploraciones de otras disciplinas además de esta, y aquí es donde entra la siguiente herramienta: el mimo corporal, cuyo referente teatral usado es Martín Peña Vásquez.

1.7.2. Disociación corporal

En el trastorno de identidad disociativo (TID) se tocó el tema de la disociación, desde una perspectiva psicológica, en la que la personalidad del paciente se divide en 2 o más dependiendo de la gravedad del trauma infantil. En el ejemplo citado se menciona al paciente fragmentado en 5 personalidades, cada una con características diferentes. Sin embargo, para encontrar la relación entre la disociación psicológica y la disociación corporal es necesario revisar el concepto de cada una.

En el ámbito de la psicología, Lore en el canal de YouTube *Long Soul System* explica que la disociación es:

Una interrupción y/o discontinuidad de la integración normal de la conciencia, la memoria, la identidad, la emoción, la percepción, la representación corporal, el control motor y la conducta. (...)

Desconexión que interrumpe la integración de la experiencia.

(System, 2018)

De acuerdo a lo citado, la disociación psicológica viene a ser esta separación de la conciencia, memoria, identidad, etc., una fragmentación de la experiencia, una desconexión de la representación corporal y control motor. Evidentemente hay una perturbación en la noción de ser, y una incapacidad de recordar información autobiográfica relevante, además de sentimientos de



extrañeza o despersonalización. No obstante, el actor podría apropiarse de este concepto y adaptarlo al trabajo de la disociación física.

Ahora bien, en el contexto del arte escénico el actor usa el mimo corporal como herramienta para desarrollar la capacidad de disociar el cuerpo. La intención de integrarlo es para precisar los movimientos y clarificar y diferenciar las fuerzas opuestas ejercidas en las secuencias que aparecen por la exploración de los niveles de tensión. En efecto, el mimo corporal le permite al actor desarrollar la capacidad de disociar/fragmentar el cuerpo y reforzar dicha oposición de fuerzas, pues en lo que se centra esta área de conocimiento es en el estudio minucioso de cada articulación del cuerpo haciendo que los movimientos sean lo más precisos posible, viéndolo al cuerpo como un “teclado”, tal como lo menciona Peña Vásquez en la siguiente cita sobre los “segmentos corporales” de su libro *Raíz y Proyección del Pensamiento Corporal* (2015):

(...) es necesario dividirlo (al cuerpo) de forma precisa y sistemática, convirtiéndolo en una especie de teclado. El estudio y desarrollo de la articulación del cuerpo lograda por Decroux nos permite tener un control para realizar cualquier figura corporal de manera clara y detallada. (Peña, 2015, p. 157)

El mimo corporal ayuda al actor a tener más control sobre las partes de su cuerpo en movimiento, ya que al fragmentarlo, la atención aumenta y se divide en cuantas partes el actor desee explorar. Cuando se fragmenta el cuerpo se adquiere mayor precisión y claridad en el punto de partida y de llegada del movimiento de cada articulación y por lo tanto la mecánica se vuelve sistemática: una articulación mueve a otra en cuanto llega a su límite, un movimiento lleva a otro en cuanto el primero termine. El actor cuando divide al cuerpo sistemáticamente comprende la sensación del teclado mencionado por Peña, porque experimenta aquellos toques de teclas en su cuerpo, los siente como golpes que tienen un inicio y un final precisos. El detalle de las figuras corporales se puede lograr gracias al trabajo minucioso de las articulaciones que se lo desarrolla en el entrenamiento del mimo corporal.



El mimo corporal al ser una disciplina de amplio bagaje, es importante recalcar la parte específica de esta área de conocimiento que se está investigando y usando en la práctica, y esta es nada más y nada menos que la disociación.

En el teatro, Martín Peña llama a la disociación “fragmentación” o “segmentación” corporal, es decir, división del cuerpo en varios segmentos, esto con el fin de estudiar el movimiento de partes específicas del cuerpo. Peña (2015) dice “Antes de conocer los distintos tipos de movimientos que se pueden lograr con cada una de las partes del cuerpo, es necesario dividirlo de forma precisa y sistemática, convirtiéndolo en una especie de teclado”. (p. 157)

Entonces, la “disociación” es esta capacidad física del actor de controlar cada parte del cuerpo para “realizar diversos ejercicios como: restablecimientos, oposiciones, compensaciones, ondulaciones y curvas.” Así mismo, con la posibilidad de componer con “la rotación, la inclinación lateral, traslación y profundidad.” En resumidas cuentas no solamente se divide el cuerpo sino el movimiento también: lo que aparentemente se hace solo con el brazo en realidad involucra las articulaciones y músculos del hombro, brazo, codo, antebrazo, muñeca, falanges, falanginas y falangetas.

De esta manera, el concepto físico de “disociación” el actor lo manifestaría en la composición de su cuerpo en la escena, por ejemplo: por un lado, podría mover la mano con una velocidad e intención y por el otro, mover el pie con cualidades diferentes; mientras que el concepto psicológico de “disociación” se manifestaría en un juego de saltar de un personaje a otro.

Cuando el actor conjuga la exploración de una técnica o disciplina nueva con la ya trabajada anteriormente, su trabajo se modifica y refuerza, por lo tanto las exigencias del mismo también aumentan y se necesita la exploración de una nueva técnica que lo enriquezca. Aquí se habla de la integración de la herramienta de los 5 Ritmos de Roth para el entrenamiento y la creación.



1.7.3. Cualidades de movimiento

Cuando el actor se sumerge cada vez más en las profundidades de la experimentación del laboratorio se enfrenta a nuevos desafíos, nuevas exigencias y nuevas interrogantes que provienen de su propia creación, esta empieza a tener vida propia y pide más de su creador, y una vez que el creador analiza los cuestionamientos de su creación empieza a generar más vida, más movimiento, es decir, empieza a mutar.

Gabrielle Roth y sus 5 Ritmos: Fluido, Staccato, Caos, Lírico y Quietud, es un referente fundamental para el presente trabajo. En la siguiente cita tomada de *The Moving Center*, página web oficial de los 5 Ritmos, se menciona:

(...) cada quién los interpreta de manera única y personal, adquiriendo nuevas **sensaciones de libertad** tanto sorprendentes como sanadoras, estimulantes y profundamente restauradoras. Cuando practicamos los 5Ritmos **aprendemos a expresar creativamente la agresión y la vulnerabilidad**, las emociones y ansiedades, nuestros límites y arrobamientos (...) Juntos **nos quitamos las capas y las máscaras** y bailamos hasta desaparecer. (Center, 1977) (Énfasis del estudiante).

Se sabe que el objetivo de la práctica de los 5 Ritmos es la terapia, sin embargo, el punto de enfoque son las sensaciones que se generan en el cuerpo. Cuando una persona experimenta los ritmos de Roth entra en un proceso de sanación tanto física como espiritual ya que cada ritmo posee una cualidad específica que logra despertar susceptibilidades espirituales restauradoras. A través del movimiento por estos ritmos el individuo experimenta diversas sensaciones, emociones y estados de conciencia dependiendo del ritmo en el que se encuentre. Por ejemplo, cuando alguien está en el ritmo *Fluido* experimenta sensaciones asociadas al agua: “el agua fluye” y su movimiento es continuo. La persona danza cual agua fluyendo en un canal. En el caso del ritmo *Staccato* el individuo se enfrenta a un mundo lineal, lleno de límites, ángulos y aristas en donde cada movimiento es enfático,



fuerte, feroz y expresivo, generalmente asociado al fuego. Cuando la persona pasa por el ritmo *Caos* su mente se relaja a tal punto que solamente su cuerpo empieza a operar libremente, aquí el cuerpo libera un montón de energía y movimiento: se suelta-se agita-se sostiene-se tensa (experimenta una hibridación de ritmos *Fluido-Staccato*), Lo que lo conduce al siguiente ritmo: *Lírico*. En este la persona experimenta una elevación espiritual, producto del caos del ritmo anterior, que le permite trascender el cuerpo físico, y sus movimientos son serenos y sostenidos (ligeros, suspensivos) asociados al aire. Y como fase final del viaje por los ritmos se llega a la *Quietud*. Aquí el individuo pasa por un estado de inmovilidad (aparentemente) aunque por dentro su cuerpo está cargado de energía cinética que se logra ver casi de forma imperceptible movimientos sutiles extremadamente lentos. En este último ritmo la sensación está asociada a la tierra. Todo este viaje por los diferentes ritmos que experimenta una persona se lo llama “la ola”.

Pese a que la finalidad de los ritmos de Roth es terapéutica el actor los toma para enriquecer su proceso creativo en el ámbito escénico. Para ello el actor explora particularmente cada ritmo y extrae las sensaciones adquiridas tras explorarlos, a fin de encontrar la cualidad que mejor se acople al trabajo previamente realizado. La exploración en los 5 Ritmos de Gabriel Roth permite dar cualidades de movimiento y características particulares al cuerpo o a cada parte del cuerpo, si así se quiere, logrando un acercamiento hacia la creación de personajes.

El énfasis que se hace en algunas frases y palabras de la cita previamente expuesta tienen conexión con la autoficción, ya que se busca esas mismas sensaciones de libertad y de quitarse las máscaras a través de la exposición del actor y no del personaje, y de esta manera expresar esa agresión y vulnerabilidad desde la personalidad. Todo esto en términos escénicos y no terapéuticos, pese a que puede desembocar en eso también por ser una búsqueda de autoconocimiento.

Cuando se combina el conocimiento psicológico del trastorno con el entrenamiento corporal los personajes se vuelven más reales y orgánicos, y la



sensación de personalidad crece con mayor fluidez y seguridad a tal punto de ser observado como un actor con dos personalidades.

Todo el trabajo anterior (niveles de tensión, mimo corporal, ritmos de Roth y Trastorno de Identidad Disociativo) permite generar material creativo para la puesta en escena de la cual se hablará más adelante.



Capítulo 2

Metodología de creación de personajes

La creación es un mundo caótico. Un artista puede partir de cualquier cosa que se le venga a la mente para comenzar a crear algo. El arte no es exacto. El proceso creativo puede no tener un orden claro pero sí tiene un camino que de acuerdo a su recorrido se va observando las cosas que fomentaron su desarrollo. Una forma de adquirir conocimiento es a través del estudio teórico (lectura) y otra es a través de la práctica, es decir, la experiencia (talleres, presentaciones, entrenamientos); pero ambas tienen la misma necesidad de registrar lo adquirido, ya sea con apuntes, con fotografías, con videos o con audios. Una de las formas en la que un artista lleva su proceso creativo y su adquisición de conocimiento, misma que posteriormente le permitirá sistematizar todo su trabajo teórico-práctico pese a la naturaleza caótica de la creación artística, es el diario de trabajo. El diario del artista es fundamentalmente importante porque en él se encuentra lo investigado y probado y sus respectivos registros, así como lo que está por investigarse y probarse.

En el presente capítulo se encuentra la información extraída de mi diario de trabajo, el orden en el que los conceptos estudiados y las herramientas escénicas usadas convergieron y la forma metodológica a la que llegué para la creación de personajes.

2.1. El Trauma como punto de partida

En todo proceso creativo existe un punto de partida cuya raíz es un interés, una anécdota, un deseo, un conflicto o simplemente un placer vivido. En este caso el punto de origen de mi proceso creativo fue un momento en mi vida en el que sufrí un dolor localizado en la muñeca de mi mano izquierda, dolor que no sanaba con analgésicos ni terapias físicas, era algo más profundo que involucra mi parte emocional. No podía reconocer de dónde provenía hasta que entré en una terapia psicológica donde conocí a Mónica Castrillón, psicoterapeuta en constelaciones familiares, quien me explicó que algunos de

esos dolores se deben a traumas desarrollados en las relaciones y entornos familiares. Estos problemas emocionales desembocan en problemas físicos que dependiendo del lugar y la zona afectada, están relacionados a la relación con el padre o la madre. Castrillón explica que “el cuerpo está dividido verticalmente en dos hemisferios (Ilustración 1): “izquierdo, que corresponde a la fuerza femenina comandada por los cromosomas maternos, y derecho, que corresponde a la fuerza masculina comandada por los cromosomas paternos”.

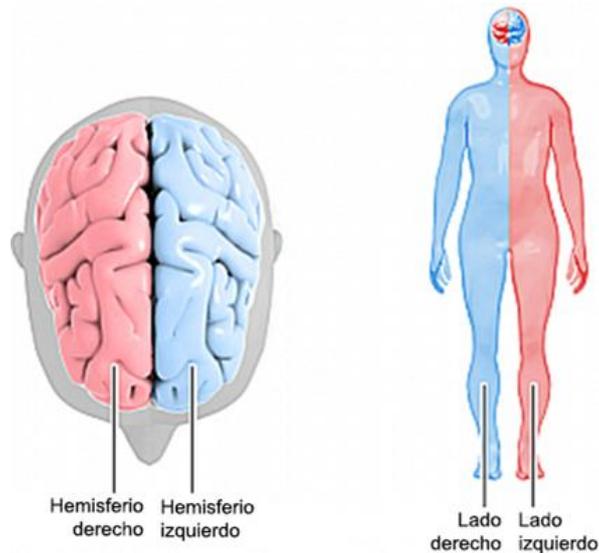


Ilustración 1: Hemisferios del cuerpo, tomado de:
https://www.goconqr.com/es/p/12198804?dont_count=true&frame=true&fs=true

En las constelaciones familiares se hace evidente la influencia tan grande que tiene la familia sobre el individuo, en cuestión a la forma de pensar, hablar y actuar en el mundo. La familia es una fuente de conocimiento y experiencia que puede afectar positiva o negativamente a la persona, ya que puede realzar sus capacidades u opacarlas, ya sea consciente o inconscientemente. Sin embargo, eso se puede ver en una sesión de constelación familiar.

En el siguiente párrafo Bert y Sophie Hellinger explican las constelaciones familiares y su funcionamiento:

En constelaciones familiares, como las practicamos, elegimos un representante para la persona que quiere aclarar algo. Por ejemplo, ella quiere aclarar cuáles pueden ser los trasfondos de una enfermedad, o de sus dificultades en la relación de pareja, o



de lo que obstaculiza al éxito en su camino de vida. (Sophie Hellinger, 2019)

Entonces una constelación familiar le permite al individuo ser consciente de los patrones negativos y repetitivos heredados por generaciones pasadas que se interponen de manera inconsciente en su avance académico, financiero, emocional, profesional, afectivo o de cualquier otra índole. En este proceso salen a la luz esos patrones ocultos y pueden ser cuestionados, reconfigurados y restablecidos a través de la decisión única y personal del individuo.

En esta otra cita hablan sobre la naturaleza espiritual del acto de representar el problema a resolver de la persona consultante:

El representante necesita saber poco o nada para darse cuenta de qué se trata con esta persona. Resulta que tan pronto como se configura, si el representante se centra, entra en contacto con otro mundo espiritual. Desde allí recibe información precisa. El representante no necesita saber nada. No necesita y no debe preocuparse por lo que surgirá. Todo lo que tiene que hacer es dejarse abarcar por un movimiento que lo invadirá. No debe pensar ni interpretar. Es movido, por así decirlo, sin poder resistirse a este movimiento. O se da vuelta y mira en cierta dirección determinada. (...) Nadie sabe a quién representa esta otra persona, como tampoco nadie sabe a quién representa la persona en el piso. Sin embargo, están atrapados en un movimiento que los mantiene cautivos. De esta manera, se desarrolla una constelación paso a paso. La persona consultante también se ve afectada por un movimiento. Por ejemplo, llora. O se incluye a la constelación y se acuesta junto a la persona que se encuentra tendida en el suelo. (Sophie Hellinger, 2019)

Así, una constelación familiar se la realiza en grupo en un taller en el que asisten: la persona que desea resolver su problema, el terapeuta y el resto de participantes. Al iniciar la sesión el terapeuta pide a la persona consultante que elija entre los participantes del taller a quienes van a representar a los



miembros de su familia en la constelación, y ellos son quienes le mostrarán la raíz de su problema. Pese a que la dinámica es grupal la terapia es individual.

Entonces, luego de haber tenido una primera experiencia constelando mi problema tomé el dolor físico propio y lo asocié con la fuerza del hemisferio izquierdo para tener un punto de partida en mi proceso creativo.

En la autoficción lo vivido —el trauma— es el que habilita y posibilita la creación narrativa—la trama. En su extraordinaria novela *Al amigo que no me salvó la vida*, Hervé Guibert dice algo así como que «tenía que surgir la desgracia para que surgiera este libro». (Blanco, 2018, p. 13)

Tal y como Blanco lo afirma, mi trauma o desgracia me permitió traducir el dolor en tensión y así obtener un acercamiento a la creación narrativa, es decir, a una trama. Usé el conocimiento de los hemisferios corporales de las constelaciones para traducirlo en ubicación motriz y el dolor local en tensión muscular. Con esta primera traducción empecé mi proceso creativo desde la exploración de la tensión muscular en el entrenamiento que abrió camino hacia la creación de personajes.

Entendí que el dolor de mi muñeca izquierda representaba una mala relación con mi madre y decidí transformar ese dolor en tensión y a mi mano transformarla en mi madre. Desde esta traducción partió la trama ficcional. Mi madre quería que yo haga todo lo que ella anhelaba, cumplir con sus sueños, satisfacer sus deseos y ser alguien que no soy. Y había una carga de ira presente en dos vías. La primera: la ira de mi madre por no tener un hijo a su gusto; y la segunda: mi propia ira por sentirme obligado a ser otro que no quiero ser. Quise expresar este malestar a través de un conflicto entre mi cuerpo y mi mano izquierda, en el que luché por resistir al dominio y manipulación de la mano sobre el cuerpo; y el manejo de los niveles de tensión permitió abordar el dolor y la ira de ambas vías en el cuerpo.

La trama viene a ser la historia de una persona que desea mostrar al público lo que sabe hacer, la habilidad que ella tiene, su talento. Sin embargo,



cada vez que intenta exponer sus capacidades hay una interrupción provocada por su cuerpo, si no es la mano derecha es la izquierda, y si no son las manos son los pies, pero algo siempre tiene que interrumpir su acción. Durante estas interrupciones la persona pelea con su propio cuerpo con el fin de tener control sobre él y poder mostrar su talento, pero en varias ocasiones termina ganando el cuerpo la pelea haciendo que la persona desaparezca y en su lugar aparezca un personaje que, dependiendo el hemisferio del cuerpo (izquierdo o derecho), tenía particularidades específicas: izquierdo agresivo y derecho pacífico. Finalmente, luego de tantos intentos fallidos de mostrar al público lo que sabe hacer, la persona logra conseguir un dominio total sobre su cuerpo mostrando una combinación de las particularidades, los gestos, los movimientos y las acciones de cada personaje como un solo ser íntegro.

Estos personajes son la representación de la figura de la madre y del padre que se interponen en la vida, en los gustos, las prioridades, las responsabilidades y las decisiones de la persona hasta que con firmeza decide asumir su vida y sus decisiones con absoluta independencia.

2.2. Construyendo la Trama

Al revisar el diario de trabajo se encontró los ejercicios realizados, las experiencias y reflexiones que constituyen el proceso de construcción de la trama.

2.2.1. El dolor abordado en la tensión muscular

La tensión muscular fue desarrollada a partir de sensaciones con el cuerpo, por ejemplo: ¿cómo se siente el cuerpo al sostener una roca? ¿al flotar en el agua? ¿al meter la mano en fuego? ¿o al dejarse soplar por el viento? Es decir, hubo una conexión entre los elementos naturales y la sensación generada, y como resultado daban distintos niveles de tensión empleados en el cuerpo. Estos logros los conseguí luego de realizar el siguiente ejercicio:



2.2.1.1. Control sobre los elementos naturales

Este ejercicio tiene su base en los 5 ritmos de Roth ya que cada ritmo posee una estrecha conexión con un elemento natural. El ejercicio parte de un lapso corto (algunos minutos) de respiración y meditación para despejar la mente y relajar el cuerpo. Posteriormente se usa la música para adquirir ciertos impulsos corporales de acuerdo al género y al ritmo musical. Se utilizan varias canciones y sonidos instrumentales que se reproduzcan sucesivamente hasta llegar a una melodía instrumental de género místico/espiritual, con la que se logra encontrar una armonía y adaptación con la naturaleza. El ejercicio consiste en sentir el agua, el fuego, el aire y la tierra dentro de uno mismo, primero explorando en el cuerpo un elemento a la vez y luego todos de manera simultánea.

Esta fue la experiencia:

Me imaginaba que tenía control sobre los 4 elementos: tierra, aire, agua y fuego; pero este control lo fuí desarrollando poco a poco de acuerdo al progreso de la experiencia en el ejercicio. Así, a medida que iba explorando cada elemento desarrollaba la capacidad de partir o agrietar la tierra que pisaba y levantar rocas con la mente; sacar el agua de cualquier cavidad, mantenerla en mis manos a manera de acordeón y moverla a mi antojo; generar molinos de viento con solo girar mi cuerpo y mis manos, e incluso levitar; y crear fuego desde las palmas de mis manos y hacer crecer las llamas desde la fuerza. Para todo este control mi cuerpo necesitaba diferentes estados y tensiones, no sentía lo mismo en el cuerpo cuando manipulaba el elemento agua a cuando manipulaba el fuego, la tensión era distinta. Por ejemplo, con el agua el cuerpo se relaja y se deja llevar, con el aire el cuerpo despegar y aterriza como un ave que controla su vuelo, con el fuego todo es caos, agresión y destrucción con movimientos impulsivos, y con la tierra el cuerpo tiene mucha energía acumulada sin sacar que lo sofoca y lo vuelve pesado. (Diario de trabajo)



Con esta experiencia logré entender dos cosas. La primera es que la música influye en la creación de una situación imaginaria, la estimula; y la segunda es que la imaginación genera acciones en una situación. Es decir, la música es la que provoca la imaginación y esta es la que crea una situación y genera acciones. De esta manera, la mente activa al cuerpo y el cuerpo activa a la mente, están en constante diálogo y en constante oscilación, de hecho resulta más eficiente el trabajo del cuerpo cuando se usa la imaginación porque este está condicionado por las imágenes y situaciones que la mente crea y por lo tanto el cuerpo tiene muchas más posibilidades de explorar hasta rebasar sus límites. Y cuando el cuerpo está tan convencido de ese imaginario le exige más a la mente.

Además, comprendí que el nivel de tensión empleado tiene conexión con la sensación de un elemento natural particular: agua = relajación (tensión mínima), aire = control (tensión moderada), fuego = agresión (tensión excesiva), y tierra = obstrucción (tensión desbordada/colapsada).

A medida en que fui amplificando la tensión en la mano podía sentir la ira de mi madre y su imperante dominio sobre mi cuerpo, surgía una especie de manipulación en la que la mano controlaba al cuerpo. Cada movimiento de la mano izquierda controlaba alguna parte del cuerpo, la movía a su antojo, como si colgaran hilos de la punta de los dedos y se conectaran a las diferentes partes del cuerpo, a modo de un titiritero. Esa manipulación me producía ira y dolor, y yo hacía que mi cuerpo luchara contra ello aplicando otra clase de tensión, una que se oponga a la de la mano izquierda, entonces tuvo protagonismo la mano derecha. Esta era la que más resistía al dominio de su contrincante, y que permitió llegar a la primera muestra de laboratorio: una secuencia de oposiciones.

Al entender las distintas características que adquiere el cuerpo cuando se emplea un tipo de tensión asigno para cada hemisferio su propio nivel de tensión, manteniendo así dos niveles de tensión diferentes operando en mi cuerpo simultáneamente. Esa sensación generó una secuencia de movimientos opuestos en la que cada hemisferio realiza su propia acción de manera independiente, haciendo que me encuentre en una ola constante de fuerzas



opuestas. El hemisferio izquierdo pelea con el derecho y sus representantes principales son las manos.

Estas fuerzas opuestas generaron una secuencia de movimientos que mostraban la existencia de dos personajes en un cuerpo (uno bueno y uno malo), según los comentarios de los compañeros de cátedra luego de ver la muestra.

Cuando exploré el hemisferio derecho fue necesario definir cada fuerza empleada y precisar los movimientos de la secuencia de oposiciones y para ello vi El resultado del trabajo en la oposición fue una secuencia en la que mi cuerpo ejecutaba movimientos contrarios a mi voluntad. Ambos hemisferios realizaban diferentes movimientos con diferentes niveles de tensión y fuerza con el fin de interrumpir una acción mía concreta. Tal era la intención de interrumpir que incluso entre hemisferios se peleaban por ser el primero en interrumpir cualquier acción que quería ejecutar. Toda esta secuencia de movimientos y peleas era percibida por mis compañeros de cátedra como una lucha de personajes: el bueno, el malo y yo. Esto me llevó directamente a observar un extracto del video de la obra *La Veillée des Abysses (La Velada de los Abismos)* (2003) de la compañía de teatro de Francia *La Compagnie du Hanne-ton*, con el propósito de fortalecer y enriquecer mi secuencia de movimientos contrarios a mi voluntad.

2.2.2 Apropiación de un trabajo físico de James Thierrée

En la obra, del minuto 39:40 al 42:55 se observa una secuencia física ejecutada por el actor James Thierrée, quien realiza justamente movimientos contrarios a su voluntad usando una silla. En el video se ve cómo intenta sentarse en la silla pero su cuerpo hace otra cosa: cae al suelo, intenta levantarse y sus piernas no le dejan, trata de apoyar su cabeza en su brazo pero el codo se le resbala, se esfuerza por cruzar las piernas pero ellas lo evitan, intenta quedarse quieto y sus piernas lo halan, quiere caminar y ellas se aflojan, en resumen, es como si su cuerpo tuviera vida propia e hiciera con el actor lo que se le dé la gana hasta burlarse.

Lo que tomé del trabajo de Thierrée fue la habilidad de manejar el cuerpo como un ser vivo independiente de la mente y la voluntad, y a través de la ficción crear un conflicto entre 3 entidades: los dos hemisferios corporales contra mí.

Mi secuencia consiste en que yo quiero ejecutar mis propios movimientos en la escena pero mi mano derecha comienza a hacer lo que le place, entonces trato de controlarla con el resto de mi cuerpo. Durante el tiempo que trato de controlar mi mano derecha, comienza a moverse por voluntad propia mi mano izquierda, haciendo más difícil la tarea de controlar ahora que son dos. Cada una hala para su lado, y aunque el conflicto es entre ellas y yo, también surge un conflicto entre ellas por querer ser el foco de atención, así que se pelean.

2.2.3. El Personaje surgiendo de la oposición



Ilustración 2: Secuencia de disociación de la obra ¿Y el otro qué?

Al trabajar un cuerpo dividido verticalmente en dos hemisferios que ejercen fuerzas opuestas fue necesario trabajar la oposición a través de la disociación (Ilustración 2). Esta permitió precisar los movimientos y clarificar y diferenciar las fuerzas opuestas ejercidas en las secuencias creadas desde cada hemisferio corporal. La disociación que se trabaja en el mimo corporal desarrolló en mí la capacidad de fragmentar el cuerpo y reforzar dicha oposición de fuerzas gracias al trabajo minucioso de cada articulación.



Para entender más a fondo lo mencionado, cito a continuación un extracto del texto de Martín Peña Vásquez *Raíz y Proyección del Pensamiento Corporal* (2015) que habla sobre los “segmentos corporales”:

(...) es necesario dividirlo (al cuerpo) de forma precisa y sistemática, convirtiéndolo en una especie de teclado. El estudio y desarrollo de la articulación del cuerpo lograda por Decroux nos permite tener un control para realizar cualquier figura corporal de manera clara y detallada. (Peña, 2015, p. 157)

El mimo corporal me ayudó a tener más control sobre las partes de mi cuerpo en movimiento, ya que al fragmentarlo, la atención aumentó y se dividió en cuantas partes deseaba explorar (Ilustración 2). Obtuve mayor precisión y claridad en el punto de partida y de llegada del movimiento de cada articulación y por lo tanto la mecánica se volvió sistemática: una articulación movía a otra en cuanto llegaba a su límite, un movimiento llevaba a otro en cuanto el primero terminaba.

La experiencia encontrada en mi diario dice:

Comprendí la sensación del teclado mencionado por Peña, porque experimenté aquellos toques de teclas en el cuerpo como golpes que tienen un inicio y un final precisos. El detalle de las figuras corporales realizadas pude lograrlo gracias al trabajo minucioso de las articulaciones que lo desarrollé en el entrenamiento del mimo corporal. (Diario de trabajo)

Conseguí la misma secuencia ya trabajada previamente pero mejorada y pulida, con mucha más precisión de movimientos gracias al entrenamiento de mimo corporal y me inspiré al punto de llegar a asociar mi secuencia con un conflicto de personajes (dos entidades muy diferentes coexistiendo en un mismo cuerpo). ¿Qué son? ¿qué buscan? ¿por qué hacen lo que hacen? fueron las preguntas que nacieron en ese momento.



La secuencia mejorada quedó de la siguiente manera:

Entro al escenario - miro al público - hago la venia - saludo con mi mano derecha - hago un precalentamiento muy breve - intento poner las manos en el piso para pararme de manos pero mi mano derecha saluda al público - me levanto y finjo que yo estoy saludando para seguirle la corriente a mi mano 3 veces (una vez por cada interrupción de mi acción) - me molesto y la golpeo con mi mano izquierda contra mi pierna derecha - mi mano derecha se duerme - intento despertarla - empieza mi mano izquierda a moverse sola y me hace señas de pedir una explicación - le explico con gestos - mi mano izquierda intenta despertar a la derecha y al no conseguirlo me agrade 2 veces - intenta agredirme una vez más pero la esquivo y la atrapo con la axila del brazo derecho y apreto a mi mano derecha con mis piernas para que la izquierda no se escape - intenta escapar pero comienzo a morder su muñeca tan fuerte que también la duermo - me quedo en escena con los brazos muertos - intento llamar la atención del público moviendo mis piernas mientras intento despertar a mi mano izquierda - la mano derecha por sí sola comienza a despertar - trata de llamar mi atención pero yo estoy concentrado en tratar de despertar a la izquierda - me llama tocando mi hombro con su dedo índice 2 veces - no le presto atención - en su último intento me golpea y logra hacer que la vea para continuar la muestra con el público - saludamos juntos pero ella quiere jalarme hacia la derecha durante 2 veces - en la tercera ver lo consigue y me lleva todo el cuerpo. (Diario de trabajo)

Cuando surgieron las preguntas anteriormente planteadas despertaron un nuevo interés en mí, dar una razón de ser a estas entidades. Como ya tenía trabajada una secuencia de movimientos opuestos fue necesario definir a cada hemisferio a fin de diferenciarlos entre sí, para eso integré un nuevo elemento a mi entrenamiento que me permitió encontrar cualidades de movimiento para cada hemisferio: los 5 Ritmos de Roth.



2.2.4. Caracterizando a los personajes desde los 5 Ritmos de Roth

En el momento en que mis manos comenzaron a tener un conflicto entre sí, la sensación de una lucha entre personajes era cada vez más evidente e incluso de acuerdo a las percepciones de mis compañeros, se podía notar una leve diferencia entre cada una y yo: mi mano izquierda era agresiva, mi mano derecha pasiva y yo neutral. Sin embargo, estas diferencias tenían que ser explotadas para entender la naturaleza de su comportamiento y las razones de sus acciones, y para eso usé la herramienta de los 5 ritmos de Roth porque me permitía explorar distintas cualidades de movimiento que serían las potenciadoras de esas diferencias entre personajes.

Gabrielle Roth ha desarrollado 5 Ritmos: Fluido, Staccato, Caos, Lírico y Quietud. Estos le permiten a quien los explore, experimentar una gama de cualidades de movimiento progresiva que despliegan una serie de sensaciones, emociones y estados del ser. En la siguiente cita tomada de *The Moving Center*, página web oficial de los 5 Ritmos, se explica un poco sobre la experiencia de explorarlos:

(...) cada quién los interpreta de manera única y personal, adquiriendo nuevas **sensaciones de libertad** tanto sorprendentes como sanadoras, estimulantes y profundamente restauradoras. Cuando practicamos los 5Ritmos **aprendemos a expresar creativamente la agresión y la vulnerabilidad**, las emociones y ansiedades, nuestros límites y arrobamientos (...) Juntos **nos quitamos las capas y las máscaras** y bailamos hasta desaparecer. (Center, 1977) (Énfasis del estudiante).

Pese a que la finalidad de los ritmos de Roth es terapéutica los tomo para enriquecer mi proceso creativo extrayendo las sensaciones adquiridas tras explorarlos y llevándolas a cada hemisferio trabajado desde la tensión y el mimo corporal, haciendo que cada uno de los personajes posea una cualidad distintiva. Para ello exploré particularmente cada ritmo a fin de encontrar la cualidad que mejor defina a cada personaje. En este caso saqué provecho principalmente de tres ritmos: Fluido, Lírico y Staccato. Debido a que ya tuve



un trabajo fijado sobre la disociación de fuerzas decidí cohesionar el ritmo Lírico al hemisferio derecho) y el Staccato al izquierdo, dejando el Fluido para mí (como actor). Sin embargo, tomé al ritmo Caos para emplearlo durante las luchas caóticas de fuerzas que emergen en la secuencia física y al ritmo Quietud cuando se manifiestan esas luchas en mi interior.

La razón por la que decidí trabajar el ritmo Lírico en el hemisferio derecho es porque los movimientos de la secuencia están asociados a la serenidad mientras que los del otro a la agresividad, por eso lo usé al Staccato. Y como la secuencia física es percibida por los espectadores como “movimientos contrarios a mi voluntad” el ritmo Fluido lo usé para enfatizar esa voluntad y diferenciarla de las otras dos fuerzas. Así se definen los tres seres que habitan el mismo cuerpo: yo y las fuerzas de ambos hemisferios (personajes).

Como la exploración en los 5 Ritmos de Gabriel Roth permitió dar cualidades de movimiento y características particulares a cada hemisferio del cuerpo, dando como resultado la aparición de personajes, “bueno y malo”, emergió una nueva sensación: estos personajes cada vez más parecían personalidades más. Esa sensación condujo mi trabajo a la investigación psicológica del Trastorno de identidad Disociativo (TID) porque justamente aborda el tema de la disociación de la personalidad. Tal investigación evoca al personaje de “Split” (Fragmentado) 2017, cuya actuación de James McAvoy ayudó como referente a esta propuesta.

2.2.5. Del Personaje a la Personalidad

Mientras el trabajo realizado en el laboratorio se iba exponiendo en formato de muestras escénicas, las devoluciones de quienes lo observaban lo enriquecían y así evolucionaba progresivamente. Cada vez se veía un acercamiento más profundo al personaje. Estas fuerzas de los hemisferios trabajadas desde la tensión, el mimo corporal y los ritmos de Roth dieron nacimiento a personajes que posteriormente se convertirían en personalidades y esto llevaría el trabajo a un nuevo rumbo: la Psicología.



El Trastorno de Identidad Disociativo desde la psicología es una enfermedad mental que se caracteriza por presentar una alteración del sentido de identidad manifestando una fragmentación en dos o más personalidades. Una definición más clara del tema lo da un grupo de psiquiatras en una publicación de una revista llamada *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*:

Los trastornos disociativos son un problema de salud mental. Se caracteriza principalmente por una alteración en la memoria autobiográfica y del sentido de identidad única. (...) Los criterios diagnósticos incluyen la alternancia entre 2 o más personalidades que toman el control del comportamiento del individuo de manera recurrente y la incapacidad para recordar información autobiográfica relevante (Virginia Bastera Gortari, Raquel Ruiz Ruiz, Nahia, 2013)

Desde el lugar del arte escénico decidí investigar lo que es la disociación psicológica para entregar a cada personaje un pensamiento y una personalidad particulares, es decir, busqué una forma de hacer que dialogue con la disociación física, y así, me apoyé de la siguiente definición de “disociación mental” dada por Lore en el canal de YouTube *Long Soul System*:

Una disrupción y/o discontinuidad de la integración normal de la conciencia, la memoria, la identidad, la emoción, la percepción, la representación corporal, el control motor y la conducta. (...)
Desconexión que interrumpe la integración de la experiencia.
(System, 2018)

De esta definición tomé la memoria, la identidad, la emoción, la percepción, la representación corporal, el control motor y la conducta para trabajarlas y llevarlas a los personajes. Sin embargo, lo que ayudó a trasladar este concepto teórico a la práctica fue la observación de la película *Split* (Fragmentado), 2017 del director M Night Shyamalan, un referente visual de este trastorno que me permitió materializar la idea de la disociación psicológica



en mi secuencia física luego de analizar la actuación del actor protagonista y extraer algunos de sus gestos.

2.3.1. La influencia de *Split* en el trabajo de personaje-personalidad

La relación que existe entre personaje y personalidad se encuentra presente en el trabajo que el actor James McAvoy realiza en la película *Split*. El actor interpreta a cuatro personajes que son las personalidades del protagonista con el TID, o sea, con este serían 5 personajes interpretados en total. Kevin Wendelcrumb es el personaje principal que sufre del trastorno y tiene 24 personalidades dentro de él, pero solo 4 aparecen con frecuencia en la película: Barry, un joven homosexual; Hedwig, un niño de 9 años; Dennis, un hombre con TOC de limpieza; y Patricia, una mujer dominante. Para cada una de las personalidades, el actor utiliza diferentes formas de caminar, mirar, sonreír y hablar, por ejemplo; Hedwig camina distraído, habla con ceceo y es muy curioso.

¿Cómo integrar el Trastorno de Identidad Disociativo al trabajo de la disociación corporal?, fue la pregunta y el nuevo desafío al que me enfrenté. Sin embargo, luego de observar la película, me inspiré y tomé algunos elementos del trabajo de McAvoy como: los gestos, las posturas, las formas de caminar, los matices de voz, los detalles corporales y los cambios de personalidad para adaptarlos a mi propio trabajo. De esta manera comencé mi exploración psicológica en mi entrenamiento.

Al tener una secuencia de disociación trabajada con personajes opuestos la integración de las personalidades se logra gracias a los ritmos de Roth previamente trabajados. Estos al ser portadores de cualidades de movimiento y emociones permiten conectar con solidez las actitudes, pensamientos, voces, gestos y acciones de las personalidades. Así, el personaje del hemisferio derecho tiene una personalidad sutil, amable, risueña, alegre; sus movimientos son suaves, delicados y suspendidos, sus acciones están ligadas al bienestar de los demás, su pensamiento es optimista, su voz es aguda, serena y dulce, su mirada es relajada y su cuerpo es liviano.



Mientras que el personaje del hemisferio izquierdo tiene una personalidad agresiva, violenta, molesta y cruel, sus movimientos son bruscos, grotescos y torpes, sus acciones están ligadas a la humillación de los demás, su pensamiento es pesimista, su voz es enfática, grave y muy fuerte, su mirada es tensa y su cuerpo contraído. En el caso del actor, permanece con el ritmo fluido para diferenciarse de ambos personajes solo que ahora adopta el comportamiento de un enfermo con trastorno disociativo convirtiendo a los personajes en sus personalidades.



Capítulo 3

Montaje de la obra *¿y el otro qué?*

3.1. Eje Temático

El contexto en el que me encontraba durante el proceso de creación fue el de un conflicto de identidad, con preguntas de eje central como ¿quién soy y quién quiero ser? ¿qué hago y qué quiero hacer? Ya que al vivir en una sociedad opresora y llena de apariencias, sumergida en el egoísmo capitalista, en donde muchos obligan a ser otro dependiendo de las circunstancias, uno tenía que decidir quién debe ser en esos momentos, y habían veces en las que no tenía más opción que ser ese “otro”. Surgían preguntas como ¿por qué en la casa soy uno y afuera otro? ¿por qué en la universidad debo ser uno y en el trabajo otro?, entre otras preguntas de este tipo que me hacían cuestionar la verdadera esencia de mi ser. Inconforme con una vida rodeada de mentira e hipocresía, donde la apariencia predomina y donde se tiene que ser otro para ser aceptado, para tener trabajo o para convivir con la sociedad, desarrollo una metodología autobiográfica de creación de personajes, a partir de experiencias, recuerdos, anhelos, miedos, sueños y sentimientos propios. Vi la oportunidad de expresar lo que tanto me gusta o disgusta sin miedo, a través de personajes creados desde mis propias características, generando curiosidad en el espectador por saber quién está hablando ¿el actor o el personaje?

Como resultado se obtiene una obra llamada “¿Y el otro qué?”, que muestra al actor en un conflicto con sus personalidades (personajes) por querer ser un solo individuo. La obra trata de una persona cuyo propósito de vida se ve fragmentado debido a la interferencia de sus personalidades (personajes), las cuales luchan una contra otra por tener el control sobre la vida de esta persona, haciendo que sus deseos, acciones y pensamientos se vean contrapuestos, perdiendo el enfoque central de su vida. Luego de todo el conflicto generado entre la persona y sus personalidades (personajes), finalmente ésta toma el control de su vida y se muestra tal y como es, con sus

bondades y sus maldades, y asumiendo su esencia en su totalidad, se desprende de cualquier tipo de fragmentación y falso ser.

3.2. Actuación

En cuestión a la actuación hubo varios factores a tomar en cuenta, entre ellos, la voz, el cuerpo, los desplazamientos, las acciones, etc.

3.2.1. El cuerpo

Como resultado de la exploración de los niveles de tensión, el mimo corporal y los ritmos de Roth, obtuve dos corporalidades (una para cada personaje).



Ilustración 3: El cuerpo del personaje C

En el caso del personaje calmado (C) el cuerpo era bastante volátil, flotaba con mucha facilidad, es decir, tenía cualidades de suspensión y control. Su estructura era con los hombros siempre levantados a nivel de las orejas, manteniendo los codos flexionados, siendo muy expresivo con las manos (mientras camina las mueve, mientras habla las mueve, etc.), caminando la mayor parte del tiempo con puntas de pie, inclinando la cabeza hacia un lado, sonriendo constantemente y cerrando los ojos con frecuencia. (Ilustración 3)



Ilustración 4: El cuerpo del personaje E

En el caso del personaje enojado (E) el cuerpo era tenso y rígido y se movía con torpeza. Su estructura era con los hombros sobresalientes por delante del pecho extendiendo los omóplatos, muñecas de las manos flexionadas, manos contraídas, ceño fruncido todo el tiempo con la ceja derecha levantada, caminando rápido y sin paciencia con toda la planta del pie. (Ilustración 4)

3.2.2. La voz

La voz fue una consecuencia de la experiencia obtenida a partir de los ejercicios y las exploraciones del cuerpo. Así, la voz que provenía de un cuerpo tenso y rígido era fuerte y agresiva, salía como una bala de una pistola, mientras que en un cuerpo relajado suspendido la voz era pausada y sutil, como acercándose a un canto. Sin embargo, para poder diferenciar ambos personajes usé tonos: uno grave para el personaje E de cuerpo tenso, y uno agudo para el personaje C de cuerpo relajado.

3.2.3. Las acciones

Durante la obra cada personaje tiene acciones que se conectan entre sí para narrar la historia de la misma. Como la obra trata de una persona que quiere mostrar su talento al público la acción principal del actor es intentar mostrarlo mientras es interrumpido por los otros personajes, es decir, intenta y



a la vez lucha con estos personajes que son sus personalidades. Hace evidente esta lucha a través de una secuencia de disociación de movimientos. (Ver anexo, del minuto 6:32 al 7:23 o del 21:55 al 23:55)

En cambio, el personaje C interrumpe para poder mostrar también su talento, el cual es bailar, cantar y hablar consigo mismo en el espejo, su acción es tener una conversación con su “yo” en el espejo. (Ver anexo, del minuto 9:16 al 11:46)

Y para el personaje E su acción es tocar la batería y por eso interrumpe al actor. Vale la pena recalcar que dentro de cada actividad de los personajes existe una interacción con el público, esa también es una acción. (Ver anexo, del minuto 24:37 al 27:10)

3.2.4. Los desplazamientos

De acuerdo a las personalidades de los personajes y a la visión de la dirección de la obra el espacio fue dividido verticalmente en tres zonas: zona del actor y zonas de cada personaje. El centro fue el lugar del actor mientras que el lado derecho fue del personaje E y el izquierdo del C, sin embargo, durante la obra cada personaje tiene su trayecto tanto en su propia zona como fuera de ella. En el siguiente cuadro se observan los trayectos de cada uno de principio a fin de la obra.

Simbología:	
Personaje Principal (Actor)	
Personaje Calmado (C)	
Personaje Enojado (E)	

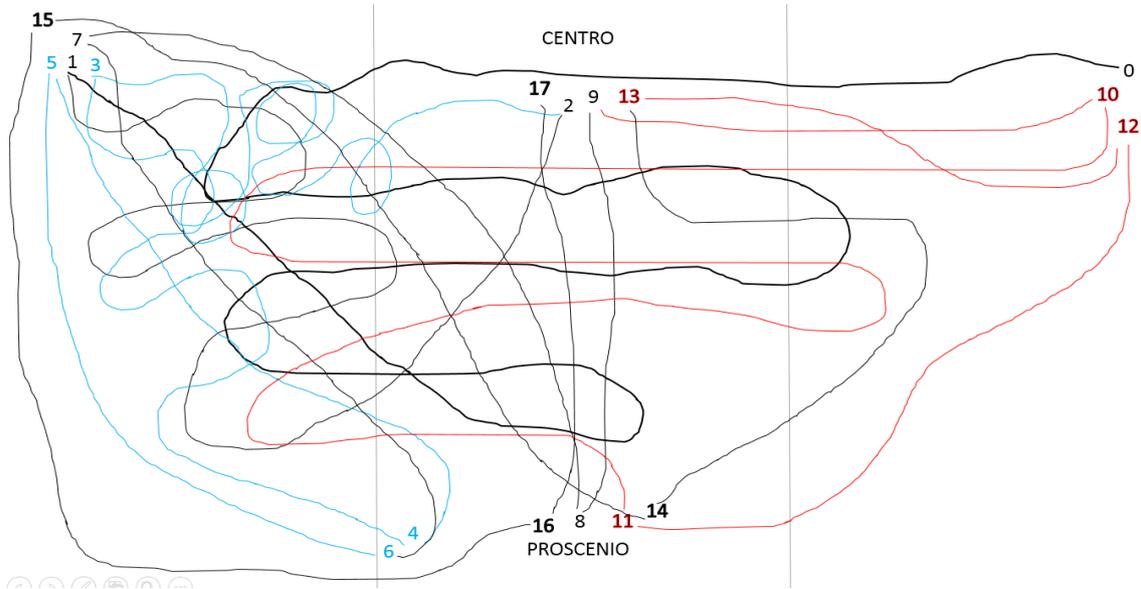


Ilustración 5: Trayectos de la obra ¿Y el otro qué?, tomado del Diario de Trabajo

3.3. Dramaturgia y Texto

La construcción de la obra partió del trabajo físico, mismo que permitió entender el lugar de la creación de personajes desde el cuerpo hasta llegar a su componente psicológico. El orden en el que apareció cada cosa fue el siguiente:

Primero surgió un ejercicio basado en la tensión muscular a raíz de un dolor en la muñeca de la mano izquierda que permitió pasar a una siguiente fase, la división vertical del cuerpo en dos hemisferios. Esta división dio paso a una nueva exploración: los opuestos. Trabajar la oposición implicó emplear distintas fuerzas y tensiones, y esto me llevó a entrenar la disociación desde el mimo corporal con el propósito de clarificar y precisar los movimientos de las distintas fuerzas. Una vez precisada la secuencia de movimientos opuestos de las fuerzas fue necesario darles una razón de moverse y aquí fue donde entraron los 5 ritmos de Roth. Esta herramienta la usé para dar diferentes cualidades de movimiento a cada hemisferio a fin caracterizarlos como personajes. Cuando estos personajes fueron desarrollándose paulatinamente abrieron camino hacia el campo de la psicología e investigué el trastorno de identidad disociativo. De esta enfermedad mental extraje los elementos



necesarios para convertir a un personaje en una personalidad del actor y así finalmente llegué a la creación de personajes que son las personalidades de una persona con trastorno de identidad disociativo.

Una vez terminada la creación de personajes, comenzó la creación de la obra. Quería que la idea de personalidades del actor sobresalga más que la de personajes, así que los definí como versiones de mí, cuando estoy calmado (Personaje C) y cuando estoy enojado (Personaje E). ¿Qué cosas hago cuando estoy enojado, cómo camino cuando estoy calmado, qué tipo de música escucho cuando estoy enojado, cómo hablo cuando estoy calmado?, etc. Así, fui componiendo la obra y contando una historia desde el uso del cuerpo, la voz, los traslados y las acciones.

Durante la creación de la obra apareció una escena que es la del espejo, que nació justamente porque cuando estoy relajado me gusta conversar conmigo mismo frente al espejo, como si fuera otro yo que me escucha y me habla.

Otra escena que surgió de la misma manera fue la de la batería, ya que cuando me encuentro muy estresado, una de las formas de desahogarme es a través de los golpes a objetos de acuerdo al ritmo de un heavy metal, simulando que toco una batería.

La escena de la disociación y el trabajo de los opuestos surgió como transiciones de escenas, así, se pasaba de la escena del espejo a la escena de la batería a través de la escena de la disociación. Esta disociación hace referencia a aquel caos que experimenta el actor al no poder mostrar su talento por las interrupciones de sus personalidades. De esta manera una de las cosas que iba comprendiendo era que ambas personalidades querían mostrar sus actividades y el momento del que podían aprovechar su escape era en la presentación del actor.



Hay una escena que la llamo “la reunión”, en la que el actor y sus personalidades intentan llegar a un acuerdo para no pelear más en escena y esta surge como punto de acercamiento al desenlace de la obra.

La última escena, que es la revelación, muestra como el actor al fin toma el control de su vida y asume lo que es en plenitud a través de una secuencia que evidencia las personalidades fusionadas en una sola persona.

Ahora bien, en cuestión a la construcción de la obra *¿Y El Otro Qué?* su estructura consta de un inicio en el que vemos al actor presentarse ante el público listo para mostrar su show; un desarrollo en el que se ve el conflicto ocasionado por las interrupciones de las personalidades del actor que aparecen a medida que intenta mostrar algo; y una conclusión en la que el actor se empodera y domina la situación mostrando finalmente lo que pretendía mostrar. A continuación expongo el componente narrativo con referencias del anexo en minutos:

Entra el actor al escenario con el fin de mostrar al público su talento, pero durante ese intento es interrumpido por su propio cuerpo, su hemisferio derecho empieza a obrar por voluntad propia impidiendo que el actor continúe con su espectáculo, lo interrumpe varias veces y finalmente consigue desviar la acción principal hacia el ala izquierda del escenario en donde dicho hemisferio posee control total sobre el cuerpo, convirtiéndose en el personaje calmado (C) (5:29-8:41). Durante su aparición desarrolla una escena en la que danza hasta llegar a un espejo en el que conversa con su propio reflejo y canta, posteriormente interactúa con el público hasta que el actor vuelve a tomar el control de su cuerpo y del escenario (8:42-18:22). Nuevamente el actor intenta mostrar al público sus habilidades pero ahora es el turno de aparecer del personaje E, así que mientras el actor trata de desarrollar su acción es interrumpido reiteradamente por el hemisferio izquierdo de su cuerpo hasta ser dominado totalmente y llevado hacia el ala derecha del escenario en donde aparece el personaje enojado (E) (18:23-24:30). Durante su intervención tiene lugar una escena en la que simula tocar una batería sincronizada con la música



sonando en ese momento para luego interactuar también con el público. Después de su intervención él mismo decide abandonar su escena para volver a ser el actor (24:31-34:23). Minutos después el actor desconcertado por lo sucedido decide no hacer nada en escena y quedarse sentado e inmóvil a causa de las constantes interrupciones de sus personalidades (personajes). Estas al percatarse de la situación intentan salvar el momento y tratan de salir para llamar la atención del público pero el actor lucha contra ellas, resiste un poco hasta que el personaje C aparece y avisa al público que hay fallas técnicas y que convocará a una reunión en la que estarán presentes ambas personalidades y el actor; en ese momento hay introspección, un poco de silencio y posteriormente un audio que muestra un conflicto de voces internas. (34:24-40:05) Finalmente acabada la reunión interna el actor se levanta resignado, toma los objetos de cada personaje (el espejo de C y el banco de la batería de E) y los lleva al centro-proscenio para usarlos frente al público. Se para encima del banco y muestra el espejo al público con el fin de que miren su reflejo y les pregunta “¿quiénes son?”. Después se baja del banco y entrega el espejo con vista hacia sí mismo y pregunta a su propio reflejo “¿quién eres tú?”. Luego de esa pregunta ambos hemisferios de su cuerpo empiezan a moverse por voluntad propia mientras un audio suena “esto es lo que somos”, pero el actor dice “no”, y camina de espaldas hacia el centro del escenario mientras va diciendo “esto es lo que soy”. Al llegar al centro se arrodilla de espaldas al público y muestra quién es en verdad a través de una secuencia de movimientos híbridos entre los de C, los de E y los de él mismo, acompañada de música. (40:06-45:31)

Por otro lado, un elemento más que aporta a la comprensión del conflicto entre el actor y sus personalidades en la obra es el texto. A continuación cito un extracto del diálogo de los personajes para apreciar de manera más clara este conflicto:



C (con actitud de sermón): Yo te dije que no tenías que comenzar tú.

Yo (con actitud de sugerencia): Chicos, qué les parece si comienzo yo.

E (desconfiado y humillante): No, definitivamente vos no, ¿qué vas hacer?, vas a causar lástima.

C (animoso y confiado): No, no, no, nada de eso, para nada vas a causar lástima, es más, vas a estar increíble, confía en mí.

Yo: Muchas gracias

E (con sarcasmo): ¿Que confíe en ti?, pero si vos eres el rey de las mentiras.

(Diario de trabajo).

3.4. Dirección

Al ser este trabajo un unipersonal, la tarea de dirigirlo se tornó dificultosa ya que yo mismo era el actor, sin embargo, usé el video como recurso retroalimentador en cada sesión de creación, a fin de observar las cosas que funcionan y las que no.

La toma de decisiones fue necesaria para entender el rol del director y de esta forma opté por tomar distancia de mi trabajo y observarlo como espectador de una obra de otra persona, y empecé a hacer preguntas como: ¿qué pasa aquí? ¿por qué hago esto? ¿cómo me desplazo de un lugar a otro?, entre otras preguntas que me servían para pulir ciertos elementos de la puesta en escena a fin de enriquecerla visualmente.

Esas preguntas tenían que ver directamente con el espectador, con su comprensión de la obra, de los personajes, de la luz, de la música, de los objetos, del conflicto, del espacio, etc.

¿Cómo le hago entender al espectador que los personajes son personalidades del actor?



El cambio de personaje fue el punto central para responder a esta pregunta, y como director al ver el video notaba que los gestos faciales y el cuerpo debían mostrar un trastorno mental para creer que en verdad la persona tiene un cambio de personalidad, así que tomé la decisión de usar la parte superior del tronco, incluido hombros, cuello y cabeza para cambiar de un personaje a otro. De esta manera, cada que la persona iba a cambiar a la personalidad calmada sus hombros se elevaban a nivel de las orejas, su cuello se encogía y su cabeza se inclinaba hacia la derecha manteniendo una coherencia con la voz en tono agudo. Cuando la persona iba a cambiar a la personalidad enojada sus hombros bajaban drásticamente y sobresalían por delante del pecho estirando los omóplatos hacia afuera mientras su cuello se alargaba y su cabeza se bajaba un poco de manera que el mentón esté próximo al pecho manteniendo de igual forma coherencia con el tono grave de la voz del personaje E. Por último y no menos importante, el cuerpo de la persona normalmente se encuentra suelto y relajado, y la voz no se modifica, conserva su propio timbre.

¿Cómo le hago entender al espectador la personalidad de cada personaje sin palabras?

Aquí la atención se centró en la actividad que cada uno realiza, porque en ella se veía un poco de lo que era cada uno, así como una conexión fuerte con un objeto que forma parte de esa actividad. Entonces la actividad del personaje C era mirarse al espejo y conversar consigo mismo, aquí pude ver desde la dirección que el personaje mostraba signos de egocentrismo y narcisismo, mientras que en la actividad del personaje E, que era tocar la batería, pude ver signos de agresividad y caos en el personaje.

¿Cómo le hago entender al espectador la razón por la que los personajes interrumpen la acción del actor?

De esta pregunta surgieron dos aspectos estrechamente ligados gracias a la visión externa: la acción y el espacio. Como cada personaje tiene una acción específica, esa era la razón de la interrupción, pero cada uno tenía un lugar específico para ejecutarla, y esa también era otra razón de la interrupción. Entonces, como necesitaban mostrar su acción en su propio espacio, cada uno luchaba contra otro a fin de llevar todo el cuerpo a una sola zona. Así, el actor se esforzaba por mantenerse en el centro del escenario, el personaje C por situarse en el ala izquierda del escenario y el personaje E en el ala derecha. De esta forma se dividió el espacio en relación a las acciones.

3.5. Escenografía



Ilustración 6: El banco y el espejo como escenografía de la obra ¿Y el otro qué?

Al trabajar dos personajes además de mí, fue necesario encontrar un lugar íntimo de cada uno y una actividad sagrada también. En el caso del personaje del hemisferio derecho, su actividad sagrada es peinarse frente al espejo mientras canta en el baño; en el caso del personaje del hemisferio izquierdo, su actividad sagrada es descargar toda su ira a través del uso de la batería musical en su cuarto; y en mi caso mi actividad es bailar en el escenario.

Para lograr esto trasladé los lugares al escenario a través de objetos característicos. Así, usé un espejo y un banco de madera (Ilustración 6), el

espejo lo ubiqué en el ala izquierda y el banco en la derecha, de acuerdo al personaje de cada hemisferio.

En resumidas cuentas, la escenografía fue bastante simple: un espejo colgado que represente el lugar íntimo y la actividad del personaje del hemisferio derecho; y un banco de madera que represente el banco de la batería musical del otro personaje.

3.6. Vestuario



Ilustración 7: El cuerpo durante un cambio de personaje

Como el enfoque de mi trabajo es la disociación corporal en diálogo con la psicológica, es importante la labor física, por ende decidí usar solamente un pantalón negro y permanecer con el torso desnudo (Ilustración 7) para mostrar los cambios de cuerpo al manifestarse cada personaje. Para mí el color negro fue importante para resaltar el trabajo corporal, ya que el negro se pierde con el fondo del escenario y toda la atención se dirige al torso, a las extremidades superiores, al rostro y a los gestos del actor.

3.7. Iluminación

Al ser estos personajes mis personalidades usé un color blanco para mí, un color amarillo para el personaje sutil y un ámbar para el agresivo. Estos colores funcionaron en dos sentidos: el primero, para generar un ambiente de

comodidad para los personajes, y el segundo, para que el público pueda identificar los espacios personales de cada personaje.

En torno a la comodidad de los personajes, yo sentía que el color blanco hacía que todo en ese momento sea natural: mi voz, mi cuerpo y mi relación con el público (Ilustración 8), mientras que con el color amarillo, sentía que pasaba a otro mundo en donde tenía que ser otro y ahí entró el personaje C que armonizaba con el ambiente luminoso del amarillo (Ilustración 9). Pero en el caso de la luz ámbar, el personaje E se sentía con poder, como si estuviera en su trono de rey, ese ambiente estaba en total coherencia con su actitud humillante hacia los demás. (Ilustración 10)



Ilustración 8: Iluminación del actor

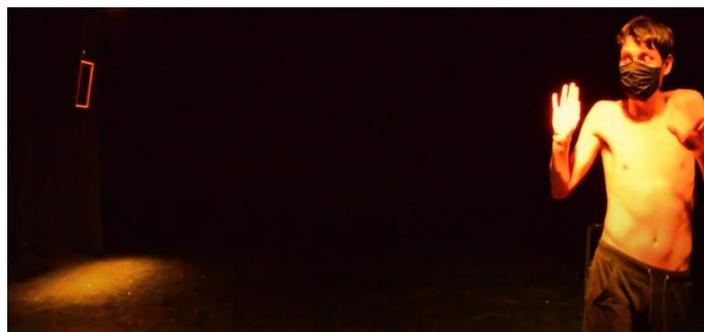


Ilustración 9: Iluminación del personaje C



Ilustración 10: Iluminación del personaje E

En cuestión a la percepción del espectador, el color blanco funcionaba porque generaba neutralidad, y el espectador sabía claramente que se trataba de mí sin personajes, mientras que con el color amarillo que resulta más luminoso, el espectador identificaba con facilidad al personaje C por su carácter. En el caso de la luz ámbar, al ser una variación más oscura del amarillo, generaba en el espectador esa misma sensación de oscurecimiento, característica del personaje E por ser una versión agresiva de mí.

3.8. Música

Este recurso tuvo protagonismo en dos momentos, en el entrenamiento y en la creación de la obra. Desde el entrenamiento la música ayudó a personalizar cada personaje de acuerdo al gusto de un género musical. Así, el personaje agresivo se sentía mucho más identificado con el heavy metal por su ritmo caótico y la percusión de la batería. En el caso del personaje calmado, se identificaba más con un reggae por el ritmo relajado.

En cuanto a la música en la creación de la obra, permitió componer escenas para cada personaje. Por ejemplo, la escena del espejo es la del personaje calmado, en la que hace una danza de acuerdo al ritmo instrumental de un reggae antes de llegar a mirarse en un espejo. En cambio, la escena de la batería, que es la del personaje agresivo, se caracteriza por simular una batería y su percusión mientras suena una canción de heavy metal.



Las canciones usadas en la obra son las siguientes:

Chez Jacquet de **Opa Tsupa** para el personaje principal porque maneja una atmósfera cómica que está en armonía con el conflicto central de la obra, las interrupciones. Este conflicto hace de la secuencia de movimientos una escena muy graciosa gracias a esta canción.

Todo comenzó (instrumental) de **Zona Ganjah** para el personaje calmado porque su ritmo es bastante relajado por tratarse del género reggae, que tiene coherencia con la personalidad del personaje C.

St. Anger de **Metallica** para el personaje enojado porque le permite desahogar su ira a través de la percusión caótica de la batería sonando en la canción de género heavy metal. Además de contar con esta canción en su propia actividad, está sincronizada con su personalidad caótica y agresiva.

Sol de **Alef** para el final de la obra porque es una canción cuya característica principal es la acumulación progresiva de ritmos distintos que componen toda su melodía. Con esta canción puedo mostrar la integración de ambas personalidades para formar una sola y ese es justamente su objetivo.



Conclusiones

Para abordar el TID en la escena, es fundamental trabajar sobre el cuerpo del actor, a través de herramientas físicas como: el mimo corporal para desarrollar la capacidad de disociar el cuerpo; los ritmos de Roth para dar personalidad al personaje; y los niveles de tensión para dividir al cuerpo verticalmente en dos hemisferios. Así como herramientas estéticas tales como: la imitación de una escena cinematográfica; y la asociación de conceptos del TID con ejercicios corporales.

El cambio de personaje puede surgir de acuerdo a detonantes que los hacen aparecer, estos detonantes son internos y externos. Dentro de los internos se encuentran los siguientes:

- **La consciencia corporal:** algo en el cuerpo es molesto o raro, algún movimiento o acción para un personaje puede ser placentera mientras que para otro puede ser desagradable.
- **La relación con el otro (personaje):** en este caso se habla de un personaje con sus pensamientos, palabras, acciones y actitudes frente a las de otro personaje, esa confrontación puede generar un cambio abrupto de personaje.
- **El espacio:** en donde el personaje se siente cómodo y seguro para salir.
- **La música:** que influye en el actor y lo lleva hacia un personaje específico dependiendo del género musical.

Dentro de los detonantes externos están:

- **La relación con el otro (espectador):** aquí en cambio el otro viene a ser el espectador ya que se volvió una parte importante dentro del sostenimiento de la obra y el fortalecimiento y definición de la



personalidad y el carácter de cada personaje debido a sus momentos interactivos de improvisación con ellos. De acuerdo a lo que el público hablaba o hacía, salía uno de los personajes a enfrentarlo.

- **El espacio:** referido al lugar como hecho teatral, es decir, pensado desde la vista del espectador, ello implica la ubicación de ciertos objetos y el uso de la luz en función de los personajes.

Si el interés se centra en la disociación corporal, el entrenamiento debe necesariamente contar con un calentamiento que incluya lubricación de articulaciones para responder a las exigencias del trabajo en el mimo corporal. Si la caracterización de personajes y la comprensión de la coherencia entre cuerpo y emoción es otro enfoque del entrenamiento, entonces debe tener ejercicios de consciencia corporal y emocional como en los Ritmos de Roth. Si su intención es diferenciar a sus personajes es necesario un trabajo en las tensiones musculares para sostener ejercicios que conducen a los primeros indicios de personajes.

Primero contar con un calentamiento que involucre la lubricación de todas y cada una de las articulaciones (un acercamiento al mimo corporal); segundo, tener un ejercicio que canalice las emociones (en este caso se usó los ritmos de Roth), tercero, explorar varios niveles de tensión en el cuerpo, y finalmente adquirir conocimiento del área de la psicología acerca del trastorno de identidad disociativo y reflejarlo en el trabajo físico.

La autoficción permite partir de la vida personal del actor para abordar la ficción desde la creación de personajes de sí mismo, es decir, el actor se representa a sí mismo, extrae sus elementos íntimos para mostrarlos en forma de personajes, y con estos construye una ficción. La autoficción permite al actor sacar variantes de su personalidad para definir las como personajes y entender su naturaleza. Resulta útil trabajar sobre esto, ya que esta es una herramienta de creación que permite comprender al personaje desde uno mismo hacia la ficción, es decir que si el actor no desea partir de algún texto



dramático existente para extraer al personaje de su narración y caracterizarlo lo más fiel posible al texto, tiene la opción de crearlo desde su propia experiencia vivencial tomando de ella sus comportamientos bajo diversas circunstancias, así como sus reacciones frente a acontecimientos cotidianos e interacciones con personas de su entorno, y clasificar cada comportamiento, reacción o emoción a una categoría de personalidad. El actor crea una historia ficticia en la que lucha consigo mismo para entender su identidad.

Cada nivel de tensión afecta el comportamiento de un personaje, el cuerpo se modifica debido a la forma de manejar la energía traducida en tensión. Por ejemplo, el cuerpo de un personaje es más tosco en sus movimientos, posturas y acciones debido a la tensión acumulada, mientras que otro personaje puede tener su cuerpo más relajado por desfogar mayores cantidades de energía y menor empleo de tensión.

Para poder diferenciar a un personaje de otro se puede emplear ejercicios de disociación presentes en algunas herramientas escénicas, una de ellas es el mimo corporal, ya que cuando se ejecutan diversos movimientos a diferentes velocidades y con cantidades de tensiones, la atención aumenta y se distribuye de manera simultánea a las diversas partes del cuerpo en movimiento, desarrollando la capacidad de mantener más de un personaje presente al mismo tiempo sin perder las cualidades que lo definen y lo diferencian del otro. Así, se torna más evidente la oposición entre ellos.

La cualidad de movimiento de un personaje se la puede encontrar a través de ejercicios corporales-emotivos como los hay en los ritmos de Roth, ya que cada ritmo se basa en la sensación de un elemento natural, y estos a su vez, generan emociones que están ligadas a la personalidad. Por lo tanto, los ritmos de Roth no solamente ayudan a construir una forma de moverse en los personajes sino también refuerza y define su personalidad, de esta manera si el personaje se mueve fluidamente como el agua, su personalidad es más tranquila y relajada que el personaje que se mueve bruscamente como el fuego.



La creación ha sido alimentada por herramientas importantes tales como: la autoficción, la imitación de un referente estético y la improvisación.

La imitación de un referente estético permite al actor extraer ciertos elementos creativos que contribuyen a la creación de sus personajes, por ejemplo copiar algunos gestos y posturas corporales del personaje de una película puede ayudar a definir aún más una característica de su personaje si este tiene ciertos elementos en común con su referente.

La improvisación es un recurso potencial para el fortalecimiento y definición de la personalidad, el carácter y el temperamento de cada personaje, ya que a través de ella los personajes pueden entablar conversaciones con los espectadores de acuerdo a sus intereses, y también conversaciones entre personajes. En cada presentación los personajes tienen la oportunidad de evolucionar por las interacciones con el público y de esta manera el actor puede conocer y comprender más a los personajes. Además de ser una herramienta para la creación de personajes, sirve también para construir una ficción.

Cuando se trata de un unipersonal en el que el actor, el director y el dramaturgo son la misma persona es esencial tener conocimiento acerca de estos roles y sus funciones.

Para entender cada rol sin confundirlos a la hora de la práctica escénica se requiere de herramientas específicas como por ejemplo: el diario de artista en el caso del actor, el video en el caso del director, y la narración en el caso del dramaturgo.

El dramaturgo es quien construye la fábula/la historia y la ficción, el actor es quien ejecuta la acción propuesta por el dramaturgo y vive dicha ficción, y el director es la vista externa que ayuda a pulir el trabajo del actor.



Para el actor el diario de artista es un elemento primordial porque en él se encuentra la experiencia de los ejercicios realizados y puede ir registrando la evolución de su proceso.

En cambio, si el actor desea asumir el rol de director, el video se convierte en su elemento principal ya que con él puede ver su trabajo como si fuera un espectador y tomar decisiones sobre las cosas que funcionan y las que no.

Cuando el actor quiere tomar el papel de dramaturgo debe tener en cuenta la experiencia obtenida en los ejercicios con la ficción de la narración para continuar con la historia, es decir, la acción del actor y la narración del dramaturgo tienen que mantener un diálogo constante a fin de tomar su propio cauce y construir la historia y vivir la ficción.

Los roles que tuve que desempeñar durante el proceso de creación fue un camino de confusión, conflicto y aprendizaje en el que tenía que mirar mi trabajo con perspectivas muy distintas, desde la forma en cómo pienso la obra, como la escribo, cómo la hago hasta la forma en cómo la veo. Cada elemento compositivo lo usé en función de otro, así, el texto de la obra (diálogos) lo escribí en función de la temática: la identidad; la actuación fue en función del trabajo físico; y la dirección e iluminación en función del espectador. Sin embargo, muchas cosas de cada elemento fue cambiando a medida que se lo iba poniendo a prueba, por ejemplo: algunas cosas del texto iban cambiando simplemente porque a la hora de la ejecución surgían otras cosas que desarrollaban con mayor potencial la idea inicial del texto.

El proceso de creación no es lineal sino entrelazado, como una red en la que un punto es atravesado por otro. Es decir, un ejercicio conduce a un referente práctico, este referente conduce a otro teórico, el referente teórico conduce a un ejercicio nuevamente y este ejercicio a otro concepto y el concepto a otro referente, y así sucesivamente.



Universidad de Cuenca

Anexo

Link del video de la obra *¿Y el otro qué?:*

<https://drive.google.com/file/d/14A1hxR0NdbKI4sN6CWMPI-aQLHrO83Qr/view?usp=sharing>



Tabla de ilustraciones

Ilustración 1: Hemisferios del cuerpo, tomado de: https://www.goconqr.com/es/p/12198804?dont_count=true&frame=true&fs=true	34
Ilustración 2: Secuencia de disociación de la obra ¿Y el otro qué?	41
Ilustración 3: El cuerpo del personaje C	50
Ilustración 4: El cuerpo del personaje E	51
Ilustración 5: Trayectos de la obra ¿Y el otro qué?, tomado del Diario de Trabajo	53
Ilustración 6: El banco y el espejo como escenografía de la obra ¿Y el otro qué?	59
Ilustración 7: El cuerpo durante un cambio de personaje.....	60
Ilustración 8: Iluminación del actor	61
Ilustración 9: Iluminación del personaje C	61
Ilustración 10: Iluminación del personaje E	62



Bibliografía

- Abirached, R. (1978). *La crisis del personaje en el teatro moderno* (Centro de Estudios y Actividades Culturales de la Comunidad de Madrid ed.). Madrid.
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Guía de Consulta de los Criterios Diagnósticos del DSM-5* (Burg Translations, Inc. ed.). Dr. Ricardo Restrepo. Obtenido de 2013.
- Batista, K. R. (2015). *Psyciencia*. Recuperado el 16 de mayo de 2020, de <https://www.psyciencia.com/a-que-nos-referimos-cuando-hablamos-de-personalidad-y-sus-trastornos/>
- Blanco, S. (2018). *La Autoficción: una ingeniería del yo* (Teatre Nacional de Catalunya ed.).
- Blas Brunel, A., & Contreras Elvira, A. (2018). *Teatro, (Auto)Biografía y Autoficción (2000-2018)* (Biblioteca Filológica Hispana. Proyecto de investigación «Plataforma digital para la investigación y divulgación del teatro contemporáneo» (TEAMAD-CM y del Centro de Investigación de Semiótica Literaria, Teatral y Nuevas Tecnologías (SELITEN@T) ed., Vol. Tomo III). Guillermo Laín Corona y Rocío Santiago Nogales.
- Center, T. M. (1977). *5RHYTHMS*. Recuperado el 22 de mayo de 2020, de <https://www.5rhythms.com/es/gabrielle-roths-5rhythms/>
- Dennis, A. (2014). *El cuerpo elocuente* (Primera edición ed.). Madrid: Fundamentos.
- Fárez, H. (2019). *Creación de un montaje teatral que aborda el trastorno de identidad disociativo*.
- Figueroba, A. (8 de 6 de 2021). *"Múltiple" (Split), una película sobre el Trastorno de Identidad Disociativo Analizamos este thriller psicológico de Shyamalan sobre el Trastorno de Personalidad Múltiple*. Obtenido de



Psicología y Mente: <https://psicologiyamente.com/cultura/multiple-trastorno-identidad-disociativo>

Flavio Harriague, A. R. (2003). *Teatro y crisis de la representación: del programa de la vanguardia histórica a una experiencia argentina* (Momento Histórico y Realidad Argentina ed.). Inti: Revista de literatura hispánica.

Gómez, M. (2012). *El concepto de personaje teatral y sus variables* (Graciela Holfeltz ed.). Buenos Aires: Raquel Weksler.

Grotowski, J. (1968). *Hacia un teatro pobre*. (M. Glantz, Trad.) Hostrebo, Dinamarca: Siglo XXI. Recuperado el 03 de 07 de 2018

Harriague, F., Rodríguez, A., & Sabater, S. (2003). *Teatro y crisis de la representación: del programa de la vanguardia histórica a una experiencia argentina* (Momento Histórico y Realidad Argentina ed., Vol. Number 57). Inti: Revista de literatura hispánica.

López, M. S. (2019). "Análisis de la noción de Dramaturgia del Espacio Compartido en la obra de teatro Sin título – técnica mixta, de Miguel Rubio Zapata para el montaje de la obra "Te Ve Verde". Cuenca: Universidad de Cuenca.

Montaño Sinisterra, M. R., Palacios Cruz, J. L., & Gantiva Díaz, C. A. (2009). *Teorías de la Personalidad. Un Análisis Histórico del Concepto y su Medición* (Universidad de San Buenaventura, Bogotá, Colombia ed., Vol. 3). Psychologia. Avances de la disciplina.

Ortiz de Gondra, B., & Iglesias Simón, P. (2018). *Teatro, (Auto)Biografía y Autoficción (2000-2018)* (Biblioteca Filológica Hispana. Proyecto de investigación «Plataforma digital para la investigación y divulgación del teatro contemporáneo» (TEAMAD-CM y del Centro de Investigación de Semiótica Literaria, Teatral y Nuevas Tecnologías (SELITEN@T) ed., Vol. Tomo III). Guillermo Laín Corona y Rocío Santiago Nogales.



- Pavis, P. (1998). *Diccionario del Teatro*. España: Paidós Ibérica S.A.
- Peña, M. (2015). *Raíz y proyección del pensamiento corporal* (primera edición ed.). Quito: Imprenta Mariscal.
- RAE, R. A. (2014). *Diccionario de la lengua Española*. Recuperado el 22 de abril de 2021, de <https://dle.rae.es/representar>
- Ruiz-Healy, E. J. (16 de 3 de 2017). *Crítica Película: "Fragmentado"*. Recuperado el 8 de 6 de 2021, de Ruiz-Healy-Times: <https://ruizhealytimes.com/sin-categoria/critica-pelicula-fragmentado/>
- Ryngaert, J. P. (2000). *La ficción y su organización, El personaje en Introducción al análisis teatral*. Artes del Sur.
- Sophie Hellinger. (2019). *Constelaciones Familiares*. Recuperado el 22 de mayo de 2020, de Hellinger Schule: <https://www.hellinger.com/es/familienstellen/was-ist-familienstellen/die-aufstellung/>
- System, L. S. (2018). *YouTube*. Recuperado el 21 de mayo de 2020, de <https://www.youtube.com/watch?v=OfmCyJcnhul>
- Trancón Pérez, S. (2004). *Teatro y Representación: Aproximación a una Teoría Crítica del Teatro*.
- Virginia Basterra Gortari, Raquel Ruiz Ruiz, Nahia. (2013). Trastorno de identidad disociativo: a propósito de un caso. *REVISTA DE PSIQUIATRÍA, julio-septiembre(3)*, 6. Obtenido de <file:///C:/Users/USER/Downloads/252-Texto%20del%20art%C3%ADculo-267-1-10-20190108.pdf>
- Vivescas, V. (2005). *La Crisis de la Representación*. Centro de Investigaciones y Desarrollo Científico.