

**Cómo citar:**

Sierra M., S. (2014). Las acciones corporales dinámicas. Interpretación del trabajo corporal del intérprete escénico en el teatro moderno a partir del principio de alteración del equilibrio. *Revista Colombiana de las Artes Escénicas*, (8), 144-159.

# LAS ACCIONES CORPORALES DINÁMICAS. INTERPRETACIÓN DEL TRABAJO CORPORAL DEL INTÉRPRETE ESCÉNICO EN EL TEATRO MODERNO A PARTIR DEL PRINCIPIO DE ALTERACIÓN DEL EQUILIBRIO.\*

## **DYNAMIC BODY ACTIONS. INTERPRETATION OF THE SCENIC PERFORMER BODY WORK IN MODERN THEATRE FROM THE PRINCIPLE OF BALANCE ALTERATION.**

Sergio Sierra M.\*\*

*\*\* Candidato a Doctor en Estudios Teatrales, Universidad Autónoma de Barcelona. Magister en Estudios Teatrales, Universidad Autónoma de Barcelona / Instituto del Teatro de Barcelona. Profesor asistente del Departamento de Artes Escénicas de la Universidad de Caldas. E-mail: sergio.sierra@ucaldas.edu-co*

### RESUMEN

El concepto de las Acciones Corporales Dinámicas resume los hallazgos encontrados en la investigación doctoral del autor acerca de la presencia del Principio de Alteración del Equilibrio en el contexto del Teatro Moderno Europeo. La búsqueda de posibles relaciones entre el Principio y un grupo de destacadas tradiciones tales como las de Stanislavski, Meyerhold, Laban, Decroux, Lecoq y Grotowski, permite establecer que alrededor del trabajo corporal escénico del siglo XX existen una serie de elementos transversales que define un tipo de acción particular liderada por la presencia del cuerpo en la escena, hablamos de las condiciones dinámicas del equilibrio, del cuerpo como instrumento de segmentación y de desplazamiento y de la construcción de la acción escénica que toma como base la acción física Stanislavskiana.

La metodología empleada en la elaboración de este artículo se compone de exhaustivo recorrido teórico por las tradiciones escénicas que conformaron el cuerpo de la investigación doctoral y su posterior aplicación a modo de metodología experimental en las asignaturas corporales de los tres primeros semestres del programa de Licenciatura en Artes Escénicas de la Universidad de Caldas. Las conclusiones remiten a la reflexión que se encuentra en el presente escrito, la sistematización de las didácticas específicas para la práctica corporal escénica que emergieron del trabajo en el aula de clase y que en la actualidad están siendo agrupadas en una plataforma interactiva de consulta, perteneciente al proyecto de investigación "Acciones Corporales Dinámicas II" dirigido por el autor del artículo y asociado a profesores vinculados al Departamento de Diseño Visual.

### PALABRAS CLAVE

Equilibrio dinámico, cuerpo, instrumento, segmentación, desplazamiento, acción física, acción escénica, acción corporal dinámica.

---

\* Recibido: 5 de mayo de 2014 , aprobado:15 de junio de 2014

## ABSTRACT

The concept of Dynamic Body Actions summarizes the findings of the doctoral research author about the presence of the Principle of Balance Alteration in the context of European Modern Theatre. The search for possible relationships between the Balance Principle and a group of prominent traditions such as Stanislavski, Meyerhold, Laban, Decroux, Lecoq and Grotowski's, allow establishing that there is a number of transverse elements that define a type of peculiar action led by the presence of the body on stage around the twentieth century scenic body work, this is to say, the dynamic conditions of balance, the body as a segmentation and displacement tool and the the construction of the stage action which is based on Stanislavskin's physical action.

The methodology used in the preparation of this article includes a comprehensive theoretical tour of the performing traditions that formed the body of the doctoral research and its subsequent application as an experimental methodology in the body related subjects of the first three semesters of the undergraduate Performing Arts program at Universidad de Caldas. The conclusions lead to the reflection presented in this paper, the systematization of specific didactics for scenic body practice that emerged from the classroom work that are currently being grouped in an interactive consultation platform belonging to the research project "Dynamic Body Actions II" directed by the author of the article in association with some of the Visual Design Department professors.

## KEY WORDS

Dynamic balance, body, instrument, segmentation, displacement, physical action, scenic action, dynamic body action.

El presente artículo surge como resultado del proyecto de investigación "Acciones Corporales Dinámicas" inscrito en la Vicerrectoría de Investigaciones y posgrados de la Universidad de Caldas, el cual a modo de instrumento ha permitido la finalización de la redacción del documento de investigación doctoral: "Acciones Corporales Dinámicas, metodología del movimiento físico para intérpretes escénicos inspirada en el Principio de Alteración del Equilibrio", tesis que se encuentra inscrita en el Doctorado de Estudios Teatrales de la Universidad Autónoma de Barcelona, bajo la tutoría y dirección de los doctores Carles Battle y Lluís Masgrau, respectivamente. En el proceso de estructuración de la tesis

doctoral se propuso el recorrido por un grupo de tradiciones del Arte Escénico Moderno analizadas desde la óptica del Principio de Alteración del Equilibrio -PAE-, formulado por Barba en la Antropología Teatral, el cual ha derivado en un acercamiento y conocimiento depurado de la concepción del trabajo corporal en los seis Maestros seleccionados -Stanislavski, Meyerhold, Laban, Decroux, Lecoq y Grotowski- y sus visiones particulares que dieron origen a expresiones singulares del trabajo de movimiento escénico del actor, el mimo corporal y el bailarín del Arte Moderno Europeo.

Los hallazgos encontrados en la investigación doctoral permiten afirmar

que los primeros Maestros, Stanislavski, Meyerhold y Laban, postulan desde la óptica de la tesis, algunas características de base que constituyen y definen el PAE a través de las acciones físicas del actor y el bailarín quienes integran la fluidez y el control del cuerpo en el espacio y sus direcciones, y la alteración y la conservación del equilibrio desde las transferencias activas del peso, reflejando un estado activo de la consciencia corporal.

En los Maestros de la segunda generación las características se amplían al desequilibrio como medio de la acción expresiva del mimo corporal en Decroux, al recorrido lúdico del movimiento en Lecoq y a la superación del riesgo en la acción acrobática de Grotowski. Estas características, a pesar de tener bases similares, generaron modelos performativos y logros estéticos distintos.

Alrededor de la experiencia de identificación de esos rasgos particulares de las relaciones entre el Principio y sus formas de aplicación, observamos que existen otros elementos de análisis que nos remiten a la organización del movimiento escénico como fundamentos de la actuación performativa entendida como un lenguaje artístico que se sustenta en la expresión del cuerpo.

Dichos elementos de orden transversal se orientan a la comprensión de las características dinámicas del PAE que interactúan con el comportamiento pre-expresivo y expresivo del intérprete escénico, al valor instrumental del cuerpo capaz de segmentarse y desplazarse espacialmente, y finalmente al concepto de la acción escénica como resultado consciente de la precisión técnica y la organicidad.

## CONSIDERACIONES DINÁMICAS DEL PAE

El Principio de Alteración del Equilibrio –PAE– es también un fundamento pedagógico que enseña al intérprete escénico a construir un equilibrio dinámico por oposición al equilibrio estático, es decir aquel que se asienta sobre el eje simétrico del cuerpo y requiere el mínimo esfuerzo.

El equilibrio dinámico, es una estrategia pedagógica común de los Maestros que buscan la alteración del equilibrio estático dilatando las tensiones que se generan con la acción del desequilibrio y obligan por tanto al intérprete escénico a reequilibrarse. El actor, el mimo corporal y el bailarín trabajan sobre la dilatación de su energía enraizándose en el equilibrio dinámico antes que buscar el equilibrio extremo, pues a través de esta dilatación se irradia una mayor cantidad de energía producto del trabajo activo y consciente del intérprete sobre su instrumento.

El trabajo del cuerpo en el intérprete escénico desde la perspectiva del PAE, se presenta como un interesante camino serpenteante e inestable a través del cual se puede descubrir una serie de elementos y variables que determinan una línea de aproximación al concepto de movimiento corporal. El equilibrio representa el punto de encuentro entre la precisión y la organicidad de la acción física. El equilibrio actúa en la forma interna y externa del movimiento, sobre uno o varios segmentos del cuerpo y en los desplazamientos que obligan a una respuesta integral de la estructura física.

La presencia del PAE en las tradiciones de Stanislavski, Laban, Meyerhold, Decroux,

Lecoq y Grotowski, demuestra que este principio es un elemento de base en el trabajo corporal del actor, mimo corporal y bailarín, el cual aparte de potenciar su presencia escénica –resultado de la dilatación de la energía provocada por las tensiones que se crean en el cuerpo al intentar conservar la estabilidad en una situación de equilibrio precario–, provee al intérprete escénico de una serie de herramientas prácticas para comprender el sentido dinámico del movimiento.

Estas herramientas se han ido configurando de manera progresiva al observar desde cada tradición ejercicios tan dispares como los propuestos por Stanislavski para desarrollar la consciencia corporal, pasando por los ejercicios de la biomecánica de Meyerhold, las acciones de esfuerzo de Laban, los ejercicios tirar de y empujar del mimo corporal de Decroux y del actor mimador de Lecoq, hasta llegar a los ejercicios físicos de Grotowski y sus posturas de inversión sobre la cabeza.

A continuación presentamos una serie de consideraciones que dan cuenta del carácter dinámico y recurrente del PAE:

1) Stanislavski y la base del equilibrio como unidad consciente entre el flujo interno del movimiento y la forma externa tridimensional que dinamiza el proceso creador del actor con sí mismo y con el personaje.

2) Meyerhold y el equilibrio como estado que fluctúa entre lo estable e inestable por medio de las transferencias del peso, la herramienta con la cual el actor-obrero da forma a su trabajo de creación corporal empleando el mayor control de la energía a través de la economía del movimiento, la

precisión y el ritmo adecuado de la acción, conservando siempre el equilibrio.<sup>1</sup>

3) Se destaca en relación con Meyerhold el empleo consciente de la fuerza muscular que emana de las relaciones geométricas de los ejercicios preparatorios y de *los étude* de la biomecánica y le otorgan al equilibrio postural una herramienta de control para afrontar posturas complejas de alteración del equilibrio.

4) La relajación muscular se define como un estado alterno entre tensión y relajación que actúa influyendo proporcionalmente entre la condición estable e inestable del PAE. Esta concepción ocupó un lugar fundamental en la propuesta artística y pedagógica de Stanislavski, Laban y Grotowski, como elemento de base en la formación de actores y bailarines.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> “Al analizar con minucia los ejercicios biomecánicos, se descubre que cada uno de ellos no se desarrollaba en línea recta, sino a través de una serie de transiciones de una postura a otra, con un continuo desplazamiento del centro de gravedad, con un cambio de una a otra perspectiva. Es como si el actor corporalizara *las leyes del movimiento*, no para aprender una habilidad sino para tejer una telaraña dinámica donde tema y acción no coinciden todo el tiempo. Esta oscilación llena de contrastes del centro de gravedad da al diseño de los movimientos una cualidad semejante a la de la danza” (Barba y Saravese, 2010, pp. 180-181).

<sup>2</sup> “El estudio de las acciones humanas y de los esfuerzos que subyacen a ellas proviene del estudio de la relación entre el esfuerzo y la relajación, y del rol que estos dos importantes aspectos de la actividad desempeñan en la eficiencia, en la economía de energía y en el flujo de movimiento. Muy a menudo se asocia la relajación solo con el reposo; es decir, con la cesación del movimiento después del agotamiento. La danza moderna ha señalado desde sus albores la importancia del movimiento de balanceo, en el que una fase relativamente relajada se combina con otra relativamente tensa. Los esfuerzos para conseguir ligereza y flotabilidad se realizan en un intercambio rítmico con los esfuerzos de fuerza y peso. Sin embargo, pronto se descubrió que el ritmo temporal de un movimiento y la figura de su trayectoria en el espacio son tan importantes para la proporción correcta entre el ejercicio y la relajación como lo son entre los grados cambiantes de la fuerza de ese mismo movimiento.

Tan pronto como se entendió que la relajación puede ser activa y consistir en movimiento se hizo evidente que entraña como cualquier otro movimiento, esfuerzo. La antítesis entre esfuerzo y relajación ha perdido así su significado distintivo” (Laban, 1978, pp. 59-60).

5) La relación directa del PAE con la fluidez y las variables de espacio, peso y tiempo. La fluidez como origen del esfuerzo en la técnica de Laban atraviesa la acción corporal generando en el movimiento del cuerpo una fluctuación entre lo controlado y pensado, lo libre y orgánico que condicionan la estabilidad y la alteración del equilibrio en un juego dinámico del movimiento.

6) El papel activo del centro de gravedad durante el recorrido del movimiento en Lecoq, el centro para el actor de esta tradición se ubica por momentos en el punto medio del cuerpo conservando la simetría con el eje vertical, en otros momentos se aleja peligrosamente en términos del desequilibrio hacia la periferia corporal, activando el juego dinámico de la compensación de fuerzas, tensiones y relajaciones.

7) El equilibrio se puede percibir a partir del juego de relaciones geométricas de las posturas que el cuerpo adopta en el desarrollo de diversos ejercicios, los ángulos, la curvas, las rectas y demás posibilidades del diseño corporal geométrico potencian la activación de la consciencia corporal acerca del control y la fluidez del movimiento, esta consideración se basa en el trabajo de Meyerhold, Laban y Decroux principalmente.

8) El diseño geométrico de posturas corporales basadas en el uso de ángulos y diagonales que tienden a alterar el equilibrio de forma controlada como se

observa en las tradiciones de Decroux y Meyerhold, se orienta a una forma que denominamos Movimiento Técnico Dinámico.

9) El diseño geométrico de posturas corporales basado en el uso de curvas y ondulaciones que tienden a alterar el equilibrio de forma libre como se observa en las tradiciones de Lecoq y Grotowski y que denominamos Movimiento Natural Dinámico.

10) El trabajo con el equilibrio implica un riesgo corporal permanente el cual puede ser resuelto de diversas maneras, llevándolo al límite sin caer al modificar la postura como lo hace el mimo corporal de Decroux, integrando el juego como estrategia que incluye la caída como una forma de resolución cómica o dramática en Lecoq y activando la conservación del equilibrio como en la tradición de Grotowski que induce a una transformación de la postura invertida con una caída controlada que sirve de enlace a una nueva posición inestable del cuerpo conservando la dilatación de la inestabilidad, obligando a un mayor compromiso de parte del intérprete escénico.

11) El equilibrio dinámico conlleva a la dilatación de la energía en el tiempo y en el espacio a través de la combinación entre una tensión elevada al extremo y una relajación del cuerpo que fluye en el movimiento ligero permitiendo la recuperación del esfuerzo psicofísico.

## EL VALOR INSTRUMENTAL DEL CUERPO

### Los Maestros como transformadores del cuerpo en un instrumento artístico

Todo diseño de acciones, dice el principio áureo, debe ser subdivisible (para el actor, no a los ojos del espectador) en subconjuntos más pequeños. Éstos no deben ser simples trozos (si una acción esta hecha a trozos es, literalmente, destrozada). Cada subconjunto es también un diseño de movimientos, con su inicio, su culminación y su final. El inicio y el final tienen que ser precisos y fundirse mediante saltos de energía en una partitura que se experimenta como un desarrollo orgánico. (Barba, 2009, p. 174)

El cuerpo del actor, el mimo corporal y el bailarín europeo del siglo XX, fue un escenario vivo sobre el cual se trazaron múltiples diseños de movimiento y del desarrollo de sus posibilidades, desde el cual se indagó por una locomoción expresiva que fuese más allá de la representación acartonada y realista que precedió al trabajo del intérprete escénico antes de 1900. El cuerpo fue puesto y descompuesto para motivar una interpretación orgánica, consciente y totalmente dinámica.

En todas las tradiciones seleccionadas el cuerpo es la base y origen del trabajo del intérprete, es la génesis de la naturaleza

misma en el espacio escénico.<sup>3</sup> El estudio de investigación doctoral ha tenido como objeto de análisis al cuerpo y a la acción del PAE en él, un cuerpo que acciona sus partes tanto mecánica como conscientemente alterando su equilibrio al instalarse en la escena, por momentos el movimiento recorre la geografía corporal como un territorio fragmentado que tiene sus lógicas particulares de expresión, en otros, es la acción conjunta de las partes de la estructura corpórea las que incitan a que esta recorra el escenario.

Los seis Maestros escogidos contaron con el cuerpo como el instrumento de trabajo vivo y moldeable en un espacio común, el escenario, epicentro de formación y práctica creativa en el cual preguntarse por los mecanismos que le permiten al sujeto levantarse, mantenerse en pie y desplazarse, tres momentos iniciales de la transición entre los hábitos cotidianos y la técnica a incorporar, sobre los cuales el PAE actúa como un mecanismo por medio del cual el cuerpo fluctúa permanentemente entre lo estable y lo inestable activando la percepción consciente sobre sí mismo.

### La segmentación, el cuerpo como instrumento para actuar

Un aspecto común en el abordaje del cuerpo en la escena es su instalación en el

<sup>3</sup> “[...] Tale azzeramento porta la riserca teatrale a incontrarsi, e a instaurare rapporti fecondi di reciproco scambio, con ambiti limitrofi ma tradizionalmente separati come quelli della danza e del mimo, ambiti nei quali, negli stessi anni, è in atto un azzeramento analogo. Penso all’avvento della danza moderna, penso all’invenzione del mimo corporeo.

Che cosa trovano, o meglio ritrovano, i pionieri della danza moderna (da Isadora Duncan a Rudolf Laban e a Jacques – Decroze, senza dimenticare Delsarte), al di là delle convenzioni ormai sclerotizzate del balletto accademico? Che cosa trova, o meglio ritrova, Decroze al di là degli stereotipi gestuali della pantomima tradizionale? Precisamente l’azione fisica, il corpo in movimento in uno spazio” (De Marinis, 2000, pp. 38- 39).

espacio de representación, donde juega el doble rol de sujeto intérprete escénico y objeto instrumento de creación. Cuando el sujeto se instala conscientemente comienza a descubrir que su cuerpo como objeto es el primer espacio para recorrer en la escena y la herramienta para tal fin es la segmentación. En dicho espacio-cuerpo-objeto el movimiento por segmentación recorre la estructura sin mayores desplazamientos espaciales debido a que estos están ocurriendo sobre su propio eje por la acción de sus partes.

El concepto de kinesfera en Laban es una útil herramienta con la cual analizar a los diferentes modelos de intérprete escénico cuando los observamos desde la acción segmentada de sus partes. La kinesfera delimita el área de proyección de didácticas transversales como las transferencias de peso que dan forma a las acciones que componen *los étude* biomecánicos, las acciones que desarrollan los gestos expresivos de Laban, el empujar y el tirar de Decroux y Lecoq, similares en la forma mas no en su concepción, y las posturas invertidas de Grotowski.<sup>4</sup>

En el concepto de la rosa de los esfuerzos de Lecoq hallamos un complemento

<sup>4</sup> "Lecoq regarded Decroux's system as 'severe' and – by implication – unconnected to 'life', overly formal and no which 'locked shut' the creative potencial of the actor. Nonetheless, a close reading of each man's analysis of movement reveals areas of similarity and overlap. Both analyzed, for example, stillness and silence, affirmed the importance of the fixed point, explored the principles of equilibrium, and identified pulling and pushing as the two essential human actions. The difference, however, is that, while Decroux this detailed analysis of movement was to lead ultimately to an ambitious and codified system – the deep structure upon which mime as an autonomous art form would be based – for Lecoq the quest was to uncover those dynamics motors of movement and gesture which would enable the student to harness the rhythms and spirit of 'life' to the task of acting. For lecoq, detailed technical work on movement was a useful discipline for the student, but ultimately only the means to a more important dramatic end" (Murray, 2003, p. 85).

pedagógico de gran utilidad en relación con la kinesfera para delimitar el área de acción del cuerpo cuando este no se desplaza más allá de las posibilidades de apertura y elongación de sus miembros, especialmente las piernas y los brazos.

Las acciones que se pueden realizar en estos espacios invisibles que demarcan círculos y cubos que obligan a segmentar la estructura para que cada parte dé forma a sus propias posibilidades de movimiento. Acciones como recoger, esparcir, empujar, tirar, eclosionar, implotar, abrir y cerrar, y por supuesto la marcha como lo veremos más adelante, inducen a la repartición activa de las fuerzas del cuerpo en la cabeza, el tronco, los brazos y las piernas, los cuales se unen por la acción de la columna, el segmento a través del cual viaja la energía y se irradia en la totalidad del cuerpo.

Los movimientos de cada una de estas partes configuran una imagen total construida a partir de la focalización de la acción de un segmento dado. Las piernas fortalecen el control sobre el cuerpo mientras el pecho y los brazos potencian el gesto expresivo que da forma a las intenciones del actor, el mimo corporal y el bailarín.

Desde la perspectiva de esta concepción del cuerpo como instrumento segmentado, el Maestro más destacado es sin lugar a dudas Decroux, quien se enfoca en la acción del tronco y las articulaciones que lo integran: la cabeza, el cuello, el pecho, la cintura, la pelvis y los muslos, las cuales se caracterizan por poseer movimientos aislados e independientes y a la vez enlazarse en una secuencia que,

en algunos casos de forma escalonada, arrastra en cadena las articulaciones hacia adelante, atrás o a los lados, precipitando constantemente el cuerpo al desequilibrio.

Para compensar las alteraciones en la estabilidad postural que generan estas arriesgadas acciones, el mimo corporal activa las piernas como segmento que utiliza los contrapesos para controlar este tipo de movimientos que desde el tronco alejan peligrosamente el centro de gravedad de la línea vertical, el eje simétrico del equilibrio estable.<sup>5</sup>

Cuando se induce esta focalización en un segmento dado, el movimiento se transforma y la acción cobra un matiz diferente que la hace atractiva para el espectador. Ya la acción no se hace con el cuerpo buscando dibujar la forma externa del movimiento, la acción se desarrolla en el cuerpo que comprende la respuesta simultánea y orgánica de sus partes, las cuales pueden reaccionar al unísono o de forma independiente a los impulsos del movimiento.

Se considera esencial que el intérprete escénico active su consciencia en relación con las posibilidades de fraccionar el

movimiento en los diferentes segmentos del cuerpo. Para lograrlo, encontramos en Lecoq un gran aporte a este propósito: se trata de *descubrir el recorrido* del flujo del movimiento para identificar paso a paso la mecánica funcional del cuerpo y sus reacciones cuando dicho flujo atraviesa un segmento determinado.

Desde la lógica particular de interpretación del PAE que se defiende a través de la investigación doctora, una vez se reconoce el flujo del movimiento que recorre el cuerpo de arriba abajo, del centro a la periferia, en circunvalaciones y diagonales, este debe ser llevado a sus límites en la kinesfera puesto que es allí donde se pone a prueba el Principio y donde se desarrolla la capacidad de conservación de la estabilidad en situaciones potencialmente inestables que obligan al actor, mimo corporal, bailarín, a concentrarse en la acción conjunta de los segmentos que integran su cuerpo y en la dilatación y expansión del flujo del movimiento a través de la totalidad de su ser.<sup>6</sup>

Stanislavski define las piernas como el segmento predilecto, el cual, si es activado conscientemente por el actor, con un conocimiento previo de las

<sup>5</sup> "En un passadís d'un tren en marxa, sovint ens divertim mantenint-nos en equilibri sense agafar-nos a la barra.

Llavors, disposem desl genolls, de la coxo-femoral.

Així, per reequilibrar-nos, dobleguem les cames, les estirem, inclinem el tronc endavant, o la pelvis, etc. Tots els nostres músculs estan disponibles: es contrauen quan els ho demanen, es relaxen, s'estiren. Això són avantatges que perdem quan executem una figura de continuació.

Tant si el peu està pla com quan tot s'inclina i traslladem el tronc, com si està de mitja punta, sembla que té moltes coses a fer.

Quan l'esforç està repartit per tot el cos, és estrany que sigui dolorós.

Però que el peu tot sol retengui la columna, això ja no és una contribució, és un impost.

El peu és el proletariat de l'estètica" (Decroux, 2008, pp. 112-113).

<sup>6</sup> "En una tercera fase nos concentramos especialmente en dos momentos importantes del movimiento para descubrir la dinámica dramática: por una parte, el momento del inicio, en extensión, justo antes de que el tronco se encuentre arrastrado en la caída; por otra parte, el momento que marca el final del movimiento, a la vuelta del tronco y de los brazos a la vertical, cuando el cuerpo se encuentra de nuevo en extensión y el movimiento va a morir, imperceptiblemente, en la inmovilidad. Estos dos momentos, que siguen y preceden a la actitud de extensión, son portadores de un intenso estado dramático. La suspensión que precede al inicio se inscribe en la dinámica del riesgo, de la caída, y conlleva un sentimiento de angustia que se evidencia claramente. Por el contrario, la suspensión del retorno es la del aterrizaje, la del regreso a la calma, la del acercamiento progresivo a la inmovilidad y a la serenidad" (Lecoq, 2009, p. 105).



posibilidades de movimiento que tienen las extremidades inferiores, estará en capacidad de desplazar la estructura completa por el escenario, transmitiendo desde la marcha escénica una completa comprensión de las características funcionales de cada articulación y cómo estas sirven de apoyo para potenciar la expresión física del actor.

En Laban encontramos que el centro de gravedad y las piernas definen el segmento que permite la movilidad espacial del bailarín. Además este Maestro desarrolla una metodología de trabajo sobre el cuerpo en la que el segmento medio, denominado centro de levedad, adquiere gran importancia, pues es allí donde el bailarín fortalece los movimientos expresivos que incluyen la columna, el pecho, los brazos y contagian por efecto al rostro y la cabeza.

Esta combinación de segmentos en movimiento de cara a la acción de la alteración del equilibrio es compleja e interesante, rica en matices que surgen de las relaciones entre segmentos que se oponen y complementan unos a otros. Cuando un segmento precipita el cuerpo hacia el desequilibrio otro lo contrarresta, generalmente los movimientos del centro de levedad tienden a ser fluidos lo que incita a la amplitud de los gestos ante los cuales las piernas actúan como sólidos pilares que sostienen el cuerpo, controlando el desequilibrio generado por la expansión del movimiento del tronco.

Meyerhold, por su parte, si bien incluye los segmentos inferiores y superiores, define la acción de estos últimos como un complemento a la función de las

piernas que basadas en la transferencia del peso entre una y otra tienen la importante misión de controlar el cuerpo y sus ondulaciones, con el fin de evitar que en medio de situaciones inestables provocadas por el movimiento total de la estructura, esta pierda el control y caiga. El pecho actúa como centro para agrupar los músculos del tronco y los brazos cuando el actor biomecánico se enfrenta al recorrido por las trayectorias marcadas en el escenario.

Lecoq asume el trabajo de la segmentación a partir de la consciencia activa del centro de gravedad como el núcleo desde y por el cual el movimiento cruza y recorre el cuerpo. Acciones típicas en esta tradición como la del barquero que empuja su canoa con un remo imaginario, demuestran que en el viaje del movimiento que este Maestro propone todos los segmentos se ven comprometidos, no destaca ninguno pues todos hacen parte de la melodía con la que se construye la acción, los segmentos forman un canon que permite que el cuerpo dibuje en el espacio una forma tridimensional con un significado claro, la precisión técnica en este caso parte de un centro de gravedad activo que impulsa el recorrido del movimiento hasta los bordes del cuerpo manteniendo erguida la estructura.

Grotowski, como última tradición de este grupo, recoge a su manera la interpretación del cuerpo segmentado, priorizando desde la óptica de nuestro estudio sobre el PAE el uso intensivo de la cabeza, cara, cuello y hombros como puntos de apoyo en las exigentes posturas invertidas, las cuales requieren la utilización constante de la columna vertebral

para reequilibrarse. Ya lo dice Ryszard Cieslak en el video del Odin Teatret sobre el *training* del Teatro Laboratorio, *keep balance*, haciendo referencia a la activación consciente de la columna desde la pelvis hasta las cervicales a modo de pilar que sustenta el cuerpo invertido, el papel de la columna fluctúa entre la tensión y la liberación de la energía buscando transformaciones activas de las posturas invertidas evitando las caídas imprevistas a través de la dilatación del movimiento controlado.<sup>7</sup>

La priorización del movimiento a partir de estos segmentos potenció la expresividad del cuerpo actuando sobre los desplazamientos tanto sobre su propia base como en la trayectoria del espacio escénico, siempre acompañados de forma silenciosa y activa en cada acción por el PAE.

### El desplazamiento del cuerpo en el espacio

Marco de Marinis afirma que si algo tuvo en común el siglo XX para el trabajo corporal del actor, el mimo corporal y el bailarín, fue lo que él define como la dramaturgia del espacio que surge de la base de un cuerpo en movimiento, en acción sobre el escenario.<sup>8</sup>

<sup>7</sup> Cfr.: <https://www.youtube.com/watch?v=C1lrAHA45Pc>

<sup>8</sup> "Forse con l'unica eccezione rilevante di Craig (ammesso che sia davvero tale), il quale sogna- com'è noto - di uno spettacolo cinetico - visivo senza interpreti in carne ed ossa, la sperimentazioni Novecentesche su quella che sto chiamando la dramaturgia dell spazio individuano, di solito, proprio nell'attore il collaboratore principale, il soggetto creativo centrale dell'opera teatrale. Ma si tratta di un attore ricondotto alla sua dimensione basica, potremmo dire etimologi: un corpo in movimento, in azione in uno spazio" (De Marinis, 2000, p. 38).

Una vez el intérprete se instala en el escenario y se reconoce cómo su cuerpo es a su vez espacio y objeto para ser recorrido por la acción de la segmentación, se da paso a un segundo nivel de acción de los segmentos del cuerpo, este viene dado a través de la más sencilla de las acciones cotidianas, la marcha, que encuentra en la pre-expresividad el lugar para potenciar sus posibilidades expresivas.

La marcha es una acción vehicular común en todas las tradiciones que permite demostrar la recurrencia del PAE. Este acto de movilidad ha sido explorado de diversas maneras por actores, mimos y bailarines que encuentran en el caminar la transición entre las actividades cotidianas y el desarrollo de los elementos técnicos que de acuerdo a cada tradición determinan un comportamiento pre-expresivo particular.

Basta recordar cómo para Stanislavski la marcha escénica fue la principal herramienta para adentrarse en el conocimiento anatómico y funcional de la columna, la cadera y la pelvis, las rodillas, los tobillos y los pies, y su importancia para mantener el cuerpo erguido con la posibilidad de desplazarse libremente por el espacio, tal como lo hace un vagón de tren sobre sus ruedas. La marcha en Stanislavski es un aspecto primordial de la técnica del actor llegando incluso a proponer una marcha ideal que se sustenta en la condición natural cotidiana y en la percepción consciente del actor sobre esta acción.

En Meyerhold la marcha refleja la preocupación por la forma y el diseño geométrico del movimiento, creando

trayectorias para recorrer la escena con un estilo particular, mecánico y controlado en términos del traslado del peso y vivo y activo en relación con el comportamiento real del actor.

Laban incorpora el espacio como factor de movimiento al cual el bailarín responde con diversos rangos de esfuerzos, por tanto sus marchas van de lo libre a lo controlado, de lo curvo e indefinido a lo recto y concreto, de la lentitud a la prisa, buscando concatenar el esfuerzo con la acción corporal en un *fluir* continuo del movimiento.

Decroux visto desde la geometría móvil de la que habla Marco de Marinis, reconoce en la marcha la acción básica para que el mimo corporal recorra las calles del espacio, que no son otras que un diseño analítico en cuanto a las formas diagonales, circulares, rectangulares o triangulares de los desplazamientos por la escena.

Lecoq es uno de los maestros que más profundiza en el análisis de la marcha desde la cotidianidad para luego ser aplicada en el contexto pre-expresivo del movimiento, basta recordar cuando describe cómo se sentaba en un café a observar a las personas caminar para luego incorporar esas observaciones en su proceso pedagógico que define los cuatro territorios dramáticos que han de ser recorridos por el actor.<sup>9</sup>

Para Grotowski la marcha tuvo una concepción de acción física que surgió en los ejercicios plásticos buscando una respuesta orgánica del caminar rítmico que se asociaba con imágenes

generadoras de animales, plantas y tipos de desplazamientos sobre distintas superficies como la arena del desierto y del mar. Luego esta acción transmutaría a una acción performática en los ejercicios del *Watching*, en la que se camina en busca de otra percepción, una marcha que dispone al cuerpo a ser el canal energético que sirve de unión entre la cotidianidad del mundo real y una dimensión superior de orden espiritual y ancestral.

La marcha como acción básica del movimiento genera la conciencia en el intérprete escénico sobre aspectos como la transferencia del peso, la ubicación del

<sup>9</sup> "Seated a café, let us to observe the 'street in motion'. Our first impressions are:

Silhouettes  
Physical bearing  
Costumes

Then we notice states or situations:

People in a hurry  
People on holiday  
People waiting

Such general impressions become gradually more accurate if we concentrate our look on a single person.

Who can this elderly person be? Does he live close by, or is it the first time he has walked down this street? What's his job? My imagination takes off. How does he walk? His feet come down rather flatly on the ground as if he were tired; his head and neck seem very stiff. He swings one arm more freely than the other as if he were holding something back. His steps give a jerky movement to his silhouette as if he were accentuating his wish to move forward.

This walk becomes a gait which is gradually defined beneath our gaze and which may perhaps reveal to us who he is, what he does, what he feels. It will summon up a trade, a post or a business.

But who do we take as our norm when we establish these differences? Where is the 'someone' who would carry his head neither too high nor too low, whose steps would not be jerky, whose feet would touch the ground neither flatly nor on the heel. This 'person who walks correctly' is an idea that we carry within us, the idea of perfect gait, one is economical and neutral. In other words it does not exist in reality and each one of us walks with different 'faults' which go to make us an individual, different from all others. This is fortunate, for a world in which everyone had an ideal way of walking would probably be unlivable and would be like a universe peopled by perfectly programmed robots" (Lecoq, 2006, pp. 9-11).

centro de gravedad, las características de movilidad de las articulaciones inferiores y la relación permanente entre el equilibrio estable y el desequilibrio que se activan con paso dado.

En todas las tradiciones analizadas la acción básica del PAE se genera en la marcha a través de dos características principales, en primer lugar, marchar es un acto de transición entre la cotidianidad y lo extra-cotidiano que da entrada al nivel pre-expresivo en el trabajo del intérprete escénico. En segundo lugar, marchar induce a la activación de los dos estados que caracterizan el equilibrio postural, la alteración seguida de una recuperación del equilibrio, pues con cada paso que da la estructura corporal compromete su estabilidad al levantar uno de los pies del suelo, recuperándola momentáneamente al apoyarlo de nuevo sobre la superficie.

## LA ACCIÓN

Los Maestros que han hecho parte de este estudio y sus tradiciones se insertan en un periodo de la historia del Teatro y del Arte Escénico representado por el redescubrimiento del cuerpo y la conquista de la acción. Según De Marinis, "el objetivo es crear un actor-intérprete escénico que es, al mismo tiempo, el maestro de la acción física (Stanislavski), o como Grotowski lo llama, 'hombre de acción'" (De Marinis, 2000, pp. 12-13). Ambos enfoques sobre la acción responden al comienzo y final de un momento único de riqueza creativa a partir del uso del cuerpo en la escena que agrupó a un amplio número de artistas, los cuales tuvieron en común la pregunta por el cuerpo como centro de la

acción escénica y eje integrador de otras áreas como el diseño escenográfico, la iluminación y el vestuario, que destacaron por su apoyo al desarrollo técnico y expresivo de la corporalidad de actores, mimos y bailarines.

La acción física, una acción escénica consciente:

La acción auténtica, orgánica y orientada hacia un fin del actor en la escena, la acción entendida como un proceso psicofísico único, se convierte en el centro de toda labor creadora y pedagógica de Stanislavski. Situada antes en un mismo plano con los demás elementos, llega ahora la acción a absorberlos en su totalidad. La atención, la imaginación, el sentido de la verdad, la comunión, el ritmo, el movimiento, el lenguaje, etc., comienzan a aparecer en esa fase final como condiciones necesarias para la realización de la acción como elementos orgánicamente ligados a ella. (Stanislavski, 1980, pp. 26-27)<sup>10</sup> Esta es una cita en principal que a su vez hace una referencia en cita secundaria 10 en la parte inferior

El concepto de acción física en Stanislavski se sitúa en el origen de la transformación paradigmática del trabajo del actor, que tal y como lo ha dicho De Marinis, devino en el redescubrimiento del cuerpo desde la óptica de la labor escénica integral del actor, el mimo corporal y el bailarín. En este recorrido investigativo a lo largo de las tradiciones la concepción de la

<sup>10</sup> Nota del prólogo del libro: *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de las vivencias*, escrito por G. Kristi.

acción física como una acción escénica consciente e integral ha estado presente de forma paralela para demostrar cómo las variaciones de cada Maestro en relación con la acción encuentran un correlato en la definición de Stanislavski.

La potencia que encierra el concepto de acción física ha sido interpretada muchas veces de forma radical en cuanto al trabajo del actor con su personaje. Sin embargo, es verdad también que el significado de base de una acción física habita en primer lugar en el momento real, único, voluntario y consciente que integra la percepción del flujo de la energía con la forma tridimensional que el cuerpo adopta en el espacio.

Una acción física estimula el trabajo verdadero y comprometido del intérprete escénico en primer lugar consigo mismo y, por ende, con su labor creativa en la escena, la acción se evidencia en su fuerza e impacto escénico, independiente si el modelo es un actor realista o biomecánico, un bailarín libre o un mimo corporal, un actor-mimador o un actor-performer.<sup>11</sup>

La acción física tiene en todos los Maestros una lógica similar que integra el dominio de la técnica a través del aprendizaje con la ejecución y realización de un acto

<sup>11</sup> La acción física comprendida como una acción voluntaria consciente propuesta por Stanislavski, fue un concepto que impactó el arte en general y del cual muchos otros maestros contemporáneos a él se sirvieron:

“Approfondiamo per un momento questa nozione di azione volontaria- consciente di cui parlano molti altri maestri, da Steiner a Mosche Feldenkrais, e che in teatro è stata chiamata, più spesso, azione fisica o reale. E facciamo ancora una volta con le formulazioni cui Ruffini perviene sviluppando alcune dense riflessioni del poeta surrealista René Daumal, il quale agli inizi degli anni trenta a Parigi entrò a far parte del primo gruppo gurdjeiffiano:

Volontà è un'astrazione, Non c'è volontà, ci sono azione volontarie. Cioè coscienti, depurate da ogni residuo di automatismo” (De Marinis, 2000, p. 189).

vital y espontáneo en términos de la energía como potencia. Los Maestros buscan construir un lenguaje artístico de la actuación, de la danza y del mimo corporal que se fundamenta en aprender a crear acciones performativas en la escena, en cómo construir un acción escénica.

La acción escénica parte de la acción física de Stanislavski y busca que el actor piense a través de la acción, del movimiento, es un tipo de labor que incentiva el desarrollo de la inteligencia cinestésica-corporal del intérprete escénico. La acción escénica actúa de manera integral, transversal y simultánea en diferentes niveles de la consciencia: el técnico, el racional, el emocional, el sensorial, el creativo, el espiritual, soportada bajo la premisa constante e ineludible de la precisión y la organicidad en el movimiento.

Los primeros Maestros, Stanislavski, Meyerhold y Laban, se interesan desde el trabajo del actor o el bailarín por comprender el funcionamiento del cerebro en relación con el movimiento como base para potenciar el desarrollo consciente de la acción, en la cual una vez comprendidos estos mecanismos e incorporados en la bases técnicas de la formación, dieran paso a la acción en términos de creación consciente, donde la base técnica sirve de soporte para el desarrollo de la organicidad.

Los acercamientos de estos Maestros al estudio del movimiento físico y su correspondiente actualización en el marco de la investigación doctoral de la que se desprende el presente artículo, demuestran que el origen de toda acción de movimiento físico parte del cerebro al

activar las neuronas para que envíen los impulsos nerviosos a diferentes partes del cuerpo dando formas tridimensionales al movimiento. La explicación a esta compleja función del cerebro encuentra interpretaciones prácticas en las tradiciones de la primera generación de reformadores.

A pesar de las diferencias estilísticas que separan a Stanislavski de Meyerhold y Laban, su trabajo se puede analizar desde un aspecto común, la relación entre pensamiento y acción. Estos Maestros comparten una condición similar al considerar el impulso nervioso como origen de todo movimiento, el cual se configura en cada uno de ellos bajo los términos de flujo de la energía, la respuesta cinética a los estímulos y el esfuerzo corporal.

En Stanislavski el impulso nervioso está asociado al flujo de la energía que da origen a la línea interna del movimiento sin la cual la línea externa que dibuja la forma tridimensional estaría vacía, sin vida en términos expresivos, es decir que la acción física es el resultado de la integración de ambas líneas que potencian el movimiento real y consciente del actor en la escena.

En Meyerhold, los impulsos nerviosos sirven de integradores entre los estímulos mentales o físicos con las respuestas motoras del cuerpo, los reflejos. La acción física da paso a la acción biomecánica donde el cuerpo es tratado como el material en cuanto a la forma y el diseño y es puesto a punto por el pensamiento de del actor-obrero del arte que se agencia en el movimiento más que en la reflexión de orden intelectual.

Decía Meyerhold que no necesitaba actores que sabían moverse pero no sabían cómo pensar, y el pensar está dado por la claridad en cuanto a la acción del impulso nervioso como intermediario entre la excitación provocada por un estímulo externo o interno, y las reacciones motrices del cuerpo que reflejan de forma tridimensional el nivel de excitación producido por el estímulo.

Laban propone a su bailarín libre relacionarse con su material a través de los impulsos nerviosos como grados de esfuerzos que responden a la integración de las variables peso, tiempo y espacio, las cuales configuran la acción corporal que fluye entre el control técnico y la libertad expresiva y consciente del movimiento. Laban reclama de su modelo de bailarín “un perfecto conocimiento de sí mismo, del propio cuerpo y de sus leyes y la educación de la mente para conducir la energía del movimiento en el espacio” (De Marinis, 2000, p. 149). Esta mente actúa en términos de experimentación constante con las cualidades del movimiento, la imaginación y las sensaciones inducen al pensamiento en la acción del cuerpo.

En cuanto a Decroux, el accionar del mimo corporal se sustenta en una depurada gramática del movimiento, altamente codificada que lo induce constantemente a construir en el desequilibrio como estado consciente en su accionar.

Vistiendo pantalones cortos, el mimo se prepara para salir a escena, en los bolsillos de sus pantalones guarda dos pequeños cubos, en el derecho lleva un poco de miel, la técnica, en el izquierdo un poco de azúcar, la inspiración.

Al finalizar su recorrido por el escenario aún le queda un poco de miel pero nada de azúcar. (Leabhart y Chamberlain, 2008, p. 131)

Lo que el mimo corporal guarda en cada bolsillo se enmarca en la rigurosidad y la disciplina tanto para conservar y potenciar el dominio de su partitura técnica de movimientos, como en la interiorización y creación con el cuerpo de metáforas que remiten a un cuerpo vivo, un cuerpo hombre, un cuerpo mosca, un cuerpo cubo inclinado, a un cuerpo que recorre las calles del espacio. La poética del movimiento se expone con todo su esplendor en este tipo de acción escénica.

La acción escénica en Lecoq transmite desde un sentido profundo lo que el Maestro denomina el fondo poético común:

[...] Se trata de una dimensión abstracta, hecha de espacios, de luces, de colores, de materias, de sonidos, que se encuentran en cada uno de nosotros. Estos elementos se acumulan en nosotros a partir de nuestras diversas experiencias, de nuestras sensaciones, de todo lo que hemos mirado, escuchado, tocado, saboreado. Todo eso queda en nuestro cuerpo y constituye el fondo común a partir del cual van a surgir los impulsos, los deseos de creación. (Lecoq, 2009, pp. 74-75)

Lecoq integra en esta visión poética de la acción un elemento que avanza de forma paralela a esa experiencia personal y es la concepción lúdica del movimiento,

buscando siempre que el impulso interno encuentre una resolución externa cálida y orgánica que genera una percepción del movimiento natural del actor, el cual es cercano al espectador y por tanto su acción poética es a su vez pedagógica pues acerca el trabajo pre-expresivo del actor a las acciones cotidianas del espectador.

El fondo común que integra las vivencias y la observación se sustenta en el ajuste técnico del cuerpo que surge de la comprensión de las leyes del movimiento que dotan al actor mimador de un alto grado de consciencia sobre el correcto uso del cuerpo como herramienta que potencia la creatividad.

Finalmente, en Grotowski encontramos cómo la acción escénica actúa a partir del cuerpo vida y el cuerpo memoria superando la dualidad mente-cuerpo y potenciando el valor del cuerpo como vehículo de creación, el impulso es pensamiento a través de las acciones del cuerpo.

La precisión es el elemento de orden y la organicidad el elemento potenciador en la configuración de la acción escénica y performativa. La comprensión de la técnica 1 y de la técnica 2 ratifican el desarrollo y la profundización en la concepción de la acción escénica como una acción física, mental y espiritual que recoge en sí el fin mismo del trabajo del actor.

## CONCLUSIÓN

La alteración del equilibrio es el principio rector que define las Acciones Corporales Dinámicas –ACD–, aquellas que se

instauran en el cuerpo generando un impulso consciente que induce a instalar, segmentar y desplazar la estructura, potenciando el desarrollo de su capacidad expresiva y creativa.

La búsqueda de la Acción Corporal Dinámica parte de la interpretación y experimentación con la acción escénica cuya herramienta de comprobación es la dilatación del equilibrio, otorgando el dinamismo al movimiento del actor-pedagogo.

La definición de estos fundamentos transversales: el equilibrio dinámico, el cuerpo como instrumento y la acción escénica, introducen a modo de reflexión, la propuesta metodológica de las ACD.

## REFERENCIAS

Barba, E. (2009). *La Canoa de Papel* (1a Edición 2a reimpresión ed.). Buenos Aires: Catálogos.

Barba, E., & Saravese, N. (2010). *El Arte secreto del Actor : Diccionario de Antropología Teatral* (4a

Edición). Holstebro; Lima: ISTA, International School of Theatre Anthropology; Editorial San Marcos E.I.R.L.

Decroux, É. (2008). *Paraules sobre el mim*. Barcelona: Institut del Teatre.

De Marinis, M. (2000). *In cerca dell'attore: un bilancio del Novecento teatrale*. Roma: Bulzoni.

Laban, R. (1978). *Danza Educativa Moderna*. (L. Ullmann, Ed.). Buenos Aires: Editorial Paidós.

Leabhart, T., & Chamberlain, F. (2008). *The Decroux Sourcebook*. New York; Abingdon (UK): Routledge.

Lecoq, J. (2006). *Theatre of movement and gesture*. London; New York: Routledge.

\_\_\_\_\_. (2009). *EL Cuerpo Poético* (4 edición ed.). Barcelona: Alba Editorial s.l.u.

Murray, S.D. (2003). *Jacques Lecoq*. London; New York: Routledge.

Stanislavski, C. (1980). *EL trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de las vivencias*. Buenos Aires: Editorial Quetzal.