

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

**MI EXPERIENCIA COMO DOCENTE EN LA ACADEMIA
DE MODELAJE P.R.O.Y.E.C.T.A.**

INFORME ACADÉMICO

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN LITERATURA
DRAMÁTICA Y TEATRO**

P R E S E N T A

JOSÉ DE JESÚS VERA BLANCO

ASESORA: DRA. NORMA ROMÁN CALVO

SINODALES:

**DR. OSCAR A. GARCÍA GUTIÉRREZ
LIC. FIDEL MONROY BAUTISTA
DR. ALEJANDRO ORTIZ BULLÉ-GOYRI
MTRA. AIMÉE WAGNER MESA**

MÉXICO, D.F.

2006



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A Claudia, mi amor mi cómplice y todo...

Agradezco:

- A mi padres Jesús Vera e Irma Blanco, que se amaron tanto y me heredaron la pasión por el arte.
- A mis hermanos: Alicia, Adriana, Rodrigo, Hernán y Nils, por el gran cariño que nos tenemos.
- A Alicia Orozco, quien fue una madre más para mí.
- A mi mamá Mina, a mi tío Emigdio, a mis hermanos Mina, Rubén y Juan por haberme abierto las puertas de su casa y de su corazón.
- A mis formadores teatrales: Antonio González Caballero y Oscar Ledesma.
- A mis maestros y alumnos, de los que he aprendido tanto.
- A Marcela García, Luis Córdova y Ernesto Córdova, por haberme mostrado el mundo del modelaje.
- A la Doctora Norma Román Calvo, quien me asesoró durante la creación de este informe académico con paciencia, sabiduría y cariño.
- A mis sinodales: Mtra. Aimée Wagner Mesa, Lic. Fidel Monroy Bautista, Dr. Oscar A. García Gutiérrez y Dr. Alejandro Ortiz Bullé-Goyri, quienes a través de sus clases y sus textos acrecentaron mi vocación por el teatro.
- A Dios por permitirme disfrutar este momento.

Después de más de veinte años de trabajo, ahora que conozco la vida de teatro,
si tuviese que elegir nuevamente, nuevamente la elegiría.

Jean Louis Barrault
Soy hombre de teatro

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

Exposición de motivos del informe académico	1
El informe académico y su relación con el Colegio de Literatura Dramática y Teatro	1

1. EL LUGAR DE TRABAJO

1.1 Proyecta	3
1.2 La visión de Proyecta	3
1.3 El staff de Proyecta	3
1.4 El propósito de Proyecta	3
1.5 Asignaturas de la academia	3
1.6 Las clases	4

2. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO REALIZADO

2.1 Metodología	5
2.2 La invitación	6
2.3 Clases sabatinas	6
2.4 Me quedo solo	6
2.5 ¿Qué es el modelo?	7
2.6 Creación de cuestionario	7
2.7 Se aclara el panorama	8
2.8 Se establecen áreas de investigación y objetivos generales	9
2.9 Se señalan objetivos particulares y autoría de las lecciones	10
2.10 Se redactan las lecciones	11
2.11 Se termina el informe	11

3. CURSO BÁSICO DE ACTUACIÓN PARA MODELOS	
3.1 Las sensaciones y los sentidos	12
3.2 Orígenes del sentimiento	13
3.3 El objeto y la atención	15
3.4 El objeto y el valor emocional	17
3.5 El objeto y la fantasía creadora	19
3.6 Las áreas escénicas	22
3.7 Las posiciones individuales	26
3.8 Fuerza y debilidad	27
4. CURSO INTERMEDIO DE ACTUACIÓN PARA MODELOS	
4.1 Atmósferas de lugar	29
4.2 Atmósferas individuales	32
4.3 El arte del movimiento	34
4.4 Caracterización de las manos	37
4.5 Fascinación de la mirada	41
4.6 Seguridad ante la cámara	44
5. CURSO AVANZADO DE ACTUACIÓN PARA MODELOS	
5.1 Niveles y posturas corporales	48
5.2 Naturalidad en la interpretación	56
5.3 La imagen	60
5.4 La atmósfera y la actitud interna	65
5.5 La pose	68
5.6 El personaje – modelo y sus atributos	75
6. VALORACIÓN CRÍTICA	
6.1 Reflexiones finales	78
6.2 Conclusiones	79
BIBLIOGRAFÍA	82

INTRODUCCIÓN

Exposición de motivos del informe académico

Elegí como vía de titulación de la Licenciatura en Literatura Dramática y Teatro la modalidad de informe académico como docente, porque durante cinco años (1996 a 2000) he trabajado impartiendo clases de actuación en la Academia de Modelaje Proyecta, en la cual diseñé una técnica de actuación para modelos, por otro lado también quise plasmar mi trabajo como maestro de arte dramático, el cual comencé en el año de 1988.

El trabajo que he desarrollado con modelos es poco usual y muy novedoso. He querido dar a conocer mis experiencias en este informe académico aportando los conocimientos adquiridos durante estos cinco años sobre la actuación para modelos, ya que no existe una técnica actoral para este tipo de profesionales.

Considero que en los últimos años el modelo ha tenido mucha demanda en los medios de comunicación, incluso se le ha llegado a confundir con el actor, ambos conceptos se han traslapado. Los modelos son llamados por los productores de comerciales de televisión principalmente por su tipo físico, por otra parte los actores en busca de mayores oportunidades de trabajo han tenido que vender su imagen como modelos. Es importante que los modelos sean capacitados lo mejor posible para que se desenvuelvan adecuadamente dentro de su profesión.

El informe académico y su relación con el Colegio de Literatura Dramática y Teatro

Mi trabajo como maestro de actuación en la academia de modelaje ya mencionada, tiene mucha relación con mis estudios de licenciatura en el Colegio de Literatura Dramática y Teatro de la Facultad de Filosofía y Letras, ya que he comprobado que la actuación es una herramienta indispensable para el óptimo desempeño del modelo.

La actuación lo ayuda principalmente a sensibilizarse, a eliminar la frialdad que lo ha caracterizado a lo largo de su historia. Es por eso que considero que el modelo debe de tener bases de actuación que le permitan conducirse de un modo más natural. Es importante cambiar el ejemplar del *modelo frívolo e inexpresivo* y proponer un paradigma del *modelo-actor*, más comprometido con su quehacer escénico.

Así pues, me di a la tarea de formar un sistema que contiene tres principales objetivos: Sensibilizar al modelo, darle seguridad interna y apoyarlo en la proyección de su imagen, con el fin de que pueda desenvolverse correctamente en los *castings* o pruebas de comerciales de cine y televisión, las sesiones de fotografía, así como sobre la pasarela.

Por otro lado, apliqué de manera práctica cuatro materias contenidas en el plan de estudios de la Licenciatura en Literatura Dramática y Teatro, estas son: *Psicología del teatro*, *Espacio escénico*, *Dirección de actores* y *Actuación*. La psicología del teatro fue aplicada en el modelo para la correcta proyección de su imagen; los alumnos adquirieron conocimientos sobre el espacio escénico para que pudiera desplazarse y conducirse con seguridad en los distintos lugares de trabajo como son las pasarelas, el escenario teatral, los estudios fotográficos y de televisión. La dirección de actores fue empleada para montar ejercicios escénicos, desfiles de modas y sesiones fotográficas. Y la actuación fue utilizada a lo largo del curso, para sensibilizar emocionalmente al modelo.

1. EL LUGAR DE TRABAJO

1.1 Proyecta

Proyección de Talentos, S.A. de C. V., Proyecta, es una empresa que se desarrolla en el medio del modelaje con tres unidades estratégicas de negocios:

- a) Academia de modelaje y personalidad
- b) Agencia de modelos
- c) Eventos especiales

1.2 La visión de Proyecta

La visión de Proyecta es crear una organización que genere las condiciones propicias para el desarrollo integral de las personas, estimulando y canalizando su potencial.

1.3 El staff de Proyecta

Director de la Academia de Modelaje: Luis Córdova Murillo.

Director de la Agencia de Modelos y Eventos Especiales: Ernesto Córdova Murillo.

Maestro de Modelaje: Raúl García Lao.

Maestro de Actuación: José de Jesús Vera Blanco.

Maestros de Jazz: Roger Sarmiento y Antonio Quintana Bustamante.

Maestra de maquillaje: María de Agüero.

1.4 El Propósito de Proyecta

La misión de Proyecta es ser la primera Academia de Modelaje y Personalidad que proyecte al mundo los valores, principios y potencialidades de los mexicanos, que genere para todas las personas vinculadas a ella, una motivación, una capacitación profesional y una remuneración económica inmediata que les permita satisfacer, cada vez con mayor holgura, sus necesidades.

1.5 Asignaturas de la Academia

La Academia de Modelaje y Personalidad está conformada por cuatro asignaturas principales:

- a) Modelaje
- b) Actuación
- c) Jazz
- d) Maquillaje

Cada asignatura se divide en tres niveles o grados que son:

- a) Básico
- b) Medio
- c) Avanzado

1.6 Las clases

El curso de actuación consta de dieciocho clases, con una duración de noventa minutos cada una, distribuidas en seis clases por nivel (básico, medio y avanzado). Los grupos están formados en su mayoría de una población femenina y tienen un cupo aproximado de 10 alumnos por clase.

2. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO REALIZADO

2.1 Metodología

En el presente informe académico fue necesario realizar un estudio exploratorio debido a que “esta clase de estudios son comunes en la investigación del comportamiento donde hay poca información.”¹ El área del modelaje era completamente desconocida para mí, así que lo primero que hice fue diseñar un cuestionario que apliqué a los alumnos, con la finalidad de conocer cuáles eran las principales inquietudes respecto a la clase de actuación, qué tipo de ejercicios eran los adecuados para el curso y por otro lado quería obtener información sobre el modelaje. Los alumnos principalmente deseaban que la clase de actuación fuera un apoyo para el modelo, es decir, que estuviera íntimamente vinculada a la clase de modelaje y que no resultara una clase actuación descontextualizada de su formación académica.

Al evaluar la encuesta me percaté de que el modelo necesita el apoyo de tres diferentes áreas: El área de actuación para quitarle la frialdad de interpretación, el área de personalidad para darle seguridad interna y por último, el área de modelaje para proyectar su imagen. Estos objetivos se distribuyeron en los tres diferentes niveles: Básico, medio y avanzado.

Una vez que se determinaron las principales áreas del curso, puse en marcha la investigación y comencé a buscar y a crear ejercicios de actuación, personalidad y modelaje para la clase. Me di a la tarea de explorar en diversas fuentes de información como son revistas y libros de modas, libros de psicología, especialmente de personalidad, así como libros de técnicas de actuación para adaptarlas a las circunstancias propias del quehacer del modelo. También determiné cuáles de los ejercicios básicos de actuación que había aprendido en el transcurso de la licenciatura podrían ser incluidos en la técnica.

Una vez concluida la selección y el diseño de nuevos ejercicios, fueron puestos a prueba a lo largo de dos años en diversos grupos de alumnos para comprobar cuáles habían tenido éxito y cuáles no. Al final se determinaron con precisión cada uno de los objetivos de los ejercicios y se redactaron cada una de las lecciones.

¹ Hernández, R., *Metodología de la Investigación*, p. 58.

2.2 La invitación

En el año de 1996 Marcela García Galván, una exalumna a la cual le di clases de teatro, que en aquel tiempo era la coordinadora académica de Proyecta, me invitó a formar parte del equipo de maestros, así que tuvimos una reunión de trabajo en la que me ofreció colaborar con ella como maestro de actuación.

El plan de estudios diseñado por Marcela era un curso básico de actuación teatral en la que estaban incluidos ejercicios de actuación y de voz, sin embargo carecía de conexión con el área de modelaje propiamente dicha.

2.3 Clases sabatinas

En un principio se formó un curso de verano sabatino de actuación que tuvo una duración de cuatro meses, también se impartían las clases de modelaje, jazz y maquillaje durante la mañana. El objetivo de dicho curso era sensibilizar emocionalmente a los alumnos, cuyas edades oscilaban entre los veinte y lo cuarenta y cinco años. Me hice cargo de la clase sabatina, ya que por cuestiones laborales me era imposible asistir otros días, Marcela impartía las clases entre semana.

2.4 Me quedo solo

En diciembre de 1996 las cosas se complicaron, Marcela García Galván dejó a la Academia de Modelaje debido a que se comprometió en matrimonio y se fue a vivir a provincia, por lo que fue preciso hacerme cargo de los grupos de actuación. Durante el primer curso me percaté de que los textos dramáticos y las clases teóricas teatrales a los alumnos les resultaban pesadas y poco interesantes. Desde que tomé los grupos observé que la clase de actuación era una de las menos concurridas. Tras meditar durante un tiempo sobre esta situación, llegué a la conclusión de que tanto Marcela como yo habíamos estado equivocados durante meses, ya que el primer plan de estudios tenía una tendencia netamente teatral. Nuestra condición de actores no nos permitió ver con claridad las necesidades de los alumnos de modelaje. Lo que en ese momento me quedó claro fue que el estudiante de modelaje necesitaba un entrenamiento diferente al del actor. Los alumnos pedían un entrenamiento corporal más que vocal. Me encontraba en una encrucijada. ¿Cuál era el paso a seguir?

2.5 ¿Qué es el modelo?

En primer lugar no contaba con un marco teórico sobre el concepto modelo. Traté de buscar las definiciones en enciclopedias y diccionarios, sin embargo me parecían ambiguas y poco precisas, he aquí algunos ejemplos:

Modelo: Mujer que en las casas de modas exhibe, los nuevos modelos de costura.²

Modelo: Maniquí, mujer que exhibe modelos de indumentaria.³

El concepto más adecuado que he podido encontrar es aquél que compara al modelo con un personaje popular que vende un producto. Así lo define Pierre Bourdieu: “El personaje popular sea femenino o masculino, es ciertamente muy importante para el lanzamiento de nuevas modas, nuevos estilos. El hecho, en nuestra época, va ligado a la evolución de los medios de masas. La prensa gráfica y posteriormente el cine necesitaban carne de cañón para mantener sus negocios a flote. Toda una mitología del éxito y del fracaso gira entorno a la atención que la prensa, la radio y la televisión dedican a determinados personajes, porque son precisamente esos medios de masas los que se encargan de administrar y dosificar, las dosis de popularidad que deben tener los personajes populares.”⁴

Sin embargo consideré que si alguien sabía del concepto de modelo eran precisamente los mismos alumnos, así que me dispuse a formular un cuestionario para aclarar el panorama conceptual.

2.6 Creación de cuestionario

Como ya lo esboqué con anterioridad, el cuestionario tenía tres objetivos primordiales a seguir, el primero era conocer las inquietudes de los alumnos respecto a la clase de actuación, el segundo era obtener información sobre el concepto del modelo, el tercer objetivo fue descubrir los ejercicios adecuados para la clase.

Para la realización del cuestionario fue preciso formularme una serie de preguntas:

¿Cuál es el interés de los alumnos de modelaje al tomar la clase de actuación?

¿Cuál debe ser el perfil de los alumnos?

¿Cuál es la definición de modelo?

² *Pequeño Larousse Ilustrado*, p. 691.

³ *Enciclopedia Salvat*, tomo 8, p. 2255.

⁴ Bourdieu, P., “Moda y poder” en *Los cuerpos dóciles*, p. 119.

¿Qué concepto tiene el modelo de sí mismo y cuál es la diferencia entre éste y el actor?.

¿Qué tipo de ejercicios de actuación son convenientes para el modelo?

Con base en estas preguntas realicé un cuestionario que apliqué a dos grupos de actuación, con una población de diez alumnos por grupo.

2.7 Se aclara el panorama

Gracias a los resultados del cuestionario se me aclaró el horizonte de una manera significativa. A continuación mostraré cuáles fueron las respuestas más reveladoras que me sirvieron de guía en mi investigación:

Pregunta uno: ¿Cuál es tu principal objetivo en la clase de actuación?

Con las respuestas a esta pregunta, por un lado me percaté que la mayor parte del grupo esperaba que la clase de actuación fuera una herramienta de apoyo para la clase de modelaje y por otro lado, me di cuenta que los alumnos deseaban que gran parte la clase se enfocara al desarrollo de su personalidad. Después de analizar esta respuesta surgió en mí la idea de dividir el curso en tres áreas de investigación.

Pregunta dos: ¿Cuál es la diferencia entre el actor y el modelo?

El actor representa y da vida a personajes creados por un autor y por lo general se involucra sentimentalmente con éstos, a diferencia del modelo que resalta sus cualidades personales interpretándose a sí mismo como un ideal a seguir.

El actor da vida a un personaje que es producto de la vida de un autor. El modelo da vida a objetos inanimados como son su vestuario y sus accesorios.

El actor muestra la historia y la vida del personaje. El modelo muestra una imagen.

El actor crea arte. El modelo vende su imagen como objeto de consumo.

El actor desempeña su profesión dentro de algún teatro, en la filmación de una película de cine o en la televisión. El modelo desempeña su actividad en eventos sociales, desfiles de modas sobre una pasarela o en sesiones fotográficas

El actor se guía por un texto o libreto en el cual se encuentra plasmado su personaje, por lo general dialoga con otros actores en escena ya que es un trabajo de equipo escénico. El actor habla en escena utilizando tanto el diálogo como el monólogo. El

modelaje es un quehacer más solitario, el modelo no utiliza la palabra como herramienta de trabajo, el cuerpo es el que habla, si por casualidad llega a salir en algún comercial de televisión, casi siempre hay un locutor que describe el producto, lo mismo ocurre en un desfile de modas en donde el diseñador presenta el vestuario y los accesorios. El modelo en este sentido está más cercano al mimo y al bailarín. Es por eso que dejé de lado las lecciones de voz y dicción, éstas fueron sustituidas por improvisaciones en las que se interpretaban textos cortos sacados de comerciales de las revistas de moda, en donde uno de los alumnos narra como diseñador mientras los otros alumnos modelan el vestuario. Lo importante para el modelo es vender su imagen y sus productos.

Pregunta tres: ¿En qué se parecen el actor y el modelo?

El actor y el modelo se parecen en que ambos son seres públicos, cuyo trabajo es exhibido ante los ojos de los espectadores. Ambos representan y transmiten sus emociones.

Pregunta cuatro: ¿Por qué es importante que tome clases de actuación un modelo?

Lo que la actuación aporta al modelo es desenvoltura, naturalidad y espontaneidad en el movimiento, ayudándole a sentir, imaginar y transmitir sus emociones con seguridad y precisión, pero sobre todo lo humaniza eliminando la frialdad de su expresión.

Pregunta cinco: ¿Qué ejercicios de modelaje te gustaría aplicar en la clase de actuación?

Sesiones fotográficas y pruebas comerciales, proyección de la imagen en desfiles de modas sobre pasarela, seguridad en la pose, lucimiento del vestuario y la joyería.

2.8 Se establecen áreas de investigación y objetivos generales

Es importante recordar que la clase de actuación está dividida en tres cursos (básico, medio y avanzado), a cada uno le asigné una área específica de investigación:

Actuación, personalidad y modelaje. Al mismo tiempo establecí los objetivos generales. Cada uno de los cursos quedó formado de la siguiente manera:

Curso Básico de Actuación para Modelos. Área: Actuación

Para este curso elegí los ejercicios esenciales de iniciación a la actuación que he aprendido en el transcurso de mi carrera profesional de diferentes maestros y de diversos libros de actuación, finalmente la mayoría son de mi autoría y los he ido creando a lo largo de los años.

Objetivo general: El alumno realizará ejercicios elementales de actuación y adquirirá los principales conceptos espaciales y corporales relacionados con ésta, con el fin de sensibilizarlo y humanizarlo.

Curso Intermedio de Actuación para Modelos. Área: Personalidad

Para el curso intermedio seleccioné ejercicios de magnetismo personal afines al modelaje y a la actuación.

Objetivo general: El alumno adquirirá una personalidad más segura y emotiva.

Curso Avanzado de Actuación para Modelos. Área: Modelaje

Para este tercer curso investigué en revistas de modas y comerciales de televisión. Los ejercicios de actuación y personalidad fueron adaptados a las circunstancias y escenarios propios del modelaje como son las sesiones fotográficas y pruebas comerciales, la proyección de la imagen en desfiles de modas, la seguridad en la pose, el lucimiento del vestuario y los accesorios.

Objetivo general: El alumno proyectará con la postura corporal y el gesto, el tipo de imagen que deseé modelar.

2.9 Se señalan los objetivos particulares de las lecciones

Después de haber puesto a prueba un sinnúmero de ejercicios, durante un período de dos años aproximadamente, dividí cada uno de los cursos en lecciones y formulé los objetivos particulares.

2.10 Se redactan las lecciones

Escribí cada una de las lecciones como un relato en tiempo presente cuyo personaje principal es un maestro (yo), que se dirige a un grupo de estudiantes de modelaje, los cuales prestan atención a su enseñanza.

2.11 Se termina el informe

Por último se valoraron los resultados obtenidos durante todo el proceso de formación de la Técnica de Actuación para Modelos y se recopiló la bibliografía.

3. CURSO BÁSICO DE ACTUACIÓN PARA MODELOS

Primera clase

3.1 Las sensaciones y los sentidos

Objetivo particular: El alumno despertará su imaginación creativa y desarrollará sus sentidos internos: Vista, oído y tacto.

Después de haberse presentado y de haberme aprendido los nombres de cada uno de ustedes, comencemos con la clase... La imaginación es la base de cualquier tipo de actuación, ya que ésta crea sensaciones. Las sensaciones atraen como poderosos imanes diversas emociones y un modelo sin emociones es frío, distante y por lo tanto poco natural... Por eso es muy importante que comiencen a familiarizarse con las sensaciones... Levántense y caminen sobre el espacio, relajen sus músculos del cuello... Los hombros... La cintura... Y por último los tobillos... Ahora caminen de puntas... Con los talones... Con los arcos... Con los pies hacia afuera... Con los pies hacia adentro... En este instante concéntrense en los ruidos externos al salón... Observen sus pies... ¿Qué ruido se genera al arrastrar los pies sobre la alfombra? Registren todas las sensaciones al caminar... Imaginen que están descalzos... con los pies desnudos... Recuerden que la imaginación es el arma más importante para el actor y el modelo... Ahora sientan la textura del piso como si lo tocaran con la planta del los pies... En este momento se encuentran en la playa, observen detenidamente el paisaje, el azul del mar, el blanco de la arena y su suavidad, ésta se mete entre los dedos de sus pies, vayan registrando todas las sensaciones posibles... Se encuentran caminando sobre un piso de mármol blanco y sienten placer al pisarlo, es el piso de un lujoso hotel, el ambiente es tranquilo y confortante, se respira tranquilidad, a lo lejos escuchan música de fondo... En estos momentos se encuentran caminando sobre asfalto, el cual está un poco caliente por el sol, se topan con pequeñas piedrecillas en el camino, las cuales molestan al pisar... Un olor desagradable de una alcantarilla abierta llega hasta ustedes... Pisan un enrejado de metal del que sale aire caliente, sientan como se aligera su caminar... Ahora se encuentran caminando sobre una gruesa capa de hielo, perciban el frío insoportable en la planta de sus pies, caminen con precaución ya que podrían resbalar estrepitosamente... Bruscamente se dan

cuenta que bajo sus pies hay brasas de fuego que queman su piel, es necesario que salten lo más alto y rápido posible para evitar quemarse... Repentinamente se encuentran a la orilla del mar donde el agua refresca sus pantorrillas, esto les alegra profundamente... A continuación recogen un caracol y lo acercan a su oreja para escuchar su sonido... Están recostados sobre un prado observando un extraño insecto, perciben el olor de las plantas y escuchan el canto de los pájaros... A lo lejos descubren un pintoresco pueblecillo del cual proviene un melodioso sonido de campanas... Ahora salgan de su fantasía y ubíquense dentro del salón de clases, poco a poco tomen conciencia de su cuerpo y su respiración... Escuchen los ruidos del lugar, observen a sus compañeros sin hablar y siéntense en el suelo. Hagan un resumen interno de lo que ocurrió en ustedes, para que lo comentemos enseguida.

3.2 Orígenes del sentimiento

Objetivo particular: El alumno conectará el sentimiento con las diferentes partes del cuerpo a través de la danza, que despertará el tempo-ritmo interno.

En la clase de hoy es muy importante que entiendan lo siguiente: El sentimiento es movimiento interno que puede ser expresado con acciones externas. El modelo debe expresar lo que siente... En la pasarela de nada sirve sentir si no se expresa con el cuerpo lo sentido. La clave de la interpretación radica en conectar el movimiento interno (sentimiento) con el movimiento externo (danza), cuando hay coherencia entre ambos movimientos se puede decir que se interpretó de forma artística... “El hombre baila y canta para expresar su sentimiento. El movimiento y el canto rítmicos hablan directamente de sus íntimos deseos y sueños... El hombre primitivo baila por amor, por miedo, por veneración, impulsado por los sentimientos que le inspiran la religión, la fertilidad de los campos, el sexo, el nacimiento, la muerte, la lluvia, la cosecha y la guerra. Baila para expresarse a sí mismo con referencia a la circuncisión, a la consagración de las vírgenes, al matrimonio, la caza y a las fases de la luna... A medida que el hombre primitivo se civiliza y que sus actividades se vuelven más complejas, la danza tiende asimismo a un cierto grado de sofisticación. Pero la emoción sigue siendo el fundamento.”⁵ Basándome en estos conceptos, he planteado los siguientes ejercicios:

⁵ Selden, S., *La escena en acción*, p. 33.

- 1) Imaginen que son hombres primitivos... ¿Cómo es su vestido, su postura corporal, su andar, su manera de vivir?... ¿Cómo ven el mundo? ¿Cómo se ven ustedes en ese mundo? Procuren no hablar durante el ejercicio, sólo comuníquense a base de señas y ruidos guturales... Vean a sus compañeros y conózcanlos como hombres primitivos, huélanlos, tóquenlos, explórenlos... Tómense de las manos y hagan una rueda que gire de derecha a izquierda... Caminen lentamente y ondulen los brazos como si comenzaran una pequeña danza... Aceleren el paso... Ahora señalen al compañero que marcará el ritmo de la danza... El elegido pasará al centro del círculo y marcará el ritmo unas veces rápido y otras lento o moderado, según él lo prefiera... Mientras su compañero sigue marcando el ritmo de la danza, suéltense de las manos porque van a trabajar individualmente.
 - 2) Bailen ahora únicamente con la cadera, el sentimiento que predominará será la felicidad.
 - 3) Muevan las manos, el sentimiento principal será la tristeza.
 - 4) Muevan únicamente el tronco con enojo.
 - 5) La cabeza es ahora su punto de movimiento, gírenla con amor.
 - 6) Con todo el cuerpo interpreten la danza del frío.
 - 7) Ahora interpreten la danza del calor, con diferentes sentimientos.
 - 8) Formen un círculo, con sus palmas marquen el ritmo de la danza. Uno por uno irá pasando al centro del escenario y escogerá el tema de la danza que interpretarán, por ejemplo: La danza de la lluvia, el fuego, la muerte, la guerra, el casamiento, la danza de los pájaros, los peces, los reptiles, las ranas, el rayo, etc. Cada intérprete desarrollará dentro de su presentación cuatro sentimientos como mínimo y físicamente tiene que expresarse con todas las partes de su cuerpo.
- Por último siéntense en círculo y uno por uno comenten sus impresiones de la clase.

Segunda clase

3.3 El objeto y la atención

Objetivo particular: El alumno desarrollará la concentración y la atención orgánica que ayudará a mantener relajado su cuerpo.

La atención y la relajación son dos elementos esenciales para un buen desempeño escénico y por lo general el modelo carece de ambos... ¿Cuántas veces hemos observado la rigidez corporal de un modelo en una sesión fotográfica?... ¿Y cuántas otras hemos visto a un modelo con la mirada perdida caminando por la pasarela?... ¡Miles de veces!... Según I. Rapoport, uno de los grandes teóricos rusos de la actuación "... en la escena, así como en la vida real, nuestra atención debe en todo momento, quedar enfocada en algo a lo que se dirige nuestra atención, ya sea una cosa, una persona o un pensamiento, al cual llamamos objeto de atención."⁶

Si ustedes aprenden a concentrarse en un sólo objeto de atención, su cuerpo se relajará automáticamente. Ustedes como modelos invariablemente tienen que elegir y determinar conscientemente cuál será su objeto escénico de atención y nunca perderlo de vista, ya que éste siempre los va a mantener interesados en lo que están haciendo. Su voluntad les ayudará a enfocar su objeto de atención... Después de los conceptos ya explicados realicen los siguientes ejercicios:

- 1) Siéntense en el piso formando un círculo... Saquen un objeto personal complejo, es decir, que requiera de una observación detallada. A continuación analicen el objeto en su forma, color, textura y demás características. Mientras ustedes están observando su objeto con atención yo contaré dos minutos... Ahora que ya terminó el tiempo exigido, entréguenme cada uno sus objetos, los voy a ocultar a su vista y sólo yo podré observarlos para comprobar cuantos elementos pudieron recordar.
- 2) Ahora, a cada uno de ustedes les entrego su objeto y esta vez les pido que lo analicen con mayor precisión, tienen un minuto para entregarlo... ¿Pudieron percatarse como en este segundo ejercicio obtuvieron mayor concentración y aumentó el recuerdo del objeto debido a que ya sabían que les volvería a preguntar?
- 3) En este nuevo ejercicio, escojan a un compañero y entréguenle su objeto de atención y reciban el de él, contémplo durante dos minutos... Decidan cuál

⁶ Rapoport, I., *El trabajo del actor*, p. 11.

integrante de la pareja debe empezar con el interrogatorio y cuál tiene que ser interrogado.

4) Todos cierren sus ojos y observen al objeto en su percepción interna... Abran sus ojos y comparen su imagen con el objeto real.

5) Ahora tomen a su compañero como objeto de atención... Obsérvenlo detalladamente. ¿Cómo es su fisonomía, cómo está vestido, cómo se mueve?... Después uno de ustedes con los ojos cerrados deberá describir a su compañero y al terminar, el compañero también con los ojos cerrados, los describirá a ustedes.

6) Todos ustedes hagan una sola fila al comienzo de la pasarela... Tomarán como objeto de atención la siguiente frase, que irán repitiendo durante todo el tiempo mientras se desplazan por el escenario: ¡Yo modelo con gran naturalidad por la pasarela!

Reúnanse de nuevo en círculo para reflexionar sobre cada uno de los ejercicios... ¿Se pudieron dar cuenta de lo poco observadores que son?... No conocen sus objetos personales de uso diario. También se pudieron percatar de que la memoria y la atención se tienen que ejercitar... Los felicito, han actuado como si fueran grandes maestros del arte dramático, ya que estaban realmente concentrados, relajados y nada en este mundo les importaba más que su tarea escénica, la cual realizaron con fe y entusiasmo. Para terminar comenten cada uno sus experiencias de la clase.

Tercera clase

3.4 El objeto y el valor emocional

Objetivo particular: El alumno otorgará valor emocional al objeto, a través de su vivencia y de su fantasía creadora.

Tener enfocado su objeto de atención es básico para su desempeño histriónico, pero si el objeto de atención no es lo suficientemente interesante para cada uno de ustedes, es fácil olvidarlo... El afecto es la fuerza que los mantendrá verdaderamente interesados hacia un objeto... Si ustedes consideran que la prenda de vestir que van a modelar es fea, poco interesante y que emocionalmente no significa nada para ustedes, es probable que no la vendan... ¿Cuántas veces les ha ocurrido que se ponen sus pantalones de mezclilla deslavados y sucios que son sus favoritos, ya que ustedes se sienten muy a gusto con ellos? No faltará un amigo que les pregunte con sincero interés en donde los compraron... Si una prenda de vestir está unida a un recuerdo importante, les costará trabajo deshacerse de ella... Las cosas son valiosas por el afecto que depositamos en ellas, si ustedes entienden este concepto, es muy probable que tengan éxito como modelos... Ahora realicen los siguientes ejercicios:

- 1) Escojan un lugar cómodo en el salón de clase. Ahora tomen un objeto personal.
¿Qué color, forma, textura y tamaño tiene? ¿Dónde fue la primera vez que lo vieron?
¿En un aparador, en un comercio, en una casa, en una escuela, en una iglesia, en un hospital? ¿En qué lugar? ¿Cuándo lo observaron? ¿Qué día, qué mes, qué año? Den una fecha aproximada. ¿Lo encontraron, lo compraron, se los obsequiaron? Si se los obsequiaron fue un regalo, si lo compraron fue un auto-regalo y si lo encontraron fue una sorpresa, por lo tanto tiene un valor especial para cada uno de ustedes. Piensen qué carga emocional tiene. Pregúntense a sí mismos ¿Qué es lo que les recuerda el objeto? ¿Una calle, un perfume, un sonido, una textura, un sabor, una persona o un grupo de personas? ¿Una etapa del desarrollo como la infancia, la adolescencia, la madurez?... Ahora revivan ese momento.
- 2) Observen el objeto detalladamente ¿Cuál es su función o su utilidad? Pongamos como ejemplo unos lentes para el sol. Su utilidad es cubrirnos de los rayos UV.
¿Estos lentes siguen siendo útiles al cien por ciento? A lo mejor se han roto o descompuesto. Imaginemos qué podrá suceder con el objeto al pasar de los años. Quizás los encontremos arrumbados en un rincón de nuestra casa o en un basurero,

en un bazar de antigüedades, etc. Imaginen cual será su destino final. Guarden esa imagen en el corazón.

¿Cómo creen que fue fabricado? ¿En serie o fue hecho manualmente por un artesano? ¿Fueron ustedes los primeros dueños? Si no, ¿cómo se imaginan que fue el primer dueño? Si lo conocen, obsérvenlo dentro de su pensamiento comprando el objeto.

¿Cómo lo utilizaría otra persona, qué uso le daría, igual o diferente al tuyo? ¿Qué trato le dará? ¿Mejor que tú o quizás peor?

3) A continuación imaginen a una persona que sea muy importante para ustedes afectivamente, no importa si esa persona está viva o muerta, véanla con su ojo interno clara y nítidamente... De sus pertenencias saca un objeto y se los obsequia con mucho cariño. Vivan ese momento intensamente. Ahora les entrega una carta explicándoles el porqué les ha dado el regalo... La carta comienza así: Con cariño para ti. A ustedes les toca continuar imaginando el contenido... Ahora relacionen esa carta con el objeto que tienen en las manos y llénelo de afecto. Al mismo tiempo que lo manipulan repitan internamente las siguientes palabras: ¡Yo te doy mi afecto!... ¡Recibe mi amor!... Proyecten e irradien su afecto sobre el objeto. Ahora su objeto es un tesoro emocional, trátelo con especial cuidado.

4) Escojan a una pareja, pídanle un objeto personal que él considere poco importante... Ahora ustedes demuéstrenle el valor que tiene, de tal modo que el compañero comience a interesarse por él... Luego ustedes entréguenle un objeto a su pareja, para que los convenza de su gran valor y utilidad.

5) Cada uno de ustedes tome una prenda de vestir que consideren fea o poco interesante, por ejemplo una mascada... Luego úsenla como si tuviera un gran valor emocional. Tóquenla con delicadeza, pórtenla con orgullo y dignidad... Cuando logren verla con afecto, irán a la pasarela a modelarla.

Para terminar el ejercicio compartan sus experiencias con el grupo.

Cuarta clase

3.5 El objeto y la fantasía creadora

Objetivo particular: El alumno dará cualidades fantásticas al vestuario y a la utilería de mano que le ayudarán a fabricar una verdad escénica.

Los publicistas nos venden ilusiones... Compramos la fantasía que envuelve al objeto y no el objeto en sí. Ustedes dirán... ¡Cómo es posible esto!... El ser humano está ávido de mentiras, necesita válvulas de escape que lo saquen de su cruel realidad... En la actualidad todo mundo quiere que su automóvil se maneje solo, que el vestido o el traje que se compraron les quiten años y kilos de encima, que las latas de comida se abran con el pensamiento, que sus joyas conquisten a los demás sin ningún esfuerzo de su parte, etc. ... El objetivo del modelo es vender ilusiones y la única forma de lograrlo es utilizando su fantasía creadora... “La fantasía creadora es el medio para conseguir la justificación, y la justificación hace que corrijamos una actitud, y en la escena, la actitud lo es todo.”⁷ Ustedes deben aprender a tomar las cosas como si fueran verdaderas, como si todo lo que pasara en escena fuese real... Hagan los siguientes ejercicios:

1) Tomen un objeto cualquiera, puede ser un llavero, un *cassette*, una pluma, un zapato, un pincel, un cepillo o el que ustedes deseen. Ahora formúlense preguntas sobre él, por ejemplo: ¿De qué material está hecho este objeto? ¿Cuáles son sus usos, sus propiedades y características? ¿Qué relación presenta con otros objetos? ¿Cuáles son sus cualidades visuales: Forma, color, material, elegancia, glamour, prestigio, etc.? ¿Cuáles son sus cualidades prácticas? Por ejemplo, de un llavero cargar las llaves, de un *cassette* oír el contenido, de un zapato no lastimarse el pie, de un pincel pintar y de un cepillo peinarse.

2) Ahora con su fantasía creadora den al objeto cualidades fantásticas. Por ejemplo: Tomo estas llaves y luego imagino ¿qué otra cosa podrán ser? Las coloco sobre mi oreja como si fueran un arete, tomo el manojito de llaves y observo a través de la argolla como si fuera un monóculo, giro las llaves en forma de abanico, luego las agito y me imagino que es una sonaja, las coloco sobre mi pecho como si fuera un dije... Les daré un segundo ejemplo: Tomo esta pluma fuente, la coloco sobre mi boca y apunto a un blanco imaginario como si fuera una cerbatana... Inclino la pluma sin dejar de sostenerla entre los labios y la transformo en un popote... Después la coloco

⁷ *Ibidem*, p. 21.

enfrente de uno de mis ojos y le doy vuelta con las manos a modo de un calidoscopio... Inmediatamente la coloco bajo la axila como si fuera un termómetro. Ahora ustedes tomen un objeto y denle 5 funciones diferentes.

3) Escojan otro objeto, un abanico por ejemplo. Primero observen sus atributos reales como son color, forma y tamaño. Luego denle atributos fantásticos en cuanto a su valor y construyan una historia fantástica alrededor del él, aunque sea la más absurda y disparatada.

Ejemplo: Este abanico que sostengo en mi mano perteneció a la dinastía Ming, es el único en su género, fue hecho ex profeso para las bodas del emperador, tiene un valor estratosférico en el mercado, ya que estuvo exhibido en la galería Sotheby's. Cuentan que el poseedor de dicho objeto tendrá una vida larga y sana, además siempre estará rodeado de amistades sinceras y afectuosas. Si uno de ustedes lo adquiere obtendrá status, fama, poder, seguridad, tranquilidad, dinero y todo lo que un ser humano pueda desear sobre la tierra... Dicho objeto lo mostrarán a los demás de forma seria y sincera, el objetivo del ejercicio es sugestionar al público. Su forma de hablar tiene que ser segura y precisa, por lo tanto tienen que pensar las frases antes de decirlas, tienen que saber matizar. Según André Moreau: "Matizar es tener el sentimiento interior. Y para tener este sentimiento hay que pensar en el texto. El actor que emite una frase no debe pensar en ésta sino en la frase que sigue. Al mismo tiempo que está hablando, su pensamiento se fija en la frase siguiente."⁸

La mirada tiene que ser directa a los ojos de quienes nos dirigimos. Nuestra finalidad como modelos es convencer y vender.

4) Quiero que cada uno de ustedes escoja una prenda de vestir, una bolsa, un abrigo etc. Imaginen en su vestuario algunas cualidades mágicas: Textura fina, marca de prestigio, clase. ¿Qué tipo de personaje portaría dicho abrigo? Un hombre de negocios, un artista, un intelectual, una mujer de mundo, una profesionista, una estudiante universitaria, entre otros. ¿En qué ocasión usaría dicha prenda? En una fiesta, en una junta de negocios, en la entrega de un premio. ¿Qué cualidades emocionales obtendrá portando el abrigo? Status, prestigio, seguridad, poder, respeto.

⁸ Moreau, A., *Entre bastidores, manual del actor*, p.106.

¿En que temporada del año se utiliza esta prenda? Primavera, verano otoño, invierno. Hay que generar la atmósfera de la estación con nuestra actitud y nuestras sensaciones. Pónganse la prenda y sientan sus cualidades mágicas e impregnen su movimiento con estas sensaciones. Ahora caminen por la pasarela luciendo su abrigo. Recuerden que el personaje que interpretan es un apoyo muy importante para darle brillantez al vestuario.

Para finalizar siéntense en círculo y comenten las impresiones de los ejercicios.

Quinta clase

3.6 Las áreas escénicas

Objetivo particular: El alumno practicará desplazamientos por las diferentes áreas del escenario con soltura y propiedad y adquirirá un lenguaje escénico común.

Conocer cada una de las áreas del escenario y su función específica les servirá para adquirir un lenguaje escénico común, y por otro lado, les ayudará a desplazarse con mayor precisión tanto en el escenario como en la pasarela.

“Usamos en el teatro los términos derecha o izquierda siempre con referencia al actor colocado frente al público. Así pues, el escenario tiene derecha e izquierda, entendidas así. Decimos también en el teatro, arriba y abajo. Por arriba entendemos la parte del escenario más lejana del espectador. Se entenderá, pues, así fácilmente la colocación del actor en el escenario cuando se les instruya para colocarse a la derecha, a la izquierda, arriba o abajo.

El escenario queda dividido en seis áreas: En medio queda el área del centro con sus subdivisiones, arriba y abajo, a los lados izquierda arriba e izquierda abajo, derecha arriba y derecha abajo. Nos queda una zona límite entre las laterales y el centro que llamamos derecha centro e izquierda centro.”⁹

Irá pasando uno por uno para que ejerciten esos conocimientos.

- 1) Desplázate hacia arriba derecha. Ahora abajo centro.
- 2) Caminarás en tres posiciones: Centro, centro derecha y centro izquierda.
- 3) Desplázate: Izquierda centro, abajo centro, abajo izquierda.
- 4) Desplázate: Arriba centro, arriba izquierda, abajo derecha.
- 5) Desplázate: Abajo derecha, abajo centro, abajo izquierda.
- 6) Desplázate: Izquierda centro, abajo izquierda, centro derecha.
- 7) Desplázate: Abajo derecha, centro, arriba izquierda.
- 8) Desplázate: Arriba derecha, arriba centro, arriba izquierda.
- 9) Desplázate: Abajo izquierda, centro, arriba derecha.
- 10) Desplázate: Arriba centro, centro, abajo centro.

“Llamamos hacer foco a la acción de dirigir la atención del público hacia un personaje determinado o hacia un lugar específico de la escena mediante un movimiento de cabeza de

⁹ Cfr. Novo, S., 10 lecciones de técnica teatral, Lecciones 1 y 3.

los actores encargados de hacer el foco. Los ojos de los espectadores se dirigirán, naturalmente, hacia aquel punto, hacia el cual se dirigen las miradas de los actores.”¹⁰

11) Pase un grupo de tres personas al frente. Uno será **a**, otro **b** y un tercero **c**.

Daremos foco a **b**.

b estará al centro mirando al público.

a se encontrará abajo derecha mirando a **b**.

c estará abajo izquierda mirando a **b**.

Daremos foco a **c**.

c arriba izquierda mirando a **b**.

b se desplaza a centro derecha mirando a **c**.

a abajo derecha mirando a **c**.

Daremos foco a **a**.

a abajo izquierda mirando a **b**.

c en dentro derecha mirando a **a**.

b abajo derecha mirando a **a**.

“Llamamos cubrir a la acción que se ejecuta para tapar determinadas incidencias escénicas. Aquí también podemos distinguir entre acciones de cubrir legítimas e ilegítimas. Es ilegítimo cubrir a otro actor. Esto es colocarse frente a él de manera que se obstruya su visión para el público.”¹¹

12) Realicen el siguiente ejercicio.

Cubriendo a **a**.

a se encuentra en derecha arriba mirando a **c**.

c se encuentra en el centro mirando a **b**.

b está abajo derecha tapando a **a** y dando foco a **c**.

Cubriendo a **c**.

c en el centro del escenario dará foco a **b**.

b abajo derecha compartiendo la escena con **a**.

a abajo centro cubriendo a **c** y dando foco a **b**.

¹⁰ *Idem.*

¹¹ *Idem.*

“Se dice que dos actores comparten una escena, cuando los dos se encuentran en posición de un cuarto o de tres cuartos hacia el público y uno frente al otro, siempre que ambos ocupen el mismo plano en el escenario; es decir que ninguno de los dos se halle más arriba que el otro.”¹²

13) Ahora practiquen este nuevo concepto.

Cubriendo **c** a **b** y compartiendo escena con **a**.

b se encuentra arriba izquierda dando foco a **a**.

a abajo derecha compartiendo la escena con **c**.

c abajo izquierda compartiendo la escena con **a** y cubriendo a **b**.

14) Tomen apuntes de los siguientes conceptos:

“De la posición a compartir, pasamos con mucha facilidad a dar la escena. Esto quiere decir que el personaje, o el diálogo o parlamento que tiene la mayor importancia en la escena de que se trate, debe ser más enfático y hallarse en posición más fuerte que el otro.

Llamamos vestir la escena al desplazamiento discreto de un actor o de varios actores durante un diálogo de otro, hacia áreas o hacia posiciones que convenga conquistar a tiempo para las escenas ulteriores. Estos desplazamientos son necesarios para equilibrar la arquitectura, las escenas y compensar los movimientos de los demás actores, pero deben hacerse sin distraer con ellos la atención del público del *foco* en que deba permanecer. Es decir, que los actores, mientras visten la escena, deben seguir haciendo foco hacia el punto importante de ella.

Nombramos robar o mentir a la acción de simular una posición, un ademán o una mirada, de tal manera que no siendo la verdaderas, lo parezcan a los ojos del público. Cuando se roba o se miente para beneficio de la escena, el delito no tiene mayor importancia y es recomendable. Es censurable y una falta imperdonable de etiqueta profesional, cuando un actor roba distrayendo la atención del público mediante un movimiento o un ademán fuerte: sacar un pañuelo, moverse bruscamente, perder el foco o crear otro, etc.”¹³

¹² *Idem.*

¹³ *Idem.*

En el modelaje existen diversos tipos de pasarelas, hay que fijarse en su forma para determinar sus áreas escénicas. A continuación comentaré las cuatro principales formas de pasarela:

La pasarela tradicional tiene una forma de rectángulo alargado, este tipo de escenario consta únicamente de 3 áreas: El área de arriba centro, centro y abajo centro.

La pasarela en forma de T mayúscula, cuenta con cinco áreas: Arriba derecha, arriba centro, arriba izquierda, centro y abajo centro.

La pasarela en V, cuenta con 5 áreas: Arriba derecha, centro derecha, abajo centro, centro izquierda y arriba izquierda.

La pasarela de pista tiene la misma disposición que el escenario teatral denominado *a la italiana*.

15) Dibujen en su cuaderno los cuatro tipos de pasarela y sus áreas correspondientes. Por último reflexionemos sobre los conceptos aprendidos en esta clase.

Sexta clase

3.7 Las posiciones individuales

Objetivo particular: El alumno ubicará su posición corporal dentro del espacio escénico.

En la clase anterior vimos las diversas áreas en las que se divide un escenario, ahora complementaremos la teoría escénica con las posiciones individuales. Las posiciones individuales son de suma importancia ya que les ayudarán a ubicar la postura corporal en el escenario, el punto de ubicación espacial es el público. Estas posiciones se pueden usar cuando se encuentren de pie o cuando estén sentados. Según el Maestro Novo, las posiciones individuales son cinco:

- 1) Abierto: El actor se encuentra totalmente de frente al público.
- 2) Un cuarto: Equivalente a medio flanco.
- 3) Perfil: Equivalente a un flanco.
- 4) Tres cuartos: Equivalente a un flanco y medio.
- 5) Cerrado: Completamente de espaldas al público.

Estas son, digamos, posiciones estáticas que deben ejercitarse simplemente para dominarlas. Pero muy raras veces ocurre que un actor se encuentre en estas posiciones más que transitoriamente, puesto que el teatro es dinámico. De estas cinco posiciones resultan los movimientos que se basan en ellas como punto de partida o como punto al que hay que llegar. Estos movimientos son los siguientes:

- 1) Abrirse: Llegar suavemente a la posición abierta.
- 2) Cerrarse: Llegar suavemente a la posición cerrada.
- 3) Volverse: Equivalente a abrirse con suavidad.
- 4) Subir: Llegar suavemente al área de arriba que corresponda.
- 5) Avanzar: Haciéndolo en línea recta hacia delante, cualquiera que sea la ubicación en que se encuentre el actor que reciba esta instrucción.
- 6) Retroceder: Cualquiera que sea la posición, dar uno o dos pasos atrás.
- 7) Mezclarse: Cuando un actor se ha desplazado de su lugar, esta instrucción les indica a los demás que compensen su desplazamiento.¹⁴

A continuación haremos los ejercicios correspondientes a las posiciones individuales. Pasará uno por uno:

¹⁴ Cfr. Novo Salvador, 10 lecciones de técnica teatral, Lección 2.

- 1) Da perfil izquierdo, perfil derecho, ciérrate, ábrete a un cuarto izquierda.
- 2) Da perfil derecho, ciérrate hacia tu derecha, ábrete a perfil izquierdo.
- 3) Abierto, ciérrate, retrocede dos pasos, vuélvete, avanza tres pasos.
- 4) Da perfil izquierdo, vuélvete, avanza cinco pasos, retrocede dos pasos, da perfil derecho.
- 5) Un cuarto izquierda, un cuarto derecha, perfil derecho, siéntate perfil izquierdo.
- 6) Siéntate un cuarto izquierda, ábrete, da perfil derecho, párate y avanza dos pasos.
- 7) Cerrado en centro abajo, sube a izquierda centro, vuélvete y desplázate a derecha centro en posición un cuarto derecha.
- 8) En la posición arriba centro da perfil derecho, baja y queda en derecha abierto, ahora retrocede a derecha centro.
- 9) En la posición arriba centro ciérrate un cuarto derecha, desplázate arriba derecha en perfil derecho, ábrete un cuarto izquierda y desplázate abajo izquierda quedando abierto.
- 10) Abierto en centro arriba, avanza arriba derecha quedando en tres cuartos, ciérrate, da perfil derecho, avanza a izquierda arriba... Para finalizar siéntense en círculo y comenten las impresiones de los ejercicios.

3.8 Fuerza y debilidad

Objetivo particular: El alumno localizará las diferentes posiciones y áreas (fuertes y débiles) del escenario para la composición corporal escénica.

“Hay posiciones fuertes y posiciones débiles; áreas fuertes y áreas débiles en el escenario. La aplicación de estos conceptos les ayudará a tener una visión más clara y precisa del impacto que quieren provocar en el público. La posición más fuerte es la abierta. Progresivamente son más débiles, o se debilita la posición abierta convirtiéndola en un cuarto, perfil, o tres cuartos. La posición cerrada vuelve a ser tan fuerte como la posición abierta. El área más fuerte del escenario es la central y le sigue en fuerza la derecha y, por último, la izquierda, que es la más débil. Abajo es más fuerte que arriba.”¹⁵

Tomando en cuenta lo anterior, las áreas del escenario de acuerdo con su fuerza en orden decreciente son:

¹⁵ *Ibid.*, p. 16.

- 1) Abajo centro (la de mayor fuerza).
- 2) Abajo derecha.
- 3) Abajo izquierda.
- 4) Arriba centro.
- 5) Arriba derecha.
- 6) Arriba izquierda (es el área más débil de todas).

Las posiciones según su fuerza y debilidad en orden decreciente son:

- 1) Abierta y cerrada (las más fuertes).
- 2) Un cuarto.
- 3) Perfil.
- 4) Tres cuartos (la más débil).

En los niveles corporales también hay diferencia de fuerza:

- 1) “Las posiciones verticales con los brazos extendidos en cualquier dirección hacia arriba, serán las más fuertes.
- 2) Las posiciones de piernas flexionadas y contracción torácica, menos fuertes en general.
- 3) Y finalmente las posiciones arrodilladas o tendidas sobre el piso que tenderán a ser más débiles aún.”¹⁶

Cambiando la fuerza y debilidad en las áreas, posiciones y niveles, realizarán los siguientes ejercicios en grupos de tres. Yo les daré el tema y el área, y ustedes darán las posiciones y niveles que les parezcan más adecuados para formar su composición escénica.

- 1) Abajo centro. Un asesinato.
- 2) Abajo derecha. Discusión.
- 3) Abajo izquierda. Intriga.
- 4) Centro. Coronación.
- 5) Centro derecha. La espera.
- 6) Centro izquierda. Los vencidos.
- 7) Arriba centro. El triunfo.
- 8) Arriba derecha. El nacimiento.
- 9) Arriba izquierda. La aparición... Por último analicemos sus vivencias de la clase.

¹⁶ Preciado, J., *La actuación gramática creativa, el actor se prepara*, p. 105.

4. CURSO INTERMEDIO DE ACTUACIÓN PARA MODELOS

Primera clase

4.1 Atmósferas de lugar

Objetivo particular: El alumno identificará las diferentes atmósferas del área en que se encuentra e imaginará atmósferas de diferentes épocas, que despertarán en él diversas emociones.

Cada lugar está rodeado de una atmósfera muy particular, si ustedes se acostumbraran a percibir de manera sensible cada atmósfera que los rodea, desarrollarían el gusto por lo estético... Hay atmósferas tan bellas que mueven a un sinnúmero de emociones y pensamientos... Atmósferas que pueden compararse con cualquier obra de arte. Desde mi muy particular punto de vista la diferencia entre un actor y un artista radica en la percepción sensible de las cosas. Si ustedes comienzan a contemplar la vida de una forma sensible su trabajo adquirirá una tonalidad más cálida y natural.

“Las atmósferas no tienen límite, pueden ser halladas en todas partes. En el paisaje, en una calle cualquiera, en la casa, en la habitación, una biblioteca, un hospital, una catedral, un restaurante lleno de ruidos, un museo también tiene atmósfera. La mañana, la tarde, la noche, la primavera, el verano, el otoño y el invierno. Todo fenómeno, todo acontecimiento posee asimismo su atmósfera particular.”¹⁷

Ahora bien, registremos la atmósfera del salón de clases. Lo primero que hay que hacer para observar una atmósfera es percibir el tipo de luz que baña el lugar, puede ser natural como el sol, el reflejo de la luna si es de noche, una fogata o simplemente la luz eléctrica... Hagan los siguientes ejercicios:

- 1) Observen sus manos. ¿En qué parte están más iluminadas? ¿Qué parte de ellas se encuentra en penumbra? Acerquen sus manos en dirección de la luz... Aléjenlas de ella. Muévanlas en distintas direcciones lentamente y contemplen su diferente iluminación.
- 2) Otro punto importante para sentir una atmósfera es observar cómo la percibimos con cada uno de nuestros sentidos. Perciban los olores que hay en el salón... A través de su piel registren la temperatura... Oigan los ruidos y los sonidos del lugar. ¿Qué

¹⁷ Chejov, M., *Al actor, sobre la técnica de actuación*, p. 62.

recuerdos les evoca esta atmósfera?. Coman algo dentro del lugar e intégrenlo al ambiente.

3) Concéntrense en su percepción interna... Cierren los ojos e intenten visualizar las atmósferas que a continuación evocaré: Imaginen que se encuentran en medio de un gran campo y observan como flota el polvo en el aire en forma de una gran tolvanera o remolino... Ahora se encuentran en un bosque humedecido por la lluvia, a lo lejos se aprecia cómo la neblina y las nubes cubren las montañas del lugar... Hace frío y se preparan una taza de café caliente y miran cómo ondula el vapor que se diluye suavemente en el aire... Se hallan alojados en una pequeña habitación... Comienza a obscurecer y apenas alcanzan a percibir una pequeña luz del sol que entra por una ventana.

4) Ahora Imaginen que se encuentran parados en un mirador que está a la orilla de una carretera. Observan a lo lejos una pequeña ciudad provinciana en la que hay una catedral, un palacio municipal y un pequeño kiosco al centro de su zócalo... Contemplan a los transeúntes que caminan alrededor de la plaza... Al fondo del paisaje, la ciudad se encuentra sitiada por unos cuantos cerros... Cada uno de ustedes puede agregar nuevos elementos al paisaje... De repente la lluvia cae y la atmósfera se obscurece, el paisaje ha tomado otro matiz. Los objetos lejanos no se pueden distinguir con precisión, pero los próximos a la vista se observan con claridad... La lluvia genera estados de ánimo muy diferentes en cada uno de nosotros, en algunos produce melancolía, en otros alegría o romanticismo y en unos cuantos enojo. Observen qué sentimiento genera en ustedes... Ahora ha cesado de llover, por unos instantes un grupo de nubes cubre al sol y esto hace que el lugar se ensombrezca, sin embargo “unos rayos solares penetran por algunos espiráculos que suelen encontrarse entre la densidad de las nubes, iluminan todos los paisajes en donde hieren.”¹⁸ La ciudad está siendo bañada por una regadera de luz. Este tipo de atmósfera genera cierto resplandor divino, como si la luz que se proyecta sobre el paisaje emanara del Creador. Perciban esta atmósfera y ábranse a ella física y psicológicamente... ¿Qué sentimientos han sido generados en ustedes?

¹⁸ Da Vinci, L., *Tratado de pintura, el arte de dibujar el cuerpo humano*, p. 116.

5) Cambien de atmósfera... Imaginen que están en la Edad Media... El sol ha salido en todo su esplendor y no muy lejos del lugar se ha suscitado una batalla campal, los soldados combaten ferozmente y se ha generado una fuerte tolvanera, al mezclarse el aire con la tierra se produce un efecto visual denso y opaco en aquel sitio, sobre todo al ras del suelo. Observen los rostros de los guerreros en la batalla, la sangre salta en chisquetes por todos lados, se escuchan gritos y voces combinados con los golpes que generan las armas al chocar contra los escudos... Vivan por un momento esta atmósfera... La batalla ha terminado... El aire es más claro... Ahora se puede observar con mayor nitidez la masacre. Se percibe un fuerte olor a sangre y a sudor, se escuchan unos cuantos lamentos, un caballo relincha, se percibe una atmósfera de muerte...

Hay una fuerte neblina en la campiña, sólo se alcanzan a ver con claridad las partes de la ciudad donde ésta es menos densa. Esto le da al lugar un aspecto misterioso y sombrío, porque pareciera que la ciudad estuviese envuelta entre nubes, como si fuera una visión o un sueño confuso. Capten esta atmósfera... Han pasado las horas, ya es de noche, hay fiesta a unos quinientos metros aproximadamente, se percibe una enorme fogata en el campo, se ha generado un ambiente festivo en todo el lugar... Ahora, salgan de la fantasía y poco a poco abran los ojos y regresen al salón de clase para que comentemos los ejercicios.

Segunda clase

4.2 Atmósferas individuales

Objetivo particular: El alumno será capaz de producir atmósferas cargadas de su propia emotividad o la del personaje que interpreta.

La atmósfera individual es creada por los sentimientos del actor. Ahora que han comenzado a adquirir cierta sensibilidad, es preciso proyectarla para generar una atmósfera individual. Se requiere una mayor concentración en la creación de este tipo de atmósfera, ya que es necesario mantenerla a flote, aunque contraste con la atmósfera de lugar. Por ejemplo, ¿cuántas veces han llegado a una fiesta donde reina una atmósfera de alegría y cordialidad, sin embargo un sujeto se mantiene triste y abatido por una pérdida emocional? O por el contrario ¿cuántas veces han visto en un velorio a un pequeño grupo de personas contar chistes y anécdotas divertidas?

A continuación haremos los siguientes ejercicios:

- 1) Imaginen un sentimiento y proyéctenlo a lo largo del salón de clases...” Hagan un ligero movimiento con el brazo y la mano. Comprueben que el movimiento esté en armonía con la atmósfera que les rodea... No traten de esforzarse por sentir la atmósfera, ésta incitará por sí misma los movimientos de ustedes sin ninguna violencia de su parte. Hagan otros movimientos más amplios: Levántense siéntense, tomen un objeto y trasládenlo a otro lugar, etc. ... Pronuncien unas cuantas palabras, primero sin acompañarlas de gesto alguno y luego háganlos como si se tratase de un diálogo habitual.”¹⁹
- 2) Ahora, imagínense que están realizando un examen extraordinario de matemáticas, la atmósfera del salón de clase es densa y se percibe una gran tensión. Sin embargo ustedes se encuentran en conflicto con la atmósfera del lugar, ya que quieren contener su felicidad porque unos minutos antes de entrar al examen recibieron la noticia de que se habían sacado el premio mayor de la lotería... Su objetivo principal es mantener la calma y la concentración, ya que una distracción podría echar por la borda un año de esfuerzo... A diferencia del ejercicio anterior, ahora existe un conflicto entre la atmósfera personal y la atmósfera de lugar.

¹⁹ Chejov, M., *op. cit.*, p. 67, 70 y 71.

- 3) Han logrado contener su emoción y por fin logran concluir el examen, salen eufóricos a ver a su amigo que les avisó de la gran noticia y éste les informa que todo fue un equívoco, ya que por la emoción no pudo leer bien los resultados del sorteo... En cuestión de segundos su gran alegría se trasforma en un gran enojo... Después de una larga discusión terminan riéndose al percatarse de la situación tan absurda que pasaron.
- 4) A continuación daré una lista de cualidades para que ustedes puedan crear sus propias atmósferas individuales:
- a) Meditación.
 - b) Desesperación.
 - c) Enfado.
 - d) Paz.
 - e) Soledad.
 - f) Dolor.
 - g) Crueldad.
 - h) Fe.
 - i) Duda.
 - j) Orgullo.
 - k) Humildad.
 - l) Inquietud.
 - m) Hastío.
 - n) Amargura.

Reúnanse en círculo y comenten sus impresiones respecto de la clase.

Tercera clase

4.3 El arte del movimiento

Objetivo particular: El alumno a través de su imaginación espacial trazará movimientos con precisión y elegancia.

El movimiento es el medio esencial de expresión artística para ustedes los modelos... Deben visualizar al movimiento no sólo como una simple actividad corporal, sino también como una forma de arte. La clase de hoy se trata precisamente de este tema ¡El arte del movimiento!... La práctica de cualquier arte requiere disciplina, concentración y paciencia... Como en toda expresión artística es vital que dominen de forma consciente cada uno de sus movimientos en el escenario... Sus ademanes deben practicarlos y perfeccionarlos, es preciso que ustedes vayan un paso adelante del público... Un movimiento perfectamente bien ejecutado es más convincente que las palabras... El verdadero modelo no se mueve como cualquier hombre común y corriente, debe ser todo un maestro del movimiento... Es importante que dejen de ver al movimiento en un nivel cotidiano y lo comiencen a visualizar en una forma más artística... Ustedes como profesionales de la moda tienen que encantar y fascinar a los espectadores con sus movimientos, con su andar... Cada gesto, pose o ademán que sea ejecutado por ustedes debe ser realizado con la precisión, seguridad y elegancia de una pantera, pero sin llegar a la afectación y al amaneramiento, ya que es de suma importancia que nunca pierdan el sentido de la medida.

Ahora formen un círculo a lo largo del salón de clase... Pónganse cómodos e intenten relajarse... Es importante que disfruten cada uno de sus movimientos... Imaginen que son artistas plásticos y que pueden modelar el espacio que los rodea con cada uno de sus movimientos...

- 1) Ahora froten las manos para generar calor. Pasen sus manos sobre sus articulaciones de las piernas y los brazos... Sientan el aire cómo circula por su rostro... Por sus manos y por todo el cuerpo en general... Imaginen que el aire que los rodea opone resistencia a su cuerpo... Mantengan movimientos amplios y seguros... Imaginen que entre sus manos tienen una liga... Estírenla hacia los lados, hacia arriba, hacia abajo y sientan la resistencia que ejercen sus brazos... Es importante evitar la tensión muscular innecesaria.

2) Imaginen que una de sus dos manos se ha convertido en un marcador de color negro con el cual pintarán diferentes formas en el aire. Hagan los movimientos sin temor y con decisión, sobre su primer trazo remarquen el movimiento las veces que sea necesario hasta que quede bien acentuado, una vez concluido el ejercicio hay que borrarlo o desaparecerlo con la otra mano. Esto los ayudará a trabajar con precisión y claridad.

Hagan las siguientes figuras:

- a) Dibujen un círculo en el aire.
- b) Iluminen el círculo en forma horizontal y vertical.
- c) Dibujen un triángulo como en los dos ejercicios anteriores.
- d) Den volúmenes: Construyan una esfera.
- e) Jueguen con la esfera, sosteniéndola, dominándola con la cabeza y las piernas como futbolistas. No pierdan la forma, el volumen y el peso.
- f) Construyan una pirámide y pásenla a los demás compañeros sin que pierda su forma.
- g) Formen grecas cuadradas... Hagan una línea vertical, otra horizontal y así sucesivamente.
- h) Formen grecas triangulares.
- i) Hagan círculos continuos, unos más grandes, otros más pequeños.
- j) Construyan letras en el espacio hasta formar palabras y luego frases.
- k) Dibujen un punto en el espacio, ahora con el dedo índice y el pulgar tómenlo como si fuera una pequeña pelota... A continuación déjenlo suspendido en el aire, caminen observándolo y tómenlo de nuevo. Esto hay que hacerlo con gran precisión.
- l) Tomen su punto, estírenlo, agrándenlo, dóblenlo, construyan diferentes formas y muéstrenselas a sus compañeros, ellos deben adivinar qué es.
- m) Ondulen una cinta en el espacio, chicotéenla como un látigo, junten sus extremos y formen un aro rígido... Colóquenlo alrededor de su cintura y háganlo girar, comprímanlo hasta que desaparezca entre sus dedos.
- n) Dibujen una ventana o una puerta... Háganla funcionar cerrándola y abriéndola.

- o) Pinten un paisaje con diversos colores, con trazos fuertes, suaves, lentos, rápidos y detallados. Al terminar su paisaje contémplo con asombro y satisfacción y díganse a sí mismos: ¡Nosotros somos lo creadores de esta obra de arte!
 - p) Formen una escultura con barro, ya sea de un animal, planta, persona u objeto.
 - q) Tiñan el aire con rojo sangre, azul cielo, negro luto, blanco pureza, etc.
- Ahora comentemos la experiencia vivida, sentándonos en círculo.

Cuarta clase

4.4 Caracterización de las manos

Objetivo particular: El alumno interpretará con las manos diferentes estados de ánimo, temperamentos, edades y profesiones de un personaje.

Una gran parte del poder expresivo del cuerpo está en las manos, las manos dicen lo que la palabra no alcanza a expresar... Las manos expresan cualquier tipo de emoción y de carácter... Aunque parezca inverosímil, las manos siempre expresan algo a pesar de estar en un estado de reposo... Un modelo sin expresión en sus manos durante un desfile de modas o en una sesión fotográfica, es hombre muerto... Las manos para ustedes los modelos, simbolizan sus dos principales herramientas de trabajo, lo mismo se aplica para un actor, un mimo o un bailarín... Sus manos deben obedecer siempre a su voluntad consciente, anticipando el gesto al ojo del espectador... Las manos enfatizan y dan acento psicológico y emocional a la pose, esto lo veremos con mayor detalle más adelante... Ustedes deben educar el movimiento de sus manos para que respondan de manera artística.

Según Luis A. Romero “los movimientos de las manos, como todo el juego escénico, han de responder al carácter, edad, posición social, personalidad y demás atributos del personaje que se interpreta, todo lo cual ha de analizarse con detenimiento al estudiar el papel. Los latinos, y particularmente los italianos y los españoles, se caracterizan por la nerviosidad y viveza de sus ademanes. Los anglosajones en general son moderados, y los orientales pausados y circunspectos. Los jóvenes y los militares de tipo convencional, imprimen en sus manos movimientos más bien bruscos, en tanto que los ancianos son inseguros y pausados; los de los altos prelados de la iglesia y los de las monjitas, son tímidos.”²⁰

La palabra carácter proviene de “la voz griega *charassein*, yo grabo. De modo que carácter indica lo sensibilizado, marcado exteriormente por causa de algo.”²¹ De una forma más clara, podemos decir que las marcas externas en el rostro o en el cuerpo de un sujeto son causadas por impresiones internas, recibidas a lo largo de su vida. Podemos llamar caracterización a la expresión artística del carácter. La caracterización de un personaje, es materializada por medio del maquillaje y los postizos que cubren la piel del actor, los cuales podemos percibir externamente, a este tipo de caracterización le llamaremos caracterización

²⁰ Romero R.,A., *El arte del actor*, p. 95.

²¹ Pérez-Dolz, F. y Turell, A., *Caracterización*, p. 5.

externa. Por otro lado le nombraremos caracterización interna a la que es generada por la fantasía y la imaginación del actor, que es producto de su mundo interno.

Por ejemplo, no es lo mismo que ustedes se maquillen arrugas y se apliquen postizos en la piel, para simbolizar a un personaje viejo, a que se imaginen que han envejecido y que su piel está arrugada por los años y las penas de toda una vida. El primer ejemplo correspondería a la caracterización externa y el segundo, a una caracterización interna. Yo le llamo caracterización total a aquella que contiene un componente externo y uno interno.

Desde mi muy particular punto de vista, las manos son la extensión más visible de nuestro cuerpo y por lo tanto es la parte más fácil y natural de caracterizar. Si comenzamos a crear un personaje desde nuestras manos, éste contará con una gran expresión artística.

Ahora es importante que pasen a la práctica... Es trascendental que hagan uso de su imaginación en cada uno de los siguientes ejercicios, ya que es la base de la caracterización interna.

Caractericen sus manos de acuerdo con los siguientes rasgos:

- 1) Edad
 - a) Manos de niño: Ágiles, sin control, pequeñas, vivaces.
 - b) Manos de joven: Inquietas, ágiles y de piel tersa.
 - c) Manos de adulto: Mesuradas en el movimiento, hábiles en el trabajo, maltratadas.
 - d) Manos de viejo: Lentas, temblorosas, con arrugas y manchas.
- 2) Temperamento:
 - a) Manos de colérico: Con mando, seguras, impetuosas, obstinadas.
 - b) Manos de sanguíneo: Alegres, vivas, ligeras, obedientes, amigables, sinceras.
 - c) Manos de flemático: Lentas, blandas, faltas de energía, apaciguantes.
 - d) Manos de melancólico: Frías, calculadoras, desconfiadas, indecisas, tristes.
- 3) Profesión. En este ejercicio vamos a tomar tipos característicos:
 - a) Manos de abogado: Delgadas y largas.
 - b) Manos de químico: Calculadoras y científicas.
 - c) Manos de escritor: Finas y seguras.
 - d) Manos de artista: Largas, finas y elegantes.
 - e) Manos de deportista: Recias, callosas y duras.

- f) Manos de albañil: Agrietadas, sucias, duras y recias.
 - g) Manos de policía: Toscas y anchas.
 - h) Manos de joyero: Chicas y finas.
 - i) Manos de carpintero: Fuertes y rudas.
 - j) Manos de minero: Maltratadas y sucias.
- 4) Sentimiento:
- a) Manos que expresan miedo.
 - b) Manos que expresan tristeza.
 - c) Manos que expresan autoridad.
 - d) Manos que expresan ruego.
 - e) Manos que expresan ansiedad.
 - f) Manos que expresan ambición.
 - g) Manos que expresan enojo.
 - h) Manos que expresan odio.
 - i) Manos que expresan éxtasis.
 - j) Manos que expresan desesperación.
- 5) Forma:
- a) Manos largas.
 - b) Manos cuadradas.
 - c) Manos cortas.
 - d) Manos en forma de espátula.
 - e) Manos huesudas.
 - f) Manos redondas.
 - g) Manos anchas.
 - h) Manos delgadas.
 - i) Manos carnosas.
- 6) Textura:
- a) Manos con callos.
 - b) Manos con cicatrices.
 - c) Manos granosas.
 - d) Manos peludas.

- e) Manos lampiñas.
 - f) Manos venosas.
 - g) Manos con pellejos.
 - h) Manos con hongos.
 - i) Manos con marcas.
 - j) Manos tatuadas.
 - k) Manos tersas.
- 7) Color:
- a) Manos negras.
 - b) Manos amarillas.
 - c) Manos blancas.
 - d) Manos morenas.
- 8) Ahora, cada uno de ustedes pasará al frente y nos mostrará un personaje, los demás adivinarán como es, qué edad tiene, qué profesión ejerce y qué sentimientos expresa sólo con el movimiento y la caracterización de las manos.
Ahora comenten sus vivencias de la clase de hoy.

Quinta clase

4.5 Fascinación de la mirada

Objetivo particular: El alumno mostrará autocontrol y dominio visual del público.

Es trascendental que proyecten seguridad ante el público, ya que el modelo no sólo debe tener contacto visual con éste, sino que también necesita apoderarse de su voluntad fascinándolo con su mirada magnética para poder vender su producto. La palabra fascinación es un término hipnótico que se emplea cuando el hipnotista prolonga la fijeza de su mirada y "llega a paralizar la voluntad de una persona provocando en ella un estado especial, conocido como fascinación."²² Por eso es importante que desarrollen una mirada fuerte y dominante.

Ustedes tienen un doble objetivo en la pasarela, por un lado deben fascinar con la mirada y por otro lado tienen que evitar ser controlados por la mirada de los espectadores... Ustedes deben demostrar una actitud de calma y seguridad escénica en todo momento, la presencia del público nunca debe modificar su concentración ni alterar su estabilidad emocional, sean cuales sean las circunstancias que se presenten. En pocas palabras, es preciso que fascinen y eviten ser fascinados. Primero realizaremos algunos ejercicios físicos para calentar los músculos de los ojos... Eviten el esfuerzo. Realicen todos los movimientos lenta y sosegadamente. Descansen cuando se sientan fatigados, conserven la cabeza inmóvil, muevan únicamente los ojos.

- 1) "Miren hacia arriba y hacia abajo.
- 2) Miren hacia la derecha y hacia la izquierda.
- 3) Miren hacia el ángulo derecho del techo y luego hacia el ángulo izquierdo del suelo.
- 4) Miren hacia el ángulo izquierdo del techo y luego hacia el ángulo derecho del suelo.
- 5) Hagan rodar los ojos describiendo grandes círculos, luego describiendo círculos muy pequeños, todo ello en el sentido de las manecillas del reloj y después en sentido contrario.
- 6) Miren ante sí a lo lejos, a gran distancia, luego cambien el enfoque mirando un objeto inmediato a ustedes.

²² Filiatre, J., *Hipnotismo por la imagen*, p. 8.

- 7) Entornen los ojos como para liberarse de los rayos del sol y después ábralos paulatinamente. Procuren no arrugar el ceño. Asegúrense de que sus músculos oculares queden en reposo perfecto.
- 8) Escojan a un compañero de grupo, ahora pídanle que cierre los ojos. Pongan el dedo índice y el dedo medio sobre sus párpados de forma muy suave, a continuación el compañero girará sus ojos lentamente de derecha a izquierda y de izquierda a derecha igualmente de arriba abajo, dando masaje.”²²

Como podrán observar, la hoja de papel que sostengo en mi mano, tiene dibujado un círculo negro en su centro... La voy a pegar en esta pared donde finaliza la pasarela... Mientras ustedes hagan una fila en el otro extremo del salón... En un momento daré las indicaciones de cada uno de los ejercicios.

- 1) Caminen sobre la pasarela en línea recta y fijen su vista en el círculo negro, al llegar a un metro aproximadamente de él, deténganse y parpadeen una sola vez, luego vuelvan a abrir sus ojos y fijen su vista tanto tiempo como les sea posible, sin permitir que los ojos se apartaren del punto indicado y sin parpadear. “Si durante el ejercicio sienten la necesidad de parpadear, levanten ligeramente el párpado superior, pero sin apartar las pupilas del punto negro.”²³
- 2) Caminen a lo largo de la pasarela y deténganse a un metro y medio del círculo negro, mírenlo fijamente, sin perderlo de vista, giren su rostro de izquierda a derecha y de derecha a izquierda, luego regresen a la fila.²⁴
- 3) Miren de frente el círculo negro, después desplácese lateralmente dos pasos hacia su derecha y mírenlo de reojo, con la cara de frente a la pared... Repitan el mismo ejercicio desplazándose dos pasos hacia la izquierda del círculo negro que está enfrente de ustedes.²⁵
- 4) Manténgase inmóviles como cadáveres, con las manos a sus costados y mirando al círculo negro, luego regresen a la fila.²⁶

²² Basado en Schwartz, H. S., *El arte de descansar*, p. 56.

²³ Basado en Swingle. W, J. y Dow, W.W., *Cómo dominarse y dominar a los demás*, p.122.

²⁴ *Idem*.

²⁵ *Ibid.*, p. 123.

²⁶ Basado en Jagot, P-C., *Tratado metódico de magnetismo personal*, p. 82.

5) Recojan los hombros y miren directamente al círculo negro, con el tórax dilatado por una profunda inspiración. Contraigan los músculos del cuello lenta y gradualmente, hasta llegar al máximo de rigidez. Saquen el aire lentamente, relajando los músculos del cuello.²⁷

6) Ahora hagan una fila frente al espejo, párense a un metro de distancia y dirijan la mirada a la base de su nariz, como si quisieran penetrar al interior de su cerebro.²⁸

7) Escojan a una pareja para realizar el siguiente ejercicio, uno de ustedes mirará fijamente a su compañero en la base de la nariz, no pueden parpadear y su actitud tiene que ser de una profunda calma y seguridad, mientras que su pareja intentará distraerlos con gestos y movimientos corporales... Sólo habrá cambio de rol, en el momento que se pierda la concentración o después de que transcurran dos minutos de haber iniciado el ejercicio.

8) Uno por uno de ustedes se desplazará a lo largo de la pasarela y concentrará su mirada en un punto fijo del auditorio. El objetivo del ejercicio, es que nunca deben perder la concentración en escena... Mientras el modelo se desplaza a lo largo de la pasarela un grupo de tres alumnos se cruzará en su camino e intentarán distraerlo para que pierda la concentración.

9) Siéntense y cierren los párpados, relajen sus músculos al máximo manteniendo esta posición de cinco a diez minutos sin el más mínimo movimiento muscular.²⁹

10) Con los ojos cerrados tómense unas cortas “vacaciones mentales” en el lugar o panorama más relajante y reconfortante que puedan recordar o imaginar.³⁰

Abran lentamente sus ojos y reflexionen sobre los ejercicios que realizaron.

²⁷ *Idem.*

²⁸ *Idem.*

²⁹ *Ibid.*, p.83.

³⁰ Basado en *Schwartz, H. S, op. cit.*, p. 58.

Sexta clase

4.6 Seguridad ante la cámara

Objetivo particular: El alumno se aceptará física y emocionalmente al dominar su crítica interna.

Además de dominar al público con la mirada, es preciso que ustedes los modelos le pierdan el miedo a la cámara, ya sea fotográfica, de cine o de video.

Siéntense en círculo, cierren los ojos y traten de hacer memoria cuando en la escuela primaria les pidieron fotografías tamaño infantil para el certificado del colegio... En el momento que llegaron al estudio el fotógrafo los colocó en una postura acartonada y rígida para evitar que la fotografía saliera movida... Esto creó en ustedes una pérdida de espontaneidad y naturalidad corporal... Después al recoger las fotos escuchaban los comentarios críticos de sus familiares y amigos que señalaban sus defectos físicos... Este episodio se repitió en innumerables ocasiones a lo largo de su vida, no sólo en el estudio fotográfico, sino también en las fotos y videos de reuniones familiares y eventos sociales. Todo esto generó en ustedes un gran miedo al ridículo... Cuando crecieron y decidieron dedicarse al modelaje, tuvieron que acudir a grabaciones profesionales para algún comercial de televisión. El director les pidió que miraran directamente a la cámara con naturalidad pero al mismo tiempo les presionó diciendo que el tiempo de grabación cuesta mucho dinero así que era preciso que saliera muy bien la toma, porque el producto iba a ser visto por millones de televidentes... En ese momento lo único que querían hacer era salir huyendo del set de grabación.

Es por eso que han aprendido a ver con exagerado respeto y miedo a la cámara... Conforme pasaron los años se fue formando dentro de cada uno de ustedes un juez interno que los critica y ridiculiza, ya no es necesario que exista una persona externa que los juzgue, cada uno de ustedes se hace daño a sí mismo... Este juez interno jamás desaparecerá porque forma parte de la estructura de su personalidad, Freud lo llamó Superyó... A este juez interno se le representa de diversa formas. "Para algunos, los jueces son unas manchas oscuras, poco definidas y desagradables, para otros son personajes humanos con personalidades reconocibles, que a menudo aparecen como sus padres o alguna otra figura de autoridad de su pasado."³¹ Sin embargo pueden restarle importancia si toman conciencia de él y dejan de

³¹ Ristad, E., *La música en la mente*, p. 27.

prestarle oídos. Los siguientes ejercicios les ayudarán a debilitar a su juez interno y a perderle el miedo a la cámara:

- 1) Estudien detenidamente esta cámara fotográfica uno por uno, contemplen su textura, su peso, su temperatura, todas sus cualidades físicas y mecánicas... Como pueden percibir, la temperatura de la cámara es fría, está hecha en su mayor parte de metal y por lo tanto es pesada y dura, estas características nos remiten a la imagen mental de un objeto inanimado y lo muerto no puede hacernos ningún daño, es inofensivo. La cámara es un objeto frío al cual nosotros le damos vida, sin nosotros no puede funcionar, además, detrás de la cámara por lo general únicamente hay un solitario ser realizando su trabajo, el camarógrafo, no son millones de ojos observándonos. De ahora en adelante tengan presente que la cámara es un instrumento de trabajo, dejen de proyectar sus temores en ella.
- 2) Formen grupos de cuatro alumnos. Cada miembro del grupo interpretará un rol diferente: El actor-modelo del comercial, el camarógrafo, el juez interno del actor y el director de escena. Ahora bien, el actor contará una historia a la cámara durante un minuto, sin hacer ninguna pausa, si se llegase hacer alguna pausa larga, el director cortará la filmación. Por otro lado, el camarógrafo seguirá de cerca el rostro del actor con la cámara durante toda la escena. Al mismo tiempo el alumno que interpreta al juez interno hablará sin cesar al oído del actor procurando distraerlo con frases como éstas: ¡Te vas a equivocar!... ¡Se te olvidó el texto!... ¡Te va a regañar el director!... ¡Estás haciendo el ridículo!... ¡Te da miedo la cámara!... ¡Estás actuando muy mal!... ¡No debiste aceptar el papel, te queda demasiado grande!... El actor debe hacer lo posible por no escucharlo y continuar la escena con seguridad.
- 3) Ahora continuemos con la misma dinámica del ejercicio anterior agregando nuevas funciones a los personajes. El director propondrá el tema de improvisación. El camarógrafo se acercará al rostro del actor a una distancia de 20 centímetros aproximadamente, tratando de cohibirlo. El actor debe saber imponerse con su interpretación aunque tenga la cámara encima de él. El juez continuará su acoso diciendo frases mordaces para provocar inseguridad en el actor, pero éste debe evitar oírlo.

- 4) En esta ocasión el actor debe participar más activamente, acercándose a la cámara de forma segura, como si la retara para hacerla retroceder. El camarógrafo se hallará en una postura fija, pero cuando sienta la seguridad en la mirada del actor retrocederá, para indicar que se logró el cometido. El juez o crítico interno se sustituirá por un ayudante interno que alentará y reforzará la conducta intrépida del actor con las siguientes frases: ¡Todo está saliendo estupendo!...¡Ese gesto estuvo maravilloso!... ¡Impresionalos con tu interpretación!... ¡Al director le está gustando la escena!... ¡La cámara es tu amiga!... ¡Te estás divirtiendo como nunca, le estás sacando jugo al papel!
- 5) En este ejercicio sólo habrá un actor y un camarógrafo. El actor le declarará su amor a la cámara como si se tratara de su ser amado. Cuando el camarógrafo sienta que se cumplió la meta del actor, acabará el ejercicio diciendo corte y queda.
- 6) Continuamos con la misma dinámica que en el ejercicio anterior, pero el actor ahora contará chistes, se pondrá en situaciones corporales chuscas hasta hacer reír al camarógrafo, cuando el actor logre su cometido el camarógrafo terminará el ejercicio felicitando al actor y diciendo que la escena ha sido graciosa.
- 7) Ahora el actor por medio de diálogos o actitudes agredirá a la cámara hasta hacerla retroceder, el camarógrafo cuando se haya cumplido el cometido reaccionará como en los ejercicios anteriores.
- 8) Ahora cada uno de ustedes pasará al escenario y sostendrá la cámara con una mano como si se tratase de un espejo de bolsillo y se arreglará, se acicalará, se cepillará el cabello, hasta conseguir naturalidad escénica. Después de 2 minutos cortaré el ejercicio y dictaminaremos si se logró el objetivo del ejercicio o no.

Jorge Grau nos dice que “para ser fotogénico, le basta pues al actor ser él mismo, con ofrecerse sin engaños a la observación minuciosa de la cámara, aceptando virtudes y defectos propios, armonías y desarmonías, como elementos de un sólo conjunto cuya belleza no depende tan sólo del físico sino también y principalmente del espíritu.”³²

Los siguientes ejercicios los ayudarán a retratar mucho mejor:

³² Grau, J., *El actor y el cine*, p. 119.

- 1) Colóquense todos frente a los espejos de cuerpo entero que hay distribuidos por el salón de clases. Observen su rostro, toquen su frente, su nariz, los pómulos, las sienes, la mandíbula. Ahora memoricen su rostro. Revisen cada centímetro de su cutis. Tomen conciencia de lunares, manchas, cicatrices, granos, arrugas y pliegues. Analicen la forma de su rostro, es redondo, ovalado, cuadrado, rectangular o en forma de rombo. Cierren sus ojos y traten de visualizar internamente sus facciones.
- 2) Ahora observen su rostro en partes. Primero la parte de arriba: Frente y ojos, cubran con sus manos la nariz y el mentón... Ahora revisen la parte de abajo: La nariz y el mentón, al mismo tiempo que cubren su frente, después únicamente el lado izquierdo y por último el derecho.
- 3) Vean su cara en conjunto. Qué partes de su rostro les gustan más y cuáles les desagradan.
- 4) Observen su cuerpo en conjunto, el pecho, los hombros, los brazos, la espalda, la cintura, el pubis, las piernas y los pies, cuáles son las partes que más les agradan y cuáles les desagradan.
- 5) Cierren sus ojos y analicen por qué algunas partes de su rostro y cuerpo no les gustan. Pregúntense ¿Cuál es el concepto de belleza que tengo? Intenten recordar quién o quiénes les dijeron que su rostro, sus orejas, sus piernas o cualquier otra parte de su cuerpo eran desagradables. Visualicen a esos jueces internos, luego quítenles sus poderes. Observen de nuevo las partes que no eran aceptadas y digan estas frases mentalmente mientras las contemplan en el espejo: ¡De ahora en adelante acepto esta parte de mi cuerpo, tal cual es, ya que forma una parte de mí!
- 6) Detecten su belleza interna, su simpatía, su elegancia, su actitud ante la vida y proyéctenla hacia el espejo. Recuerden que la verdadera belleza tiene sus raíces dentro del ser humano.
- 7) Siéntense en parejas y observen el rostro y las expresiones de su compañero sin hablar... Después vean lo que él refleja: Cansancio, seguridad, nerviosismo, etc., y comenten sus impresiones a su compañero en voz baja.
Por último siéntense en círculo y comenten sus impresiones.

5. CURSO AVANZADO DE ACTUACIÓN PARA MODELOS

Primera clase

5.1 Niveles y posturas corporales

Objetivo particular: El alumno manejará los diferentes niveles corporales, para el mejoramiento de la composición escénica.

El modelo como si fuera un director teatral, debe tomar en cuenta su propia composición escénica y la de sus compañeros... En los dos primeros cursos ya vimos algunos elementos de la composición teatral como son: Las diferentes áreas del escenario, las posiciones individuales, su fuerza y debilidad.

Ahora analizaremos los diferentes niveles y posturas corporales. El movimiento corporal del actor establece diversos planos horizontales en el espacio escénico, por lo tanto los niveles corporales son las distintas alturas en la que se encuentra el cuerpo del actor en el escenario. Pondré un ejemplo... Imaginen en el escenario a tres actores compartiendo escena, el primero está de pie, el segundo se encuentra sentado y el tercero está recostado sobre el piso. El primer actor está en el nivel más elevado, el segundo actor se halla en un nivel abajo del primero y en un nivel más elevado que el tercero y el tercer actor se encuentra en el nivel más bajo.

Los niveles corporales sirven para equilibrar la escena, ya que generan la sensación de actividad y contraste al romper con la monotonía de los planos horizontales... Los niveles les ayudarán a diferenciar su posición corporal de la de sus compañeros.

Ustedes como modelos tienen que dominar los niveles y las posturas corporales, ya que son utilizados en los diversos ámbitos del modelaje... Para comprobar lo antes dicho, sólo basta con darle una pequeña ojeada a una revista de moda.

Durante los años de 1988 y 1989 en la clase de actuación de estilo griego que impartía el maestro González Caballero, en la Escuela de Arte y Teatro Emilia Carranza, practicábamos únicamente tres principales niveles y sus tres correspondientes posturas corporales. Al primer nivel le corresponde la posición de pie, al segundo nivel le concierne la posición semiflexionada de las piernas y al tercer nivel le toca la posición recostada sobre uno de los brazos... Sin embargo, a lo largo de mis investigaciones, me percaté que por lo general el modelo utiliza una mayor gama de posiciones corporales que el actor.

En el curso aplicaremos las siete diferentes posiciones corporales que yo propongo para el movimiento del modelo: De pie, piernas flexionadas, sentado, en cuclillas, hincado, recostado, acostado, que estarán distribuidas en tres niveles. El nuevo paradigma aquí propuesto lo estructuro de la siguiente manera:

Primer nivel Postura corporal de pie.

Segundo nivel Posturas corporales semiflexionado y sentado.

Tercer nivel Posturas corporales en cuclillas, hincado, recostado y acostado.

Pónganse todos de pie y distribúyanse a lo largo del escenario para practicar las diferentes posturas corporales. Les daré la postura que tienen que adoptar y el sentimiento que tienen que proyectar.

Primer nivel

En la posición de pie ejecuten los siguientes ejercicios:

- 1) Separen ligeramente las piernas apoyándolas con firmeza sobre el piso y expresen reto.
- 2) Apoyen el peso del cuerpo sobre su pierna izquierda y crucen por enfrente la pierna derecha, ahora crucen los brazos a la altura del pecho y expresen enojo.
- 3) Abran el compás de sus piernas, sepárenlas un poco, apoyen las manos sobre la cintura y proyecten respeto.
- 4) Apoyen el peso del cuerpo sobre su pierna derecha y pasen su pierna izquierda por atrás enroscándola sobre la pierna de apoyo, entrelacen las manos hacia el frente expresando pena.
- 5) Abran las puntas de los pies ligeramente hacia afuera, apoyen el peso en el centro de su cuerpo y proyecten seguridad.
- 6) Metan las puntas de los pies ligeramente hacia adentro y expresen en esta postura inocencia.

Segundo nivel

En la posición semiflexionada ejecuten los siguientes ejercicios:

- 1) Giren el cuerpo hacia su perfil derecho y recarguen el peso del cuerpo sobre la pierna de apoyo (derecha) que debe estar semiflexionada, la pierna izquierda tendrá que estar estirada, levanten los brazos hacia arriba y proyecten alegría.

- 2) Mantengan la misma posición del ejercicio anterior, pero ahora recarguen los puños sobre la cintura proyectando mando.
- 3) Siguiendo con la misma postura (perfil derecho semiflexionado), crucen los brazos a la altura del pecho demostrando enojo.
- 4) Ahora cambien de posición girando el cuerpo hacia su perfil izquierdo semiflexionado, dejen caer los brazos a lo largo del cuerpo y la cabeza mirando hacia el suelo en actitud de derrota.
- 5) Con la misma posición corporal que el ejercicio anterior, adelanten el pecho y levanten la cabeza mirando hacia el horizonte en actitud de orgullo.
- 6) Ahora pasen a la posición abierta, extiendan el compás de sus piernas 10 centímetros aproximadamente y deben permanecer semiflexionadas ambas piernas, mantengan sus brazos sueltos, su tronco y su cabeza tienen que estar rectos, ahora proyecten tranquilidad y paz.

En la posición sentada, ejecuten los siguientes ejercicios:

- 1) Siéntense sobre el piso con las piernas cruzadas en forma de flor de loto y demuestren tranquilidad.
- 2) Sentados en el piso con las piernas extendidas y posando las manos en la cintura proyecten rencor.
- 3) Permanezcan sentados sobre el piso, ahora encojan las piernas sobre el pecho y sosténgalas poniendo sus manos en las rodillas, cabizbajos demuestren melancolía.
- 4) Sentados sobre el piso con las piernas encogidas al costado izquierdo, sostengan el peso del cuerpo con la mano derecha, demostrarán coquetería.
- 5) Levántense del piso y cada uno tome una silla. Siéntense sobre el borde y apoyen las manos en el filo del asiento, inclinen su tronco hacia adelante y proyecten reto e interés.
- 6) Permanezcan sentados, avienten la cadera hacia atrás y ocupen todo el asiento de la silla, coloquen su espalda recta sin apoyar todo el peso en el respaldo, proyecten vitalidad y respeto.

- 7) Recarguen todo el peso de la espalda sobre el respaldo y dejen colgados sus brazos mirando hacia el suelo, coloquen su cadera en la orilla de la silla, demuestren tranquilidad y paz.
- 8) Coloquen sus caderas en el centro del asiento, extiendan las piernas, ahora crucen la pierna derecha encima de la izquierda, coloquen sus manos sobre las rodillas y demuestren inocencia.

Tercer nivel

En la posición de cuclillas ejecuten los siguientes ejercicios:

- 1) Crucen las manos sobre los hombros y demuestren pena.
- 2) Toquen con su mano derecha el hombro derecho y con la izquierda toquen su hombro izquierdo, giren la cabeza hacia su perfil derecho y miren hacia abajo en actitud placentera demostrando goce.
- 3) Abran un poco el compás y recarguen el codo izquierdo sobre su muslo derecho, con el puño cerrado sostengan la mandíbula, después apoyen el peso de su cuerpo sobre la mano derecha que debe estar recargada sobre el suelo, proyecten un pensamiento profundo.
- 4) Pónganse detrás de una silla en cuclillas, recarguen sus manos sobre el respaldo y muestren su cara por un lado de éste, proyectando sorpresa.

En la posición hincada, ejecuten los siguientes ejercicios:

- 1) Junten las palmas de las manos en forma de rezo, proyecten fe.
- 2) Hincados sobre las dos rodillas, levanten ambas manos y dirijanlas hacia el cielo demostrando gratitud.
- 3) Mantengan hincada sobre el piso la pierna izquierda, ahora flexionen en forma de escuadra la pierna derecha y recarguen el peso del cuerpo sobre ésta, estiren los brazos hacia atrás y proyecten ruego.
- 4) Continúen en la posición anterior, pero ahora tomen con su mano derecha la muñeca de su mano izquierda como si estuvieran atadas por atrás de la espalda, demuestren:
 - a) Desesperación.
 - b) Sufrimiento.
 - c) Miedo.

- 5) Hínquense de nuevo sobre las dos rodillas, pongan las dos manos recargadas sobre el suelo e inclinen la cabeza, como si hicieran una reverencia, proyecten:
 - a) Humildad.
 - b) Cobardía.

En la posición recostada, ejecuten los siguientes ejercicios:

- 1) Recostados o recargados a un lado sobre un sólo brazo, proyecten aburrimiento.
- 2) Recostados sobre los codos, con las rodillas dobladas o flexionadas, demuestren:
 - a) Goce.
 - b) Descanso.
 - c) Paciencia.
- 3) Recostados boca arriba sobre los antebrazos soportando el tronco, expresen:
 - a) Ilusión.
 - b) Ternura
 - c) Enojo.
 - d) Espera.
- 4) Recostados boca abajo sobre los codos proyecten:
 - a) Alegría.
 - b) Tristeza.
 - c) Naturalidad.
 - d) Alivio.
 - e) Remordimiento.

En la posición de tumbado o acostado ejecuten los siguientes ejercicios:

- 1) Acuéstense en el suelo boca abajo y apoyen el peso de la cabeza sobre su antebrazo derecho, como si fuera una almohada. Proyecten ensueño e ilusión.
- 2) Cambien de posición y acuéstense boca arriba en forma plana sobre el suelo, recarguen la cabeza sobre las dos manos entrelazadas, formando una especie de hamaca, proyecten sensualidad.
- 3) En la misma posición que el ejercicio anterior, estiren los brazos hacia el techo y demuestren cansancio.

4) Acostados sobre el lado izquierdo del cuerpo, crucen los brazos en el centro del pecho y doblen las piernas hacia el abdomen en posición fetal, proyecten tranquilidad y protección.

A continuación haremos ejercicios grupales de composición escénica. Irán pasando grupos de tres alumnos conforme los vaya llamando. Ahora pase el primer grupo.

1) “Tú serás **a**, tú **b** y tú **c**, colóquense al centro del escenario. En la primera posición **a** estará de pie, **b** con las rodillas semiflexionadas y **c** hincado. En la segunda posición **a** estará semiflexionado, **b** hincado y **c** parado. En la tercera posición **a** estará hincado, **b** de pie y **c** semiflexionado. Como pudieron darse cuenta la secuencia de posiciones es la siguiente: El alumno que está en primer nivel baja al segundo nivel, el alumno que se encuentra en segundo nivel baja al tercer nivel y por último el alumno que está en tercer nivel sube al primer nivel. Es una secuencia circular que se repite. Yo iré dando palmadas que indican el cambio de posición. Ahora pónganse en su primera posición y practiquemos el ejercicio explicado.”³³

Siguiendo la misma secuencia de posiciones realizaremos el siguiente ejercicio, pero ahora agregaremos dos nuevos elementos, la postura y el sentimiento.

2) En la primera posición **a** estará de pie con los brazos cruzados sobre el pecho en actitud de desprecio, **b** semiflexionado con las manos en las caderas en actitud de enojo y **c** hincado con las manos juntas en actitud de súplica.

En el siguiente ejercicio se agregará una frase que apoyará al sentimiento.

3) Igual que el ejercicio anterior, pero la persona que esté en el primer nivel (posición de pie con los brazos cruzados sobre el pecho en actitud de desprecio) dirá la siguiente frase: ¡Eres tan poca cosa que me había olvidado de ti! El que se encuentre en el segundo nivel (posición semiflexionado con las manos en las caderas en actitud de enojo) después de que dijo su texto el anterior dirá lo siguiente: ¡Se lo merece, que sufra! El alumno que se encuentre en el tercer nivel (hincado con las manos juntas en actitud de súplica) dirá su frase después del último compañero: ¡Por favor, les suplico que me escuchen! Es importante que sientan primero la posición corporal, luego

³³ Inf. verbal de González Caballero, Antonio, Escuela de Arte y Teatro Emilia Carranza, México, 1988.

generen el sentimiento y por último proyecten la voz. La voz tiene que ir apoyada por el cuerpo y el sentimiento.

4) Ahora irán pasando al escenario uno por uno de ustedes. Van a imaginar que se encuentran en una sesión de fotografía, yo seré el fotógrafo y ustedes los modelos y cada palmada que dé indicará que ya ha sido tomada la foto, por lo tanto deben estar preparados para la siguiente toma, cambiando de nivel y de posición corporal. Miren mi rostro fijamente y sin parpadear, como si se tratase de la lente de la cámara. En cada fotografía ustedes darán su mejor sonrisa y su mejor pose. Pueden utilizar cualquiera de las posiciones corporales que ya hemos practicado (de pie, semiflexionado, sentado, en cuclillas, hincado, recostado y acostado) en el orden que ustedes quieran.

En el siguiente ejercicio trabajaremos con los niveles y utilizaremos una silla.

1) Ahora cada uno de ustedes tome una silla y distribúyanse por todo el salón de clase de tal modo que tengan el espacio suficiente para trabajar. La dinámica es parecida al ejercicio anterior, ya que también se imaginarán que están en una sesión fotográfica y que yo soy el fotógrafo, el objetivo del ejercicio es que exploren las posibilidades espaciales y de movimiento que permite la silla. Tomaré 5 fotografías por secuencia, en las que ustedes aplicarán los diferentes niveles y posiciones corporales.

- a) Cinco fotografías detrás de la silla.
- b) Cinco fotos sentados sobre el asiento de la silla.
- c) Cinco fotos sentados sobre el respaldo de la silla.
- d) Cinco fotos arrastrando la silla con una mano.
- e) Cinco fotos con un pie sobre el asiento de la silla.
- f) Cinco fotos mostrando a la cámara la parte trasera del respaldo.
- g) Cinco fotos hincados sobre el asiento de la silla.

Dejen a un lado sus sillas. Ahora vamos a aplicar los niveles y las posturas corporales, los accesorios y las prendas de vestir.

Ahora divídanse en tres grupos y hagan el siguiente ejercicio:

- 1) El primer grupo estará en la posición de pie con las manos en la cintura para modelar una camisa, una chamarra, un saco o una estola.

- 2) El segundo grupo estará en la posición semiflexionada para modelar pantalones y faldas.
- 3) El tercer grupo estará en la posición hincado sobre una pierna o recostado en el piso para modelar zapatos, medias y calcetines.

Actualmente se requiere en las tiendas de moda de maniqués humanos, donde el modelo tiene que permanecer durante unos minutos congelado en la misma posición, para lograr esta permanencia corporal realizarán los siguientes ejercicios:

- 1) Escojan cuatro posiciones en diferentes niveles corporales, exhibiendo distintas prendas de vestir. Cada posición tendrá una duración de cinco minutos y se utilizará un accesorio diferente para modelar. Si alguno de ustedes llega a moverse mientras ejecuta el ejercicio, tendrá que comenzar de nuevo.
 - 2) De tarea escogerán de una revista de moda cinco o seis posiciones fotográficas, las aprenderán de memoria y realizarán las secuencias.
- Por último reflexionemos sobre los ejercicios del día de hoy.

Segunda clase

5.2 Naturalidad en la interpretación

Objetivo particular: El alumno obtendrá naturalidad en la interpretación.

Mi maestro de actuación Antonio González Caballero, decía que para que exista una actuación natural tiene que haber una secuencia lógica de tres principales componentes del intérprete: El sentimiento, el cuerpo y la voz. Esto es algo con lo que siempre he estado de acuerdo, pero no sólo es importante la presencia de estos tres aspectos, también es vital que tengan este orden secuencial.

El primer componente de la secuencia es el sentimiento, ya que si de inicio no existe un sentimiento bien establecido y dirigido, el cuerpo y la voz no serán naturales ni congruentes.

El cuerpo es el segundo elemento en importancia para que exista una interpretación natural, éste reacciona al estímulo provocado por el primer componente, el sentimiento. Gracias al cuerpo podemos expresar nuestras emociones. De nada sirve sentir algo como intérpretes si no sabemos proyectarlo al público.

El tercer elemento es la voz, que es el resultado final de los otros dos componentes. Eugenio Barba nos dice que “la voz es una prolongación de nuestro cuerpo.”³⁴ Si el sentimiento es sincero, por consecuencia lógica, el cuerpo y la voz también lo serán. La tonalidad de la voz, es generada por el sentimiento. La gama de ademanes y de tonos de voz es infinita, como también lo son las emociones que los motivan.

Ustedes los modelos cuando interpretan un papel, por lo general cambian el orden de los componentes, comienzan por el cuerpo, luego por la voz y al final dejan el sentimiento, es por eso que su que su interpretación es fría, falsa y distante.

Es probable que a lo largo de su carrera como modelos requieran interpretar algún pequeño texto en un comercial de televisión o en una obra de teatro, he ahí la importancia de esta clase.

En el año de 1983, cuando cursaba la carrera de Actuación en el Instituto Arte Escénico, el maestro Oscar Ledesma que había sido colaborador y discípulo de Salvador Novo, nos ponía una serie de ejercicios en los que se aplicaban de forma simultánea el sentimiento, el cuerpo y la voz. Estos ejercicios los sigo poniendo en práctica en mis clases de actuación hasta la fecha, incluso he diseñado otros con este propósito.

³⁴ Barba, E., *Más allá de las islas flotantes*, p. 80.

A continuación les indicaré el tipo de sentimiento, el movimiento del cuerpo y la palabra que tienen que interpretar, recuerden seguir la secuencia lógica de los tres componentes:

- 1) Con ruego, extiendan los brazos dibujando un semicírculo en el aire (como si invitaran al interlocutor a acercarse), en tercer nivel, en posición de cuclillas. Dirán la palabra: Ven.
- 2) Con ansiedad, extiendan los brazos para después acercarlos al pecho, en segundo nivel, en posición de piernas semiflexionadas. Se repite la palabra: Ven.
- 3) Con amor, extiendan los brazos para después pegarlos al pecho, en primer nivel posición de pie. Se repite la palabra: Ven.³⁵
- 4) Con ilusión, con los brazos semiflexionados, girarán las manos hacia afuera con las palmas viendo hacia arriba, una de las manos quedará en un nivel más alto que la otra. Ustedes se encontrarán en primer nivel, de pie. Dirán la palabra: Subía.
- 5) Con mayor ilusión, repetirán la posición anterior, pero extendiendo los brazos un poco más. Se repite la palabra: Subía.
- 6) Con el máximo de ilusión, con los brazos extendidos por encima de la cabeza, en primer nivel, en la posición de pie. Se repite la palabra: Subía.³⁶
- 7) Con tristeza, con los brazos flexionados, girarán las manos apuntando hacia abajo y las palmas viendo hacia el frente, una de las manos quedará en un nivel más bajo que la otra. Estarán en primer nivel, en la posición de pie. Dirán la palabra: Bajaba.
- 8) Con mayor tristeza, repetirán la posición anterior pero con los brazos semiflexionados (más extendidos). Se encontrarán en segundo nivel, en la posición de piernas semiflexionadas. Se repite la palabra: Bajaba.
- 9) Con el máximo de tristeza, con los brazos totalmente extendidos hacia abajo señalando el piso y las palmas viendo hacia el frente, ambas manos quedarán a la misma altura. Ustedes estarán en tercer nivel, en la posición hincada. Se repite la palabra: Bajaba.³⁷

³⁵ Inf. verbal de Ledesma, Oscar, Instituto de Arte Escénico, México, 1983.

³⁶ *Ibid.*

³⁷ *Ibid.*

- 10) Con alegría, con el brazo derecho pegado al cuerpo y con la palma de la mano mirando al frente y señalando al piso. Ustedes estarán en primer nivel, en la posición de pie. Dirán la palabra: Aquí.
- 11) Con tristeza, despegarán el brazo del cuerpo y éste quedará a la altura del pecho, con la palma de la mano mirando hacia el techo, se hallarán en primera posición. Dirán la palabra: Allá.
- 12) Con desprecio, el movimiento del brazo se dará en dos etapas, la primera se ejecutará como quedó en la posición anterior, en la segunda etapa el brazo volverá hacia el cuerpo dibujando un semicírculo, luego regresará hacia el frente dibujando otro semicírculo, quedando el brazo extendido ligeramente por encima de la cabeza con la palma de la mano mirando al techo. Estarán en el primer nivel, en la posición de pie. Dirán las siguientes palabras: En el primer movimiento del brazo: Más, y en el segundo dirán: Allá.³⁸
- 13) Con enojo, flexionen los brazos de forma que las manos queden a la altura del pecho, las palmas estarán mirando al frente en actitud de rechazo. En primer nivel en la posición de pie. Dirán la palabra: No.
- 14) Con más enojo, los brazos semiflexionados (más extendidos) y con las manos en la posición anterior. En segundo nivel en la posición de piernas semiflexionadas. Se repite la palabra: No.
- 15) Con ira, los brazos extendidos y con las palmas de las manos hacia el frente, mostrarán un rechazo total. En tercer nivel en la posición de cuclillas. Se repite la palabra: No.
- 16) Con ambición, los brazos extendidos y las palmas de las manos en actitud de petición. En primer nivel, en la posición de pie. Dirán la palabra: Dame.
- 17) Con codicia, brazos semiflexionados y las palmas de las manos queriendo arrebatar el objeto. En segundo nivel, en la posición de piernas semiflexionadas. Se repite la palabra: Dame.
- 18) Con envidia, llegando a un máximo grado de deseo, con los brazos flexionados y los puños cerrados, vueltos hacia el pecho. En tercer, nivel en la posición hincada. Se repite la palabra: Dame.

³⁸ *Ibid.*

- 19) Con ruego, con los brazos flexionados y las manos juntas en forma de rezo, a la altura del pecho, implorando. En primer nivel, en la posición de pie. Dirán la palabra: Perdón.
- 20) Implorando, con los brazos semiflexionados, con las manos crispadas. En segundo nivel, en la posición de piernas semiflexionadas. Se repite la palabra: Perdón.
- 21) Implorando al máximo, con los brazos extendidos. En tercer nivel en la posición hincada. Se repite la palabra: Perdón.

Ahora siéntense en círculo y comenten sus impresiones de la clase.

Tercera clase

5.3 La imagen

Objetivo particular: El alumno diferenciará los cuatro principales tipos de imagen.

La imagen es el estilo personal de arreglo externo (vestuario, peinado, accesorios y maquillaje) que muestra el status social, la profesión, las tendencias y los gustos de un sujeto en particular. La imagen es meramente una máscara social, una fachada externa, pero que habla mucho de la persona. "La imagen se podría definir como la presentación de sí mismo ante el mundo."³⁹ La imagen es para el modelo lo que la caracterización externa para el actor.

El hábito no hace al monje, eso todos lo sabemos, pero también sabemos lo poco que impresiona un monje sin hábito. La ropa es la segunda piel que nos dibuja una identidad ante los otros. "La forma de vestir de una persona sirve para ubicarla: Nos habla de dónde viene y hacia dónde se dirige. La ropa es una manifestación palpable de la ideología, las preferencias culturales y la identidad de cada sujeto. Por lo tanto cada decisión de estilo que hacemos recrea un determinado papel social."⁴⁰

Es de suma importancia para ustedes los modelos, que conozcan los diversos tipos de imagen para poder proyectarlos y definirlos con claridad en el escenario, en la pasarela y en la vida personal, ya que existe un tipo de imagen para cada ocasión.

Los cuatro tipos de imagen son:

- 1) Imagen clásica: Es la imagen elegante, del poder y el refinamiento; resulta fantástica para las horas de trabajo y las ocasiones formales.

Esta imagen es sinónimo de prosperidad y éxito, y está rodeada de un halo de elegancia, refinamiento y autoconfianza, calidad e integridad.

Casi todo el mundo ha deseado en determinado momento adoptar esta moda de belleza, porque su aspecto es muy formal.

El arreglo clásico es de gran ayuda en la oficina, en juntas especiales de trabajo, así como en restaurantes o diversos lugares públicos. Es ideal para ir a la iglesia, así como a reuniones familiares, bautizos, graduaciones, bodas y funerales.

- a) Rostro clásico:
 - Cutis: Muy pálido, impecable, mate.

³⁹ James, J., *El lenguaje corporal*, p. 12.

⁴⁰ Jauffred, M., *El hombre bien vestido*, p. 13.

- Cejas: Bien delineadas, arqueadas, con énfasis.
- Pómulos: Coloreados, angulosos, acentuados.
- Labios: Bien perfilados, tonos fuertes, acentuados.
- Colorido: Opaco y de mediana intensidad.

b) Cabello clásico:

- Peinado alto de largo mediano.
- Raya de lado.
- Limpio y sedoso.

c) Accesorios clásicos:

- Bien seleccionados.
- Tamaño conservador.
- No demasiado serios.

d) Ropa clásica:

- Conservadora.
- Impecable.
- Refinada.
- Pulcra, no demasiado llamativa.

2) Imagen natural: Es la imagen que se identifica plenamente con la naturaleza; despreocupada y espontánea. Propia para las reuniones informales y actividades al aire libre.

La característica principal de esta imagen es la rebeldía; su naturalidad permite la expresión de un espíritu evolucionado y libre de tradicionalismo.

La imagen natural proyecta tanto entusiasmo, que es ideal para usarla con ropa deportiva.

Es idónea para quienes se dedican a pintar, escribir o incursionar en el mundo del arte.

a) Rostro natural:

- Cutis: Cálido, limpio.
- Cejas: Rectas, pobladas, despeinadas.
- Ojos: Almendrados, alargados, llamativos.
- Labios: Discretos y con brillo.

- Colores: Soleados, terrosos, naturales.
- b) Cabello natural:
 - Alborotado, libre y suelto.
- c) Accesorios naturales:
 - Materiales y texturas naturales como plumas, conchas, etc.
 - Largos y sueltos.
 - Opacos.
- d) Ropa natural:
 - Atuendos informales y deportivos.
 - Típica, casual, suelta, sensual, confeccionada en telas naturales.
 - Despreocupada, poco tradicional, poco seria.

3) Imagen romántica: Es una imagen soñadora, juvenil y tierna, adecuada para cenas íntimas, reuniones familiares y para el día de la boda.

Los componentes de esta imagen siempre deben tener un enfoque suave: Feminidad, gracia, gentileza, compostura y delicadeza son algunas de las cualidades que emanan de esta imagen.

Es perfecta para los momentos románticos, ocasiones especiales incluyendo noches de gala; así como fiestas, días de campo, citas amorosas, cenas íntimas, aniversarios, reuniones familiares, vacaciones.

- a) Rostro romántico:
 - Piel tersa, cremosa, suave, húmeda.
 - Idéntico énfasis a todas las facciones y conjunto discreto.
 - Labios y mejillas rosadas.
 - Ojos redondos y grandes.
- b) Accesorios románticos:
 - Joyería pequeña de un centímetro de diámetro o menos (con excepción de antigüedades).
 - Nada angular o dramático.
 - Antigüedades, listones, encajes o flores.
 - Perlas, cuentas, artículos de oro, plata y filigrana, etc.
- c) Ropa romántica:

- Conservadora.
- Suave en tonos pastel.
- Telas ligeras, suaves, encajes y gasas.
- Elegante, original, delicada.
- Estampado pequeño, principalmente flores.

4) Imagen sofisticada: Es el estilo por excelencia de la mujer glamorosa, deslumbrante, sexy y seductora. Es la más apropiada para las noches de gala.

El escenario de la imagen sofisticada es mundano y variado. Casi todo está permitido y el *glamour* disfruta de las diferentes tendencias del maquillaje, peinado y modas que se imponen.

Las celebridades de la época moderna saben muy bien que la imagen sofisticada es la que más brilla a lo lejos y por ende, la favorita de quienes están constantemente en la mente del público.

Esta imagen sirve para espectáculos, fiestas, reuniones, cenas y convenciones, los salones de baile, discotecas, conciertos, clubes privados, son un magnífico marco para este atavío.

a) Rostro sofisticado:

- Ojos profundos, brillantes y alargados.
- Labios brillantes, llamativos y a menudo coloreados.
- Cutis perfecto, pálido.
- Colores vivos, intensos o poco comunes.

b) Cabello sofisticado:

- Cortes angulosos.
- Cortes modernos.
- Color llamativo.
- Artificial.
- Atractivo.

c) Accesorios sofisticados:

- Modernos y vanguardistas.
- Con grecas e innovadores.
- Excitantes y sensuales.

- Diversas formas de acuerdo a la moda.
- d) Ropa sofisticada:
- A la moda.
 - Atrevida.
 - De noche.
 - Llamativa.⁴¹

De acuerdo con la teoría de la imagen he diseñado los siguientes ejercicios:

- 1) En una revista de moda reconozcan el tipo físico de imagen que expresa cada modelo, después recórtelo y péguenlo en su cuaderno de clase, es importante aclarar que deben ser cuatro recortes como mínimo que ilustren cada una de los tipos de imagen explicados: Clásica, natural, romántica y sofisticada.
- 2) Enseñen su muestrario de recortes a los demás compañeros y justifiquen su trabajo, explicando el por qué creen ustedes que ese modelo utilizó tal o cual tipo de imagen.
- 3) Cada uno de ustedes irá pasando al escenario modelando y cada participante del público determinará como si fuera un experto en modas, qué tipo de imagen refleja, si los accesorios o el tipo de peinado y maquillaje son correctos o incorrectos de acuerdo a la teoría expuesta y a su tipo físico.
- 4) Ahora todos ustedes hagan memoria de algún evento social al que hayan asistido y expliquen si su tipo de imagen o la de otro asistente no coincidía con la ocasión. Por ejemplo, recuerdo haber visto a persona con pantalones de mezclilla haciendo el ridículo (imagen natural) en una fiesta de etiqueta (imagen clásica).
- 5) Tomen su cuaderno, seleccionen un recorte y detecten si alguno de los elementos de la teoría no coincide con la fotografía que ustedes eligieron para analizar. Podemos decir que el tipo de imagen queda parcialmente presentada si alguno de sus componentes (vestuario, maquillaje, corte de cabello) no pertenece al conjunto. Después de detectar las fallas en alguno o algunos de sus componentes, expóngalas ante el grupo para ser discutidas.

⁴¹ Cfr. Miller., C., *Sensacional en toda ocasión*, Capítulos 1, 2, 3 y 4.

Cuarta clase

5.4 La atmósfera y la actitud interna

Objetivo particular: El alumno establecerá correspondencia lógica entre la imagen y la actitud interna.

Saber crear una imagen externa para un personaje es importante, pero esta imagen tiene que ir sustentada por una actitud interna y una atmósfera personal adecuada a cada tipo de imagen. La apariencia externa es hueca y ficticia si no es sostenida por una base de naturaleza emocional. La actitud interna es para el modelo lo que la caracterización interna es para el actor.

Cada imagen debe coincidir y ser congruente con la actitud interna de su tipo, no sería adecuado querer mostrar una imagen sofisticada y al mismo tiempo conducirse internamente con una actitud romántica, o teniendo una imagen natural no sería correcto que fuera acompañada de una actitud elegante propia del estilo clásico. La actitud y la atmósfera personal generan naturalidad y calidez a la imagen externa.

Hagamos los siguientes ejercicios:

1) Atmósfera y actitud interna adecuadas para la imagen clásica.

Pasen cuatro o cinco alumnos al escenario... Ahora imaginen que se encuentran en una oficina donde el trato es muy formal y cordial, imaginen cuál es su postura corporal y sus ademanes, visualicen cómo la atmósfera está cargada de seriedad y responsabilidad, cada movimiento que hacen es cuidadoso y lento, evitando que el vestuario se arrugue o el sudor estropee el maquillaje y manche el vestuario... Las palabras son medidas y elegantes, el trato es formal y distante, todos se hablan de usted o por medio de títulos académicos, como licenciado, señorita secretaria, abogado, etc. ... Ha pasado el tiempo y ahora se encuentran en un bautizo y están vestidos con traje y vestido largo (etiqueta), saludan a los familiares y amigos con afecto pero con cierta incomodidad, sonrían a los demás pero de forma estereotipada sin perder el porte y la forma... Después pasan al banquete y tienen que demostrar las buenas maneras en la mesa... Por último, se hallan en un desfile de modas donde se van a modelar trajes sastres y accesorios para oficina propios de la imagen clásica sin perder la sensación de la atmósfera anterior. Para facilitar el ejercicio imaginen que se encuentran en una oficina o en un banquete cuando se desplacen a lo largo de la pasarela, así podrán proyectar la imagen clásica hacia el público asistente. Cada uno

de ustedes debe tener una actitud interna que irradie: Elegancia, refinamiento, poder, distinción, gusto, señorío, autoridad, grandeza y fuerza.

2) Atmósfera y actitud interna adecuadas para la imagen natural.

Pase otro grupo de alumnos al frente... Imaginen que se encuentran en un día de campo rodeado de familiares y amigos, es un día de verano tranquilo y soleado, la atmósfera del lugar es ligera, bajo estas circunstancias no hay caretas sociales ni rangos de importancia y todos los miembros del grupo se conocen, se estiman y se hablan por su nombre de pila; la ropa es holgada, flexible, totalmente casual, como pantalones de mezclilla, ropa de manta, ropa deportiva, la cercanía corporal está en términos de distancia personal sin llegar a ser íntima. Los gestos son naturales y libres... Ahora se encuentran en una clase de pintura, el ambiente es lúdico y divertido, son alumnos y se hallan copiando un jarrón, están absortos y entretenidos en su creación artística, las pinceladas son decididas y seguras... Como en el ejercicio anterior nos encontramos en estos instantes en un desfile de modas de ropa deportiva, intenten transportar las sensaciones anteriores e imaginen que están caminando por una vereda a orillas de un río, respirando aire fresco. Tomen al público como un bello paisaje al que se le contempla con serenidad y paz. En este caso la actitud interna debe ser: Sencilla, franca, legítima, relajada, creativa, artística y despreocupada.

Atmósfera y actitud interna adecuadas para la imagen romántica.

3) Pase el siguiente grupo de alumnos al escenario... Echen a volar su fantasía e imaginen que se encuentran en un restaurante donde tendrán su primera cita con una persona que conocieron la semana pasada, la cual les interesa como futura pareja... El lugar está rodeado de una atmósfera de intimidad y buen gusto, es de noche y se escuchan susurros de unos cuantos comensales... En el ambiente se percibe una tenue luz que procede de las velas que alumbran el lugar, también hay música instrumental sutil, que invita a un trato romántico. Un mesero las recibe de forma amable y cordial y las hace pasar a un reservado donde esperan a esa persona especial para ustedes, para compartir la velada, en la mesa se encuentra una botella de vino, queso y pan... Su vestuario es de buen gusto, con pequeños estampados, el perfume que usan es delicado, también utilizan una fina pulsera de oro o de plata, que

demuestra que es una ocasión especial... Por fin llega su amigo vestido para la ocasión, con pantalón formal (pero no de etiqueta), camisa de color claro y saco sin corbata y comienza el encuentro romántico. Ambos platican a una distancia íntima a media voz y se comportan con delicadeza y gentileza, muestran lo mejor de sí por temor a ser rechazados... En este momento transfieran esa atmósfera romántica hacia la pasarela e imaginen como si en lugar del público los rodeara el reservado que acabamos de describir. La actitud interna debe de irradiar: Ingenuidad, suavidad, feminidad (en el caso de las mujeres), romanticismo, delicadeza, finura, fantasía y melancolía.

4) Atmósfera y actitud interna adecuadas para la imagen sofisticada:

El grupo que falta por trabajar, pase por favor al escenario... Ahora imaginen que fueron invitados a una noche de gala en un prestigiado club privado de la ciudad, donde se llevará a cabo la entrega anual del máximo galardón de cine y televisión del país... En el lugar se dan cita las máximas luminarias del espectáculo, es la ocasión ideal para mostrar las más recientes adquisiciones del vestuario y los accesorios de moda... El lugar está iluminado desde la entrada, se agolpan periodistas y gente de los medios de comunicación... Para entrar hay que pasar por una elegante alfombra roja, la atmósfera está rodeada de un halo de sofisticado *glamour*, en la valla se encuentran entusiasmados admiradores que apoyan a sus estrellas favoritas... Los reflectores y las cámaras fotográficas iluminan todo el lugar, el vestuario que llevan es sexy y fascinante, denota fama y elegancia e invita a la seducción... Al igual que en los anteriores ejercicios, pasen ahora a la pasarela evocando internamente aquel evento. Ahora imaginen que se encuentran caminando por la alfombra roja como las estrellas del momento y que el público representa a los cientos de admiradores que los fueron a ver. Tienen que acompañar su caminar con una actitud interna que muestre seguridad, sensualidad y erotismo.

Quinta clase

5.5 La pose

Objetivo: El alumno tomará conciencia del significado psicológico y emocional de la postura corporal para lograr sus objetivos de proyección.

La pose es un gesto o una postura corporal que contiene significados psicológicos no verbales y que manifiesta un sentimiento.

Algunas poses invitan a la acción, al sentimiento, a la elegancia, a la aventura, al deseo, etc. Además, la aplicación y dominio de ésta, sirve como un práctico y poderoso apoyo para el tipo de imagen, imprimiéndole soltura, belleza y porte.

La pose es el arma más socorrida de ustedes los modelos, es utilizada en las revistas de moda, desfiles y eventos sociales, es la base de la actuación formal. Si ustedes utilizaran la pose sin justificación interna y psicológica, sería un simple cliché, por eso es de suma importancia conocer su significado, para luego poder proyectarlo en el escenario.

El colocar la mano sobre la frente es una pose representativa de la imagen clásica que denota reflexión, pero esto no indica que sea exclusiva de dicha imagen, puede ser utilizada por los otros tipos de imagen siempre y cuando se mantenga la actitud interna correspondiente. Ningún significado psicológico y emocional es exclusivo de algún tipo de imagen. En pocas palabras, la pose puede ser representativa, más no exclusiva.

En el año de 1986, mi maestra de actuación Aimée Wagner, quien actualmente continúa impartiendo cátedra en la Licenciatura en Literatura Dramática y Teatro, nos recomendaba apoyar la caracterización del personaje en alguna parte específica del cuerpo durante el proceso de creación artística, con la finalidad de dar una postura única y precisa para cada uno de los diferentes personajes.⁴² Si ustedes llegan a tener conciencia del significado de la pose que van a representar, es muy probable que logren expresar su contenido.

La clase de hoy es de suma importancia para nuestro curso. Ahora tomen nota del significado psicológico y emocional de las poses que yo considero más socorridas en el modelaje profesional:

- 1) La mano en la frente:

⁴² Inf. Verbal de Wagner, Aimée, Facultad de Filosofía y Letras, UNAM, México, 1986.

“La mano apoyada en la frente, más o menos abierta, la cabeza ligeramente flexionada hacia adelante y sutilmente hacia abajo; he ahí el gesto de la reflexión, del cálculo, de la concentración.”⁴³ Esta pose es muy característica de la imagen clásica.

2) La mano sosteniendo la mandíbula inferior:

“La mandíbula puede reposar pesada y francamente en la palma de vuelta hacia lo alto, los dedos flexionados a medias para que encuadren el rostro lateralmente: Pose del soñador imaginativo desprovisto de actividad práctica. Gesto del que entiende pero no escucha, perdido en la fantasía o en sus proyectos interiores.”⁴⁴ La imagen romántica suele recurrir mucho a esta pose.

3) La mano rodeando el mentón:

“El pulgar está bajo la mandíbula, pero el dorso de la mano se ha vuelto hacia delante, de suerte que el índice ha descendido, para rodear el mentón. Este gesto se halla presto al ataque, pues es el rasgo predominante de lanzarse rápidamente a la batalla.”⁴⁵ Esta pose se presenta comúnmente en las imágenes clásica y sofisticada.

4) Sosteniendo la mandíbula inferior con el pulgar:

“El punto de apoyo es la horca que forma el pulgar y el índice y en la cual la mandíbula viene a encuadrarse, el pulgar bajo el mentón y el índice siguiendo verticalmente el lado de la mejilla hasta la sien, el dedo cordial viene a barrer el labio superior. Tras este gesto se esconde un espíritu crítico y agudo. Siempre a la expectativa esperando a su víctima.”⁴⁶ Digna pose de las imágenes clásica y natural.

5) La mano apoyada sobre las cejas:

“La utilización de una sola mano a la altura de las cejas sobre la cual la cabeza viene a reposar, parece como una pantalla que viene a disminuir los impulsos y dispersarlos.”⁴⁷ Esta pose proyecta una fuerte introspección, es muy adecuada para la imagen clásica.

6) El puño apoyado sobre la sien:

⁴³ Bergés, J., *Los gestos y la personalidad*, p. 93.

⁴⁴ *Ibid*, p. 94.

⁴⁵ *Ibid*, p. 95.

⁴⁶ *Ibid*, p. 95

⁴⁷ *Ibid*.

La sien sobre el puño cerrado vigorosamente, señala el esfuerzo y la decisión, pero también la contrariedad de no poseer la concentración adecuada en el trabajo intelectual. Pose de tipo universal.

7) Palma de la mano sobre la frente:

La palma descansa sobre la frente empujando la cabeza hacia atrás, los dedos extendidos apuntan hacia arriba. Este gesto señala un reproche causado por olvido. Pose universal.

8) Brazos cruzados:

Ambos brazos se cruzan a la altura del pecho, las manos se sujetan de los bíceps del brazo contrario. Es un gesto de protección. Común en la imagen natural.

9) Manos entrelazadas:

Las manos se entrelazan cruzándose en un movimiento envolvente, las palmas quedan unidas. El dorso de la mano derecha ve al lado izquierdo y el dorso de la mano izquierda ve hacia el lado derecho. Las manos se entrelazan quedando los dos antebrazos cruzados a nivel del pubis. Pose propia de la imagen romántica.

10) Manos sobre la cadera:

Las manos forman una pinza que sujeta la cintura, esta es la pose más utilizada por los modelos, refleja reto, seguridad y dignidad. Es lo que comúnmente se conoce como pararse “en jarras”. Esta pose es socorrida por las imágenes sofisticada y natural.

11) Los puños sobre la cadera:

Los puños son apoyados fuertemente sobre la cadera. En esta postura el reclamo es evidente y directo. Postura propia de la imagen sofisticada.

12) Manos sobre los glúteos:

Las palmas descansan sobre los glúteos empujando un poco la pelvis hacia adelante. Este gesto denota sensualidad e insinuación sexual. Esta pose es muy recurrida en el modelaje, sobre todo en la imagen sofisticada.

13) Manos sujetando la nuca:

El brazo es flexionado hacia atrás, la mano sujeta la nuca y la mejilla es apoyada con la parte interna del antebrazo, al igual que el gesto anterior denota insinuación sexual y coquetería. Es utilizada por cualquier tipo de imagen.

14) Manos en el cabello:

El acomodarse el cabello con las manos y jugar con éste expresa libertad y coquetería. Puede ser usada por cualquier tipo de imagen

15) Manos entrelazadas sosteniendo la cabeza:

Las manos se entrelazan con las palmas hacia abajo, formando una especie de hamaca donde se recarga la cabeza recostada hacia un lado. Esta posición denota romanticismo, ensueño y delicadeza. Este gesto es adecuado para la imagen romántica.

Después de la explicación teórica realizarán los siguientes ejercicios que he diseñado para ustedes:

Durante el primer ejercicio pasará un grupo de cinco personas al escenario por turnos, una hará el papel del fotógrafo y las otras cuatro serán los modelos que interpretarán un tipo de imagen que se les especificará, así como su correspondiente atmósfera y actitud interna. Modelarán ante una cámara fotográfica cambiando de nivel corporal y de pose alternativamente.

1) Ahora pase al escenario el primer grupo, les daré a cada uno de ustedes el tipo de imagen que interpretarán, los niveles que utilizarán y la pose que pondrán en práctica: Tú **a**, interpretarás la imagen clásica en la sesión fotográfica, iniciarás en el primer nivel, en la posición de pie. Sostendrás con la mano derecha tu mandíbula; pasarás después al segundo nivel, en la posición semiflexionada, apoyando el puño izquierdo sobre la sien. Por último pasarás al tercer nivel, en la posición recostada en el piso, rodearás con la mano derecha el mentón.

Por otro lado **b**, interpretarás la imagen natural e iniciarás la sesión en el segundo nivel, en la posición semiflexionada, con las manos puestas sobre la cadera; luego pasarás al tercer nivel, en la posición recostada en el piso, sosteniendo la mandíbula inferior con el pulgar. Por último, subirás al primer nivel, en la posición de pie y cruzarás los brazos sobre el pecho.

Tú **c**, interpretarás la imagen romántica, iniciarás la sesión de fotografía en el tercer nivel, en la posición sentada sobre el piso, la mano sosteniendo la mandíbula inferior; subirás al primer nivel en la posición de pie y posarás con las manos entrelazadas, luego pasarás al tercer nivel en la posición hincada y te acomodará el cabello.

Finalmente **d**, interpretarás la imagen sofisticada, comenzarás en el segundo nivel en la posición de piernas semiflexionadas, con las manos sobre la cadera; bajarás al tercer nivel en la posición recostada boca arriba, con las manos sujetando la nuca, después subirás a primer nivel, en la posición de pie, posando con las manos sobre los glúteos.

Ahora sigan el ritmo que proponga el fotógrafo (lento, normal, rápido), después de cada fotografía irán cambiando las posiciones como se les indicó con anterioridad.

Durante mis observaciones en las revistas de moda, me percaté de que la posición corporal, principalmente la colocación de la cabeza y el cuello, enfatizan el tipo de imagen de cada modelo. Lo mismo ocurre con la mirada que proyecta el carácter, el sentimiento y la actitud interna de cada imagen.

2) Ahora pase al escenario el segundo grupo, cada uno de ustedes imaginará que son maniqués de alguna tienda de moda, yo daré las indicaciones de la postura corporal y el tipo de mirada que adoptarán. Después el público (los demás alumnos) dictaminará si el maniquí realmente expresa la posición y la mirada correcta de acuerdo a la imagen que representa:

Tú **a**, interpretarás la postura corporal de la imagen clásica. Este tipo de imagen por lo general lleva la cabeza recta y la barbilla un poco alta. Esta clase de individuo impone su voluntad ante los demás. Su mirada es fuerte y segura.

Tú **a**, te encontrarás inmóvil como un maniquí, aunque los demás caminarán a tu alrededor. Tu mirada estará concentrada en un punto fijo y parpadearás lo menos posible. Estarás en primer nivel en la posición de pie, con la mano izquierda rodearás tu mentón y con la mano derecha modelarás una bolsa de mano, accesorio que estará a la venta. Tu vestuario será un traje sastre, propio para trabajar en una oficina.

Por otro lado **b**, interpretarás la postura corporal de la imagen natural, este tipo de imagen lleva la cabeza recta y segura. Esta clase de personas son relajadas, sinceras y conviven cordialmente con los demás, prefieren dialogar que imponer su voluntad. Tu mirada será franca, clara y sin prejuicios sociales. Como en el ejercicio anterior, también serás un maniquí sin movimiento y parpadearás lo mínimo posible. Te encontrarás en el tercer nivel en la posición sentada sobre el piso. Tomarás con tus

dos manos la rodilla izquierda y extenderás la pierna derecha, modelando unas calcetas deportivas. Estarás vestida con unos cómodos pantalones deportivos.

Tú **c**, interpretarás la postura corporal de la imagen romántica, este tipo de imagen lleva la cabeza inclinada hacia un lado. Este tipo de personas son con frecuencia influenciables, sensibles y frágiles. Proyectarás una mirada soñadora y melancólica. Tu como maniquí estarás en segundo nivel, en la posición de piernas semiflexionadas, con las manos entrelazadas sosteniendo la cabeza. Modelarás un coordinado de blusa y falda en tonos pasteles, con un suéter de lana.

Por ultimo **d**, interpretarás la postura corporal de la imagen sofisticada. Este tipo de imagen lleva la cabeza hacia arriba y un poco inclinada hacia un lado. Estas personas con frecuencia son seductoras y atractivas. Tu mirada será fascinante. Tu maniquí estará en el primer nivel, en la posición de pie, alisándose el cabello con la mano izquierda y en la derecha modelará unos lentes para sol. El vestuario será un bikini de playa.

Es importante destacar que la cualidad de movimiento y el andar son otros dos puntos de apoyo para el sostenimiento del tipo de imagen. Es por eso que haremos los siguientes ejercicios.

3) Pase al escenario el último grupo, les daré la cualidad de movimiento y el tipo de andar correspondientes a cada imagen para que lo pongan en práctica.

Tú **a**, interpretarás la imagen clásica. La cualidad de movimiento de esta imagen es firme, y por lo tanto, cada pose debe ser ejecutada con energía y precisión. Caminarás por la pasarela mostrando seguridad y señorío.

Por otro lado **b**, interpretarás la imagen natural. La cualidad de movimiento de la imagen natural es sencilla y deberás realizar cada pose de forma relajada. Este tipo de movimiento no debe quedarse corto por falta de aplomo y de confianza en sí mismo, ni tampoco debe exagerarse. Caminarás por la pasarela de manera natural y despreocupada.

Tú **c**, interpretarás la imagen romántica. La cualidad de movimiento de esta imagen es la delicadeza, por lo tanto, tendrás que realizar cada pose con suavidad y gracia. Este tipo de movimiento nace de la práctica continua del verdadero buen gusto y de la

imitación de los mejores modelos. Te desplazarás por la pasarela de forma juvenil y delicada.

Por último **d**, interpretarás la imagen sofisticada. La cualidad de movimiento de este tipo de imagen es la seducción, por lo tanto deberás ejecutar cada pose de manera atrevida y audaz. Este tipo de movimiento proviene del elevado valor y de la confianza en sí mismo, que se aventura a arriesgar cualquier acción, por extravagante que sea o parezca, con tal de que produzca un efecto grande o sorprendente. Caminarás por la pasarela de manera llamativa y despampanante.

Para terminar, reunámonos en nuestro círculo de análisis y comentemos los ejercicios realizados en clase.

Sexta clase

5.6 El personaje-modelo y sus atributos

Objetivo particular: El alumno integrará todos los conceptos de modelaje en el personaje.

Para finalizar nuestro recorrido por el Curso de Actuación para Modelos, es preciso que teorizamos sobre la creación de los personajes. Si bien, en primera instancia me basé en los tipos de imagen propuestos por Clare Miller, posteriormente fui agregando apoyos actuacionales tanto internos como externos, que dieron como resultado la creación de distintos tipos de personajes, por lo tanto, he decidido cambiar el concepto de imagen por el concepto de personaje, ya que la imagen como lo hemos visto, únicamente determina el aspecto externo de cierta personalidad. Así pues, la imagen no puede acceder al nivel de personaje, ya que carece de los aspectos internos que la sustenten y le den profundidad. Por lo tanto, de ahora en adelante les llamaré: Personaje clásico, personaje romántico, personaje natural y personaje sofisticado.

Cada uno de estos personajes está conformado por atributos particulares tanto internos como externos, que especifican su tipo.

Ahora tomen nota de los diversos rasgos que conforman a cada uno de los personajes.

1) Atributos del personaje clásico:

- Actitud interna: De poder y control.
- Cualidad del movimiento: Pose firme, con energía y precisión.
- Mirada: Fuerte y segura.
- Postura corporal: Lleva la cabeza recta y la barbilla un poco alta.
- Andar: Con señorío.
- Mundo en que se mueve: Los negocios.
- Vestuario: Formal.
- Forma de hablar: Con elegancia y distinción.

2) Atributos del personaje natural:

- Actitud interna: Rebeldía.
- Cualidad del movimiento: Pose sencilla y relajada.
- Mirada: Franca.
- Postura corporal: Lleva la cabeza recta y segura.
- Andar: Natural y despreocupado.
- Mundo en que se mueve: Artístico y creativo.

- Vestuario: Informal.
- Forma de hablar: Sincera.

3) Atributos del personaje romántico:

- Actitud interna: Feminidad en la mujer y delicadeza en el hombre.
- Cualidad de movimiento: Pose suave, fina y con gracia.
- Mirada: Soñadora.
- Postura corporal: Lleva la cabeza inclinada hacia un lado.
- Andar: Juvenil.
- Mundo en que se mueve: Íntimo y familiar.
- Vestuario: Delicado.
- Forma de hablar: Dócil y tierna.

4) Atributos del personaje sofisticado:

- Actitud interna: Glamour.
- Cualidad del movimiento: Pose seductora y audaz.
- Mirada: Fascinante.
- Postura corporal: Lleva la cabeza hacia arriba y un poco inclinada hacia un lado.
- Andar: Llamativo y ligero.
- Mundo en que se mueve: La moda.
- Vestuario: Sofisticado.
- Forma de hablar: Cautivadora.

Para finalizar nuestro curso, quiero que sinteticen en este último ejercicio de la clase de actuación, cada uno de los elementos que fuimos aprendiendo y asimilando en el transcurso del mismo, como son las atmósferas, las actitudes, las poses, los niveles de composición corporal, etc.

Las indicaciones son las siguientes: Crearán diversos comerciales de televisión. Primero se dividirán en equipos para formar su grupo de producción, escogerán los roles que cada uno de los participantes de dicha producción tendrá: Director, camarógrafo, asistente, actores. Luego elegirán un pequeño texto publicitario de una revista de moda y decidirán qué tipo de personaje es el adecuado para el comercial que dirigirán. Inmediatamente el director determinará quién de ustedes lo interpretará,

el actor puede hablar a la cámara o si la producción lo prefiere, puede haber un locutor que hablará detrás de cámara (voz en off), mientras el actor únicamente modela el producto. Por último lo presentarán en clase para su evaluación final. Para concluir, quiero que cada uno de ustedes haga una reflexión sobre el curso en general.

6. VALORACIÓN CRÍTICA

6.1 Reflexiones finales

En un principio me fue muy difícil acoplarme a dar clases de actuación en un lugar donde los alumnos contaban con un perfil diferente al del actor, esta situación era muy poco alentadora para mí e incluso por un momento pasó por mi cabeza renunciar al proyecto. Antes de aplicar el cuestionario pensé que el mundo del modelaje era muy limitado y poco interesante, sin embargo una vez que vi los resultados que arrojó este instrumento, el panorama cambió favorablemente, despertando en mí un mayor interés por el modelaje, lo que me impulsó a renovar la clase.

Es importante subrayar que el cuestionario no fue el único aliciente para continuar con mi labor como docente, también fui motivado por los alumnos y maestros de la Academia de Modelaje, ya que a través de sus pláticas y sus consejos me transmitieron el gran entusiasmo que tienen por su profesión.

Confieso que por un tiempo el proceso maestro-alumno se invirtió, yo fungía como un humilde aprendiz y ellos como los maestros. Yo proponía un nuevo ejercicio para la clase y ellos evaluaban si era adecuado o no para su desarrollo profesional. Creo que este método de enseñanza fue lo que aseguró el éxito del curso, porque si me hubiera puesto en la posición de maestro experimentado, jamás hubiera obtenido resultados tan satisfactorios. Con el tiempo la clase de actuación no sólo dejó de ser una materia más del plan de estudios de la academia, sino que se convirtió en la clase preferida de algunos alumnos que incluso llegaron a definir su camino como histriones, ya que al finalizar el curso se inscribieron en escuelas especializadas de actuación.

Otro de los grandes problemas a los que me enfrenté, es que existía muy poca bibliografía seria respecto a los conceptos del modelaje, ya que su aprendizaje es netamente visual, es decir, es un aprendizaje vicario, más que conceptual. Una vez que comprendí la importancia del aprendizaje visual en el modelo, me di a la tarea de observar a los alumnos en sus diversas actividades en la academia. Llegaba temprano a la escuela y antes de comenzar con mi clase, observaba a los alumnos modelar el vestuario y la joyería sobre la pasarela con gran desenvoltura y seguridad en sus ensayos. Me metía a las clases de maquillaje en donde transformaban de manera sorprendente su imagen en unos cuantos minutos. Presencí

algunas pruebas fotográficas donde el alumno aprendía a conocer su mejor ángulo. En resumen, todas estas vivencias extraclase me ayudaron a diseñar los nuevos ejercicios.

Estoy satisfecho con el trabajo realizado en la Academia de Modelaje *Proyecta*, porque se cumplieron los objetivos fijados: Humanizar al modelo, darle seguridad interna y enseñarle a proyectar su imagen.

Fui testigo de los avances que tuvo cada uno de los alumnos semana tras semana, mes con mes y año con año, contemplé como crecían como seres humanos y como modelos. En el desfile de modas de fin de curso, fue impresionante ver en la humanidad del modelo, condensadas cada una de las clases.

6.2 Conclusiones

Los ejercicios de actuación contenidos en este informe académico no son para uso exclusivo del modelo, pueden formar parte de cualquier tipo de entrenamiento actoral, sin embargo algunos de ellos fueron diseñados especialmente para la formación de estos profesionales.

Gracias a las reflexiones que los alumnos realizaron al finalizar cada una de las lecciones, me percaté de cuáles eran los ejercicios idóneos para la capacitación histriónica del modelo. A continuación mencionaré las lecciones que tuvieron más éxito y aceptación por parte de los alumnos, éstas contienen el sustento tanto teórico como práctico de la técnica de actuación para modelos creada por mí.

Lección 3.5 *El objeto y la fantasía creadora*. En esta lección, el alumno se percata de la enorme importancia que tiene el vestuario en su quehacer escénico y toma conciencia de que éste es su principal objeto de estudio. El modelo, como un mago, tiene que darle vida al vestuario, tiene que animarlo con su fantasía creadora para poder venderlo. En pocas palabras, podríamos decir que la imagen es para el modelo, lo que el personaje para el actor.

Lección 4.3 *El arte del movimiento*. En esta nueva lección, el alumno comprende que sus movimientos deben ser dominados a la perfección, para así poder resaltar sus cualidades personales. Los ejercicios contenidos en esta lección, están diseñados para que el modelo tome conciencia de su superobjetivo: Vender su propia imagen. El modelo debe recordar ante todo que es un vendedor.

Lección 4.5 *Fascinación de la mirada*. Esta lección muestra al alumno que la mirada es una herramienta básica para el modelo, la cual le ayuda a cumplir su objetivo de venta. El modelo como el hipnotizador debe convencer al público de que el producto que ofrecen es bueno.

Lección 5.1 *Niveles y posturas corporales*. Los niveles y las posturas corporales ayudan en la composición escénica, ya que rompen con la monotonía, la rigidez visual y dan vida a la imagen corporal del actor, sin embargo la composición es función propia del director de escena. El modelo por lo general carece de la mirada del director que lo guíe, no obstante el fotógrafo o el diseñador pueden fungir como directores, es muy raro el caso. Esta lección fue diseñada para que el alumno de modelaje se percatara de que tiene que cubrir la función del director escénico, el modelo debe ser su propio director, tiene que imaginar como ha quedado posicionado su cuerpo ante la cámara y los espectadores, debe tener la capacidad, por así decirlo, de verse desde afuera. Estos ejercicios le dan al modelo una gran seguridad de expresión.

Lección 5.3 *La imagen*. En esta lección el alumno tiene un acercamiento teórico con los cuatro principales estilos de imagen y es importante que conozca cada uno de ellos para poder proyectarlos e interpretarlos en escena.

Lección 5.5 *La pose*. En esta lección el alumno descubre su principal arma escénica, la pose. El modelo debe de conocer su significado tanto psicológico como emocional, para que pueda ser proyectado en las pasarelas y las sesiones fotográficas.

La pose es el medio por el cual se expresa la imagen del modelo. La pose contiene en su estructura diversos componentes como son: El movimiento, las actitudes psicológicas, los niveles corporales, las emociones y el carácter, que el alumno debe de interpretar en el acto de modelar.

El alumno-modelo tiene que reconocer la importancia que tiene el maniquí, debe aspirar a ser el muñeco de las mil formas que cobra vida ante la mirada del espectador. Lo que para el actor sería el análisis del papel, para el modelo sería el análisis de la pose.

Lección 5.6 *El personaje-modelo y sus atributos*. Aquí se muestra una de mis principales aportaciones al área de la actuación, ya que en esta lección propongo una nueva tipología del personaje, basada en los cuatro principales estilos de imagen, sin embargo considero que la contribución primordial es haber creado una técnica de actuación para modelos.

BIBLIOGRAFÍA

- BARBA, Eugenio. *Más allá de las islas flotantes*, México, Ed. Gaceta, colección Escenología, 1986, 400 p.
- BERGÉS, Jean. *Los gestos y la personalidad*, Bilbao, Ed. Fher, Colección Se Habla, 1972, 204 p.
- BOURDIEU, Pierre. "Moda y poder" en *Los cuerpos dóciles. Hacia un tratado sobre la moda*, Buenos Aires, Ed. La Marea, 2000, 201 p.
- CHEJOV, Michael. *Al actor, sobre la técnica de actuación*, Buenos Aires, Ed. Quetzal, 1987, 204 p.
- DA VINCI, Leonardo. *Tratado de pintura, el arte de dibujar el cuerpo humano*, México, Ed. Gaceta, 1985, 255 p.
- ENCICLOPEDIA SALVAT. Tomo 8, México, Ed. Salvat, 1976, 2312 p.
- FILIATRE, Jean. *Hipnotismo por la imagen*, Barcelona, Ed. Orrier, 1916, 152 p.
- GRAU, Jorge. *El actor y el cine*, Madrid, Ed. Rialp, 1962, 297 p.
- HERNÁNDEZ S., Roberto, Carlos Fernández Collado y Pilar Baptista Lucio. *Metodología de la investigación*, México, Ed. Mc Graw Hill, 1998, 501 p.
- JAGOT, Paul-C. *Tratado metódico de magnetismo personal*, Madrid, Ed. EDAF, 1977, 242 p.
- JAMES, Judi. *El lenguaje corporal*, Barcelona, Ed. Paidós plural, 2003, 168 p.
- JAUFFRED, Martha. *El hombre bien vestido*, México, Ed. Selector, 2002, 132 p.
- MILLER, Clare. *Sensacional en toda ocasión*, México, Ed. Sayrols, 1986, 150 p.
- MOREAU, André. *Entre bastidores, manual del actor*, México, Ed. Trillas, 1974, 362 p.
- NOVO, Salvador. *10 lecciones de técnica de actuación teatral*, México, Ed. Talleres Gráficos del Depto. De Divulgación de la S.E.P, 1951, 55 p.
- PEQUEÑO LAROUSSE ILUSTRADO. México, Ed. Larousse, 1975, 1663 p.
- PEREZ- DOLZ, F. y Antonio Turell. *Caracterización (La expresión artística del carácter)*, Barcelona, Ed. Meseguer, sin año, 151 p.
- PRECIADO, Juan Felipe. *La actuación dramática creativa, el actor se prepara*, Tomo 1, México, Ed. Limusa, 1991, 403 p.
- RAPOPORT, I. *El trabajo del actor*, La Habana, Ed. Departamento de Cultura de la Universidad de la Habana, Cuba, sin año, 64 p.

ROMERO, Luis A. *El arte del actor*. Buenos Aires, Ed. Hobby, 1961, 206 p.

RISTAD, Eloise. *La música en la mente*, Santiago, Ed. Cuatro vientos, 1982, 214 p.

S. SCHWARTZ, Herman. *El arte de descansar*, Barcelona, Ed. Brugera, 1971, 221 p.

SELDEN, Samuel. *La escena en acción*, Buenos Aires, Ed. EUDEBA , 1972, 246 p.

SWINGLE, W. J. y W.W. Dow. *Como dominarse y dominar a los demás*, México, Ed. GRAFIMEX, 1955, 156 p.