

**Universidad Nacional Autónoma  
de México**

**Facultad de Filosofía y Letras**

**INSANIA**

**Laboratorio de investigación escénica sobre  
la potencia energética del actor y  
el lenguaje teatral.**

**Tesina que para obtener el título de  
Licenciado en Literatura Dramática y Teatro**

Presenta:

**Christian David Herce Pérez**

**Asesor: Dr. Oscar Armando García Gutiérrez**

Sinodales:

**Prof. Germán Castillo Macías**

**Mtro. Ricardo García Arteaga**

**Lic. Mario Balandra**

**Lic. Araceli Rebollo**

México DF 2008



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 ti mamá, por tu amor, por tu apoyo y  
por tu lucha impresionante y cotidiana.

Al maestro Valencia por arrojarme al vacío,  
y al amigo Rodolfo, cuyos ojos severos  
y afectuosos extraña este trabajo.

## **Agradecimientos**

Estoy profundamente agradecido con Isis García, Noe Hernández, Sofía López y Verónica Roblero, que al ser colaboradores cómplices del laboratorio, son también autores prácticos de este trabajo, y por lo tanto les pertenece. Jamás habría podido concretar nada sin su consagración.

A Isis, porque a pesar de todo mantenemos la fe y aún andamos juntos el camino.

Al doctor Oscar Armando García, por dar mejor cauce a mis inquietudes en este trabajo.

## Índice

Introducción	5
--------------	---

### **Primera Parte Descripción del Laboratorio de investigación**

#### Capítulo 1 Entrenamiento energético-corporal

1.1 Tai-Chi (Base del entrenamiento)	
1.1.1 Breves datos históricos del Tai-Chi	10
1.1.2 Aspectos del pensamiento tradicional chino y del taoísmo relevantes para la investigación	12
1.1.3 Una relación integral con nosotros mismos y con el entorno	15
1.1.4 Qué es la serie de Tai-Chi	18
1.1.5 Principios, reglas y aspectos de la forma del Tai-Chi	19
1.1.6 ¿Qué es el Chi?	23
1.1.7 Aquí y ahora	27
1.1.8 Atención e intención	29
1.1.9 Recapitulación	30
1.2 Preparación (Trabajo de relajación y contacto interno)	
1.2.1 Fundamento teórico	32
1.2.2 Procedimiento	34
1.2.3 Dos niveles en el trabajo de Preparación	41
1.3 Entrenamiento de elasticidad, fuerza, activación y control corporal. (Expandir las posibilidades corporales)	42

#### Capítulo 2 Entrenamiento escénico

2.1 Transformación del espacio escénico. (Entrenamiento sobre la poética y uso del espacio)	44
2.2 Danza de batalla. (Ejercer la disponibilidad)	50

2.3 Disociación de movimiento (El ser vertido en la acción)	53
2.4 Generación de emoción. (El organismo como generador de emociones)	56
2.5 Voz Mantra. (La voz como vehículo de contacto)	62
2.6 Texto Imposible (La importancia de la palabra a la manera de los sueños)	64
Epílogo a la Primera Parte. <i>Los cuatro cantos de la Bestia</i>	69
<b>Segunda Parte Laboratorio INSANIA: una alternativa de proceso de investigación y creación teatral frente al siglo XXI.</b>	
Capítulo 1. De los resultados y objetivos de INSANIA	71
Capítulo 2. Algunos cuestionamientos teatrales	
2.1 El texto dramático como elemento fundamental de la puesta en escena – La dramaturgia del actor	75
2.2 El teatro de nuestra época	79
2.3 Representar – Exponer	82
<b>Epílogo. El teatro alternativo o el teatro como alternativa social</b>	85
<b>Bibliografía</b>	88
<b>Anexo 1 Glosario</b>	90

## Introducción

En el año 2004 la compañía de teatro encabezada por Isis García en la producción, y por David Herce en la dirección artística, se rebautizó con el nombre de Peregrino Teatro, para definir una compañía autogestiva que fundamenta su trabajo escénico en la investigación teatral y en la búsqueda constante de nuevos *camino*s sensibles para trastocar al espectador, de modo que al concluir la función, el efecto de la experiencia teatral haya provocado en él el replanteamiento de su existir. La compañía, residente en la Ciudad de México, convocó en enero de 2005 a un grupo de actores para realizar un proceso de laboratorio e investigación acerca de la potencia energética del actor y del lenguaje teatral. Como parte del mismo proceso se montarían tres puestas en escena. Esta tesina expone las hipótesis, métodos y algunos resultados de la primera parte de dicho laboratorio.

La palabra *insania* se refiere a esa locura de la que habla Antonin Artaud cuando dice que: “Una verdadera pieza de teatro perturba el reposo de los sentidos, libera el inconsciente reprimido, incita a una especie de rebelión virtual...”<sup>1</sup>

El hecho de titular así a este proceso de investigación teatral, a partir de las características que Artaud atribuye al hecho escénico, corresponde a una necesidad como creador de llevar a cabo un “tipo” de teatro que, comprometido con su tiempo, exponga, evidencie y haga frente a las angustias y los males de nuestra sociedad como sucede durante una crisis de peste, de enfermedad o de locura, que al perturbar los sentidos, revela lo peor o lo mejor del ser humano a manera de catarsis. Partimos de la necesidad de invitar al espectador a que vaya más allá del hecho espectral. Según nuestra perspectiva, de acuerdo con las características de este siglo, acudir, mirar con atención y creer la ficción que se presenta, ya no es suficiente. Es necesario que el espectador tome parte, de

---

<sup>1</sup> Antonin Artaud, *El Teatro y su Doble*, p. 81.

manera consciente y responsable, no sólo de su participación ineludible de la creación en presente del hecho escénico, sino de la potencial *re-evolución* que el teatro puede tener en la existencia humana. Que el espectador se permita tocar, ser tocado e incluso trastornado con y por el evento teatral. De esta manera, el teatro será un auténtico vehículo de constante reestructuración y replanteamiento del existir.

Con este tipo de teatro como objetivo, ha sido necesario llevar a cabo un estudio del lenguaje teatral que permita al teatro despojarse de adornos complacientes y partir de sus componentes esenciales: actor, espacio escénico y espectador.<sup>2</sup> Si entendemos al arte teatral de esta manera podemos puntualizar que su condición no es la de entretener a través del desarrollo escénico de una historia, sino el hecho de la presencia del ser humano, actor, frente a otro ser humano, espectador, en un mismo espacio para crear un contacto sensible que nos pueda remitir a los aspectos más básicos y –por básicos– trascendentales en nuestra existencia.

Cuando decimos: *potencia* energética del actor, hablamos, no de fuerza sino de posibilidad, y así nos referimos a ella como “una *tendencia* a suceder, una tendencia que en una forma indefinida existe más allá de si misma, incluso si nunca se convierte en un suceso.”<sup>3</sup> De esta forma, al reconocer al actor como la esencia del lenguaje teatral, como el detonador de todo lo que sucede y ha de suceder en el espacio escénico dirigido a un espectador, preponderamos, en esta investigación, el estudio de la potencia energética del actor o bien de las posibilidades energéticas de las que el actor ha de valerse para desarrollar un hecho escénico vivo, es decir, orgánico. Y puesto que decimos que los componentes fundamentales del teatro son sólo tres -espacio escénico, actor y espectador-, el actor cuenta con su propio cuerpo como herramienta creativa, a la vez que como materia de creación: un cuerpo que es en si mismo potencia,

---

<sup>2</sup> Cf. Peter Brook, *El espacio vacío*.

<sup>3</sup> Gary Zukav, *The Dancing Wu Li Masters*, p. 66.

posibilidad. Así, esta investigación parte del estudio del dominio de la unidad cuerpo-voz-psique-energía.<sup>4</sup>

Para abordar este estudio escénico hemos echado mano de diferentes técnicas y artes. Una de ellas, la que se convierte en la base de nuestro entrenamiento e investigación, es el arte marcial del Tai-Chi. Tanto el Tai-Chi como algunas técnicas de respiración derivadas de la Bioenergética son, en este estudio, el medio para entender qué es la energía, cómo circula en el cuerpo, qué efectos tiene sobre él y sobre las acciones, cómo se puede obtener control de ella y, por consecuencia, cómo alcanzar un manejo consciente de ella. Una vez que eso se experimenta, no en teoría sino en la práctica concreta, es que lograremos, en tanto que actores, usar *nuestra* energía como vínculo con el espectador de manera que se entable un contacto sensitivo.

El “Entrenamiento Escénico”, una vez que se ha llegado a cierto nivel en cuanto al entendimiento y manejo de la potencia energética, tiene como objetivo llevar al extremo las posibilidades del actor para redimensionar las acciones, las palabras, las imágenes y la relación con los elementos y los otros participantes, incluyendo al espectador.

Este laboratorio plantea tres grandes etapas, divididas por un montaje escénico posterior a cada ciclo de exploración y entrenamiento. Al momento de escribir esta tesis se ha estrenado la primer puesta en escena: *Los cuatro cantos de la Bestia*<sup>5</sup>; y nos hallamos en la segunda etapa previa al montaje de la obra *I Love Sodoma*. Esta investigación propone ser constante, es decir, que continúa el entrenamiento y la exploración aún durante el montaje y las funciones. Sin embargo, lo que el presente trabajo expone es la primera etapa de INSANIA, antes del montaje de *Los cuatro cantos de la Bestia*. Aunque los ejercicios de investigación aquí descritos están planteados con un patrón de seguimiento, el proceso de INSANIA no se define como lineal sino en espiral, lo que nos obliga a

---

<sup>4</sup> A lo largo de este estudio nos encargaremos de dar algunas definiciones de “energía” y “orgánico” con ayuda de otros autores y de lo descubierto en la propia investigación. Diremos por ahora que usaremos estas palabras despojadas de sus ideas mágicas o esotéricas para abordarlas con sus significados meramente físicos.

<sup>5</sup> Cf. David Herce y otros, *Teatro de la Gruta VI*, p. 11 (para el texto dramático) y [www.peregrinoteatro.com.mx](http://www.peregrinoteatro.com.mx) (para el montaje)



volver periódicamente a cada uno de los aspectos estudiados, siempre enriquecidos por la experiencia de ensayo y error o ensayo y hallazgo de los puntos estudiados previamente.

Por lo anterior, el estudio que aquí se presenta no puede tomarse como un instructivo susceptible de ser seguido, ya que muchos de los elementos que lo conforman requieren de un instructor o coordinador que sepa de la materia. El mejor ejemplo de esto es el Tai-Chi, el cual no hay forma de aprender si no es con la práctica y a través de un instructor. Así pues, el objetivo de documentar este trabajo es el de proponer al lector interesado en la investigación del hecho teatral, algunos aspectos que nos parecen relevantes e incluso fundamentales y una propuesta para acceder a su estudio.

La segunda parte explicará el para qué de un proceso de investigación como el aquí descrito; con la exposición del papel alternativo que, proponemos, debe jugar el teatro en tanto que acontecimiento social. Lo anterior estará acotado y fundamentado en un panorama crítico de los aspectos que determinan nuestra sociedad actual. Con el objetivo de plantear la “alternatividad” del teatro, se llevarán a cabo también reflexiones y cuestionamientos acerca de algunos de los elementos y paradigmas de la teoría teatral “tradicional”.

Al final de esta tesis se ha insertado, a manera de anexo, un breve Glosario con definiciones de la Real Academia Española de algunos términos que se utilizan en este trabajo. Lo anterior se hace con la intención de ahondar en el significado de algunas palabras que se usan en general durante todo este trabajo, pero también, y sobre todo, con el objetivo de profundizar o fundamentar, en cuanto a significado se refiere, los temas expuestos durante la segunda parte e invitar al lector a hacer sus propias conexiones y revelaciones lingüísticas. A lo largo de la tesis se han marcado con un asterisco (\*) las palabras incluidas en el Glosario. Las listas de palabras están divididas según se usan a lo largo de los capítulos, y las palabras se suceden según el “orden de aparición” en el cuerpo de la tesis. En cuanto a las palabras que tienen varios significados se han usado dos criterios: transcribirlos todos, por la riqueza de interpretación que pueden dar cada uno de ellos al tema que se trata; y, por otro lado, escoger sólo los significados

que incumben al tema en cuestión. En este último caso se mantiene la numeración de significados según la R.A.E.

Esperamos que este trabajo detone el interés de la investigación práctica del arte teatral, lo que contribuirá a la evolución de nuestro quehacer, manteniendo su esencia pero correspondiendo, a su vez, con las necesidades que nuestro tiempo nos demanda.

## **Primera Parte**

### **Descripción del Laboratorio de investigación**

# CAPÍTULO 1. ENTRENAMIENTO ENERGÉTICO-CORPORAL

## 1.1 Tai-Chi (Base del entrenamiento)

### 1.1.1 Breves datos históricos del Tai Chi<sup>1</sup>

Alrededor del siglo XII de nuestra era, se dice que vivía en la montaña Wu Dang en Hubei el legendario monje taoísta llamado Zhang Sanfeng quien gracias a una profunda vocación al estudio y práctica del taoísmo llegó a vivir cerca de doscientos años.

Una tarde en que Zhang Sanfeng descansaba en su monasterio, un ruido llamó su atención. Era el ruido de la batalla que mantenían una serpiente y una grulla. Al monje le llamó la atención la calidad de movimiento de ambos animales durante su lucha: movimientos redondos, suaves, continuos y que cedían al ataque del otro para evitar la derrota. Debido a esto, ninguno de los animales podía imponerse sobre el otro y fue hasta que Zhang Sanfeng intentó acercarse, para estudiarlos mejor, que ambos animales huyeron sin vencer ninguno. El monje quedó profundamente impresionado ante la visión de aquella batalla y fue así que pensó en desarrollar un arte marcial que, en correspondencia con los principios de la filosofía taoísta, tuviera como elementos básicos la calidad de movimiento suave y redondo y el conocimiento del arte de ceder ante el ataque del contrario, de manera que su fuerza caiga en el vacío y no sobre el propio cuerpo.

No existen datos históricos de Zhang Sanfeng ni del trascendental atestiguamiento de la batalla entre la grulla y la serpiente. Pero lo que sí es comprobable, es que desde sus inicios la práctica del Tai Chi ha estado ligada a la filosofía taoísta y a sus principios. Esto debido a que los monjes taoístas, que vivían en monasterios alejados de las poblaciones, y por lo tanto expuestos a

---

<sup>1</sup> Fuentes recomendadas: Victor Becerril Montekio, *Taiji Quan* y *El Dao en acción* así como Waysun Liao, *Clásicos del Tai Chi*.

ataques de bandidos, debieron desarrollar una técnica de combate que fuera congruente con la filosofía que profesaban y pretendían conocer.

La práctica de las artes marciales en China se remonta hasta el siglo VI de nuestra era. Se dice que, proveniente de la India, el monje budista Bodhidharma se instaló en el Templo Shaolin. Una vez ahí descubrió que los monjes de dicho templo carecían de fuerza para defenderse de ataques externos y por lo tanto desarrolló lo que se conoce como Shaolin Chuan (Arte Marcial de Shaolin) que se enfoca principalmente en el desarrollo de una fortaleza física externa y por lo tanto muscular, pero sin dejar de lado la importancia que adquiere para el budismo chino el conocimiento y el respeto a la vida. Del Shaolin Chuan surge la llamada Corriente Externa de las artes marciales. Por “externa” se entiende aquella que se enfoca al desarrollo de la fuerza física, visible en los músculos del practicante.

La paternidad de la Corriente Interna se atribuye a Zhang Sanfeng y se basa en el desarrollo del Chi (energía) a partir de un entrenamiento conjunto que incide sobre la apertura de espíritu y la suavidad y relajación en el exterior del cuerpo. Lo que permite decir, de quienes practican esta corriente, que sus músculos son como “acero forrado de algodón”. El Tai-Chi, el arte marcial del YinYang, pertenece a esta corriente interna.

Los datos históricos comprobables del Tai-Chi existen a partir del siglo XVII. Se sabe que Chen Wangting enseñaba en secreto a su familia este arte. Uno de los descendientes de esta antigua Escuela Chen es Chen Changxing (1771 – 1853) Él fue el primero en enseñar a una persona fuera de la familia Chen, a Yang Luchan (1799 – 1892) A partir de este último se funda la Escuela Yang, que tiene a su vez dos vertientes representadas por dos descendientes Yang: la Escuela Yang Actual, por Yang Chenfu (1833 – 1936) Esta última escuela es la que se practica hoy en día en China y es la que ha dado lugar a lo que se puede llamar como “Tai-Chi simplificado” que le permite ser accesible a las masas. La otra vertiente de la escuela Yang es una variante de ésta, llamada Escuela Wu fundada por Wu Jianquan (1870 – 1942).

Por último, un discípulo de Yang Luchan y de la Antigua Escuela Cheng, Wu Yuxiang (1833 – 1880) sintetiza la sabiduría de ambas escuelas y funda la

propia, llamada Escuela Wú (que se distingue de la anterior gracias a las declinaciones en la entonación con las que cuenta el idioma chino).

A manera de conexión con el siguiente apartado podemos decir entonces que, independientemente de la veracidad en la leyenda de la batalla entre la grulla y la serpiente, el Taoísmo, filosofía de la que surge la Corriente Interna y el arte marcial del Tai-Chi, se basa en la idea de que el Tao, origen de todas las cosas, se manifiesta como movimiento, es decir, que el Tao se puede apreciar en el cambio constante de las cosas y en la interrelación que ocurre entre ellas. Lo anterior se refiere a un cambio, una mutación suave, continua y sin esfuerzo, donde la tendencia Yin (concentración) cede a la tendencia Yang (despliegue) y viceversa; de la misma manera en que la grulla y la serpiente realizan sus movimientos y ceden a los ataques del contrario.

#### 1.1.2. Aspectos del pensamiento tradicional chino y del taoísmo relevantes para la investigación

En esta investigación afirmamos que el humano que desea expresarse a través de un arte, específicamente el arte teatral –este arte donde el creador es al mismo tiempo el propio “objeto artístico” en proceso creativo y en exposición presente frente a su espectador– debe abordar un conocimiento integral de sí mismo, para atender tanto los aspectos personales e individuales como los vocacionales y profesionales. Por eso abordamos, como vía de estudio integral del actor, la práctica del Tai-Chi tomando en cuenta los aspectos de la filosofía taoísta. Este arte marcial, practicado con seriedad y espíritu abierto, puede convertirse en un método para expandir los límites del ser, lo que conlleva, en el ámbito artístico, a ampliar las posibilidades creativas a partir de un conocimiento profundo e integral, tanto del individuo como de su relación con el Universo. Para lograr eso, el practicante-actor debe dar lugar a una flexibilidad que permita la modificación de los paradigmas que han permeado su existencia, de manera que pueda aceptar novedosas y enriquecedoras concepciones del mundo.

Lo anterior no deberá ser un intento por traducir al occidentalismo esta práctica filosófica, ni de despojarla de sus características orientales, lo que lo convertiría en una simple gimnasia o danza exótica. Tampoco es el objetivo hacer una conversión superficial al orientalismo. Se trata de crear un diálogo intercultural que lleve a nuestra existencia y a nuestro trabajo creativo a una mayor plenitud.

No se trata de imitar, y hasta evangelizar, inorgánicamente lo foráneo, sino de reconstruir la cultura occidental, que padece de mil males. Y ello debe hacerse en el lugar adecuado y a ello ha de llevarse al hombre europeo con su trivialidad occidental, con sus problemas matrimoniales, sus neurosis, sus ilusorias ideas sociales y políticas, y su completa desorientación en lo que respecta al modo de considerar el mundo.<sup>2</sup>

El pensamiento tradicional chino plantea que el Universo es una realidad total orgánica en eterno movimiento. Todos los seres y elementos de este Universo son partes que componen esa gran unidad. Dichas partes son por lo tanto unidades orgánicas en sí mismas en constante movimiento, cambio e interrelación con las otras. Esta idea globalizada de los elementos que componen el Universo, difiere de la idea tradicional occidental que pretende definir a cada elemento separado de los otros, y al Universo como una máquina en constante repetición sin cambios. Según el pensamiento tradicional chino el ser de las cosas es intrínseco a su hacer, de manera que se le puede definir dentro del contexto de sus interrelaciones.

Lo que hace a la existencia orgánica, viva, es la condición natural de estar en constante cambio, mutación e interrelación con lo externo y lo interno. “Algo es orgánico si tiene la habilidad de procesar información y de actuar en consecuencia.”<sup>3</sup>

Podemos adelantar entonces que cuando en el arte teatral hablamos de “movimiento orgánico” o de “teatro vivo” debemos tener en cuenta esta definición de lo orgánico y que la vitalidad de algo (sea una planta o un actor en el escenario) no se define por individualidades, si no por su hacer en tiempo y

---

<sup>2</sup> C.G. Jung y R. Wilhem, *El secreto de la flor de oro*, p. 25.

<sup>3</sup> Gary Zukav, *Opcit*, p. 63.

espacio y por la relación que dicho hacer establece con su entorno. Un ejemplo de tal relación lo podemos encontrar en el ámbito de la salud. “La Salud es la relación armoniosa de un organismo vivo con su medio tanto externo como interno.”<sup>4</sup> El que un ser goce de buena salud habla de que es un organismo que puede adaptarse con suficiente rapidez a los cambios que suceden tanto en el exterior como en el interior de dicho organismo. Eso es un movimiento orgánico.

Para explicar aún más la importancia del movimiento y para ir adentrándonos en el tema de la práctica del Arte Marcial del YinYang, hablemos un poco del concepto Wuji: el vacío perfecto donde no hay movimiento ni reposo. Aunque en español lo podemos traducir como “vacío”, en realidad el concepto habla de la *potencia*. Wuji es el momento y/o el espacio donde todo puede suceder. Si el Tao es el principio de todo, la ausencia de número, Wuji es el cero, la posibilidad. El practicante puede experimentar el concepto de Wuji en aquel momento de quietud justo antes de iniciar la serie de Tai-Chi.

En cuanto se hace la primera manifestación de movimiento, todo comienza a desarrollarse (la vida, la serie de Tai-Chi, la acción de una escena, etcétera). En ese momento hablamos de YinYang: dos aspectos de un mismo movimiento: Yin = concertación, Yang = dispersión. Dos tendencias inseparables y por inseparables es que generan y son, a la vez, el movimiento. Yin va hacia Yang y Yang va hacia Yin. Se complementan. Los antiguos filósofos de la cultura china (cultura agrícola) encontraron, en todos los aspectos de la Naturaleza (incluido desde luego el ser humano) esa tendencia de movimiento de los opuestos (inhalación-exhalación, sístole-diástole, movimiento centrípeto y centrífugo, etcétera.) que van uno hacia el otro y viceversa y que por lo tanto se complementan.

Tai-Chi se puede traducir como “el máximo soporte universal”. Y este máximo soporte, es decir lo que hace al Universo ser Universo, es el movimiento, es el Tai-Chi. Es este movimiento donde las tendencias de concertación y de dispersión se complementan, donde no hay contrarios sino dos aspectos diferentes de una misma realidad. (Concentración-Dispersión, Masculino-

---

<sup>4</sup> Victor Becerril Montekio, *La Salud por el Tao*, p. vi.

Femenino, Luz-Oscuridad, Silencio-Sonido, etcétera). Por lo que podemos decir que Tai-Chi es sinónimo de YinYang.

El Tao, aquel principio de donde surgen y a donde retornan todas las cosas, se manifiesta en el movimiento, en la mutación, en el cambio interminable al cual todo está sometido.<sup>5</sup>

### 1.1.3 Una relación integral con nosotros mismos y con el entorno

Si la práctica del Tai-Chi se asume con seriedad y espíritu abierto, el practicante principiante descubre muy pronto que este arte marcial es una herramienta que ayuda a establecer una relación cada vez más profunda tanto consigo mismo como con lo que le rodea. A menudo, esta relación resulta muy diferente a lo hasta ese momento experimentado por el practicante. En primer lugar se adquiere el conocimiento de la unidad Cuerpo-Mente. No solamente *pensamos* en dicha unidad, sino que la experimentamos sensiblemente. Descubrimos que la armoniosa relación de todos los elementos que constituyen esta unidad inseparable, permite un movimiento fluido tanto interno como externo, justo como la idea del Universo en el taoísmo. Obtenemos dicho *conocimiento* de la unidad Cuerpo-Mente en la práctica y sin el avasallamiento del cuerpo o de la mente para lograrlo. Por lo tanto, al mismo tiempo, descubrimos una manera de cognición *condensada*, despojada de la necesidad de horas de discusión teórica, pero que, si se requiere, en un segundo momento, el aspecto conocido puede ser articulado de forma lineal.

Se encuentra, así, un tipo de acceso al conocimiento sintético al que no estamos acostumbrados en occidente. Los ideogramas chinos son buen ejemplo de este tipo de forma de pensamiento, pues muestran en un solo ideograma la simultaneidad de las relaciones que forman un concepto. La escritura china no

---

<sup>5</sup> Aunque presumimos que los elementos de investigación (después convertidos en herramientas para el actor) que iremos analizando en este estudio pueden ser útiles a casi cualquier tipo de teatro, estableceremos poco a poco, el cómo y el por qué este estudio basado en el Tai-Chi, está dirigido hacia la evolución del quehacer teatral y a la potencialización de sus compromisos en tanto “acontecimiento convival”.



nombra la realidad (como lo hace el alfabeto occidental) sino que la evoca, la representa, ya gráfica, ya fonéticamente. Aunque en un segundo momento, en la lectura de los ideogramas, *sí* se llega a estructurar un discurso lineal (igual que en un lenguaje occidental). Esa es la relación que va estableciendo el practicante consigo mismo y con su entorno y ese es el tipo de proceso mental o cognitivo que va desarrollando: conceptos o ideas globales, icónicas, sintéticas.<sup>6</sup>

Este reencuentro con la unidad Cuerpo-Mente nos enfrenta a un reconocimiento tanto de posibilidades como de trabas personales. A partir de esto, la práctica pone de manifiesto las tensiones, bloqueos y malas posturas que la vida nos ha obligado a adoptar y que nos impiden un desarrollo mayor tanto corporal como mental; y ayuda a corregirlas. Si bien, no es una terapia, algunos autores han llamado al Tai-Chi “gimnasia psicofísica” por su virtud de, además de mejorar la conciencia corporal, dar lugar a replanteamientos de índole psicológico. La práctica del Tai-Chi hace surgir cuestionamientos simples pero muy profundos como *¿Qué siento?*, *¿Qué percibo?*, *¿Qué no percibo?* Cuestionamientos fundamentales en un creador teatral que, a menudo, se pasan por alto o bien se pretenden contestar sólo desde el mundo de las ideas y de la teoría, cuando el principal material del trabajo escénico es el ser humano, es decir, la unidad Cuerpo-Mente.

Sólo después de una práctica constante, seria y con espíritu abierto, que permite el reencuentro de la unidad Cuerpo-Mente, es que podemos introducir un concepto más: DanTian

Centro a partir del cual se despliega y hacia el cual se repliega el movimiento ¡y la existencia! Esto no se percibe únicamente con el cuerpo o con la mente... sólo se percibe en el concurso concertado de ambos.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> En varios momentos del segundo capítulo de esta investigación y específicamente en el inciso de Texto Imposible retomaremos los ideogramas chinos y la importancia de la simultaneidad y globalidad de los conceptos que evocan la realidad. Lo anterior con el objeto de subrayar la necesidad de este tipo de organización mental en los creadores escénicos que buscamos acercarnos cada vez más a la abstracción de nuestro arte a través de la especificidad de nuestro lenguaje.

<sup>7</sup> Víctor Becerril Montekio, *Taiji Quan*, p. 69.

DanTian se puede traducir como “Campo de Cinabrio”. El Cinabrio, sulfuro de mercurio, era una de las sustancias utilizadas por los alquimistas en su afán de transformar el plomo en oro. Campo se entiende como el lugar del cultivo. Luego entonces DanTian (ubicado al centro de nuestro cuerpo a unos 4 dedos bajo el ombligo) es el área donde se realiza el cultivo o donde se llevan a cabo las transformaciones que permiten purificar la propia energía para transformarla en algo más sutil. Por eso es que se ha dado en llamar a las disciplinas, como el Tai-Chi, “alquimia interna”. Más adelante entraremos en materia acerca del concepto de “energía”. Por ahora baste decir que una de las cosas más significativas para el principiante es experimentar que existe un centro (DanTian) y un eje (la columna vertebral) a partir de los cuales realiza movimientos de repliegue hacia sí mismo y de despliegue, entrando en contacto con todo lo que lo rodea.

Es importante comentar que las teorías y procedimientos que hemos descrito y de las que hablaremos más adelante, son fruto de un aprendizaje largo y de gran paciencia. Al proponer esta práctica como entrenamiento para el actor no lo hacemos para facilitar o acortar el tiempo de tal proceso. Esto se plantea para alcanzar niveles de conciencia corporal y del entorno que necesariamente exigen tiempo, disciplina, entrega y, repetimos, la virtud de la paciencia. Esta virtud se adquiere a su vez con la práctica. Tampoco se puede esperar que aquella percepción sintética del mundo se adquiera en unas cuantas sesiones. Es un riguroso entrenamiento el que se necesita para trascender el pensamiento exageradamente racionalista y analítico de occidente. La calidad de movimiento armoniosa y suave, el alcanzar una relajación que permite a la vez la solidez del cuerpo, el entender las diferencias entre fuerza y dureza, entre suavidad y debilidad, el recuperar la flexibilidad de los músculos (comparable a la flexibilidad en los niños) que permiten la alternancia de movimiento tanto interno como externo y tanto físico como mental y, por último, el acceder a la experiencia sensible de que las cosas no son más que el cambio constante de ellas y que por lo tanto nosotros somos siempre posibilidad; todo esto es fruto de un entrenamiento constante, disciplinado, riguroso y sin embargo suave, sin mayor

pretensión que el expandir los horizontes de nuestra existencia y nuestras posibilidades.

En la práctica en silencio de la forma del Tai-Chi nos entregamos al movimiento, olvidamos el pensamiento, ignoramos en el diálogo interno, entramos en contacto directo con nuestra existencia sin pensar en ello, atendemos nuestras sensaciones y percibimos el movimiento sin racionalizar: es una práctica corporal. Lo importante es sentir el movimiento, para en una segunda etapa *ser* el movimiento.

#### 1.1.4 Qué es la serie de Tai-Chi

Para explicar qué es la serie o forma de Tai-Chi, recurro a las palabras de Víctor Becerril Montekio:

Se trata del arte marcial cuyo objetivo es entrenar al practicante en el manejo y la relación armoniosa de los movimientos de concentración y dispersión. Arte marcial dedicado al desarrollo de la fuerza interna llamada *Jing*, como expresión del refinado potencial humano. Camino o método de la asimilación de la existencia mediante la búsqueda de la armonía del movimiento.

La parte medular de la disciplina consiste en el aprendizaje y práctica de una larga serie de movimientos llamada *Forma o Gran encadenamiento* de manera suave, firme y continua. Esta es la razón por la cual durante los primeros años se practica lentamente, llegando más tarde a desarrollar una rapidez y la capacidad para proyectar la fuerza interna de manera instantánea y sin perder el relajamiento.<sup>8</sup>

Becerril Montekio remata su explicación aclarando que el entendimiento profundo del Tai-Chi solo se logra mediante la práctica, si bien los elementos teóricos son de gran ayuda.

---

<sup>8</sup> Víctor Becerril Montekio, *El Dao en acción*, p. 57.

### 1.1.5 Principios, reglas y aspectos de la forma de Tai-Chi

Hasta ahora hemos hablado de aspectos relacionados con el pensamiento tradicional chino, con la filosofía taoísta, o bien con conceptos específicos del arte marcial del Tai-Chi. Hemos comentado poco acerca de asuntos que tienen que ver específicamente con el quehacer teatral y continuaremos así algunos apartados más. El trabajo en el laboratorio de investigación con el grupo de actores se abordó de la misma manera: se invirtieron tres meses de tres sesiones a la semana de dos horas y media cada una aprendiendo, no solo las figuras de la “serie” o “forma” del Tai-Chi, sino también los principios y reglas de la misma, así como los aspectos taoístas relevantes para nuestro propósito. Lo anterior, incluso antes de acceder a los otros métodos del entrenamiento energético corporal descritos más adelante. Fue hasta un tiempo después de profundizar en la práctica del Tai-Chi y de integrar aquellos otros métodos energético-corporales, que comenzamos el entrenamiento escénico. Esta investigación propone que el actor que desea acceder a su quehacer desde esta búsqueda, debe saber que primero ha de caminar un trecho largo por la senda del conocimiento interno y de sus posibilidades, antes de ponerse en juego en el ámbito escénico.

Es importante especificar ahora, que los conceptos que hemos venido describiendo en los primeros apartados de este trabajo no aparecieron en el laboratorio sino hasta mucho después de avanzados en el aprendizaje de la serie y cuando ya comenzábamos a integrarla como práctica más allá de la realización de una figura tras otra. El laboratorio inició con la primera figura de la serie y continuamos así, sin más explicaciones que las necesarias para aprender la forma y tal vez si acaso con algunas reflexiones sencillas. Continuamos de esta manera casi los tres meses que duró el aprendizaje (relativamente profundo) de la serie. Ese es el camino de acceder al Tai-Chi. El Tai-Chi es una forma de establecer relación con el mundo interior y exterior, la serie o tabla es el vehículo para ello.

Diez principios esenciales del Tai-Chi:

1. De pie. Antes de iniciar la serie, los pies paralelos, abiertos a la distancia de los hombros. La cabeza ligera, relajados los músculos de la cara, el cuello sin tensión, la barbilla dirigida ligeramente hacia el pecho, el cóccix apuntando hacia el suelo. Esta postura permite una mejor irrigación de sangre al cerebro lo que ayuda a tener una conciencia abierta y relajada.
2. Relajar o “vaciar” el pecho hacia el interior y estirar la espalda como si fuera una línea de cuentas colgada de la coronilla. Todo el peso de nuestro cuerpo está depositado sobre la planta de los pies. Esto permite que el Chi (energía) descienda y se concentre en el DanTian
3. Relajar la cintura. La región lumbar donde se encuentra el DanTian, centro que rige nuestros movimientos, está relajada y descansa sobre los pilares que forman nuestras piernas.
4. Distinguir el lleno del vacío. A lo largo de la serie cuando la pierna derecha esta llena (soportando todo nuestro peso), la izquierda está vacía.
5. Bajar los hombros y hundir los codos. Los hombros son influidos por el movimiento, pero no intervienen en él, se mantienen bajos. Los codos tienden a apuntar hacia el suelo, lo que permite mantener la relajación de los hombros y la realización de movimientos circulares.
6. Utilizar la fuerza interna (intención) en lugar de la fuerza externa (esfuerzo) En principio es difícil entender que exista una fuerza contundente sin una tensión muscular visible. A través de una relajación en movimiento, el practicante experimenta la sensación del fluir energético comparable con el fluir de los arroyos en la tierra. Si los arroyos no están obstruidos, el agua fluye. Si el cuerpo está relajado y sus canales abiertos, el Chi circula. Sabemos que el agua tiene una fuerza diferente a la fuerza que puede tener una máquina, esa es la diferencia entre la fuerza interna (Jing) y la fuerza externa (Li). Sólo gracias a un entrenamiento largo es que se puede desarrollar a profundidad el Jing. De esta manera se puede acceder al entendimiento de la diferencia entre fuerza y dureza, entre suavidad y debilidad, entre resistencia y rigidez. Si se actúa con relajación máxima y con fuerza interna, en lugar de esfuerzo físico externo, se logra un flujo

continuo, una agilidad en el cuerpo que permite movimientos tanto muy lentos como extremadamente rápidos.

7. Concentrar el Chi. Uso de la respiración. La inspiración y la expiración han de fluir continuamente por todo el cuerpo. El Chi se acumula durante la inspiración y se emite durante la expiración. Eso también permite una atención abierta y una conciencia despierta.
8. Armonía de los movimientos. Cada figura se lleva a cabo con atención y armonía. Para que sea integral, el movimiento interno ha de surgir de las raíces, es decir de la planta de los pies, controlarse en la cintura, manifestarse en los dedos.
9. Continuidad. Los movimientos son circulares, suaves y ligados, sin ruptura ni interrupciones de manera que en la realización efectiva de la forma no son 108 movimientos sino uno solo continuo.
10. El reposo en el movimiento. Permanecer tranquilos durante las acciones. Los movimientos se dirigen mediante la calma. A través de la calma es que el ejecutante puede conocer y seguir los movimientos del adversario. Una mente calmada está siempre atenta y dispuesta para actuar de la mejor manera que se requiera. En el Tai-Chi se habla de adversario y ataque, debido a que es un arte marcial, pero bien puede hablarse de compañero de escena y de las acciones a las que un actor debe reaccionar en presente y no de forma automática.

En cuanto al cómo se ejecuta la serie o tabla del Tai Chi, existen cinco principios:<sup>9</sup>

1. Paso a 45°: En cualquier paso completo de la tabla el pie de adelante se coloca recto y el de atrás a 45° respecto al de adelante. Así, en una postura correcta, si se desliza el pie de adelante hacia atrás en línea recta, ambos pies no deben tocarse. Dicho de otra manera, los dos talones están uno a cada lado de una línea imaginaria.

---

<sup>9</sup> John Panter/ Rick Davis, *El arte del Tai Chi Taoísta, Cultivar el cuerpo y la mente*, p. 16.

2. Posición de la rodilla de adelante: Desde la rodilla hasta el tobillo, la pierna derecha tiene que estar perpendicular al suelo. En posición hacia delante la rodilla de delante debe de estar encima y no más adelantada de la mitad del pie.
3. Cuadrar la cadera: En cualquier paso completo de la tabla, mientras transferimos el peso hacia adelante, los hombros y la cadera tienen que girar para mirar en la misma dirección que el pie de adelante.
4. Línea recta desde la cabeza hasta el talón: En la posición hacia delante en cualquier paso completo, la espalda sigue una línea imaginaria que va desde la cabeza hasta el talón. De esta manera el cuerpo no se arquea ni se dobla hacia delante.
5. Fuerzas iguales y opuestas: En todos los movimientos al empuje de un brazo le corresponde un empuje igual con el otro brazo. En muchos casos, aunque no en todos, este empuje se hace en direcciones opuestas.

Debemos recordar que el Tai-Chi es un entrenamiento que, antes que buscar el enfrentamiento entre dos contendientes, pretende que el practicante acceda a la comprensión de aquel tipo de movimiento que es intrínseco a las mutaciones, es decir, un movimiento que conviene a la interrelación del Yin y Yang por la armonía que le caracteriza. Para esto se observan tres reglas fundamentales:

1. Sentido del movimiento: A diferencia de los ejercicios a los que estamos acostumbrados en occidente, en donde el movimiento influye en el desarrollo de tal o cual músculo, el Tai-Chi no interviene en el proceso de cambio. Si entendemos cambio o mutación como movimiento, entonces entre ambos hay tal armonización que el movimiento corporal es en si mismo el cambio.
2. Ritmo del movimiento: Para que lo anterior sea verdad, el movimiento ha de ser suave. YinYang no se presenta nunca a base de ruptura. Yin tiende a

Yang y Yang tiende a Yin. No obstante, se observan cambios de ritmo, pues de otra manera no habría evolución en el movimiento.

3. Alternancia del movimiento: El movimiento adopta características Yin (concentración) o Yang (expansión), la alternancia entre ambos permite el equilibrio.

Esta alternancia, este constante cambio nos da la experiencia sensible de la adaptación y la adaptación es mutación. La adaptación es la característica de lo orgánico. Desde esta perspectiva, cuando en teatro nos refiramos a un movimiento orgánico o a una actuación orgánica, hablaremos de la adaptación inmediata a nuevos factores o bien la transformación de los ya presentes. Se trata de encontrar el equilibrio a partir del reconocimiento sensible del centro y del eje desde el cual se individualiza cada uno de los “diez mil seres”<sup>10</sup>. El arte marcial de Tai-Chi consiste así, en encontrar el equilibrio, mantenerlo y desarrollar la adaptabilidad. Afirmamos que en eso mismo consiste el trabajo creativo del actor.

Hay que entender esto: El actor no sólo ha de adaptarse a la acción o al movimiento, el actor es en sí mismo la acción; es la acción que se relaciona con otras acciones y se adapta a ellas, por lo tanto el actor entiende que no es una acción frente a otra, sino que son varias acciones creando una sola: el hecho escénico. Para lograr esto se exige un entrenamiento que potencialice la percepción de sí mismo y de lo externo. Según este laboratorio, ese entrenamiento es el Tai-Chi.

#### 1.1.6 ¿Que es Chi?

Una partícula subatómica no es una “partícula” como lo es una partícula de polvo. Hay más que una diferencia en cuanto al tamaño entre una partícula de polvo y una partícula subatómica. Una partícula de polvo es una *cosa*, un objeto. Una partícula subatómica no puede ser imaginada como una cosa. Por lo tanto debemos abandonar la idea de que una partícula subatómica es un objeto.

---

<sup>10</sup> Diez mil seres es la manera taoísta de llamar a todos los seres del Universo.



Puede ser que la búsqueda de la “cosa” esencial del universo sea una cruzada ilusoria. En el nivel subatómico, masa y energía cambian incesantemente entre ellas. Los físicos de partículas están tan familiarizados con el fenómeno de la masa convirtiéndose en energía y la energía convirtiéndose en masa que constantemente miden las partículas de masa en unidades de energía.<sup>11</sup>

Einstein, en su teoría de la relatividad, dice que la masa es energía y la energía es masa. Donde hay una, hay la otra.

Pero no debemos confundirnos y dar por hecho que como “todo es energía” ya *sabemos* lo que es, pues corremos el riesgo de hablar de ella arbitrariamente. Es muy común escuchar: “¡Viste cuanta energía tenía ese actor!” Tal vez la persona que dice esto quiera hablar de la voluntad del actor por realizar bien su trabajo, o de la potencia de su voz, o de la fuerza física de sus acciones, etcétera, pero no se refiere específicamente a energía. La energía no se ve de esa manera. La energía se percibe, se manifiesta, y en un actor estudiado, la energía, la del propio actor, se maneja.

¿Qué son entonces las partículas subatómicas? ¿Qué compone esencialmente al átomo? Lo compone la energía, es decir, el movimiento. El movimiento puro sin cosa que se mueva. Puesto así, podemos decir que aquella cosa esencial del universo no es un objeto, sino puro movimiento. Por esto nos atrevemos a decir que si aquello de lo que estamos hechos no es una cosa sino energía pura, movimiento, entonces la masa, el cuerpo que *somos* es energía *condensada*. Si esto es verdad, podemos dejar de pensar en nuestra piel como la frontera de nuestro ser y vislumbrarla como un vehículo de comunicación de la mayor sutileza.

Los antiguos filósofos chinos describen el Chi como aquello que compone a todos los seres de la tierra. Chi es movimiento. Pero también lo describen como una tendencia o potencia; algo que permite que otras cosas sucedan. Chi importa más por lo que hace que por lo que es en sí mismo. La armoniosa circulación de Chi es lo que permite la mutación de todas las existencias. Pero de nuevo los

---

<sup>11</sup> Gary Zukav, *Opcit*, p. 32.

antiguos filósofos chinos no hablan de Chi como una sustancia específica, es más bien aquella potencia que permite el movimiento, es el movimiento y lo que se mueve, el actor y la acción.

La práctica del Tai-Chi tiene diferentes etapas de conocimiento sensible y sintético: La primera es entender la unidad Cuerpo-Mente que somos, y que somos una estructura completa hecha de otras unidades que se interrelacionan; igual que lo es el Universo que nos rodea y del cual somos una parte que se interrelaciona con las otras. La segunda, consecuencia de la primera, es el establecimiento de un nuevo tipo de relación tanto interior como exterior. La tercera, cuando la práctica es más profunda, deviene en la armonización y la activación de la circulación del Chi del ejecutante. Para cuando se accede a esta etapa, el practicante ya ha tenido experiencias sensibles con la propia energía. En el Tai-Chi dejamos de teorizar acerca de la idea de energía. En lugar de eso disponemos a nuestro cuerpo para su manifestación, y un tiempo después la sentimos circular a través de él. El objetivo del practicante del Tai-Chi y del actor que pretende hacer uso de su energía para un hecho creativo es, no solo activar la circulación energética y obtener los beneficios de salud y bienestar que eso conlleva, sino también aprender a dirigir esa circulación para realizar movimientos más firmes y contundentes, o en su caso más bellos y expresivos. Eso también es Chi, no solo movimiento sino movimiento con una dirección específica.

Existe una línea directa e indisoluble entre los aspectos físicos de cada ejercicio o movimiento de modo que el desplazamiento en el espacio del cuerpo o partes del mismo sólo es relevante por cuanto vehicula o manifiesta el resultado de las intenciones mentales claramente estructuradas. Lo podemos comparar con el gesto con que un pintor consumado traza una línea de color sobre el lienzo que habrá de convertir en obra de arte.<sup>12</sup>

Es importante que enfatizamos: Chi es un término dado por los filósofos chinos para hablar de algo que no es un objeto, que no se puede encontrar anatómicamente y que sin embargo tiene efectos muy concretos en quien activa

---

<sup>12</sup> Víctor Becerril Montekio, *La Salud por el Tao*, p. 74.

su circulación y aprende a dirigirlo. Chi es un término para poder referirse a *aquello*. Es preferible al término “energía” porque Chi se cierce a la idea de energía bioelectromagnética intrínseca a todas las existencias, y se aleja de los significados imprecisos que hemos dado al término “energía” en occidente.

Hemos mencionado en líneas anteriores a los canales de circulación del Chi que son comparables con los arroyos de la tierra: los Jing. Éstos se encuentran en estructuras anatómicas concretas y deben ser preparados a su vez para permitir dicha circulación. Para que el Chi se active y circule con fluidez, el cuerpo y por lo tanto los canales han de alcanzar un estado de relajación despejada y atenta a lo que sucede en el entorno. El Tai-Chi es en si mismo un ejercicio que permite la relajación y prepara por lo tanto dichos canales, sin embargo, en este laboratorio practicamos ejercicios de respiración y relajación derivados de la Bioenergética que potencializan el trabajo de Tai-Chi. De ello hablaremos en el inciso 1.2 llamado *Preparación*.

Existe una línea directa indisoluble entre los movimientos físicos exteriores visibles y el flujo de la respiración, la cual además se trabaja de manera específica, dando ritmos y localización específicos. El movimiento físico visible se realiza como manifestación de flujos y desplazamientos internos en los que el trabajo de la mente y el control sobre la musculatura más profunda se unen produciendo un efecto interior muy poderoso y un desplazamiento exterior en ocasiones apenas perceptible.<sup>13</sup>

Ahora que tenemos una idea un poco más clara de a lo que nos referimos con energía, o mejor dicho con Chi, podemos retomar el término DanTian que significa “campo de cinabrio”, y se refiere al lugar donde se cultiva el Chi para su refinamiento. El DanTian se encuentra aproximadamente cuatro dedos debajo del ombligo. Es el centro de nuestro cuerpo de donde se despliegan y a donde se repliegan todos nuestros movimientos y la vida misma. Ese es el DanTian Inferior. Existen otros dos DanTian de los que hablaremos en el inciso 1.2 de este capítulo. Baste por ahora mencionar su ubicación: DanTian Intermedio ubicado en el plexo

---

<sup>13</sup> Idem.

solar y DanTian Superior, ubicado entre las cejas, lo que comúnmente se llama tercer ojo.

Con todo lo mencionado del Chi concluiremos este apartado con una cita del actor Yoshi Oida:

Tal como lo hacen los africanos, cada uno de los actores realizó un movimiento, con un bastón en la mano, para mostrar su respeto. Luego pedimos tímidamente que el rey bailara. Para nuestra sorpresa, éste se levantó con una sonrisa en los labios y, con pasos tambaleantes, comenzó a moverse. El suyo era un movimiento muy ligero; pero mientras que él apenas se movía, el aire a su alrededor se agitaba violentamente. Su danza, hecha de movimientos sutiles, era mucho más dinámica que la de la gente joven. Normalmente solemos afirmar que “lo grande contiene a lo pequeño”, pero en este caso “lo pequeño contenía a lo grande”. El hombre posee la maravillosa capacidad de sugerir la inmensidad interior a través de un mínimo de movimientos.<sup>14</sup>

#### 1.1.7 Aquí y ahora

Cuando Antonin Artaud, en el *Teatro y su doble*, habla del tipo de teatro que es necesario que se haga, entre otras cosas menciona que este teatro ha de poner en escena acontecimientos y no hombres. Si adoptamos tal principio y lo aplicamos en el laboratorio, podemos decir que el ver acontecimientos en escena será porque no sólo se muestra la interrelación y el conflicto de las individualidades, sino la interrelación y el conflicto que suceden y se desarrollan genuinamente en ese tiempo-espacio. Si es un acontecimiento no es una simulación, es una verdad escénica de la que el público es testigo activo y no un mero observador. Es decir que la presencia y el hecho de observar del espectador es parte fundamental de tal acontecimiento, y de eso son conscientes tanto público como actor.

El Tai-Chi no solo es un laboratorio individual de mente, cuerpo y energía, y de la relación que establecemos con el interior y con el exterior. Vamos más allá

---

<sup>14</sup> Yoshi Oida, *Un actor a la deriva*, p. 144.

en este último punto y nos entrenamos como un *guerrero* capaz de tener una percepción absolutamente abierta de *todo* lo que le rodea. Un *guerrero* no vacila ni se detiene en las consideraciones de la información que le llega tanto de su interior (miedo, asombro, duda, etcétera) como de su exterior (amenaza, ataque, rechazo, etcétera.), sino que es pura acción realizada de manera precisa en tiempo y espacio con la contundencia necesaria. Estas características (entre otras) son las que requiere el actor de aquel tipo de teatro que lleva a escena acontecimientos. No un actor automatizado, sino un actor en presente, listo a reaccionar y a responder a los estímulos (tanto reales como ficticios) con un sólo tipo de respuesta: el uso de lo mejor de él mismo como individuo, como ser humano y como creador. No estamos hablando aquí, sin embargo, de un teatro hecho exclusivamente de improvisación. La serie de Tai-Chi es muy precisa y bien podría ser la abstracción de un marcaje escénico riguroso que, sin embargo, exige que el actor esté en presente, reaccionando a los estímulos y llenando cada uno de los movimientos que realiza, por lo que no sólo lleva a cabo la acción sino que la hace suya y va más allá: es en *si mismo* la acción. El Tai-Chi entrena entonces al individuo como un sutil observador de lo que lo rodea. Lo entrena para que desde un estado de relajación esté atento, alerta, receptivo y disponible ante los cambios que se generan a su alrededor, lo que le permite reaccionar orgánicamente, es decir, de manera armónica y consecuente, sin resistencia.

No usamos el Tai-Chi para que un individuo represente en escena las figuras o formas de la serie. Hacerlo sería no entender lo que las artes marciales ofrecen y quedarnos, de nuevo, en la superficialidad de las cosas, en el “turismo cultural” que únicamente profundiza la ignorancia de las otras culturas. Usamos el Tai-Chi para trascender la separación entre mente y cuerpo y saber que pensar no es suficiente ni para existir ni para crear arte, sino que es indispensable ser íntegramente, viviendo y respondiendo en el aquí y ahora.

### 1.1.8 Atención e Intención

Para la práctica del arte marcial que nos ocupa, la mirada es un catalizador de la atención del practicante. A través de ella es que el practicante expresa su estar en presente. Al realizar la serie se pide al ejecutante que su mirada esté abierta, de forma que se amplíe su campo visual. Cuando el practicante lo consigue, se observa una clara diferencia entre mantener la mirada abierta o perderla en el horizonte. La una expresa presencia, la otra expresa abandono de sí mismo. Es a través de la mirada que lo externo entra en nosotros y que lo interno se expresa al exterior. El actor que está interesado en desarrollar sus posibilidades expresivas debe atender esto y entrenarse, no desde la adopción de actitudes, sino desde la auténtica expresividad de lo que sucede en su interior. Para este actor la mirada ha de ser sólo el inicio, hemos de lograr que lo externo entre a nosotros desde todo el cuerpo, desde los poros de la piel, y de la misma manera expresarnos del interior al exterior.

Cuando, por otro lado, en Tai-Chi se habla de *intención*, no nos referimos a un deseo de hacer algo, sino a aquello que es motor de la acción, lo que detona la acción y adonde se dirige para que ésta se realice. Sería importante adoptar esta misma diferencia entre intención y deseo en el hecho escénico. Nos ayudará a despojarnos de actitudes inspiradas por ideas, en muchas ocasiones caprichosas, de lo que “el personaje desea” y sustituirlas por la intención de la acción requerida en tiempo y lugar precisos. En el Tai-Chi se dirige la intención de forma que “llene” absolutamente los movimientos. No es sólo una mano la que empuja o golpea, sino que el cuerpo entero está involucrado. La intención llegará hasta el puño y más lejos para proyectar el movimiento.

La correcta intención no es suficiente para el éxito de un movimiento. El practicante, o el actor, ha de realizar la acción en el instante-espacio adecuado. Dicho de otra manera, para utilizar eficientemente la intención, el actor ha de estar en presente y tan perceptivo que reaccionará a los estímulos en el momento exacto y en el lugar conveniente. Si alguno de estos aspectos falta es fácil ver

cómo la presencia del actor se diluye, la atención del público se distrae en otras cosas que parecen más importantes, la acción realizada pierde significado.

La intención es la conciencia llevada a la acción. Realizada de manera precisa y en el correcto espacio-tiempo permite al actor expresar aquello de lo que pretende hablar e incluso establecer relaciones significantes con lo que le rodea, sea el espacio, un objeto o un compañero actor.

Cuando logramos movernos con agilidad y atendiendo a los principios mencionados, entramos en contacto con una forma muy particular de existir. Estamos finalmente presentes en el aquí-ahora, somos plenamente dentro-afuera de nuestros cuerpos-mentes. La experiencia es tal que inevitablemente se va extendiendo a todos los ámbitos de nuestra vida.<sup>15</sup>

#### 1.1.9 Recapitulación

El Tai-Chi no es *El Camino*, es *un* camino de conocimiento integral. Sin embargo, en mi experiencia, ha sido la única disciplina donde sucede el concierto armónico de la mente, el cuerpo y la energía. Y lo más importante, es que este concierto sucede en acción. La unidad mente-cuerpo-energía es la herramienta de expresión del actor; su medio: la acción en el espacio. Como yo lo veo, la serie de Tai-Chi es la abstracción perfecta del hecho escénico. El practicante-actor ha de realizar una serie de acciones físicas en tiempo, espacio y modo específicos, y sin embargo son esas acciones “impuestas” el medio para conocerse, desarrollarse y expresarse. El practicante-actor sabe que lo anterior se logra sólo estando en presente.

El Tai-Chi no es un fin en sí mismo, es un proceso de laboratorio que permite el conocimiento personal cada vez más profundo, tanto interno como externo. La virtud de este arte marcial es que, entre otras cosas, otorga la posibilidad de un conocimiento y un desarrollo personal, incluso de una práctica y

---

<sup>15</sup> Víctor Becerril Montekio, *Taiji Quan*, p. 150.

entendimiento de lo que es el estado en presente, sin mayores explicaciones. También es un vehículo que permite entender qué es la propia energía y cómo manejarla, es decir dirigirla, hacerla circular a nuestro favor.

En cuanto al aprendizaje individual es un proceso de corrección de las posturas corporales, un proceso de *derretimiento* de las tensiones e incluso del ego. La importancia del individuo cede ante la importancia de la interrelación de las individualidades como un todo. Es también un proceso de sensibilización integral.

Propongo al Tai-Chi como un proceso de laboratorio que permite el entrenamiento para lograr un tipo de teatro orgánico y sintético que da lugar a una verdadera comunión con el espectador. Por orgánico entiéndase vivo, en presente, en creación presente. Por teatro sintético entiéndase aquel que prioriza los elementos básicos: actor, espacio y espectador. Teatro despojado de elementos distractores o de entretenimiento frívolo, de máscaras en el actor que profundizan la distancia e impiden el contacto profundo con el espectador. Y por teatro que da lugar a la comunión con el espectador, entiéndase aquel espacio donde podemos, como sociedad –regional y mundial-, reencontrar la importancia del contacto entre los humanos y resignificarla a través de acontecimientos.

Todo: búsqueda, conocimiento, entrenamiento, puesta en escena y comunión llevan un mismo objetivo: forjarnos, en tanto que seres humanos, en el camino de la sabiduría.

En las sesiones de artes marciales no hacíamos los ejercicios para aprender las técnicas de combate, sino para descubrir la fuente de energía del combatiente y su modo de emplearla.

Con el entrenamiento de las artes marciales se desarrolla la relación física con otra persona, así como una relación más profunda a través de la energía interna de dos individuos, una relación que corresponde a la energía propia del mundo.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> Yoshi Oida, *Op.cit.* pp. 210 - 211.



## 1.2 Preparación. (Trabajo de relajación y contacto interno)

### 1.2.1 Fundamento teórico

A lo largo de su vida, el ser humano va creando tensiones corporales que le van “ayudando a sobrevivir”. Estas tensiones son bloqueos somáticos que se generan a partir de un sistema de defensa que pretende mantener una confundida idea de seguridad física y mental. Son también la respuesta a represiones que se nos han impuesto y que hemos aprendido a imponernos a nosotros mismos. Son contracciones a nivel musculatura y tejido nervioso, pero también se reflejan en una mala circulación sanguínea, una incorrecta digestión, una respiración limitada, una postura corporal inadecuada, etcétera, lo que provoca malformaciones, neurosis e infinidad de reacciones orgánicas. Todas estas reacciones son la respuesta ante un mundo exterior aparentemente “hostil” que va creando una corteza de defensa en nuestro cuerpo, casi una armadura, que nos impide la libre relación tanto con nuestro interior como con nuestro exterior, y por lo tanto entorpece la libre creatividad.<sup>17</sup>

El teatro es la relación de un ser humano (actor) frente a otro ser humano (espectador), esa es su virtud primaria: que el autor y el objeto artístico no solo son el mismo y están frente a su espectador en presente, sino que el hecho artístico, creativo, se realiza ahí mismo en el aquí-ahora con un instrumento primordial: el ser humano. Por eso, la persona que pretende utilizar su ser como materia prima de creación, debe primero disponerse a un trabajo de *purificación*, de limpieza, de *derretimiento* de la armadura que se ha construido. Esto no es sólo un trabajo corporal. Como lo mencionamos en el inciso anterior, partimos de la unidad Cuerpo-Mente. Por lo tanto dicha armadura no se encuentra sólo en el cuerpo, sino también en las ideas, sobre todo, en las ideas preestablecidas que nos hemos formado de nosotros mismos, en los preceptos de nuestra personalidad que nos impiden movernos más allá de cierto rango.

---

<sup>17</sup> Cf. Eva Reich y Eszter Zrnánsky, *Bioenergética Suave*.

El Tai-Chi es un vehículo para lograr este despojo de las tensiones, de las armaduras. Dicha disciplina es, incluso, un laboratorio donde poder ir expandiendo el círculo de posibilidades y, si mantenemos una actitud de principiante, es una oportunidad para salir del estado de confort y entrar a al estado de mutación constante, lo que conlleva una sensación de libertad dentro de la incertidumbre. Podemos, sin embargo, reforzar la práctica del Tai-Chi con otros ejercicios. Uno de ellos es lo que en este trabajo de investigación hemos dado en llamar Preparación. La Preparación es un momento de interiorización individual, un momento de laboratorio personal, una forma de pulir, incluso afinar -como se afinan las cuerdas de un piano o de un violín- nuestro cuerpo, nuestra herramienta de trabajo.

La metodología de la Preparación consiste, como etapa primera, en el trabajo constante de eliminación de las tensiones, bloqueos y resistencias (físicas y mentales) para permitir la reapertura de los Jing, los canales por donde fluye la energía y más adelante por donde se ha de *dirigir* aquel flujo energético. Decimos “constante” eliminación de tensiones, bloqueos y resistencias, porque el ser humano se encuentra, consciente o no, en un persistente movimiento, enfrentándose a continuos ajustes psíquicos y físicos, a estrés o a experiencias placenteras que lo modifican. Por eso el trabajo de *afinación* del instrumento humano, el análisis de sus movimientos internos (o la falta o el deterioro de ellos) se propone en este laboratorio como un hábito. Decimos “reapertura” de los canales energéticos porque naturalmente, al inicio de nuestra vida, estos canales están abiertos y por ellos fluye libremente la energía, pero con el paso del tiempo y con la acumulación de bloqueos, aunada a la mala postura corporal habitual y a paradigmas -en muchos casos absurdos-, hemos ido cerrando y creando este caparazón que nos genera una falsa sensación de seguridad. Los antiguos chinos nos hablan de la virtud del bambú que, por ser suave y flexible, cede ante los embates del clima, logrando así mantenerse en pie, al contrario de otras ramas que por ser duras, aparentemente más fuertes, se quiebran y perecen frente al viento que las empuja.

¿Cómo se logra ese *derretimiento* de las tensiones, esa reapertura de los Jing, esa reactivación del fluido energético integral? A continuación se describe el procedimiento. Pero antes de hacerlo conviene reiterar algunos aspectos a atender: No hablamos de energía como algo esotérico, mágico, sino como un elemento intrínseco al cuerpo humano que si bien no se puede tocar ni definir con exactitud, sí se pueden percibir sus efectos de una manera clara. Para eso el interesado ha de realizar la práctica sin otro precepto que permitirse la libertad de percibir y percibirse. Lo que proponemos es un trabajo minucioso que demanda tiempo, y que requiere, por lo tanto, la paciencia del practicante. Pensemos que el interesado en la creación escénica lleva, por decir una cantidad, por lo menos 20 años construyendo día a día y con gran tenacidad, una estructura defensiva dura, capa tras capa. El trabajo de derretimiento de esa corteza, aunque puede ser más rápido que su construcción, no se llevará a cabo en definitiva de un día para otro. Menos aún sabiendo que aunque se ha empezado el proceso de destrucción de la armadura, al mismo tiempo no se ha dejado por completo de construir, pues, gracias al condicionamiento, continuamos repitiendo hábitos insanos. Por último, será importante atender que aunque la Preparación es relativamente fácil de llevar a cabo a través de la explicación que a continuación se hace, es siempre conveniente realizarla en grupo y bajo la dirección de un instructor que domine el tema.

### 1.2.2 Procedimiento

Se inicia de pie en lo que llamamos la postura cero. Tal postura es la descrita en los 10 principios esenciales del Tai-Chi en el inciso anterior, sección 1.1.5: De pie. Los pies paralelos, abiertos a la distancia de los hombros. La cabeza ligera, relajados los músculos de la cara, el cuello sin tensión, la barbilla dirigida ligeramente hacia el pecho, el cóccix apuntando hacia el suelo. Para permitir una mayor interiorización se sugiere cerrar los ojos siempre y cuando no existan mareos. La respiración y su uso consciente y dirigido es la base de esta

Preparación. Más adelante veremos que el uso de la respiración es fundamental para el trabajo actoral. Como hemos mencionado, el Tai-Chi es la alternancia de dos tendencias de un mismo movimiento: Yin y Yang, Inhalación-Exhalación, no hay ruptura entre ellas.

No hay Yin sin Yang,  
no hay Yang sin Yin  
Yin y Yang cooperan mutuamente,  
Comprenderlo abre las puertas  
para comprender el Jing<sup>18</sup>.

En este entrenamiento atendemos el fluir continuo de la respiración entre sus dos movimientos. Sin embargo hay que observar lo que podría ser un tercer momento en la respiración y que en realidad es una “suspensión” entre las dos tendencias; nos referimos al momento en que la exhalación de aire termina pero en el que los pulmones aún no necesitan de aire nuevo. Cuando inhalamos nos contraemos en nosotros mismos. Cuando exhalamos nos expandemos hacia el exterior. El “tercer movimiento”, entre la exhalación y la siguiente inhalación, es el momento en que tomamos consciencia de nuestro cuerpo-mente, de nuestra existencia en ese lugar-tiempo. La respiración se *lleva* al DanTian, al centro de nuestro cuerpo, ubicado a “cuatro dedos” debajo del ombligo. Al inicio de la práctica, como es difícil llevar la respiración más allá de la base de los pulmones, y en ocasiones llevarla solo a la base de los pulmones es ya difícil, se recomienda visualizar (que no imaginar) el DanTian y que el aire inhalado llega hasta ese punto y desde ahí es exhalado. Con la práctica dejamos a un lado la visualización al tiempo que va surgiendo la verdadera sensación. Las rodillas están ligeramente dobladas y el cóccix dirigido al piso, con lo cual dejamos libre de tensión la pelvis, región del centro energético. En cada exhalación permitimos *enraizar* las plantas de los pies en el suelo, adquiriendo cada vez mayor peso. *Fabricamos* así una estructura firme, como un arco, como dos columnas fuertes, pies y piernas; al mismo tiempo vamos despertando o activando el centro energético llevando a él la respiración. Como la pelvis está libre de tensión sobre las *columnas fabricadas*,

---

<sup>18</sup> Clásico del Taiji Quan Wang Zongyue citado en Victor Becerril Montekio. *El Dao en acción*, p. 88.

con el tiempo es posible que suceda en esa área una *vibración*, un movimiento interior que poco a poco se irá extendiendo a otros puntos de concentración energética y eventualmente al cuerpo entero. Tal vibración es la energía bioelectromagnética que se está activando y que está activando su fluir. El practicante, sin embargo, cuidará de no provocarse dicha *vibración*, ni siquiera buscarla o esperarla, es algo que sucede y de diferentes maneras, en diferentes direcciones dependiendo cada cuerpo y su experiencia sensible. El practicante sólo se preocupará entonces por llevar a cabo la instrucción correctamente.

Así comienza el trabajo de la relajación, de la reapertura de los Jing. Al estar respirando hacia nuestro centro, liberándolo de tensión y ganando peso sobre las plantas de los pies, irán surgiendo a lo largo y ancho en el cuerpo, dolores, tensiones, incomodidades, tanto musculares como óseas o incluso anímicas. Cuando surja la sensación, el individuo permitirá que ésta se manifieste, que se haga clara; esto sin mover o manipular el área sensible (digamos por ejemplo un hombro). Se permite sentir dicha área con claridad. Una vez que la sensación se ha *expresado*, es decir: una vez que el practicante la puede *definir* (no con palabras sino sensiblemente), se procede a hacer una inhalación profunda, visualizando que se lleva el aire hasta el punto a trabajar al tiempo que se genera una tensión en el lugar físico, misma que al exhalar se deshace. El tercer movimiento de la respiración se aprovechará para sentir el cambio tanto en el área específica como integralmente. Se atenderá a tal sensación de esta manera dos o tres veces más o las necesarias, sabiendo que es posible que la tensión no se diluya del todo. Son muchos años los que ha llevado construirla, tardará un tiempo deshacerla. Una vez que el área trabajada ha sido relativamente liberada, se continúa con el trabajo de ganar peso y llevar la respiración al DanTian, hasta que surge en otra parte del cuerpo otra tensión; esta se atiende. Así sucesivamente. Es muy común que a la mitad de este trabajo surja la necesidad de usar la voz como suspiros o exhalaciones, quejidos, gritos, etcétera, o que aparezca la necesidad de reír, bostezar, toser, llorar, etcétera. Hay que permitir tal necesidad, la armadura se está *derritiendo*. Aunque es un proceso liberador, no es siempre un proceso agradable. Pero el actor comprometido con su

quehacer, sabe que hay que despojar a su cuerpo de *basura* para poder crear belleza con él (incluso para crear belleza convulsiva, violenta)<sup>19</sup>. También es muy probable que surjan imágenes mentales a manera de sueños o recuerdos. Puede incluso descubrirse una conexión directa entre una tensión corporal y un recuerdo no agradable o la relación atormentada con algún aspecto de la vida cotidiana del individuo. En este punto es donde el trabajo nos lleva a otros niveles de conocimiento interior. Sin embargo, debemos mantener en claro que ésta no es una terapia psicoanalítica. Las conexiones o imágenes que llegan a suceder nos sirven de referente o de conocimiento, se atienden como se ha descrito, pero es recomendable no detenerse en la consideración racional de las mismas. Al menos no en el instante de la práctica. El individuo será responsable, en un segundo momento, de llevar a cabo las anotaciones que convengan a su desarrollo humano, acerca de los hallazgos personales en este trabajo, pero siempre mantendrá la distinción entre nuestro trabajo de entrenamiento interior psíquico-físico y una terapia. La línea es muy delgada. Por eso la importancia de un instructor que dirija la práctica y que observe e incite a la exploración a quienes la evaden, así como ayudar a la correcta dirección de la exploración a quienes se entregan a ella.

Hay una segunda etapa de esta Preparación: una vez que se ha alcanzado cierta relajación integral, incluido sobre todo el DanTian, se procede a la realización de tres ejercicios de columna:

1: Partiendo de la postura cero y con los ojos abiertos, se hace una inhalación. Al tiempo de la exhalación, se dirige el cóccix como buscando señalar con su punta nuestro frente; eso ha de influenciar, vértebra por vértebra, al resto de la columna vertebral provocando que el cuerpo se *cierre* como si buscáramos juntar el esternón con la pelvis. Al inhalar se dirige el cóccix a la dirección contraria, detrás de nuestro cuerpo, y así mismo vértebra por vértebra se modifica

---

<sup>19</sup> Cf. Antonin Artaud, *El teatro y su doble*. No nos entrenamos necesariamente para expresar algo agradable. La belleza puede ser violenta, a la manera en que Artaud la explica comparada con la peste. Podemos, escénicamente, expresar los recovecos más oscuros del ser humano. Pero para que dicha expresión sea contundente, el actor debe trabajar desde cierta blancura interpretativa y hacia eso está dirigida la Preparación.

la columna, *abriendo* la postura como buscando juntar el cóccix con las cervicales en la parte posterior del cuerpo. Al exhalar de nuevo se *suelta* el cóccix permitiendo que regrese a su posición natural relajando el resto de la columna vertebral lo que crea una especie de onda o latigazo suave que sube desde las lumbares hasta las cervicales.

2: Partiendo de la postura cero con ojos abiertos, se inhala al tiempo que, como si fuéramos jalados desde la coronilla hacia arriba y desde el cóccix hacia abajo, *dibujamos* una línea recta, sin curvas desde el cóccix hasta las cervicales. Al exhalar se va realizando una inclinación hacia el frente y abajo, procurando mantener la línea recta de la columna hasta que la misma inclinación provoca que la columna se curve, lo cual permitimos relajando el cuerpo hacia el piso. Al inhalar se va creando de nuevo la línea recta de la columna desde el cóccix hasta las cervicales al tiempo que regresamos a la posición erguida. Cuando se llega a la postura erguida se exhala soltando la columna de manera que tome su forma natural.

3: Partiendo de la postura cero con ojos abiertos, se elevan los brazos uno de cada lado de la cabeza. Las palmas se miran entre sí. Al inhalar se busca crear de nuevo una línea recta de la misma manera que el inicio del ejercicio anterior. Al exhalar se hace una curva hacia uno de nuestros costados como formando un arco iniciando desde el cóccix hasta las cervicales. Al inhalar de nuevo se regresa a la posición erguida recogiendo la columna vértebra a vértebra desde el cóccix. En la siguiente exhalación se regresan suavemente los brazos a los costados al tiempo que se suelta la columna para que retome su postura normal. El mismo procedimiento se repite al otro costado.

Estos ejercicios se repiten de dos a tres veces cada uno antes de pasar al siguiente. Es recomendable observar su orden. Durante nuestro taller descubrimos que era sensiblemente revelador hacer pausas de vez en vez y darse tiempo de varias respiraciones en las posiciones intermedias de cada uno de los ejercicios, en lugar de hacerlo continuo. Sin embargo, se han de respetar los movimientos de la respiración (inhalación o exhalación) para la transición entre postura y postura. Después de realizar cada uno de estos ejercicios, y antes de pasar al siguiente, es

muy conveniente hacer una pausa en la postura cero y distinguir cómo se ha modificado el cuerpo e incluso la percepción de aquello fuera de uno mismo. Si acaso surge alguna tensión, ésta se atiende como ya se ha descrito y después se continúa con los ejercicios de columna.

La columna vertebral es el principal canal de nuestro sistema nervioso, que permite la comunicación entre nuestro interior y el exterior. Si es asistida por la respiración, dicha comunicación es aún más sutil. Estos ejercicios ayudan a la corrección de la postura de la columna vertebral y la ejercitan, lo que mejora el funcionamiento del Sistema Nervioso.

Como el lector podrá apreciar, este es un trabajo muy sutil, de exploración interior que a través de la incisión sobre las tensiones despierta las fibras más sensibles. Si se lleva a cabo con espíritu abierto y de forma cotidiana, se puede profundizar cada vez más en cuanto al conocimiento personal de nuestra unidad Cuerpo-Mente y, más aún, se descubre paulatinamente, de manera suave y natural, el fluido energético. En un cuerpo relajado y bien oxigenado se abren los canales de energía e incluso se despiertan los otros dos DanTian de los que hablamos ya en el inciso anterior: el del plexo solar y el de la frente o tercer ojo.

Cuando es clara la sensación del fluir energético, lo cual sucede después de un tiempo considerable de práctica de la Preparación, entonces se puede incluir la tercera y última etapa de este proceso. Se denomina Circuito y consiste en hacer circular el Chi a través del cuerpo. El Chi se puede definir también como aliento vital, lo que nos indica que el Chi está directamente relacionado con la respiración y es a través de ella que se puede manejar y dirigir.

Circuito se divide en 10 movimientos que son:

1. Posición cero con ojos cerrados. Al inhalar se dirige el *aliento* a través de la columna vertebral, realizando un ascenso desde el cóccix hasta el cerebro en la región del DanTian superior.
2. Exhalar para regresar el aliento desde el DanTian superior al inferior.
3. Inhalar para elevar el aliento, como dividiendo el Chi en dos, a través de cada uno de los costados de la columna vertebral, hasta los hombros.



4. Exhalar para que baje de los hombros por la parte externa de cada brazo y los dedos, hasta el centro de la palma de las manos.
5. Inhalar para elevarlo desde la palma de las manos, a través de la parte interna de los brazos hasta el plexo solar o DanTian intermedio.
6. Exhalar para permitir al Chi que regrese al DanTian inferior.
7. Inhalar para elevar el aliento al centro del tórax.
8. Exhalar para permitir que descienda a la región del pubis donde se divide en dos y baja a lo largo de la parte externa de cada pierna hasta el centro de la planta de los pies.
9. Inhalar subiendo con esto el Chi a través de la parte interna de las piernas hasta la región del pubis donde se hace uno y hasta el centro del tórax.
10. Exhalar para regresar el Chi al DanTian Inferior.

Aunque este circuito se realiza ya que se ha tenido experiencia sensible con el fluir energético y su relación con la respiración, en los primeros intentos es muy difícil que exista una sensación verdadera del tránsito del Chi por el cuerpo. La opción para el practicante es la de visualizar el fluido energético más que sentirlo. Poco a poco y en unas regiones más claramente que en otras, la sensación se irá manifestando. De nuevo, el individuo no ha de estar pendiente de la sensación y mucho menos tratará de provocarla o fingirla. Él simplemente realizará el ejercicio y esperará con paciencia que suceda la percepción natural del fluir energético dirigido.

En un principio, en el taller, la realización de toda la Preparación (sin incluir aún el circuito) nos llevaba cerca de una hora y diez minutos. Conforme los actores se fueron familiarizando con esta exploración, el tiempo se redujo, incluido el circuito, a aproximadamente 40 minutos.

Al terminar complementábamos con ejercicios de Tai-Chi y enseguida realizábamos la serie de Tai-Chi. El cuerpo, al final de la Preparación, ha adquirido un estado de disponibilidad que le permite mantenerse en presente por más tiempo y profundizar en la realización de cualquier actividad. El Tai-Chi resulta pues un buen laboratorio para poner a prueba ese nuevo estado adquirido.

### 1.2.3 Dos niveles en el trabajo de Preparación

Para terminar este inciso responderemos la pregunta que surgió en el laboratorio acerca de si esta Preparación funcionaba únicamente como una liberación de las tensiones que disponía al cuerpo al trabajo creativo, o si era un verdadero laboratorio donde explorar las posibilidades creativas del actor. Afirmamos que pueden ser ambas cosas.

En un primer nivel de trabajo interno, lo que se busca en la Preparación es despojarnos, de manera orgánica, de las ataduras (físicas y mentales) que impiden u obstaculizan la libre utilización de nuestro cuerpo como herramienta creativa. Dicho de otro modo, nos ayuda a acceder a un estado de disponibilidad a partir del cual los ejercicios de creación se practican con mayor apertura y éxito. Sin embargo en un segundo nivel de trabajo interno podemos *sí* hacer de nosotros un laboratorio de sensaciones, cuya exploración nos sirva de referente al momento de la creación sensible. Apoyándonos en la imagen de que nuestro cuerpo es un *instrumento*, aprenderemos no solo a *afinarlo* en el primer nivel, sino que también, en esta segunda etapa, podemos jugar con sus infinitas posibilidades *armónicas*. Cuando se manifiesta en nuestro cuerpo una tensión, antes de trabajar para diluirla respiramos *hacia* ella para permitir que su manifestación sea contundente. De esta forma atenderemos la manera en que la tensión modifica la postura corporal, los ritmos y profundidades de la respiración, las imágenes que vienen a la mente, etcétera. Con la práctica, si somos unos investigadores agudos, iremos asociando cierta tensión muscular con el ritmo respiratorio que le corresponde y con la sensación que provoca. De igual manera, al liberar nuestro cuerpo de la tensión se generan toda una serie de modificaciones orgánicas que se ven reflejadas en el tipo de respiración, postura corporal y sensaciones, que por lo general se distinguen por ser placenteras. Tales modificaciones específicas también las vamos asociando. Al hacer esto se puede decir que estamos ya *tocando* nuestro instrumento, aunque de manera un

tanto primaria, pues ese *tocar* está supeditado a impulsos orgánicos que, si bien permitimos, no los dirigimos aún. Pero realizamos un laboratorio efectivo para conocer las diferentes *notas* emotivas en nuestro cuerpo. Dicho de otra manera, es el momento de hacer “bocetos” de los tránsitos sensibles propios de nuestro quehacer. Tales “bocetos” son, en esta Preparación, fruto de impulsos orgánicos que nos sirven de referente en el momento de crearlos de manera consciente y dirigida para una escena específica.

Debemos, sin embargo, atender que el cuerpo y el ser son cambiantes. Están siempre en movimiento, en proceso. Un ser humano que trabaja consigo mismo como herramienta primordial no sólo está consciente de esa condición de cambio, sino que además la permite. Por eso no podemos pensar que se podría hacer una *partitura* rígida donde la combinación específica de tensión o relajación, postura corporal, ritmo respiratorio y sensación, den lugar a una emoción como si se tratara de una ecuación matemática. Las asociaciones que en la Preparación se hacen de cierto ritmo respiratorio con una postura corporal y una tensión, etcétera, sirven únicamente como un referente orgánico. Nos enseñan la forma de hacer *vibrar nuestras cuerdas orgánicas* para que descubramos las muchas maneras de acceder a la creación de una *sinfonía* de emociones, pero, a diferencia de la música, no hay partitura específica que seguir. Es el concierto de todo nuestro ser, incluida la energía, y la experiencia de los ensayos o “bocetos” orgánicos, lo que nos lleva a la realización de dicha *sinfonía*. Eso sí, para *tocar* nuestro instrumento solo hay una forma: **hacerlo vibrar**.

### 1.3 Entrenamiento de elasticidad, fuerza, activación y control corporal. (Expandir las posibilidades corporales)

Podríamos decir que esta es la sección más “técnica”, en el sentido tradicional de la palabra, del entrenamiento energético corporal. Se trata de la realización de 50 ejercicios corporales que, como el nombre de este inciso indica, están enfocados a expandir la elasticidad, la fuerza y el control del practicante. Dicho entrenamiento

es una recopilación de ejercicios usados en disciplinas como la danza, el yoga y el baile flamenco, con el objetivo de ejercitar todo el cuerpo, en esta ocasión para incidir directamente en la musculatura y las articulaciones, cada vez con mayor profundidad. Al mismo tiempo, es un trabajo aledaño a la práctica del Tai-Chi pues su objetivo es, primero, establecer una relación con el centro de nuestro cuerpo, en esta ocasión enfocado en los genitales, para después llevar a cabo el resto de los 49 ejercicios a partir de dicho centro y siempre asistido por el uso de la respiración. Así el practicante integra todo su cuerpo al mover una sola parte del mismo. Lo anterior desemboca en la proyección integral y estética del movimiento, aunque sea el movimiento de un solo dedo.

## CAPÍTULO 2. ENTRENAMIENTO ESCÉNICO

Los siguientes ejercicios se explicarán a través de cuatro subtítulos: Premisas, Desarrollo, Objetivos y Resultados. Puesto que lo que describimos aquí es un proceso de investigación, lo primordial en este trabajo es exponer las características de exploración de acuerdo al objetivo perseguido: alcanzar una comprensión integral del lenguaje escénico, a la vez que entrenar al actor en tal lenguaje. Los hallazgos descritos servirán como mera referencia, pero no pretenden demostrar un resultado inalterable. En los ejercicios que a continuación se explican y en todo el proceso de laboratorio, se observa sólo una *regla de oro*: no existen juicios de valor. Nada en este trabajo puede catalogarse como *bueno* o *malo*. En lugar de eso, definimos los resultados de acuerdo a si son significativos o no, si convienen o no para los objetivos propuestos.

2.1 Transformación del espacio escénico. (Entrenamiento sobre la poética y uso del espacio)

a) Premisas

Se solicita al actor que piense en una jarra de agua. Que se pregunte: ¿Cuál es la parte esencial de la jarra? Dicho de otra manera ¿Cuál es la característica de la jarra de agua que la hace ser jarra de agua? Recordemos la enseñanza taoísta de que las cosas son definibles por su hacer. Sin cavilar demasiado descubriremos así, que la parte importante de la jarra de agua es su vacío. Este vacío que le permite contener agua es lo que la hace ser, precisamente, una jarra de agua.

Ahora se sugiere que piense en el espacio escénico. ¿Cuál es la parte esencial del espacio escénico? Aquella que permite contener al actor. Es decir, precisamente, el espacio, el vacío. Sin descartar la presencia de escenografía, atendemos que lo importante de ella no es su decoración, sino el espacio vacío

por donde transitarán los actores.<sup>20</sup> Esto atendido, se les solicita ahora que recuerden el concepto Wuji: aquel tiempo y espacio en el Universo donde todo es posibilidad. Aquel momento antes del surgimiento del YinYang, justo antes de lo que los occidentales llamamos *Big Bang*. Ese espacio-tiempo es mera posibilidad, igual que lo es el espacio escénico. Si hacemos del concepto Wuji un sinónimo del espacio escénico, cuando un actor entra al espacio, o bien cuando un actor inmóvil en el espacio se activa, entonces el actor es el detonador y el propio *Big Bang*, es el surgimiento de YinYang, de las fuerzas iguales y opuestas.

#### b) Desarrollo

Los integrantes del grupo se disponen en un círculo amplio, de forma que acoten un espacio escénico vacío dentro de esta circunferencia. Un actor designado se coloca al bies del círculo o bien en algún punto del espacio escénico. Se le pide que, antes de iniciar su exploración, se aliste a la manera de nuestra Preparación, aunque brevemente pues ya se ha realizado una Preparación previa profunda. Cuando esté listo, es decir en estado de disponibilidad, entrará al escenario o, si ya se encuentra dentro, iniciará un movimiento y activará el YinYang. Dicho de otra manera activará en su cuerpo fuerzas iguales y opuestas: el conflicto. El objetivo es desarrollar el conflicto valiéndose del uso del espacio escénico. En una segunda etapa se busca *transformar* el espacio a través de la profundización en el desarrollo del conflicto y en el uso del espacio.

Atender lo siguiente:

1. Activar en el cuerpo fuerzas iguales y opuestas no equivale a “retorcerse”, sino a llevar a cabo el movimiento que, entendido a la manera del Tai-Chi, solo se puede efectuar gracias al concierto del Yin y del Yang, las dos tendencias de una misma acción. Aunque la práctica de Tai-Chi es un buen referente sensible, se le pide al actor que NO reproduzca las figuras marciales. “Activar el movimiento” tampoco debe entenderse como danzar.

---

<sup>20</sup> Desde luego que la escenografía y sus características son importantes para el discurso dramático. Pero un escenógrafo conocedor de su quehacer sabe que, antes que otra cosa, la escenografía está al servicio de la dramaturgia del actor.

Es muy simple: Generar desde el DanTian movimientos corporales internos que se reflejarán en el exterior.

2. Cuando decimos “conflicto”, lo hacemos dotándolo de un sentido abstracto. Es decir que el actor NO pensará en ninguna situación ficticia y mucho menos en un personaje a interpretar. Simplemente activará las fuerzas que por ser iguales y opuestas ya generan un choque interior. A ese choque simple le llamamos, en este ejercicio, “conflicto” y eso es lo que hay que desarrollar.
3. El “uso del espacio” no significa sólo desplazarse por él; un actor versado podría no moverse de un solo punto del escenario y hacer uso de su espacio, o bien estar en constante movimiento y desplazamiento y también usar el espacio. Para comprender mejor lo anterior podríamos hacer una comparación del espacio escénico con el espacio sideral. Los planetas, estrellas y galaxias, no solo transitan por él, *son* en él y *son* él, en él se sostienen, en él se desarrollan, y usan el espacio a su favor para transformarse y por lo tanto lo transforman. Así ha de hacer el actor en su espacio escénico.
4. Si comprendemos profundamente lo anterior, sabremos lo que quiere decir *transformar* el espacio. No es que el público vea cosas en el espacio o las imagine (que puede ser una acción paralela cuya responsabilidad también está en el espectador). Lo que se busca es hacer que el espacio revele características creativas que normalmente no muestra, que sea un lugar donde se *rompan* las leyes de la realidad, para convertirlo en un lugar maleable, aquel comparable con el que existe en los sueños.

En el capítulo anterior, en la sección titulada *Aquí y ahora (El actor-guerrero en presente)*, se habla de entrenar a un *guerrero* que no se detenga en las consideraciones de la información que recibe ni de su interior ni de su exterior, sino que solo lleve a cabo las acciones precisas en presente, de acuerdo con dicha información. La serie de Tai-Chi es el entrenamiento para ello y en este ejercicio se espera que el actor use tal experiencia. Por lo tanto, en este ejercicio,

el actor no planea lo que hará en el espacio escénico, sólo se dispone a hacer uso de lo mejor de sí mismo.

### c) Objetivos

Lo que este ejercicio busca es que el actor desarrolle un conflicto abstracto con el soporte del uso del espacio y de la relación con el público. También se busca que el actor se entrene en su quehacer, para contemplar los tres elementos esenciales del teatro: actor, público y espacio escénico. Ya despojado de la situación, de la anécdota y del personaje, el actor buscará hacer uso de su cuerpo-mente-energía de forma estética y sensible para expresar y desarrollar un conflicto que, por carecer de anécdota, nos remite a la esencia del ser humano. Para lo anterior, el actor sólo cuenta con dos elementos: Su ser y el espacio escénico; y una circunstancia: estar frente al público; con lo cual adquiere un compromiso ineludible: comunicarse con él, comunicarse a si mismo, es decir: hacerse común<sup>21</sup>. No hay pared, imaginaria o real, que sirva como filtro o barrera, entre el actor y el espectador. La relación que se establece entre ambos es directa. El actor se entrena para hacer uso del espacio a la manera que un pintor hace uso del lienzo.

### d) Resultados

Una vez entendidos ciertos conceptos y preceptos, la instrucción es: entrar al escenario y activar en el interior un conflicto abstracto (fuerzas iguales y opuestas) y hacer uso del espacio escénico para desarrollar y concluir tal conflicto. Todo esto en la atención de que hay un receptor que es el público y por lo tanto debe establecerse una relación directa con él.

Las reacciones entre el grupo de investigación ante la propuesta de este ejercicio fueron varias, desde la postura confusa de “sí, suena interesante pero... entonces ¿qué tengo que hacer?” hasta incluso la indignación ante tal “aberración en contra de los principios teatrales.” Las dos posturas y el corolario entre ellas parten, estoy seguro, de los paradigmas del teatro que nos otorgan una sensación

---

<sup>21</sup> Con respecto a comunicar: ver glosario Primera Parte Capítulo 2 Inciso 2.5



de seguridad, tales como cuarta pared, anécdota, personaje y lo que de ellas se deriva. Despojar al actor de sus seguridades es tanto como pedirle que se desnude y se pasee por una plaza pública. Pero eso es precisamente lo que se busca: que el actor, desposeído de “defensas” o “máscaras” haga uso de lo mejor de sí mismo en un espacio escénico, frente y para un espectador. Afirmo que los cánones del teatro “ortodoxo” o “tradicional” han llevado al teatro a cierta inmovilidad creativa. Uno de los objetivos primordiales de esta investigación es sumarse a algunos hacedores escénicos que, ya desde hace varios años, buscan reivindicarle al teatro su objetivo social y humano, que el teatro sea un lugar de rompimiento de las estructuras existenciales que atascan la vida de los seres humanos. Lo anterior se logra confrontando al espectador, pero antes, el actor ha de poner en crisis sus propios paradigmas morales, éticos y estéticos.

Es importante aclarar que aunque los preceptos y objetivos de este ejercicio eran claros en su inicio, al proponerlo a los actores del Proyecto INSANIA yo no conocía cuál sería su resultado preciso. Incluso ahora que el ejercicio nos es ya familiar, nos permitimos dudar tanto de su efectividad como de su uso. “El método digno de ser un verdadero método no es un método que siga reglas fijas.” dice un precepto taoísta. Es decir que no conviene hacer de ningún ejercicio una estructura rígida que no sea susceptible de algunas variantes, tanto en concepción como en resultado, pues eso cuartaría la riqueza latente del aquí y ahora.

En la investigación, los primeros ejercicios resultaron desastrosos. Ningún intento era dramáticamente expresivo. Los actores se retorcían, o corrían por el espacio, o parecían entrar en un trance *exótico*. Pero con espíritu abierto y al mantener una actitud de principiante, poco a poco el ejercicio no sólo fue tomando sentido para los participantes (actores y público, que éramos desde luego los mismos integrantes del laboratorio) sino que las, ahora, escenas unipersonales indeterminadas resultaban en muchas ocasiones sorprendentes y ricas en interpretación. Los actores que decidieron continuar, pese a la confusión que les provocaba la propuesta del ejercicio, paulatinamente encontraron cierta seguridad en la incertidumbre. Esa seguridad les permitió entregarse a la exploración, sin miramientos, en una búsqueda por el *actor en presente* que usa su espacio para

plasmar en él sensaciones humanas, íntimas y honestas, en abierta desnudez espiritual, y ofrendar su interpretación a un público del que no sólo está consciente, sino que lo hace testigo y cómplice del acontecimiento escénico. Descubrimos que ese hacer testigo y cómplice al público no se lograba estableciendo relaciones inmediatas con él como tocándolo o mirándolo directamente, sino que se podía crear una relación directa a nivel sensible. En ocasiones esta relación era muy clara, aún cuando el actor se encontraba, por ejemplo, de espaldas.

A menudo algún integrante que en tal o cual ejercicio había sido parte del público, llegaba a comentar de la “historia” que se había contado. Era muy claro para todos que el intérprete no había *contado* nada, solo se había desnudado espiritualmente y desarrollado un conflicto abstracto\*<sup>22</sup>, íntimo y espontáneo. Descubrimos que ese explicar lo que se vio, valiéndose de una historia, era una vía fácil de describir de forma lineal lo que había sido presentado como una simultaneidad de sensaciones y expresiones plásticas, justo como se hace en la escritura china<sup>23</sup>: Los ideogramas chinos muestran la simultaneidad de los acontecimientos, los evocan. Esto es equivalente a la interpretación del actor en este ejercicio. Pero al leer los caracteres chinos es necesario acomodarlos en un orden progresivo. De la misma manera, el público, acostumbrado a ser receptor de historias, en ocasiones acomodaba lo observado en una linealidad anecdótica para explicarlo mejor. Lo importante aquí es que la distinción entre lo observado y la manera de interpretarlo era consciente, esta conciencia genera una responsabilidad en el espectador como participante del hecho escénico.

En cuanto al hecho de *transformar* el espacio, los éxitos fueron menos frecuentes. Descubrimos que el uso del espacio no puede ser *malo o bueno*. O hay uso del espacio o no lo hay. Si lo hay es porque se ha hecho a favor de la escena. Es difícil explicar la *transformación* del espacio sin poner en riesgo la credibilidad. Repito que no se trata que el actor mime que está en un espacio específico, tampoco que el espectador imagine una estancia o paisaje, sugerido o

---

<sup>22</sup> \* Ver Glosario.

<sup>23</sup> Cf. Capítulo 1, inciso 1.1, apartado 1.1.3 *Una relación integral con nosotros mismos y con nuestro entorno*. Con respecto a lo que se dice de la escritura china.

no por el actor. Nada de eso. Es descubrir que frente a nosotros los espectadores se está transformando la realidad, que el espacio en que se mueve el actor se *condensa*, se hace *palpable*, *maleable*, que no responde a leyes naturales sino que es un lugar de transformaciones constantes comparable a aquel que existe en los sueños, un lugar donde sucede la alquimia humana. Repito, en nuestro laboratorio eso sucedió muy esporádicamente, pero nunca por casualidad y siempre de manera contundente.

Después de familiarizados con el ejercicio y ya obteniendo resultados favorables, se incluyeron dos factores. Uno fue el uso del texto. El texto utilizado, era un texto sin sentido que ya habíamos trabajado en otro ejercicio. Recordemos que el proyecto INSANIA se propone como un trabajo no lineal. Mientras nos familiarizábamos con un ejercicio estábamos ya conociendo otro y así sucesivamente. El ejercicio de Texto Imposible se explica en el inciso 2.5 de este capítulo, y una vez que nos familiarizamos con él es que lo incluimos en este de la Transformación del espacio. El otro factor, no necesariamente el segundo, fue el de llevar a cabo este ejercicio con dos o más actores. La relación dramática entre ellos es lo que se explora ahora. De nuevo sin intención de representar ninguna situación ficticia. Lo que se busca aquí, sumado a los otros objetivos, es el establecimiento de relaciones dramáticas profundas y abstractas.

## 2.2 Danza de batalla. (Ejercer la disponibilidad)

### a) Premisas

Para continuar con la idea del *actor-guerrero* en presente, en este ejercicio se aumentan los factores Riesgo y Azar, lo que permite entrenar al actor en un grado mayor con respecto a la respuesta precisa ante los estímulos, tanto internos como externos, con el uso de lo mejor de sí mismo. De nuevo el Tai-Chi es el primer momento del laboratorio donde el actor se entrena para mantener una conciencia abierta que da lugar al constante intercambio de datos entre lo externo y lo interno.

### b) Desarrollo

Primero se aprende la técnica de batalla medieval escénica, en este caso con alabardas (un asta de madera de 1.50 metros sin cuchilla). Es una técnica muy sencilla que consiste en tres ataques y tres defensas correspondientes a la cabeza, hombros y piernas. Al alcanzar un control sobre la técnica se procede a hacer el ejercicio denominado en el Laboratorio como: Danza de batalla.

Al igual que en el ejercicio anterior, los integrantes del grupo nos disponemos en un círculo amplio, de forma que acotemos un espacio escénico vacío dentro de esta circunferencia. Dos actores con sus respectivas alabardas esperan a la orilla de este círculo que será su “campo de batalla”. Como en todos nuestros ejercicios, los actores se preparan brevemente antes de entrar. A una señal ingresan ambos al círculo. Improvisan entonces una batalla cuidando rigurosamente la técnica, para mantener así la integridad física tanto propia como del compañero de juego.

#### c) Objetivos

El fin de este ejercicio es establecer una relación dramática con base en un conflicto simple: la lucha de poder, imponerse sobre el otro. De nuevo no existe ninguna anécdota, ningún personaje sobre el cual basar las acciones. No es tampoco que el actor esté en su cotidianidad. Hay un conflicto: la lucha de poder; y un medio: las alabardas. Sobre esto es pertinente aclarar que no es luchar precisamente lo que se busca, sino establecer una relación de poder a través de un objeto que son las alabardas.

#### d) Resultados

En un principio, lo que sucedió en el laboratorio fue una correcta improvisación de batalla. Eso es ya un acierto, pues no habiendo una coreografía marcada sino una técnica sobre la cual improvisar, se alcanzó el primer objetivo que es estar en presente y responder de forma acertada a los estímulos externos e internos. Eso nos llevó a una reflexión: ¿Son estos estímulos reales o ficticios? La respuesta es susceptible de poner en duda, sin embargo en el grupo de investigación se resolvió que eran estímulos reales, en tanto que el hecho de hacer contacto

violento entre alabardas genera reacciones orgánicas; pero también ficticios pues aunque es latente el riesgo real de ser golpeado, no hay por parte del atacante ese deseo, e incluso hay una técnica que lo evita. Esta dicotomía de estímulo real (orgánico) y ficticio permiten una verdad escénica que obliga al actor a no vacilar en su acciones y sólo responder en tiempo y espacio precisos, pues de otra manera recibirá el “golpe” que lo pondrá a merced del otro. Esto nos llevó a otro hallazgo: El uso del azar a nuestro favor.

Saber ver, saber estar.  
Y el diablo del oficio  
transportado a sacrificio  
por la pasión de crear.  
Que todo venga a quedar  
con la capa y la muleta  
como lo dijo el poeta:  
perfecto, seguro azar.<sup>24</sup>

Este *seguro azar* que el poeta taurino atribuye al hecho artístico en el toreo, determina una dicotomía entre lo impredecible de la bestia y lo seguro de la técnica. Hay tal control de lo técnico que al momento de la creación puede *olvidarse* y, sin embargo, al mismo tiempo imponerse sobre el acaso. Al ser la Danza de Batalla una lucha por el poder, pero manteniendo la técnica y sin tomar ventaja “sucía” sobre el compañero de juego, el azar se convierte en un factor que debe ser usado a favor del ejercicio.

El juego fue evolucionando hasta convertirse en una escena teatral improvisada, en un *laboratorio* del hecho escénico. Se trascendió el factor “batalla” para llegar al conflicto. El uso de las alabardas como “arma” evolucionó para cristalizarse como conector dramático entre los dos actores participantes, lo que dio lugar al uso de todo el cuerpo y de la palabra como medio de relación teatral. La palabra, el hablar, se hacía con el Texto Imposible, que era llenado de una intencionalidad, en ocasiones tan clara, que resultaba innecesario un texto con sentido literal.

---

<sup>24</sup> José Alameda, *Seguro azar del toreo*, p. 9.

El control tanto sobre la técnica como sobre el azar, la precisa respuesta en presente de los *jugadores*, el estímulo real del golpe de las alabardas que modifica orgánicamente a ambos involucrados, el uso de palabra desposeída de sentido pero cargada de verdad escénica, da lugar a una escena teatral viva que muestra un conflicto intenso y remite, otra vez, a la esencia del ser humano y del teatro mismo.

### 2.3 Disociación de movimiento (El Ser vertido en la acción)

Cuando sostengas un tazón de té, me dijo, "sostenlo como si pesara cientos de kilos..." No quería decir que yo mimara el peso del tazón, sino que diera al gesto el "peso" completo de la concentración.<sup>25</sup>

#### a) Premisas

Afirmamos que el medio básico de expresión para el actor es la realización de la acción. El tipo de teatro que pretendemos alcanzar con este laboratorio es aquél que resignifica la acción para comunicar con ella aspectos trascendentales del ser humano, a la vez que busca activar la participación del público frente a un hecho escénico.

#### b) Desarrollo

Cada participante elige una acción cotidiana a realizar donde intervenga el uso de algún objeto. En ocasiones una acción implica varias acciones, por ejemplo: tal vez, en la vida cotidiana, para tomar agua uno tiene que sacarla de donde esté guardada, destaparla, beber, tapparla de nuevo y volverla a guardar. En este ejercicio se distingue que sacar la botella es una acción, beberla es otra y guardarla es otra más. Para realizar este ejercicio se pide que el actor escoja sólo una de ellas. Doblar un suéter, beber agua, amarrarse las agüetas de los zapatos, quitarse los zapatos, ponerse una camisa, etcétera; cualquier acción simple de la cotidianidad. Cuando el actor ha decidido su acción, se le pide que la repita varias veces con el objetivo de que se familiarice con su realización, por muy cotidiana que esta sea. Eso hecho, el actor se coloca frente a sus espectadores. Se le pide

---

<sup>25</sup> Yoshi Oida, *Opcit*, p. 51.

que realice su acción pero ahora disociándola, es decir separando *cada* movimiento de una parte de su cuerpo del movimiento de otra parte. Se le pide ser muy riguroso y que no convine dos o más movimientos y partes del cuerpo, a menos que sea estrictamente necesario. El instructor ha de ser muy riguroso también y señalarle al actor, a la mitad de su ejercicio si es necesario, cuando el actor esté asociando movimientos que pueden ser independientes.

#### c) Objetivos

Con la Disociación de movimiento se pretende alcanzar dos objetivos: El primero, ejercitar al actor en el extremo control de su cuerpo. El segundo, que el actor se entrene en la experiencia sensible de estar entregado con todo su ser a la realización de una acción y descubra que con ello la acción se re-significa ante la mirada del espectador. De nuevo no hay ni anécdota ni personaje a interpretar: sólo la acción llevada a cabo con la implicación de todo el ser.

#### d) Resultados

A lo largo de mi experiencia me he topado con grandes dudas frente a la frase “uso dramático de los objetos”. A veces he visto que esa expresión es interpretada como el cambiar el uso cotidiano de un objeto: cargar una botella como si fuera un bebé y tratarla como tal, usar una maceta como sombrero, colgarse una cadena de hierro como collar, etcétera. Pienso, al margen de los hallazgos en este laboratorio, que esa transmutación de los objetos puede ser verdaderamente dramática, y no sólo un *guiño juguetón*, cuando el objeto, sin dejar de ser lo que es, es usado de otra forma haciendo con ello un comentario sensible. Lo anterior es como aquella escena cinematográfica en la que un vagabundo cocina, porque no tiene otra opción, un par de botas viejas. Las come, elegantemente y con gran placer, como si las suelas fueran un pedazo de carne acompañada del espagueti que son las agujetas. Hay en esa escena cómica un comentario cruel acerca de la pobreza, y del choque de clases.<sup>26</sup>

---

<sup>26</sup> *La quimera del oro*, Charles Chaplin Productions, 1925.

Sin embargo en este trabajo queremos encontrar otro significado a la locución “uso dramático del objeto”, un significado que no se basa en la transmutación de la cosa sino en su *peso dramático*. Ese peso es al que se refiere Yoshi Oida. Cuando en la acción cotidiana, en la que interviene un objeto, se altera la continuidad de su realización y por lo tanto su ritmo, lo que hacemos es *agrandar la escala* del objeto. La cosa adquiere peso y dimensión extracotidiana. Es como si intentáramos doblar una playera de hierro o tomar agua de una jarra inmensa.

Al disociar una acción simple, tal acción se convierte en un hecho de implicaciones vitales. Puesto que el objeto adquiere una dimensión y un peso al que no estamos acostumbrados, a veces se escapa de nuestras manos, de nuestro control. Ese riesgo latente, gracias al precario control del objeto y el azar que eso conlleva, obliga al realizador de esa acción simple a llevarla a cabo con toda su atención, con un cuidado máximo, como si lo que hiciera fuera tan riesgoso como, digamos, la desactivación de una bomba.

Imaginemos que un día nos sentamos a la mesa a la hora habitual en que tomamos los alimentos y nos topamos con una cuchara del tamaño y peso de una pala, al lado de un tazón de sopa del tamaño de un sacapuntas. O que descubrimos en la mesa un filete del tamaño de la pierna de una vaca frente a un cuchillo y tenedor del tamaño de nuestro dedo meñique. Puedo asegurar que eso nos invitaría a una profunda reflexión acerca del hecho cotidiano de comer. Ni la cuchara gigante, ni el tenedor miniatura dejan de ser lo que son, y están en ese lugar para lo que fueron concebidos. Lo que cambia es la relación que el comensal se ve obligado a establecer con ellos. Así, en la disociación de movimiento, descubrimos que una opción para la frase “uso dramático de los objetos” no es la de cambiarle su uso cotidiano, sino la de *alterar* su peso y su dimensión, lo que nos permite establecer relaciones de consideraciones vitales con tales objetos. Por eso, en el laboratorio, resultaba más interesante, revelador e incluso perturbador, el presenciar la disociación de una acción común como quitarse una sudadera, colocarse unos anteojos, enredar una soga, etcétera, que ver algo más complicado como llevar una botella de agua sobre la cabeza.



El uso de la respiración en este ejercicio fue digno también de reflexiones. Y es que en ocasiones pareciera que sólo las acciones grandilocuentes, como desplazarse por una cuerda floja o hacer piruetas de bailarín o *batallas con alabardas*, requieren de un gran cuidado y de apoyo en la respiración. No. Las diferencias y similitudes entre una acción grandilocuente y una pequeñísima son las mismas que las que existen entre una enorme pintura al fresco y una pintura sobre la cabeza de un alfiler. En el laboratorio descubrimos que esas acciones simples realizadas con *cuidado mortal*, requerían, sin excepción, de una respiración que permitiera al actor estar relajado y alerta, es decir en presente, ocupado todo él en llevar a cabo su tarea.

Por sus características, este es un ejercicio muy fácil de mecanizar. Una vez que el actor adquiere dominio sobre la disociación de movimiento, el objeto y su cuerpo vuelven a empatarse en cuanto a tamaño y peso, y la resignificación de la acción se diluye. Por eso es osado, aunque no imposible, pensar en llevar este ejercicio a un marcaje escénico como tal. El beneficio mayor de este ejercicio es que los participantes descubramos que utilizar dramáticamente los objetos no quiere decir usarlos para otra cosa de lo que fueron concebidos, sino establecer relaciones extracotidianas con ellos, a través de una técnica, lo que redimensiona la acción entera e invita a la reflexión abierta del hecho mismo.

## 2.4 Generación de emoción (El organismo como generador de emociones)

### a) Premisas

Primero establezcamos algunas definiciones:

- Emoción\*: Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.
- Conmoción\*: Movimiento o perturbación violenta del ánimo o del cuerpo.
- Somático\*: Se dice del síntoma cuya naturaleza es eminentemente corpórea o material, para diferenciarlo del síntoma psíquico.
- Moción\*: Acción o efecto de mover o ser movido. Alteración del ánimo.

La investigación en este ejercicio radica en la siguiente hipótesis: si la emoción es una alteración de ánimo que va acompañada de un movimiento orgánico, ¿es posible mover al organismo a voluntad con un movimiento equivalente para alterar el ánimo? ¿Cómo? ¿Puede encontrarse o establecerse una técnica para ello?

La Preparación de nuestro laboratorio es la base de este ejercicio. De hecho podríamos tomar al ejercicio que nos ocupa en este inciso como una tercera etapa de la Preparación. Ya se ha mencionado que durante la primera etapa de la Preparación *afinamos* nuestro instrumento de trabajo. En una segunda etapa practicamos el *tocarlo* aunque de forma primaria, pues nos dejamos llevar por los impulsos naturales que van surgiendo de ese movernos interiormente. Los elementos con los que trabajamos son: ritmos y profundidad en la respiración, tensión-relajación y sensaciones generadas. En este ejercicio de Generación de Emociones buscamos usar dichos elementos, esta vez de manera dirigida, para generar emociones o sensaciones y, aunque ya hemos dicho en la Preparación que no podemos establecer ecuaciones de generación de emociones, encontrar qué alteraciones específicas efectuar en nosotros, para crear la sensación buscada.

## b) Desarrollo

Después de algunos acercamientos a esta exploración, se establecieron cinco ejercicios metodológicos que combinan nuestros elementos de trabajo, los que permiten la inclusión de otros elementos detonadores como música, postura corporal, etcétera. Estos cinco ejercicios se describen a continuación:

### Ejercicio 1.

- Los actores escogen un punto en el espacio donde colocarse y una postura cómoda para iniciar la exploración. Ha de haber suficiente lugar entre actor y actor para permitir un seguro desplazamiento sin choques. Este primer punto es el mismo en los cinco ejercicios.
- Se hace tocar una música larga que no varíe demasiado ni en ritmos ni en melodía.

- Se pide a los actores que permitan que la música dirija sus movimientos y desplazamientos. Sus cuerpos serán fibras sensibles a la música y por lo tanto se moverán consecuentemente. Han de permitir la intervención de todo el cuerpo, el uso de niveles y el desplazamiento por el espacio.
- Tal movimiento necesariamente influirá en un ritmo y profundidad respiratorios. Se solicita a los integrantes que hagan consciente tal calidad de respiración.
- Se les indica ahora que establezcan un patrón de movimiento y de calidad respiratoria y que lo repitan sin cesar.
- Que permitan que esa repetición constante de movimiento y ritmo detone una sensación o incluso una emoción.
- Por último den lugar a que tal emoción modifique el patrón de movimiento y la respiración sin que eso signifique un cambio radical en la calidad del movimiento.

#### Ejercicio 2.

- Disposición de los actores en el espacio de trabajo.
- Los actores adoptan una respiración calmada y profunda. Poco a poco han de alterar esta respiración hasta que sea muy afectada y la mantienen.
- Gracias a tal calidad respiratoria, que se profundiza más y más, los actores permiten que se detone la sensación o la emoción. Esta a su vez se profundiza.
- Ambos factores, respiración y emoción, han de modificar el cuerpo de tal manera que al activar un movimiento corporal éste contará con una calidad congruente. Lo mismo sucederá cuando se les solicite desplazamiento.

#### Ejercicio 3.

- Disposición de los actores en el espacio de trabajo.
- Gradualmente tensar una parte de su cuerpo hasta que la tensión sea extrema.

- Lo anterior habrá influenciado en la respiración cuya calidad se torna congruente con la tensión. Estos dos factores, tensión y respiración, modifican la postura corporal y permiten el detonar una emoción equivalente.
- Se activa un movimiento cuya calidad ha de corresponder con lo trabajado.
- Cuando se ha explorado suficientemente se pide al actor que haga una pausa y que la utilice para liberar la tensión creada.
- Ahora su tarea es continuar explorando la misma calidad en la respiración y en el movimiento y la misma emoción, pero libre de tensión.

#### Ejercicio 4.

- Disposición de los actores en el espacio de trabajo. En esta ocasión se les pide que adopten una postura corporal que pueda ser mantenida durante un periodo largo, pero que a la vez involucre todo el cuerpo de manera arriesgada. El equilibrio precario es recomendable.
- Mantendrán un largo tiempo esta postura apoyándose en la respiración para lograrlo. Este es un ejercicio extenso, ya que en realidad comienza cuando el cansancio de mantener tal postura se manifiesta.
- Esta fatiga generará tensiones corporales que a su vez modificarán la respiración. La figura adoptada habrá de mantenerse aún un rato más, para dar lugar a una profunda modificación de los factores tensión y respiración y, por lo tanto, generar una emoción.
- Cuando lo anterior sucede, se explora activando el movimiento.

#### Ejercicio 5.

- Disposición de los actores en el espacio de trabajo.
- Dirigirán su respiración hacia el DanTlan de forma profunda y calmada. Poco a poco la respiración habrá de ser más y más profunda.
- Cuando se perciba que se ha alcanzado un máximo de profundidad, se solicita al actor que genere una emoción que nazca desde ese punto central donde se concentra su respiración. En este ejercicio, el actor ya no se

manipula con tensiones o posturas difíciles, sino que concentra su respiración y se mueve internamente para generar una emoción.

- Cuando se está seguro que la emoción se ha fabricado, el actor podrá desplazarse para explorar aún más con tal emoción, para ponerla en juego. La calidad de movimiento será congruente a la emoción y por lo tanto será un movimiento expresivo.

Como podrá apreciarse, estos cinco ejercicios son la combinación de los elementos con los que se trabaja en el laboratorio como respiración, tensión, relajación, posturas corporales, etcétera. Desde luego que pueden llevarse a cabo más combinaciones que estas cinco descritas. El objetivo de tales combinaciones es, por una parte, explorar las diferentes alteraciones somáticas a partir de las que se puede generar una emoción y, por otra parte, que cada individuo descubra con cuál elemento o combinación le es más fácil generar emociones y con cuál no tanto. En el primero de estos cinco ejercicios se usa música. Es el único momento de todo el proyecto que aquí nos ocupa, que se trabajó con tal elemento. La música, por su capacidad de abstracción y sugerencia de estados de ánimo, fue deliberadamente relegada de esta investigación con el objetivo de que no hubiera elementos que influenciaran en el trabajo emotivo del actor, sino que fuera él mismo su propio motor generador de emociones. En este caso se incluye el elemento música como ayuda primera a la generación de emociones.

Cuando hablamos de emociones no necesariamente se busca encontrar un nombre para la emoción trabajada. En el laboratorio importa más tener la experiencia que definirla, sobre todo porque partimos de la idea de que la experiencia es mucho más rica que lo que puede llegar a ser su explicación. Sin embargo, estos ejercicios fueron pensados para que el actor se afecte emocionalmente siempre de manera técnica y consciente. Dicha afectación es dirigida, pero no manipulada. Por lo tanto es deseable un concierto entre las reacciones orgánicas y la técnica para detonar la emoción.

### c) Objetivos

Como hemos mencionado, podría llamarse a esta Generación de Emociones la tercera etapa de nuestra Preparación. En la Preparación el actor identifica sus tensiones, su relajación, las diferentes maneras en que el ritmo respiratorio influye en su organismo, aprende a mover su cuerpo energéticamente y ajustarlo, *limpiarlo, afinarlo*, para un trabajo escénico óptimo, explora la preparación energética de si mismo y experimenta los movimientos de energía conscientes que puede realizar en su interior. Cuando se ha logrado lo anterior, se procede a llevar este trabajo a otro nivel e investigar las maneras en que puede hacerse una *sinfonía emocional* a través del *tocar* el instrumento que es la propia unidad cuerpo-mente-energía. Esta Generación de Emociones se propone para, ya no jugar con el cuerpo y sus elementos y descubrir las *notas* o emociones que emanan, sino para explorar de qué manera debe ser *tocado* el instrumento para efectuar la *nota* deseada y no cualquier *nota*.

#### d) Resultados

Los hallazgos en este caso son tan variados como los ejercicios y como los integrantes que en este punto participaron. Cada ser humano no sólo es diferente a los otros, sino diferente a si mismo a cada momento. El ritmo respiratorio, por ejemplo, que movía a un cuerpo a una sensación específica hace algunos días, hoy ya lo mueve en menor medida o bien lo mueve hacia otra sensación. O aquella combinación de elementos que detonan grandes movimientos somáticos en un individuo, pueden significar la inmovilidad para otro. Por eso ni la Preparación ni la Generación de Emociones pueden considerarse como ejercicios con estructura terminada. Los resultados son siempre cambiantes por que cambiante es el individuo que los realiza. Por lo tanto estos ejercicios son laboratorios básicos de investigación constante. Sólo la repetición mecanizada de ellos –riesgo latente– puede hacer que estos ejercicios se agoten. La Generación de Emociones, a diferencia de las otras prácticas de este capítulo, no llegó nunca a convertirse en una escena abstracta, fue siempre un momento de exploración y de búsqueda por la óptima creación consciente de sensaciones orgánicas.

## 2.5 Voz Mantra (La voz como vehículo de contacto)

### a) Premisas

Para abordar este tema nos basamos en dos conceptos: Los Mantras tántricos y la importancia que Antonin Artaud le da a la voz en el teatro.

Los Mantras son sílabas, solas o aglutinadas entre ellas, la mayoría sin un significado obvio. Terminan en un sonido nasal representado por la letra “m” y en otras ocasiones por la letra “k” o “t”. Algunos Mantras antiguos sí cuentan con un significado formando palabras. Los Mantras pretenden ser formas básicas de alguna energía particular conocida para los practicantes del Tantra, pero no identificables con nada en el mundo de los objetos, aunque la mayoría tiene relación con deidades funcionales. Son usados, ya sea susurrados o cantados, en rituales tántricos, en diferentes combinaciones y contexto, estableciendo patrones de vibración que condensan, en un tiempo-espacio, la energía que representan. Son formas sutiles de campos energéticos cuyos patrones de interferencia producen alteraciones reveladoras en la conciencia humana.<sup>27</sup>

Por otro lado, Artaud habla de un teatro donde la relación con los espectadores, a nivel voz, ha de llevarse a cabo “a la manera del encantador de serpientes, empujándolos a través del organismo a la comprensión de nociones de la mayor sutileza”<sup>28</sup> Y explica que esta especie de hipnotismo se lleva a cabo gracias a las vibraciones sonoras que pueden ser activadas para tocar al público. “La música afecta a las serpientes no porque les transmita ciertos conceptos espirituales sino porque [...] las vibraciones musicales se transmiten a la superficie de la tierra afectándolas como un masaje sutil y prolongado”.<sup>29</sup>

### b) Desarrollo

En esta ocasión los ejercicios no tienen una estructura tan definida como los anteriores. Sin embargo están muy relacionados con los ejercicios de Generación de Emociones. Los actores se emplazan con suficiente espacio entre uno y otro,

---

<sup>27</sup> Cf. Philip Rawson, *Tantra The indian Cult of Ecstasy*.

<sup>28</sup> Antonin Artaud *Opcit*, p. 79.

<sup>29</sup> *Idem*.

previando un rango amplio de movimiento. Se recomienda siempre iniciar llevando a cabo varios ciclos de respiración. Unas veces se inicia acostado, otras de pie, otras adoptando una postura que comprometa el cuerpo y el equilibrio, etcétera. El objetivo mayor entre los actores es el de comunicarse no solo a través de sonidos emitidos, sino a través de las vibraciones de estos sonidos. Dicho de otra manera, se busca tocar al resto de los participantes y comunicarse con ellos a través de las ondas sonoras vocales emitidas en diferentes niveles auditivos, tonos y timbres. Crear una comunicación sonoro-sensible comparable con el *canto* de las ballenas.

### c) Objetivos

Lo importante del principio de los mantras para el laboratorio, es su virtud como elemento de comunicación sensible tanto al interior como al exterior de quien los emite. Lo relevante es entonces el concepto de tocar al público a través de la vibración sonora que se puede lograr con ciertos sonidos o palabras. Y más que tocar, mover a los espectadores a una especie de trance virtual con el uso de ondas sonoras cargadas del sentido o la sensación deseada.

Tanto el concepto de mantra como el del encantador de serpientes de Artaud, nos dan la pauta para investigar sobre las maneras en que se podría invitar al trance común, un trance que fuera revelador de una sensibilidad profunda, tal vez “dormida”, cuyo vehículo detonador fuera la vibración sonora.

### d) Resultados

Durante las prácticas, se lograba no sólo crear una atmósfera auditiva que se antojaba reveladora, sino que la vibración, a nivel sensible y no sólo sonoro, en ocasiones llegaba a influir o mover tanto a los participantes como a los que se encontraban como espectadores. Sin embargo, este movimiento era apenas sutil. Descubrimos entonces que hacía falta profundizar en un entrenamiento vocal, en la emisión de la voz, su correcto apoyo, el debido y profundo uso de los resonadores, etcétera; para después continuar explorando el uso de la voz a la manera del encantador de serpientes o de los cantos mántricos.



Conviene recordar al lector que el Proyecto INSANIA consta de un entrenamiento e investigación continuos con *tres escalas* o tres montajes. Este trabajo de tesis expone y reporta los ejercicios, objetivos y hallazgos únicamente de la primera parte del Proyecto: la fase de entrenamiento e investigación previa al primer montaje. El déficit en esta primera fase se consignará para que en la segunda se trabaje de manera intensiva.

## 2.6 Texto Imposible (La importancia de la palabra a la manera de los sueños)

### a) Premisas

Afirmamos que el que un actor pronuncie correctamente las palabras que un escritor ha puesto en un texto dramático, no es suficiente para llevar a cabo un hecho escénico, ni para que el actor realice un verdadero acto de expresividad. “No se trata de prescindir de la palabra hablada, sino de conceder de una manera aproximada a las palabras la importancia que adquieren en los sueños”.<sup>30</sup> Independientemente de la coherencia o insensatez que tenga la palabra dentro de un sueño, comparándola con el valor de lo lógico en lo que llamamos *mundo real*, en el sueño la palabra será siempre, si no lógica, reveladora, inquietante, significativa. La palabra, por absurda o críptica que sea, va más allá de su significado literal para decir todo aquello que no se dice con la voz y que sin embargo se sugiere, se anuncia con ella. Si el soñador entiende su sentido, es reveladora, si no, resonará en su cabeza por lo menos hasta la vigilia.

Comparar al sueño con el hecho escénico es cabal, si consideramos al teatro como un espacio trasgresor de las leyes del *mundo real*, para que al final de la representación, al despertar al mundo cotidiano, lo veamos desde otra perspectiva. Algo, durante la función, se nos habrá revelado, algo nos habrá inquietado y nuestra mente y espíritu quedarán cavilando aquello. O tal vez, al contrario, algún concepto con el que estamos familiarizados podría habérsenos velado. El teatro no será un sueño sin importancia. Será el sueño que trastoca, en

---

<sup>30</sup> *Ibid*, p. 92.

alguna medida, la realidad. La palabra en ese hecho habrá jugado un papel trascendental.

## b) Desarrollo

Nuestro texto llamado arbitrariamente “Imposible”, consta de un párrafo con palabras inventadas pero coherentes entre ellas mismas:

*Su ornat linde su a nesi otenderi keshni, ninda sem se u nerda liner-denshi unse denfa u le kendy, mese line fenderi, andarli u merone fen lineon.*

La pronunciación y la colocación de acentos es indistinta, cada actor podrá dar su versión del cómo articular la frase.

Lo primero es memorizar el párrafo. Esto conseguido, el ejercicio consiste en decirlo, pronunciarlo a otro. El objetivo en este punto es únicamente decir de forma correcta las palabras para que se entiendan, no su significado, sino auditivamente. Lo anterior es alcanzado rápidamente. Ahora lo que se busca es, además de pronunciar el texto correctamente, *comunicar*<sup>31</sup>. ¿Comunicar qué? *Comunicar-se* a uno mismo. *Expresar-se*. Expresar el ser que soy a través de la palabra, hacerme común a los demás. El texto actúa aquí como una especie de confesión. Pero no trata de literalmente confesar algo hecho, ni de contar algo propio o ajeno, verdadero o ficticio. Se le pide al actor que se *confiese*, a la manera en que un amante se desnuda, se despoja de atavíos para presentarse-ofrecerse tal como es, sin reservas. Que la palabra sea el vehículo de expresión del ser que es el actor, sin personaje de por medio. Al hablar de personaje nos referimos tanto a un personaje de ficción como a aquel en que nos convertimos en defensa de lo que entendemos por nuestra personalidad en la vida cotidiana. Tarea difícil. Difícil de entender. Difícil de llevar a cabo. Pero el actor que ha entendido que su labor se basa más en el desnudar al ser humano que en enmascararse tras un personaje, se dispone a esta tarea.

---

<sup>31</sup> Ver también el Glosario para conexiones con otras palabras como: común, comunitario y comunión.

Lo importante en este caso no es tanto lograr el objetivo, como explorar las posibilidades. Es *jugar* a expresar verdaderamente, con una palabra sin sentido, el Yo; comunicarlo a otro. Si se juega como el niño lo hace, comprometidamente, casi de manera vital, pero siempre sabiendo que es un juego, la búsqueda es afable y por lo regular los hallazgos son mayores. El espíritu de este laboratorio es lúdico en ese sentido. Para alcanzar los objetivos del Texto Imposible se requiere especialmente tal actitud.

Después de varios intentos honestos de expresar el Yo a través de palabras sin sentido, se procede a sumar este ejercicio a los anteriores. Así, una vez que, por ejemplo, el ejercicio del Espacio Escénico se ha desarrollado, se aumenta el factor texto. Lo mismo en la Danza de Batalla y en la Disociación de Movimiento, incluso en la Voz Mantra. Ahora la exploración de la palabra con el Texto Imposible resulta más fácil. No porque al aplicarse en los otros ejercicios sí se cuente alguna anécdota o porque se pretenda ser un personaje, sino porque el actor está movido emocionalmente y se le pide que ponga en palabras (el texto imposible) lo que sucede en su interior. Que le dé a un texto sin sentido, el sentido de aquello que con acciones no es suficiente expresar.

### c) Objetivos

Como hemos mencionado, el objetivo es dotar a la palabra de un valor más allá de su significado literal. Que el actor no sea un comunicador de las ideas de otros, sino que, además, sea su propio portavoz. Que use las palabras para expresarse en tanto que artista que adopta una postura crítica de aquello que la obra escénica trata. Aunque al actor se le asigna una tarea en el hecho teatral, la expresión que él realice como creador escénico ha de ser congruente con su quehacer asignado.

El Texto Imposible es una herramienta con la que el actor puede adquirir la experiencia de expresar tal o cual sentimiento, tal o cual postura, a cabalidad, sin la necesidad de decirla a manera de explicación. Ha usado la palabra como elemento artístico y no como elemento racional. No se trata de que en el teatro exista sólo la palabra sin sentido, el objetivo es que, comparando el teatro con la pintura, la palabra no funja como explicación inmediata al estilo de algunos títulos

al pie de las pinturas, sino que el *título* esté tan integrado a la *pintura* misma que sea parte medular de ella. Dicho de otra manera: que la palabra no describa o redunde en lo que se está diciendo escénicamente sino que potencialice la acción, la revolución. Que la palabra tome su lugar como herramienta creativa.

#### d) Resultados

Recordemos que en este punto observamos dos etapas. La primera consiste en el uso de un texto sin sentido para expresar el Yo. La segunda, en el uso del mismo texto para reforzar y añadir conceptos sensibles a lo sucedido en una escena dramática. Decimos “una escena” por mencionar a los otros puntos de exploración de este laboratorio, toda vez que han alcanzado cierto nivel donde pueden ya considerarse como *bocetos* o *ensayos* escénicos.

En la primera etapa, el objetivo no se alcanzó en absoluto si bien se llevaron a cabo exploraciones profundas y honestas donde, en ocasiones, se alcanzaba a vislumbrar un dejo de éxito en nuestro propósito. No fue, sin embargo, un resultado negativo. Aventurarse en la nítida expresividad del Yo implica, conocer al Yo, lo cual es un trabajo que va más allá de lo puramente escénico. Por otro lado, aun llevando a cabo el proceso de conocimiento del Yo, jamás se logrará expresarlo a cabalidad por dos razones. Una: el Yo es una entidad no acabada. Dos: siempre habrá algo de uno mismo que no se alcanza a conocer.<sup>32</sup> Por lo anterior es que podemos decir que el resultado en esta primera etapa es positivo ya que lo importante es emprender la búsqueda, y realizar el juego sin reservas.

Para los objetivos escénicos, la segunda etapa fue, por mucho, más reveladora. Se pudo constatar que la voz articulada puede expresar tanto o más que lo que las palabras con sentido dicen. Que un concepto puede ser transmitido y entendido de manera sensible, sin explicaciones. El concepto, la idea, despojado de sentido literal, se ha enriquecido en cuanto a posibilidad de interpretación. Hemos hablado en este trabajo de los ideogramas chinos y su virtud de evocar la realidad en lugar de hablar de ella o describirla. En el ejercicio de Texto Imposible

---

<sup>32</sup> Cf. Eva Reich, y Eszter Zrnánsky, *Op. cit.* y Wilhem Reich, *La función del orgasmo*.

constatamos que la palabra hablada tiene la posibilidad de no quedarse en su sentido literal, sino que puede *desdoblarse* para evocar nociones más sutiles. Queda claro entonces que no se trata de que el actor dé intenciones al texto de manera sistemática o estudiada, sino que, movido emocionalmente, exprese aquello que pasa por él. Se trata pues de un entrenamiento para hacer uso de la palabra desde las entrañas, de hacerla vibrar y sentir con todo el ser, independientemente del tipo de texto que se trabaje.

Hubo dos deudas en este ejercicio: El uso de frases en una lengua existente a manera de aplicación de lo explorado, y el diálogo como elemento de relación dramática. La deuda se pagará en la siguiente etapa de exploración de este estudio continuo.

## **EPÍLOGO A LA PRIMERA PARTE. LOS CUATRO CANTOS DE LA BESTIA**

Al concluir la primera parte del Laboratorio de Investigación Teatral INSANIA, donde se trabajó con los ejercicios y entrenamientos descritos en las páginas anteriores, el equipo procedió a realizar el montaje de la obra *Los cuatro cantos de la Bestia*.

Durante el proceso de montaje y durante las funciones realizadas de dicha obra, el proceso de investigación continúa. En el montaje se aplicaron algunos de los ejercicios descritos, como herramientas de exploración de las acciones que el texto sugería. En otras ocasiones, los ejercicios sirvieron como base de marcaje para los actores. Los preceptos establecidos durante el laboratorio, el trabajo energético y de sensibilidad, el concepto de lo abstracto y del actor en presente, el uso de cuerpo integral como vehículo de comunicación con el espectador; se pusieron a prueba dentro del contexto específico de la obra. Cada función de *Los cuatro cantos de la Bestia* es una nueva y diferente oportunidad para comprobar los resultados de nuestra investigación y para apuntar hacia los rumbos que ésta debe tomar de manera que el trabajo de exploración continúe.

Dado que cada montaje es un proceso en sí mismo y sus circunstancias son bien específicas, el describirlo en este trabajo sería tanto como llevar a cabo dos tesis en una. Por eso lo importante a destacar en este breve epílogo es que el laboratorio de investigación teatral INSANIA, es hoy una realidad aplicada en las tablas. Sin embargo, por como está propuesta la investigación, tal montaje no puede ser tomado como un resultado del laboratorio, sino como la continuación de éste, de acuerdo con los principios del teatro que exige, para concretarse, ser expuesto a los espectadores.

## **Segunda Parte**

### **Laboratorio INSANIA: una alternativa de proceso de investigación y creación teatral frente al siglo XXI**

El laboratorio de Investigación Teatral INSANIA surge de la necesidad de hacer cuestionamientos del hecho teatral y de la creación escénica para poder reestructurar mi trabajo artístico y dirigirlo hacia lo que considero debe ser la labor del Teatro en la sociedad actual. Los objetivos y resultados de INSANIA ya se han explicado durante la descripción del proceso de investigación, hecha en la primera parte de este escrito. Esta segunda parte presenta las razones que mueven a llevar a cabo el proceso de laboratorio. Así mismo, será un espacio de reflexión donde cuestionaré algunos aspectos teatrales con respecto a la realidad de nuestro siglo XXI. Por último, también será la oportunidad para asentar el “déficit” del propio trabajo así como los posibles rumbos de estudio que deben tomar las siguientes etapas del Laboratorio de investigación teatral INSANIA. Esta segunda parte es, por lo tanto, una exposición más subjetiva, pues habla de mis inquietudes y perspectivas con respecto al teatro y al estado actual de las cosas en nuestra sociedad. Me permitiré entonces ser consecuente con tal subjetividad y hacerme responsable de las opiniones manifestadas al escribir en primera persona, no obstante los cánones de la escritura en una tesis.

## CAPÍTULO 1. DE LOS RESULTADOS Y OBJETIVOS DE INSANIA

Para introducir este capítulo quiero ayudarme de las palabras de Yoshi Oida:

Uno emprende el entrenamiento con el fin de eliminar sus hábitos personales y volver sus acciones claras y sencillas *sobre el escenario*. De igual modo, cuando yo imparto talleres, la gente suele preguntarme: “¿Cómo se puede usar este ejercicio en el momento de la representación?” es una pregunta equivocada. Los estudiantes deben descubrir sus propias formas de actuar.<sup>33</sup>

A partir de esta reflexión podemos decir que todos los ejercicios descritos en la primera parte de este trabajo no tienen el objetivo de ser trasladados a la escena de manera directa. Como el título de la presente tesis lo sugiere, el primer

---

<sup>33</sup> Yoshi Oida, *Un actor a la deriva*, p. 69 Las cursivas son mías.



objetivo es entender, a partir de una experiencia sensible, lo que es la energía en el ser humano y aprender a manejarla a favor de la creación escénica. El segundo objetivo es adquirir las herramientas que permitan profundizar en el conocimiento del lenguaje teatral, re-descubrirlo y re-significarlo. De esta manera se puede establecer, como premisa, que la comunicación que el actor ha de establecer con su espectador, en respuesta a las necesidades humanas de nuestra época, será más sensible que racional. Encontrar, así mismo, los medios para hacer al espectador consciente y responsable de su participación en el hecho escénico, con lo que se logrará un auténtico acto de comunión\*, necesario también entre los hechos humanos de nuestro siglo en el que adolecemos de espacios y eventos que propicien la relación humana profunda y sensible.

¿Qué quiero decir cuando hablo de nuestra época y de la responsabilidad y conciencia del espectador? Los seres humanos de hoy día pasamos la mayor parte del tiempo siendo receptores de información, las más de las veces, de una información condicionante hasta el embrutecimiento, en la que se han especializado la mercadotecnia, la publicidad y la política, y que abarca casi todas las áreas de nuestra cotidianidad. Como consecuencia de tal información, tendemos a actuar de manera automatizada, mecánica; ese es el objetivo de este tipo de publicidad: el condicionar para actuar sin pensar. “En este estadio de maquinación, de automaquinación, ya no existe un espacio crítico, el espacio de una presencia respectiva del sujeto y el objeto, sino un espacio paradójico, el espacio de una desaparición respectiva del sujeto y del objeto.”<sup>34</sup> Cuando digo: “hacer al espectador consciente y responsable de su participación en el hecho escénico” quiero decir llevar a cabo acciones dramáticas que le arranquen al público su actitud pasiva, su condicionamiento actual de ser meramente receptor, y adquiera con eso conciencia de que su presencia activa es indispensable para el hecho escénico. No se trata de obligar al espectador a actuar, o de la inclusión superficial e inmediata del espectador al drama, sino de convertirlo en elemento activo del hecho teatral; no es suficiente, ya no, con que el público responda a la convocatoria, que acuda al teatro y que crea en la ficción que se le presenta, se

---

<sup>34</sup> Jean Budrilard, *El crimen perfecto*, p. 112.

“requiere de una participación total, es decir de una contemplación con los ojos del cuerpo sensible, sensibilizado por las acciones que ve, escucha, siente, en fin, que incorpora a sí mismo y en sí totalmente.”<sup>35</sup> El tipo de participación de la que hablo se compara entonces con la de un fiel en un ritual, cuya actividad energética y emocional, determina la concreción o no del rito mismo. Desde esta perspectiva es que se puede lograr la comunión a la que me refiero, y que planteo como alternativa en esta época de individualismo indiferente. Propongo que ese, el de ser un espacio de comunión, sea uno de los objetivos del teatro actual. Si se ha logrado llevar al *público\** a la condición de *espectador\**, podemos hacer un esfuerzo más, es menester hacerlo, y llevarlo a la condición de *participante\**. Todos los esfuerzos descritos en el laboratorio INSANIA están, pues, dirigidos a un último fin: ser recibidos y procesados, pero sobre todo –y en eso radica el carácter de comunión– *reintegrados* al escenario por el *participante-de-la-butaca*.

Esta es, entonces, una investigación que busca otorgar principios a sus integrantes para la creación de un teatro orgánico. Ejercitarlos para mantener una conciencia de incesante cambio, para persistir en la búsqueda de la inseguridad como condición que da lugar a la creación. Es un laboratorio que invita a conservar una actitud de aprendiz lo que permite una evolución tanto del ser humano y del actor, así como del hecho escénico. En INSANIA se asume que el actor es un ser humano en proceso constante y eterno, en cuanto a desarrollo vital se refiere, y que es, desde ese proceso, desde ese estar cambiando, que explora su quehacer creativo. En la primera parte hablé de la unidad cuerpo-mente-energía que es el ser humano y que es la herramienta del actor. Por eso INSANIA propone un viaje serio hacia el interior del ser humano actor para que se conozca más allá de lo psicológico y así pueda llevar a cabo acciones trascendentales sobre el escenario. Por trascendentales<sup>36</sup> entiéndase transformadoras de la esencia vital tanto propia como del espectador. Por último, éste es un laboratorio que da a la creación teatral un enfoque de contribución al desarrollo social a partir de lo sensible y lo estético, de lo cual hablaremos en esta segunda parte.

---

<sup>35</sup> José Ramón Alcántara, *Teatralidad y cultura*, p. 23.

<sup>36</sup> Ver también el Glosario para conexiones con otras palabras como: trascendente y trance.

A manera de puente entre la primera y la segunda parte de este trabajo, lo que importa subrayar es que, además de un proceso de unificación de grupo, los integrantes de esta investigación han logrado establecer conjuntamente una serie de preceptos y, sobre todo, han obtenido experiencias en cuanto al concepto de teatro que se pretende llevar a cabo, independientemente del discurso a tratar en tal o cual montaje. El laboratorio ha propuesto, a la manera en que se refiere Yoshi Oida, medios de *depuración* actoral: se han aprendido técnicas del manejo energético, se establecieron premisas del uso del espacio y de los objetos, se profundizó a cerca de las relaciones dramáticas y del uso de la voz y de la palabra para hacer del teatro un espacio de ilusión, de sueño que evoque el delirio, que empuje al trance y que apunte al organismo<sup>37</sup>. Y aún con todo, cada actor ha mantenido su individualidad y su esencia con respecto a los otros. Sus aptitudes y sus resistencias, si bien en ocasiones las primeras se potencializaron y las segundas se mitigaron, continúan ahí, siendo parte de ese ser humano en proceso. El actor integrante de INSANIA reconoce ahora que es su propio ser, con toda su complejidad, la materia prima de su trabajo creativo.

Este proceso de laboratorio no condiciona al actor a un tipo de teatro, sino que lo compromete con la búsqueda de la creación de un espacio alternativo de encuentros trascendentales entre los seres humanos de su tiempo.

---

<sup>37</sup> Cf Antonin Artaud Opcit. pp. 26 y 81.

## CAPÍTULO 2. ALGUNOS CUESTIONAMIENTOS TEATRALES

### 2.1 El texto dramático como elemento fundamental de la puesta en escena - La dramaturgia del actor

Una Palabra vive, sobre todo,  
por la manera y por el lugar  
en que se la pronuncia.  
A. Artaud

Cuando en el Laboratorio INSANIA hablamos de “potencia energética del actor” nos referimos a la posibilidad creativa del ser humano-actor, conectada a sus impulsos vitales. Hablamos pues de una creación orgánica y sensible.

En el proyecto INSANIA privilegiamos pues, el trabajo del actor por encima de todos los creadores escénicos, aquellos que como el director, el escenógrafo, iluminador, etcétera, “hacen posible [el espectáculo teatral], lo preparan, le dan un lugar, un ritmo, lo iluminan, etcétera; pero no lo ejecutan.”<sup>1</sup> Reconocemos al actor como el Creador Escénico por antonomasia. Esto no ha de confundirse con una tiranía del actor. La figura del director es no sólo útil, sino necesaria, en tanto el encargado de dar unidad conceptual al hecho escénico y de establecer las características de creación, en ocasiones muy estrechas si es preciso. Pero, a su vez, la figura del director tampoco ha de confundirse con la de un dictador. Mi mejor ejemplo del trabajo teatral es la serie de Tai-Chi: el practicante (actor) aprende una serie de movimientos que ha de llevar a cabo en una forma y secuencia específicas. No hay espacio para la improvisación, pero sí que lo hay para la expansión de sus posibilidades vitales. La serie es una *forma*, un *contenedor* donde el practicante deposita en él lo mejor de sí mismo. Tal contenedor es maleable mas no alterable. El teatro, el teatro vivo, es el espacio, el contenedor –dado por un director– que el actor usa para la creación y, ¿por qué no?, para la expansión de sus posibilidades<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> José Luis García Barrientos. *Teatro y Ficción* p. 39.

<sup>2</sup> Es obvio que el teatro es por definición “vivo”. Pero al decir Teatro Vivo me refiero a aquel que es creado por el actor en estado de alerta, de presente; un teatro que se realiza, aun ensayado, no como repetición de algo inamovible, ni “como si fuera la primera vez”, sino *por primera vez*. Ensayar significa, probar reconocer algo antes de hacer uso de algo, no repetir. También en eso la

Partiendo de estos conceptos, me parece importante dar un vistazo a la difundida tradición de subordinar el teatro a la literatura, pues afirmo que es imprescindible, para el desarrollo del quehacer teatral, el identificar que los textos dramáticos no son el teatro, es decir, ni son el hecho escénico, ni necesariamente lo determinan.

Es preciso reconocer todavía como obstáculo para la elaboración de una teoría coherente y rigurosa del teatro la pervivencia de una tradición “sólidamente implantada que considera el teatro como una forma particular de la literatura, que ve en el espectáculo la materialización, tanto más desdeñable cuanto más facultativa y efímera, de la palabra del poeta. Procedente de la literatura, y existiendo gracias a ella, el teatro y algunas otras formas de espectáculo no constituirán [según esta tradición] sino un arte auxiliar e híbrido.”<sup>3</sup>

Y aunque en nuestro siglo y desde el anterior se ha discutido la independencia del teatro con la literatura, este concepto se mantiene aún como un prejuicio al que hay que atender.

La literatura, aun la literatura dramática, tiene un terreno y herramientas de expresión que son, entre otras, la página, la palabra escrita, la narración. La literatura es escritura, es la objetivación de una expresión. Por su parte, en el teatro, el terreno de expresión es, más que el escenario, el actor, el cuerpo integrado del actor en el espacio y tiempo, en el aquí y ahora. Por lo tanto el teatro es de naturaleza efímera, no es escritura, no es la creación de un objeto, o, en todo caso, es inmediatamente la creación y la dilución de una expresión sobre el “lienzo” del cuerpo del ejecutante. Esa es su principal característica y, a mi parecer, su mayor virtud. Por lo tanto, supeditar el teatro a la literatura sería como someter un cuerpo vivo a habitar eternamente una escultura. Me parece importante, tomando en cuenta las características de nuestro mundo actual, reconocer esta diferencia fundamental. Pues de esta manera, frente a los medios

---

serie de Tai-Chi es un buen ejemplo y un buen catalizador de la mecanización o repetición vacía de los actores. Si es una repetición, es por lo tanto sólo una forma y podríamos decir que está muerta. Si se hace por primera vez e irrepetible, si se crea el movimiento y, más aún, se es el movimiento en lugar de *realizar* el movimiento, entonces está viva.

<sup>3</sup> José Luis García Barrientos, *Opcit*, p. 19.

y las formas de expresión emergentes, que son en su mayoría escritura u objetivación para ser vista en lo individual, los creadores de teatro distinguiremos que no sólo no es asunto de nuestro quehacer la fidelidad a la obra dramática escrita, sino que la esencia del teatro es el hecho en presente, que el actor es el creador y lo creado en un espacio y tiempo con la participación comunitaria del público, y por lo tanto es un arte independiente que se crea y desaparece a cada acción. La literatura, como muchos otros, puede ser, sí, un elemento importante, pero siempre auxiliar para el objetivo escénico. Entender eso profundamente, es empezar a reconocer el sentido social del teatro como alternativa en la actualidad.

Es decir que el teatro abandona a la literatura, deja los libros para volver a encontrar el aire de las escenas, para desplegarse en la perspectiva total del espacio, pues el teatro es un arte en el espacio, y hacía falta a cualquier precio que se recuperase la conciencia del valor espacial de la expresión.<sup>4</sup>

De esta forma, si se prioriza al actor sobre todos los creadores escénicos, el dramaturgo ha de ceñirse también a esta jerarquía. Pero dentro de este orden, al dramaturgo le corresponde aún una profunda importancia como creador teatral. El teatro necesita de un *instructivo emotivo de acciones y objetivos escénicos*. Requiere, como dije líneas arriba, de un contenedor donde el actor y el resto de los colaboradores puedan dar forma a su creación.

Quiero atender ahora la contraposición de la fidelidad al texto y la dramaturgia del actor que planteo en el título de este inciso. En la búsqueda emprendida por INSANIA re-descubrimos y reafirmamos la importancia del texto dramático. Pero tal importancia radica en su condición de fundamento, es decir en tanto que contenga las características fundamentales para la creación dramática del actor. Entendemos fundamento como aquello que es base, origen, principio de donde surgirá o sobre lo que se construirá *otra cosa*. En el caso del teatro, aquello a crear es el hecho meramente escénico, es decir el *teatro mismo*, el cual es creado por el actor con su potencia energética. Por lo tanto las características de ese fundamento que sería la literatura dramática, de ese *instructivo*, han de ser

---

<sup>4</sup> Antonin Artaud, *México*, p. 51.

tales que detonen la imaginación y sensibilidad en el Creador Escénico; que lo muevan-conmuevan hacia un estado creativo; que lo inspiren; que lo confronten e inviten a salir del confort para explorar-exponer sobre el escenario sus posibilidades humanas y expresivas. Lo anterior se antoja contrapuesto con aquella otra tradición o tendencia, a su vez surgida de la sujeción del teatro a la literatura, de que al teatro vamos a “ver” la narración de una historia. “Uno de los caminos más transitados de la dramaturgia contemporánea desde finales del siglo XIX hasta hoy ha sido el de una persistente y quizá progresiva narrativización.”<sup>5</sup> He aquí otro punto importante a aclarar para afirmar el lugar y efectividad del teatro en la actualidad. El teatro no es el lugar donde se cuentan historias. Es el espacio que se dispone para que suceda un acontecimiento. Para explicar esto apelo a Aristóteles quien, en lectura de José Ramón Alcántara, explica que los poetas del lenguaje pueden ser “poetas épicos (de donde viene la narrativa) o líricos (de donde viene la poesía). Sin embargo, Aristóteles, una vez establecida la diferencia, se concentra en un tipo de poetas que no trabajan con el lenguaje, aunque ciertamente lo usan, sino con acciones humanas.”<sup>6</sup> Me atrevo a puntualizar que el autor de *La Poética* no sólo “se concentra” en el actor, sino que lo distingue, lo separa, del resto de los poetas, pues su actividad y efectos son muy otros.

El laboratorio de investigación INSANIA nos dio entonces la experiencia para cuestionar la mencionada tradición del respeto al texto dramático y su importancia narrativa. Pero no sólo eso, sino que nos permitió explorar sobre lo que el teatro necesita del texto dramático en nuestros días, que es, como dije líneas anteriores, ser un auténtico detonador de posibilidades de creación trascendental para el actor. En este punto el significado explosivo de la palabra “detonación” es fundamental. Dice Artaud: “El autor que no usa más que palabras escritas, no tiene lugar en el teatro...”<sup>7</sup>

Concluyo este apartado de la condición fundamental del texto dramático reafirmando que la parte literaria del teatro cumplirá su tarea sólo si se pone al

---

<sup>5</sup> José Luis García Barrientos, “Teatro y Narratividad”, *Revista Paso de Gato*, #20.

<sup>6</sup> José Ramón Alcántara, *Opcit*, p. 21.

<sup>7</sup> Antonin Artaud, *El teatro y su doble*, p. 72.

servicio del drama, es decir de la creación actoral efímera en el espacio. Esto, claro está, si es que se pretende hacer un teatro que vaya más allá de la “arqueología literaria” y del entretenimiento del público.

## 2.2 El teatro de nuestra época

Ya he dicho que el proceso de investigación INSANIA, sus resultados y las herramientas que el actor adquiere, son utilizables en cualquier tipo de teatro que se pretenda realizar. Sin embargo, he emprendido este laboratorio teatral con el objetivo de encontrar y/o establecer recursos y métodos actorales que me permitan llevar a cabo el tipo de teatro que me corresponde realizar en tanto que creador escénico de mi tiempo. Aunque ya he mencionado esto en páginas anteriores, es momento de explicar a lo que me refiero con “el tipo de teatro” y “de nuestro tiempo”. Empiezo por este último.

Vivimos en un mundo donde se ha perdido o se está perdiendo de manera veloz la relación entre los seres humanos, es decir, la relación entre unos y otros, y aquí la palabra importante es “otros”. Gracias a los sistemas publicitarios, políticos, sociales, económicos, de comunicación, etcétera, que nos rigen, los humanos confundidos, obnubilados, caminamos cada vez más hacia la perversa unificación del pensamiento (del pensar), de las ideologías, de las pasiones, de las necesidades, de los deseos, etcétera. Así, corremos el riesgo de convertirnos en un sólo ser repetido, en la escabrosa reproducción de un mismo ser autómatas, mecánico, enervado. “¿Realmente hemos de alegrarnos de que los hombres seamos cada vez más parecidos? ¿No estaremos yendo hacia un mundo gris en el que pronto no se hablará más de una lengua, en el que todos compartiremos unas cuantas e iguales creencias mínimas, en el que todos veremos en la televisión las mismas series americanas mordisqueando los mismos sándwiches?”<sup>8</sup> Estamos perdiendo, o nos está siendo arrebatada, la idea, el valor de lo *otro*, como referente de la propia existencia. Esto que describo no sólo

---

<sup>8</sup> Amin Maalouf, *Identidades asesinas*, p. 112.



sucede en las grandes urbes. Este convertir la diversidad en unidad no es un efecto casual provocado por la aglomeración de habitantes en una ciudad, sino por la manipulación dirigida, consciente y efectiva de los sistemas arriba mencionados que se valen, es verdad, de la confusión inherente de las metrópolis; pero tal confusión es sólo un factor de cultivo para la manipulación y me atrevo a decir que no el más importante. “Y además y sobre todo, si tanta gente se siente amenazada por la mundialización, parece lógico que le prestemos a esa amenaza un poco más de atención.”<sup>9</sup> Es la ignorancia, su propagación y mantenimiento, el elemento decisivo para la manipulación.

Al mismo tiempo, por las mismas razones y con los mismos resultados, se extinguen los espacios donde llevar a cabo verdaderos eventos de reflexión. Hablo de una reflexión *integral*, aquella que no necesariamente pasa primero por la razón sino por las entrañas. Aquella que remite a uno mismo antes que a los demás. La que cuestiona, la que mueve, conmueve, pone en duda el propio existir o la manera de ejercer la existencia. ¿Con qué objetivo llevar acabo este tipo de reflexión? El de *mover* o *moverse*, el de invitar o incitar a la evolución. Con la palabra reflexión\* no sólo me refiero a un momento de consideración nueva de las cosas, sino a la acción o efecto de reflejar o reflejarse, lo que, llevado al hecho dramático, tiene connotaciones ontológicas más trascendentales que lo que denominamos como “identificación con el personaje”. Con respecto a esto Jerzy Grotowski menciona que en nuestra época “en la que todos los lenguajes se entreveran, la comunidad del teatro no puede *identificarse* con el mito porque no existe una sola fe. Sólo la confrontación es posible.”<sup>10</sup> Y en otra parte explica la relación con el espectador que me permito transcribir aquí por su conexión con el efecto de reflexión que menciono:

Nos interesa el espectador que tiene genuinas necesidades espirituales y que realmente desea analizarse, a través de la confrontación con el espectáculo; estamos interesados en el espectador que no se detiene en una etapa elemental de integración psíquica, aquel que no se contenta con su estabilidad espiritual mezquina y geométrica, no en

---

<sup>9</sup> *Ibid.* p. 113.

<sup>10</sup> Jerzy Grotowski, *Hacia un teatro pobre*, p. 83 (Las cursivas son mías.)

aquel que sabe exactamente qué es bueno y qué es malo y que nunca cae en la duda. No hablaron para él El Greco, Norwid, Thomas Mann y Dostoievsky; hablaron para aquel que sufre un proceso interminable de desarrollo, para aquel cuyo desasosiego no es general sino que va dirigido a una búsqueda de su verdad íntima y de su sentido vital.<sup>11</sup>

Debido a la falta de ritos espirituales (que no religiosos) en nuestra época, donde el ser humano conecte profunda y trascendentalmente con los aspectos más sutiles de su existencia, y puesto que carecemos también de espacios donde se asista a presenciar *acontecimientos*\* que lleven al ser humano a un genuino estado de comunión entre varios *otros*, afirmo que el teatro es, hoy, aquel espacio y tiempo al que le corresponde recuperar la idea de *evento*\* como experiencia de vida que *nutre* el espíritu, que lo fortalece y enriquece. George Bataille, en *El Erotismo*, demuestra de qué forma es necesario para el hombre un momento de tregua, de levantamiento de las prohibiciones que conviene al sano desarrollo de la vida humana. Para ejemplificarlo, en varios momentos menciona a la orgía (una orgía dirigida, casi un rito) como el lugar de comunión donde a pesar de que el individuo es parte de un todo, *la diferencia constitutiva de cada uno es esencial para el desarrollo del ritual, de la fiesta*. Si bien es cierto que en nuestro tiempo hay ocasiones de excepción de la prohibición, en la mayoría de ellas la masa sustituye, cubre, desdibuja al individuo y muy pocas veces da lugar al nutrimento espiritual. Planteo que el teatro sea la fiesta, el rito, el encuentro de los *Otros*, no de los *mismos de siempre*, es decir de los que nos encontramos en la cotidianidad –aislados, ensimismados– y que, a partir de las diferencias, se lleve a cabo el hecho *comunión*, entendida como la participación en un mismo hecho humano y espiritual, creado-logrado por todos los asistentes conformando un solo ser constituido por la diferencia. <Retomo las ideas desarrolladas por Jorge Dubatti cuando plantea el teatro como “acontecimiento convivial” al ser reunión y diálogo de presencias, imperio de lo aurático, espacio de proximidad corporal y conexión

---

<sup>11</sup> *Ibid* p. 35

sensorial, encuentro efímero e incierto en el fluir temporal vital, acto de socialización.><sup>12</sup>

Muchos aspectos a estudiar se desprenden de esta premisa de lo que, considero, debe ser el hecho teatral correspondiente con nuestra época. Sin embargo me quiero concentrar, como último tema a tratar en este trabajo, en un elemento básico del hecho escénico: la representación.

### 2.3 Representar – Exponer

Representar\* es *hacer presente algo con palabras y con figuras que la imaginación retiene*. Recordemos que lo presente sólo tiene lugar en el aquí y ahora, como el hecho escénico. Presentar\* es *hacer manifestación de algo, ponerlo en la presencia de alguien*. Si, por las premisas hasta ahora establecidas en este trabajo y por definición, lo que se presenta primordialmente en el teatro es el actor, podemos decir entonces que el actor se manifiesta\*, se declara, se da a conocer, se expone. Exponer\* también es arriesgarse, estar en juego, desnudo, mostrado, abierto.

[...] actor que se expresa a través de una tensión elevada al extremo, de una *desnudez* total, de una *exposición*, absoluta de su propia intimidad y todo esto *sin que se manifieste el menor asomo de egoísmo y autorregodeo*. El actor se entrega totalmente; es una técnica del “trance” y de la integración de todas las potencias psíquicas y corporales del actor, que emergen de las capas más íntimas de su ser y de su instinto, y que surgen en una especie de “transiluminación”.<sup>13</sup>

En tal estado de “trance”\* no hay lugar para la simulación\*. No hay un espacio para “fingir”\* lo que no se es y por lo tanto no hay un “personaje” al cual ceñirse o interpretar. No hay tampoco una historia que contar, pues exponer, manifestar, presentar, no es narrar, sino *revelar*. Y lo que se revela en el teatro es

---

<sup>12</sup> Ileana Diéguez, “Estrategias activistas y prácticas de resistencia: reerotizando la política”, *Revista Líneas de Fuga* #20, p.30

<sup>13</sup> Jerzy Grotowski, *Opcit.*, p. 10 (Las cursivas son mías.)

el ser humano en conflicto\*. El actor en presente, aquel que busca exponerse, *toma el lugar*, es decir, se apropia del espacio escénico, se hace de él con su presencia, lo habita. Se convierte así, en beneficio del hecho *comuni3n*, en el oficiante de un evento, de un acontecimiento ilusorio, enajenante de los sentidos. Lo anterior radica en el manejo y uso creativo de la potencia energ3tica, de los impulsos vitales. Hablo del tipo de ilusi3n cham3nica. Hablo de esta ilusi3n\* que convive con lo real y no s3lo convive, sino que usa la realidad a su favor.

Observando la re-presentaci3n dram3tica desde esta perspectiva, podemos decir que el teatro “no es el veh3culo de transmisi3n de algo, sino que es la ocasi3n para que algo suceda.”<sup>14</sup> Por eso, y aunque tal vez parezca obvio, es necesario que la *representaci3n* mantenga el sentido de lo presente, de lo expuesto y, por lo tanto, de lo desnudo. As3, *representar* es sin3nimo de *exponer*.

As3 las cosas ¿podr3amos llamar al actor “exponencial”? La palabra *exponencial\** nos permite referirnos a la potencia energ3tica del actor que, puesta en un *evento-espacio-tiempo* dram3tico, provoca un constante crecimiento creativo con repercusiones en todos los participantes.

La representaci3n entendida como exposici3n –esa es la propuesta de este trabajo– exige al actor que sea el oficiante que lleve al espectador a un estado de sensibilidad que le permita adquirir el nutrimento, o el “virus” en palabras de Artaud, que provoque, tanto en los espectadores como en 3l, la mutaci3n espiritual, la revoluci3n\* de conciencias. El actor no debe preocuparse por la creaci3n de un personaje, puesto que 3l mismo ha de llevarse a un estado que permita enajenar los sentidos de los otros participantes, los de la butaca. Es decir que es necesario que el actor est3, como Grotowski menciona, en “trance”; pero en trance l3cido. Al decir “trance” me refiero a que el actor ha de llevarse a un momento cr3tico y decisivo, pero en presente, que le permita crear y abordar-*exponer* el conflicto. Ahora bien, en el momento de la *exposici3n* del conflicto, este no puede simularse, no puede contarse o explicarse, sino que se lleva a cabo, se manifiesta y provoca la confrontaci3n con posibilidades reflexivas, reflejantes. Por

---

<sup>14</sup> Victor Viviescas, “Sobre, entorno, alrededor de la fragmentaci3n”, *Revista L3neas de Fuga* #20 p. 62.

esta característica reflexiva que incluye tanto el reflejo como la consideración nueva de las cosas, (y entendiendo la representación escénica como lo expuesto a la manera de las estructuras *expuestas* en los edificios, o las fracturas *expuestas* en el cuerpo humano después de una catástrofe o accidente) es que el conflicto, en este teatro que propongo, se muestra, necesariamente, fragmentado, como un espejo roto; o fragmentado y horadado, como un caleidoscopio, lo que da lugar, gracias a la oquedad y al juego de lo que se ve y de lo que se oculta, a la diversidad de ángulos de visión y *reflexión*.

Manifiesto entonces que este tipo de teatro, que bajo las consideraciones arriba mencionadas podríamos denominar, tal vez, como *Teatro de Exposición*, hace frente a la pervertida *unificación de la visión* de la cosas en nuestros sistemas de manipulación, precisamente al mostrar un conflicto que da lugar a *la diversidad de ángulos de visión y reflexión*. Lo anterior no se logrará sin establecer un espacio y tiempo de comunión entre todos *los otros*, actores y espectadores, que llevan a cabo el hecho teatral asumiendo, todos, la responsabilidad\* de sus *actos*. Es a partir de aquí que, pienso, se puede vislumbrar, se puede comenzar a entretejer o a establecer una teoría completa y responsable del acontecimiento teatral como respuesta y alternativa ante la sociedad de nuestros días.

Si el actor, al plantearse públicamente como un desafío, desafía a otros y a través del exceso, la profanación y el sacrilegio injurioso se *revela* a sí mismo deshaciéndose de su máscara cotidiana (se *expone*), hace posible que el espectador lleve a cabo un proceso similar de autopenetración.<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> Jerzy Grotowski, *Opcit.*, p. 28. (Las cursivas y paréntesis son míos.)

## EPÍLOGO. EL TEATRO ALTERNATIVO O EL TEATRO COMO ALTERNATIVA SOCIAL

El artista que ignora que el artista es un *chivo expiatorio*, cuyo deber consiste en imantar, atraer, echar sobre sus hombros las cóleras errantes de la época para descargarla de su malestar psicológico, ese no es un artista.  
A. Artaud

El proyecto de investigación teatral INSANIA comenzó con el objetivo de profundizar en la potencia energética del actor considerándola su materia prima, preponderando así al actor como el principal creador del hecho escénico. Así mismo se pretendía reestructurar algunas ideas y metodologías en cuanto al uso del lenguaje teatral de manera que éste correspondiera con las necesidades humanas y sociales de nuestro tiempo.

Poco sabía yo, aunque los intuía, los resultados que surgirían de este proceso de laboratorio. Los hallazgos, errores y déficit han sido ya puntualizados en los apartados correspondientes. Lo que importa ahora decir es que el espectro de investigación se ha abierto considerablemente, lo cual no estaba contemplado al inicio del proyecto. Las certezas adquiridas obligan a los integrantes de INSANIA no sólo a continuar la investigación, sino a redirigir constantemente el ámbito de ésta, de manera que sea posible enfocarse a problemas específicos que den lugar a resultados escénicos claramente definidos. Es por esto que en el presente trabajo sería muy aventurado establecer alguna conclusión más allá de las que he venido dando a lo largo de la descripción de su desarrollo. Queda pendiente profundizar en el estudio y análisis de conceptos como: evento, acontecimiento, habitar, espacio, tiempo, evolución, revolución, movimiento (acción), comunión, exposición, representación, dramático, abstracto, reflexión, alternativa, entre otras. Como mencioné al concluir la segunda parte, propongo que se construya una teoría dramática que coloque al hecho teatral, con

elementos y hasta una metodología definidos, como alternativa en beneficio del progreso y enriquecimiento de la sociedad actual.

Por otro lado, consideré valioso, en el ámbito académico, exponer algunos cuestionamientos teatrales en la segunda parte, aquellos como los del texto dramático frente a la dramaturgia del actor, o como los de la definición o redefinición de representación, exposición, tipo de teatro y nuestro tiempo, entre otras. Sin embargo, como ya mencioné, esta segunda parte puede servir de introducción a consideraciones más profundas para llevarlas a cabo en una segunda etapa de investigación escénica. El optar por la exposición de estas interrogantes se debe a que me parece elemental, y sobre todo en un marco académico, que el artista o creador escénico cuestione su quehacer en formas, estilos, metodologías, necesidades, etcétera; pero sobre todo en cuanto a repercusión se refiere. Al hablar de repercusión quiero acentuar la obligación del artista de estar comprometido con su tiempo y con el tipo de espectadores que ese tiempo genera. Por comprometido con su tiempo entiendo el conocer, estudiar, observar agudamente, cuestionar, investigar los fenómenos sociales y humanos que suceden en la actualidad y sobre todo, adoptar una postura crítica ante ellos, susceptible de llevarse a escena de forma dramática, con el objetivo de contribuir al desarrollo de la humanidad. Esto no es pretencioso. Las pequeñas acciones, las experiencias sutiles en la vida de un ser humano, como lo es un hecho dramático, resultan medulares en el terreno de la evolución del individuo y por lo tanto de la humanidad. En ningún momento apelo a posturas morales, didácticas, o a cánones estéticos preestablecidos. Considero que la mayor anarquía, violencia, agresividad, dulzura, comicidad, plasticidad, belleza, horror dramático-escénico, son valiosos en tanto correspondan honestamente con el compromiso social. Es mi propuesta.

Es en esta postura de desarrollo y evolución donde radica lo que a mi entender significa “teatro como alternativa”. Y es necesario redefinir, constantemente, algunos aspectos del teatro, para poder explicar y hacer efectiva su alternatividad frente a las opciones que el tiempo actual nos “ofrece”. Para que el teatro sea verdaderamente una *alternativa*, una opción al margen de lo común,

el creador, ya lo dije, debe ser un profundo crítico de la humanidad de su tiempo y estar, por lo tanto, comprometido con ella y así, ofrecer vehículos cuyos efectos constituyan medularmente otra opción frente a lo común, a lo establecido; es decir otro medio por el cual andar, una alternativa.

El tipo de teatro planteado en este trabajo se define como acontecimiento y los efectos que persigue en todos los participantes del hecho escénico son, básicamente, comunión, (re)evolución y diversidad. Es en esto, frente a la definición de las características de nuestro tiempo dada en el último capítulo, en lo que radica el ser alternativo de éste, por ahora llamado, teatro *de exposición*.

Y la diferencia entre el teatro alternativo –o el teatro como alternativa– y aquel complaciente o de “ocurrencias”, es la ética de sus creadores, aquella ética cuya falta, en cualquier ámbito, debería de tener repercusiones cósmicas a la manera de una tragedia griega. ¿Acaso no estamos viviendo ya varias de esas repercusiones?



## BIBLIOGRAFÍA

### Libros

- Alameda, José, *Seguro azar del Toreo*, México, Salamanca, 1983.
- Alcántara, José Ramón, *Teatralidad y cultura*, México, Universidad Iberoamericana, 2007.
- Artaud, Antonin, *El teatro y su doble*, México, Tomo S.A. de C.V 2002.
- \_\_\_\_\_, *México*, México, UNAM, 1962.
- Bataille, George, *El Erotismo*, México, Tusquets, 2005.
- Becerril Montekio, Víctor, *La Salud por el Tao*, México, Árbol, 2001.
- \_\_\_\_\_, *El Dao en acción*, México, Árbol, 2001.
- \_\_\_\_\_, *Taiji Quan*, México, Árbol, 2001.
- Brook, Peter, *El espacio vacío*, Madrid, Siruela, 2003.
- Budrilard, Jean, *El crimen perfecto*, Barcelona, Anagrama, 2000.
- Da Liu, *El Tao del bienestar y larga vida*, México, Océano, 1994.
- García Barrientos, José Luis, *Teatro y Ficción*, Madrid, Fundamentos, 2004.
- Grotowski Jerzy, *Hacia un teatro pobre*, México, Siglo Veintiuno, 1970.
- Herce, David, y otros, *Teatro de la Gruta VI*, México, Tierra Adentro, 2006.
- Jung, Carl G. y Wilhem, Reich, *El secreto de la flor de oro*, Mexico, Paidós, 1988.
- Lao Tzu, *Tao Te Ching*, Madrid, Clásicos Universales, 1999.
- Liao, Waysun, *Clásicos del Tai Chi*, Barcelona, Oniro, 2002.
- Maalouf Amin, *Identidades asesinas*, Madrid, Alianza, 2007.
- Oida, Yoshi, *Un actor a la deriva*, México, El Milagro, 2003.
- Panther, John / Davis, Rick, *El arte del Tai Chi Taoísta, Cultivar el cuerpo y la mente*, Toronto, Sociedad de Tai Chi Taoísta de Canadá, 1990.
- Rawson, Philip, *Tantra, The Indian Cult of Ecstasy*, New York, Bounty Books, 1993.
- Reich, Eva y Zrnánsky, Eszter, *Bioenergética Suave*, Barcelona, Abraxas, 1999.
- Reich, Wilhem, *La función del orgasmo*, México, Paidós, 1988.
- Reyes Palacios, Felipe, *Artaud y Grotowski, ¿el teatro dionisiaco de nuestro tiempo?*, México, Gaceta, 1991.
- Watts, Alan, *El camino del Tao*, Barcelona, Kairos, 2000.

\_\_\_\_\_, *The Wisdom of Insecurity*, New York, Vintage, 1951.

Zukav, Gary, *The Dancing Wu Li Masters*, New York, Bantam Books, 1980.

### **Revistas**

*Paso de Gato #20*, CONACULTA, México, 2005.

*Líneas de Fuga #20*, Casa de Refugio Citlaltépetl, México, 2006.

### **Material en video**

*La quimera del oro*, Charles Chaplin Productions, Estados Unidos, 1925.

*Teletiranía* (video-documental), Canal 6 de julio, México, 2006.

*Y tu cuánto cuestas*, Kung Fu Films y Films House, Estados Unidos / México, 2006.

## ANEXO 1

# GLOSARIO<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Real Academia Española consultada en: <http://buscon.rae.es/drae/>

## Primera Parte

### Capítulo 2

#### Inciso 2.1

#### **abstracto, ta**

(Del lat. *abstractus*).

1. **adj.** Que significa alguna cualidad con exclusión del sujeto.
2. **adj.** Dicho del arte o de un artista: Que no pretende representar seres o cosas concretos y atiende solo a elementos de forma, color, estructura, proporción, etc.

**arte abstracto:** Modalidad artística que transcribe lo expresado acentuando los aspectos formales, estructurales o cromáticos, sin atender a la imitación material.

## Primera Parte

### Capítulo 2

#### Inciso 2.4

- Con respecto a la emotividad:

#### **emoción**

(Del lat. *emotio*, *-ōnis*).

1. **f.** Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.
2. Interés expectante con que se participa en algo que está ocurriendo.

#### **conmoción**

(Del lat. *commotio*, *-ōnis*).

1. **f.** Movimiento o perturbación violenta del ánimo o del cuerpo.

2. Tumulto, levantamiento, alteración de un Estado, provincia o pueblo.
3. Movimiento sísmico muy perceptible.

~ cerebral.

1. **f.** Estado de aturdimiento o de pérdida del conocimiento, producido por un golpe en la cabeza, por una descarga eléctrica o por los efectos de una violenta explosión.

### **somático, ca**

(Del gr. σωματικός, corporal).

1. **adj.** En un ser animado, que es material o corpóreo.
2. **Biol.** Se dice del síntoma cuya naturaleza es eminentemente corpórea o material, para diferenciarlo del síntoma psíquico.

### **moción**

(Del lat. *motio*, *-ōnis*).

1. **f.** Acción y efecto de mover o ser movido.
2. Alteración del ánimo.
3. Inspiración interior que Dios ocasiona en el alma.
4. Proposición que se hace o sugiere en una junta que delibera.
5. En las lenguas semíticas, nombre que se da a las vocales y a los signos que las representan.
6. **Gram.** Expresión del género mediante un cambio de terminación.

## Primera Parte

### Capítulo 2

#### Inciso 2.5

- Con respecto a comunicar, comunicar-me:

### **comunicar**

(Del lat. *communicāre*).

1. **tr.** Hacer a otro partícipe de lo que uno tiene.
2. **tr.** Descubrir, manifestar o hacer saber a alguien algo.
3. **tr.** Conversar, tratar con alguien de palabra o por escrito. **U. t. c. prnl.**
4. **tr.** Transmitir señales mediante un código común al emisor y al receptor.
5. **tr.** Establecer medios de acceso entre poblaciones o lugares. *El puente comunica los dos lados de la bahía.* **U. t. c. prnl.**
6. **tr.** Consultar con otros un asunto, tomando su parecer.
7. **tr.** **ant.** comulgar.
10. **prnl.** Extenderse, propagarse. *El incendio se comunicó a las casas vecinas.*

Si de lo que estamos hablando es de comunicar-me, es decir de hacerme común podemos consultar otras definiciones como común, comunitario, comunión:

### **común**

(Del lat. *commūnis*)

1. **adj.** Dicho de una cosa: Que, no siendo privativamente de nadie, pertenece o se extiende a varios. *Bienes, pastos comunes*
2. **adj.** Corriente, recibido y admitido de todos o de la mayor parte. *Precio, uso, opinión común*
5. **m.** Todo el pueblo de cualquier ciudad, villa o lugar.
6. **m.** Comunidad, generalidad de personas.

### **comunitario, ría**

1. **adj.** Perteneciente o relativo a la comunidad.

### **comunión**

(Del lat. *communio, -ōnis*)

1. **f.** Participación en lo común.

Ver Segunda Parte Capítulo 1 donde se dan más significados de la palabra comunión que pueden enlazarse con el concepto de comunicar.

## Segunda Parte

### Capítulo 1

- Con respecto al teatro como comunión:

#### **comunión**

(Del lat. *communio*, *-ōnis*).

1. f. Participación en lo común.
2. f. Trato familiar, comunicación de unas personas con otras.
3. f. En el cristianismo, acto de recibir los fieles la eucaristía. (Lo que se puede relacionar con el acto de sacrificio que propone Grotiowsky al actor en *Hacia un teatro pobre*)
4. f. Sacramento del altar. *Recibió la comunión. El sacerdote está dando la comunión.*
5. f. Congregación de personas que profesan la misma fe religiosa.
6. f. Partido político.

- Con respecto a la evolución público – espectador - participante:

#### **público**

(Del lat. *publĭcus*).

6. m. Conjunto de las personas que participan de unas mismas aficiones o con preferencia concurren a determinado lugar. *Cada escritor, cada teatro tiene su público*
7. m. Conjunto de las personas reunidas en determinado lugar para asistir a un espectáculo o con otro fin semejante.

#### **espectador, ra**

(Del lat. *spectātor*, *-ōris*).

1. **adj.** Que mira con atención un objeto.

2. adj. Que asiste a un espectáculo público. **U. m. c. s.**

## **participar**

(Del lat. *participāre*).

1. **intr.** Dicho de una persona: Tomar parte en algo.
2. **intr.** Recibir una parte de algo.
3. **intr.** Compartir, tener las mismas opiniones, ideas, etc., que otra persona.  
*Participa de sus pareceres.*
4. **intr.** Tener parte en una sociedad o negocio o ser socio de ellos.
5. **tr.** Dar parte, noticiar, comunicar.

- Trascendental, trascender y ¿trance?

## **trascendental**

(De *transcendente*)

1. **adj.** Que se comunica o extiende a otras cosas.
2. **adj.** Que es de mucha importancia o gravedad, por sus probables consecuencias.
3. **adj. Fil.** Se dice de los conceptos que se derivan del ser y se aplican a todos los entes.
4. **adj. Fil.** En el kantismo, se dice de lo que se refiere a la realidad pero excede de los límites de la experiencia.

Podemos consultar, para ahondar en el tema que nos ocupa, la palabra trascender:

## **trascender**

(De *transcender*)

1. **intr.** Exhalar olor tan vivo y subido, que penetra y se extiende a gran distancia.
2. **intr.** Dicho de algo que estaba oculto: Empezar a ser conocido o sabido.
3. **intr.** Dicho de los efectos de algunas cosas: Extenderse o comunicarse a otras, produciendo consecuencias.
4. **intr.** Estar o ir más allá de algo.



5. intr. *Fil.* Dicho de una noción que no es género: Aplicarse a todo, como acontece con las de unidad y ser.
6. intr. *Fil.* En el sistema kantiano, traspasar los límites de la experiencia posible.
7. *tr. p. us.* Penetrar, comprender, averiguar algo que está oculto.

Viniendo esta palabra de “transcendente” podemos conectarla con la palabra trance:

### **trance**

(Del fr. *transe*, de *transir*, y este del lat. *transīre*).

1. m. Momento crítico y decisivo por el que pasa alguien.

Para **trance** ver también Segunda Parte, Capítulo 2, Inciso 2.3

## Segunda Parte

### Capítulo 2

#### Inciso 2.2

- Reflexión y reflejar.

### **reflexión**

(Del lat. *reflexio*, *-ōnis*)

1. f. Acción y efecto de reflexionar.
2. f. Advertencia o consejo con que alguien intenta persuadir o convencer a otra persona.
3. f. *Fís.* Acción y efecto de reflejar o reflejarse.

Conectado con:

### **reflexionar**

1. intr. Considerar nueva o detenidamente algo. U. t. c. tr.

- Acontecimiento y evento.

## **acontecimiento**

(De *acontecer*)

1. m. Hecho o suceso, especialmente cuando reviste cierta importancia.

## **evento**

(Del lat. *eventus*)

1. m. acaecimiento.
2. m. Eventualidad, hecho imprevisto, o que puede acaecer.

## Segunda Parte

### Capítulo 2

#### Inciso 2.3

- Representar – exponer.

## **representar**

(Del lat. *repraesentāre*)

1. tr. Hacer presente algo con palabras o figuras que la imaginación retiene. U. t. c. pml.
2. tr. Informar, declarar o referir.
3. tr. Dicho de una persona: Manifestar el afecto de que está poseída.
4. tr. Recitar o ejecutar en público una obra dramática.
5. tr. Interpretar un papel de una obra dramática.
6. tr. Sustituir a alguien o hacer sus veces, desempeñar su función o la de una entidad, empresa, etc.
7. tr. Ser imagen o símbolo de algo, o imitarlo perfectamente.
8. tr. Dicho de una persona: Aparentar determinada edad.
9. tr. ant. presentar.
10. intr. Dicho de una persona o de una cosa: Importar mucho o poco. *La amistad representa mucho para mí.*

## presentar

(Del lat. *praesentāre*)

1. tr. Hacer manifestación de algo, ponerlo en la presencia de alguien. U. t. c. prnl.
2. tr. Dar gratuita y voluntariamente algo a alguien.
3. tr. Ofrecer, dar. *Presentar excusas, respetos.*
4. tr. Tener ciertas características o apariencias. *La operación presentó serias dificultades. Desde ayer el enfermo presenta una notable mejoría.*
7. tr. Colocar provisionalmente una cosa para ver el efecto que produciría colocada definitivamente.
8. tr. Dar a conocer al público a alguien o algo. *A las ocho presentarán la última obra de Cela.*
11. prnl. Ofrecerse voluntariamente a la disposición de alguien para un fin.
12. prnl. Comparecer en algún lugar o acto.
14. prnl. Aparecer en cierto lugar de forma inesperada o a una hora intempestiva o no acordada.
15. prnl. Producirse, mostrarse, aparecer. *Ya se presentó la lluvia.*
17. prnl. Dicho de una persona: Darse a conocer a otra sin que intervenga ningún mediador, indicándole el nombre y otras circunstancias que contribuyan a su identificación.

## manifestar

(Del lat. *manifestāre*)

1. tr. Declarar, dar a conocer. U. t. c. prnl.
2. tr. Descubrir, poner a la vista. U. t. c. prnl.
3. tr. Exponer públicamente el Santísimo Sacramento a la adoración de los fieles. (Lo que también puede ser relacionado con el hecho de sacrificio del que habla Grotowsky.)
5. prnl. Tomar parte en una manifestación pública.

## exponer

(Del lat. *exponĕre*)

1. tr. Presentar algo para que sea visto, ponerlo de manifiesto. U. t. c. intr.
2. tr. Hablar de algo para darlo a conocer. *Me expuso sus ideas sobre política.*
3. tr. Colocar algo para que reciba la acción de un agente.
4. tr. Declarar, interpretar, explicar el sentido genuino de una palabra, texto o doctrina que puede tener varios o es difícil de entender.
5. tr. Arriesgar, aventurar, poner algo en contingencia de perderse o dañarse. U. t. c. prnl.
7. tr. Someter una placa fotográfica o un papel sensible a la acción de la luz para que se impresione.

Podemos relacionar con:

**expuesto, ta**

(Del part. irreg. de *exponer*; lat. *expositus*)

1. [adj.](#) peligroso.

Y también podemos relacionar con:

**exponente**

(Del ant. part. act. de *exponer*)

1. [adj.](#) Que expone. U. t. c. s.
2. m. [prototipo](#) (ll persona o cosa representativa de lo más característico en un género).
3. m. *Mat.* Número o expresión algebraica que denota la potencia a que se ha de elevar otro número u otra expresión, y se coloca en su parte superior a la derecha.

Y con:

**exponencial**

(De *exponente*)

1. [adj.](#) Dicho del crecimiento: Cuyo ritmo aumenta cada vez más rápidamente.

- Trance

## **trance**

(Del fr. *transe*, de *transir*, y este del lat. *transīre*)

1. m. Momento crítico y decisivo por el que pasa alguien.
2. m. Último estado o tiempo de la vida, próximo a la muerte. *Último trance*. *Trance postrero*, *mortal*.

3. m. Estado en que un médium manifiesta fenómenos paranormales.

4. m. Estado en que el alma se siente en unión mística con Dios.

~ de armas.

1. m. Combate, duelo, batalla.

a todo ~.

1. loc. adv. Resueltamente, sin reparar en riesgos.

- Simular y fingir:

## **simular**

(Del lat. *simulāre*)

1. tr. Representar algo, fingiendo o imitando lo que no es.

## **fingir**

(Del lat. *fingĕre*)

1. tr. Dar a entender lo que no es cierto. U. t. c. prnl.

2. tr. Dar existencia ideal a lo que realmente no la tiene. U. t. c. prnl.

3. tr. Simular, aparentar.

- El conflicto

## **conflicto**

(Del lat. *conflictus*)

1. m. Combate, lucha, pelea. U. t. en sent. fig.

2. m. Enfrentamiento armado.

3. m. Apuro, situación desgraciada y de difícil salida.

4. m. Problema, cuestión, materia de discusión.

5. m. *Psicol.* Coexistencia de tendencias contradictorias en el individuo, capaces de generar angustia y trastornos neuróticos.

6. m. desus. Momento en que la batalla es más dura y violenta.  
~ colectivo.

1. m. En las relaciones laborales, el que enfrenta a representantes de los trabajadores y a los empresarios.

- Traducir y traicionar

### **traducir**

(Del lat. *traducĕre*, hacer pasar de un lugar a otro)

1. tr. Expresar en una lengua lo que está escrito o se ha expresado antes en otra.
2. tr. Convertir, mudar, trocar.
3. tr. Explicar, interpretar.

### **traición**

(Del lat. *traditĭo, -ōnis*)

1. f. Falta que se comete quebrantando la fidelidad o lealtad que se debe guardar o tener.
2. f. *Der.* Delito cometido por civil o militar que atenta contra la seguridad de la patria.

- Ilusión, responsable y revolución.

### **ilusión**

(Del lat. *illusĭo, -ōnis*)

1. f. Concepto, imagen o representación sin verdadera realidad, sugeridos por la imaginación o causados por engaño de los sentidos.
2. f. Esperanza cuyo cumplimiento parece especialmente atractivo.
3. f. Viva complacencia en una persona, una cosa, una tarea, etc.

### **responsable**

(Del lat. *responsum*, supino de *respondĕre*, responder)

1. **adj.** Obligado a responder de algo o por alguien. **U. t. c. s.**
2. **adj.** Dicho de una persona: Que pone cuidado y atención en lo que hace o decide.
3. **com.** Persona que tiene a su cargo la dirección y vigilancia del trabajo en fábricas, establecimientos, oficinas, inmuebles, etc.

## **revolución**

(Del lat. *revolutio*, *-ōnis*)

1. **f.** Acción y efecto de revolver o revolvearse.
2. **f.** Cambio violento en las instituciones políticas, económicas o sociales de una nación.
3. **f.** Inquietud, alboroto, sedición.
4. **f.** Cambio rápido y profundo en cualquier cosa.
5. **f.** **Astr.** Movimiento de un astro a lo largo de una órbita completa.
6. **f.** **Geom.** Rotación de una figura alrededor de un eje, que configura un sólido o una superficie.
7. **f.** **Mec.** Giro o vuelta que da una pieza sobre su eje.