

- **Del Cuerpo y la Creatividad en el trabajo escénico**

María Guimarey

La llave para salir de lo mental son las rodillas

(Else Marie Laukvik - ODIN TEATRET)

Introducción y Fundamentación

Las artes escénicas y/o performáticas tienen una característica única que las distingue de otras disciplinas artísticas. En ellas, la relación entre el sujeto creador y “lo creado” no está mediada por una materialidad distinta, sino que se superponen. En el cuerpo del “actor presente en escena”, no encontramos más que nuestro propio cuerpo. La técnica entonces no sólo acompaña al proceso creativo ofreciendo las herramientas necesarias para su concreción, sino que comporta en sí misma la posibilidad de la aparición de aquel cuerpo-signo en la escena. El cuerpo es una materia autorreferencial. No hay fuera de sí nada a lo cual remitirnos sino a él mismo. Dice Grotowski: *El actor no debe utilizar su organismo para ilustrar un movimiento del alma; debe ejecutar este movimiento con su organismo.*

En el año 2011 participé del Programa de Investigación en Artes Performáticas *Regula contra Regulam* de la Compañía de Teatro *La Madrugada* en colaboración con el *Grotowski Institute* en Brzezinzka, Polonia. En este taller de entrenamiento intensivo me enfrenté a planteamientos que, creo, no comprendí en el momento pero que han estado presentes en mis reflexiones desde entonces. Hay reglas y hay excepciones. Para sorprender al espectador es necesario alterar las reglas, ir en contra de ellas y así encontrar el intersticio de lo creativo con y en el propio cuerpo.

Por último me queda postular una interrogación que acompaña mi trabajo como actriz, directora y docente. ¿Cómo puede un actor-performer atravesar la barrera de lo mental al momento de desplegar su creatividad siendo el cuerpo y la mente partes de un mismo “uno”?

Contenidos

En el esquema corporal por todos conocido, el centro de energía y por tanto de atención está en la zona media del cuerpo. Las caderas y la musculatura abdominal funcionan como un centro de energía y equilibrio. Desde allí en general, la danza, la expresión corporal y las técnicas del actor exploran las posibilidades expresivas buscando abrir nuevos horizontes. La idea de contravenir este principio intentando hallar otros puntos de partida alienta mi búsqueda actual y el presente taller.

En las sesiones de entrenamiento a las que hice mención, tuve la posibilidad de coincidir con la actriz y miembro fundadora del Odin Teatret, Else Marie Laukvik. Ella, a lo largo de sus años de trabajo, más de cuarenta, acuñó una regla inspirada en el Teatro Nô Japonés que puede servir de punto de partida para esta búsqueda: *La llave para salir de lo mental está en las rodillas.*

Debo admitir que no comprendí el alcance de esta idea hasta mucho tiempo después y muchas horas de trabajo y reflexión con mi compañía. Sin embargo, se ofrece como una herramienta distinta y factible de ser puesta en práctica.

Ejes de Reflexión

Cuerpo y creatividad: relación entre mente y fisicalidad

Desplazamiento del foco de atención hacia los miembros inferiores y sus consecuencias

Los pies como motor del cuerpo y sus posibilidades expresivas.

Las reglas y sus excepciones: un punto de partida para nuevos horizontes.

Actividades

Entrada en calor focalizando en los pies y su rango de movimiento, a partir de ejercicios traídos del entrenamiento en danza.

Paso básico del Teatro Nô.

Reconocimiento de las partes del pie.

Caminatas y desplazamientos.

Caminatas del mimo. Principio de oposición.

Movimientos circulares de las piernas

Ritmos con pies

Improvisaciones en duos a partir de lo explorado.



Momentos del taller coordinado por María Guimarey. Fotografías: Juan Trinidad