

# COMUNICACIÓN NO VERBAL

Gran parte de la actuación se da precisamente cuando no hablamos, es entonces cuando verdaderamente debemos "actuar" al personaje, ya que no existen palabras que nos cubran o nos sirvan de pretexto para movernos correctamente en escena.

Mediante el lenguaje, el hombre está capacitado para comunicarse con sus semejantes, así como para describir condiciones abstractas expresar ideas, sentimientos, y apoyar su propio razonamiento.

Sin embargo, basta una sencilla reflexión para intuir que otras formas de comunicación, no verbales, desempeñan un papel fundamental en las relaciones interpersonales. La buena convivencia humana en gran parte consiste en comprender a las personas que nos rodean. No es suficiente entender el idioma sino también los ademanes expresivos y las reacciones emotivas; cuanto mejor sepamos reconocer estas actitudes, más adecuadamente sabremos desenvolvernos ante nuestro prójimo o interactuar con él. Por lo común, este lenguaje silencioso se adopta para aclarar o subrayar el significado de la palabras, pero muchas veces son precisamente nuestros gestos y nuestras actitudes los que con mayor eficacia comunican la parte más real y recóndita del mensaje.

Todos los días tenemos encuentros, casuales o deliberados, que en su mayor parte no pasan de ser "intranscendentes". Hablamos, sabemos escuchar (¿lo sabemos?), pero podría decirse que con la mirada registramos mientras tanto cosas sin importancia, tales como la estatura, el estampado de la mascada, el corte de la corbata o el color del vestido de nuestros interlocutores. Pasan inadvertidos algunos indicios reveladores que, una vez aquilatados y comprendidos, podrían servirnos para descubrir aspectos impenetrables de la persona con la que hablamos y para impartir un atractivo especial a cada encuentro. ¿Porqué no poner a prueba nuestro poder de percepción y de observación?

Tratemos de ejercitarnos en mirar con ojos nuevos a las personas que nos rodean, sean amigos, familiares o desconocidos, con los que nos hallemos en las diversas circunstancias de cada día. Bien sea en el restaurante o en una sal de espera, intentemos encontrar el significado de los más triviales detalles: los verdaderos sentimientos y pensamientos se evidencian en las actitudes y en los pequeños movimientos habituales. Un pie que golpea instantáneamente en el piso, puede denotar cierta tensión o impaciencia; una manera de caminar desmadejada puede ser signo de indiferencia y falta de voluntad; un cigarrillo apagado con energía, puede indicar una cierta irritación, mientras que el que se consume lentamente entre los dedos, revela un momento de distracción o el asomo de una fantasía.

Muchas veces, para entender bien a una persona, es preferible mirarla que escucharla; con un ejercitado espíritu de observación y mucho sentido común pueden juzgarse y comprenderse mejor las razones mentales y psíquicas de nuestro interlocutores: en síntesis, entenderemos y se nos entenderá.

Con los gestos, los ademanes, las posturas del cuerpo, las expresiones del rostro, la dirección de la mirada y el tono de voz, el hombre, siempre demasiado atento a las palabras, transmite una información de carácter predominante afectivo y revela inconscientemente lo más íntimo y verdadero de su ser.

Todo nuestro cuerpo habla por nosotros, comunica a los demás, aún lo que con palabras sería muy difícil expresar, descubre nuestra personalidad si bien, como ocurre con frecuencia, tratamos de ocultarla minuciosamente y por todos los medios.

Estos intentos se logran en ocasiones, pero recordemos que basta la más leve distracción, una fugaz pérdida de control, un arranque de ira o un momento de desconcierto, para manifestar aquello que con tanto celo, tratábamos de enmascarar.

Pero, ¿Porqué o para qué? Dejemos hablar a nuestro cuerpo, expresémonos también en este lenguaje, a menudo más eficaz y sin lugar a dudas menos fatigoso que todas las palabras: las señales no verbales, facilitan nuestra comunicación, no exigen un control implacable, son más significativas y, por ende, tiene el saborcillo de lo genuino.

Servirse del lenguaje no verbal, ayudará a comprender mejor las emociones y los problemas de los demás, y hará más comprensibles los nuestros; este tipo de intercambio, beneficiará nuestras relaciones con el mundo que nos rodea, haciéndolo más armonioso y menos insensible.

## INTROSPECCION Y EXTROSPECCION

Si tengo un olfato normal, puedo experimentar lo que se siente al entrar en un cuarto impregnado de ácido sulfúrico.

Si soy mudo, puedo entender perfectamente cómo afecta al contacto con el prójimo el ser mudo.

Si tengo complejo de inferioridad, no necesitaré que me expliquen lo que se experimenta con un complejo de inferioridad. Si yo fuera madre, sabría muy bien lo que son las emociones del embarazo y del parto.

En todos estos casos, para entender la realidad psíquica me basta observarme a mi mismo. Es lo que se llama técnicamente introspección y que, por lo dicho, constituye el método fundamental para el estudio del ser humano. De aquí vamos a tomar la memoria de emociones, para nuestros personajes.

Nada hay tan directo, tan inmediato y tan profundo como el estudio de si mismo. Pero este método, además de ser subjetivo, no puede ser el más extenso ni el más universal.

Si no soy ciego, y quiero saber lo que se experimenta siendo ciego; si soy joven y quiero estudiar la psicología de los ancianos; si soy blanco y quiero penetrar en la psicología de los negros; si soy varón y quiero entender las emociones de una mujer, debo recurrir a la observación externa o extrospección.

Para observar si los blancos son más inteligentes que los negros, o si los varones tienen más talentos artísticos que las mujeres, puedo seguir cuatro caminos:

- a) limitarme a los datos que esporádicamente me presente la vida cotidiana;
- b) provocar yo mismo esos datos para poder efectuar una observación regulada, sistemática y abundante, que permita aislar los factores realmente causales del fenómeno en cuestión. Por ejemplo, en el caso de los talentos artísticos, deberé establecer hasta que punto las condiciones sociales pueden haber sido desfavorables a determinado sexo; distinguiré cuidadosamente las diferentes artes, las razas, las edades, el ambiente socioeconómico, etc. Es obvio que de esta manera tendré datos más completos, más precisos, más diferenciados y más abundantes que los que pudiera proporcionarme la observación puramente anecdótica.
- c) Ponerme en el lugar de la persona o cosa que estoy tratando de conocer y tratar de sentir y pensar en lo que haría; comportarme como ella para conocer el entorno que le rodea.
- d) En teatro solamente, buscar una situación parecida que si haya yo vivido y realizar introspección, transportando las emociones conocidas a la situación desconocida.

## PERSONALIDAD

Aunque cada tratadista da y defiende su propia definición de personalidad, en términos generales se está de acuerdo en entenderla como la expresión total de un individuo humano, o como el resultado de la integración de todos sus rasgos psicofisiológicos, teniendo en cuenta que en los seres dinámicos, el todo es mucho más que la suma de las partes y funciones.

Recordemos a este propósito la etimología de la palabra “persona”: significaba en latín, la máscara usada en el teatro.

En un segundo momento, pasó a designar la función o papel que representaba cada actor, es decir, su actuación tomada en forma global.

Los diversos rasgos de la personalidad, adquieren distintos significados según el contexto de toda la personalidad, conformada por el temperamento y el carácter individual de cada persona. Por otra parte, la vida humana es un continuo juego de interdependencias de la variable individuo con la variable ambiente: cada uno de nosotros. En un solo espacio, de 24 horas, nosotros jugamos una infinidad de roles diferentes.

Algunos han intentado presentar una visión estrictamente dinámica del desarrollo de la personalidad. Encuentran como punto clave el conflicto de los impulsos más o menos inconscientes (el id) con el principio de la realidad (el ego), y la red de normas morales y religiosas (el superego); de tal modo que la psique viene a ser el campo de batalla entre la animalidad y la racionalidad del hombre.

En toda personalidad, interviene dos factores: la herencia biológica y el ambiente (interno y externo) o (innato y adquirido). La herencia biológica se conoce como temperamento, y el ambiente como carácter, conformado por:

- a) Ambiente familiar
- b) Educación escolar
- c) Ocupación
- d) Status socioeconómico
- e) Temperamento de las personas que nos rodean.
- f) Amistades
- g) Edad
- h) Sexo
- i) Experiencia vividas

Carácter se define como el modo de reaccionar de cada individuo. Por esto sabemos que el mismo individuo se comportará en modo diverso si se encierra cinco años en un monasterio, que si se va de agente viajero o de músico de cabaret.

En otras palabras, mientras que el temperamento es invariable, por estar ligado a la constitución fisiológica, el carácter puede modificarse, de acuerdo a múltiples factores. Toda la educación se basa en esta posibilidad. Siempre es posible reaprender, ya que todo en esta vida es aprendido, no nacemos sabiendo nada, simplemente nacemos con un temperamento.

La clasificación de temperamentos más aceptada mundialmente hoy en día, es de los italianos N. Pende y G. Viola. Dicen que lo que determina los diversos temperamentos, es el predominio de una u otra glándula de secreción interna, con sus respectivas hormonas.

- a) Tiroides, Regula el metabolismo corporal, aumenta la combustión interna y libera la energía vital, produciendo la excitabilidad y la prontitud nerviosa.
- b) Hipófisis o Pituitaria, Controla el crecimiento de los huesos y músculos; estimula la actividad de varias otras glándulas; causa la contracción de vasos sanguíneos y el consiguiente aumento de la presión de la sangre.

- c) Suprarrenales, Favorecen el pasaje de la glucosa del hígado a la sangre, aumentando con ello la energía vital y sus manifestaciones: prontitud, viveza, impulsividad, agresividad, autoritarismo, etc. Son, en lo emocional, las glándulas de emergencia.
- d) Genitales, Causan los caracteres sexuales, tanto primarios como secundarios del hombre y de la mujer.
- e) Timo, Regula el crecimiento hasta la pubertad. Causa los caracteres psíquicos infantiles. Su actividad es antagónica a la de la hipófisis o pituitaria.

## CONCENTRACION

Cuando un actor llega al punto culminante de su papel, no puede detenerse a pensar, a dudar, a pesar consideraciones, a prepararse y probarse a sí mismo. Debe actuar, debe salvar la valla a galope tendido.

Muchos actores temen los grandes momentos, y tiempo antes, se están tratando de preparar en forma afanosa para ellos. Esto produce nerviosismo y presiones que impiden que se suelten en momentos culminantes. Deben rendirse al instante y por completo al poder de la intuición y de la inspiración. El personaje no tiene porque saber qué sigue en la obra.

El teatro existe, por encima de todo, por el actor. La diferencia principal entre el arte del actor y todas las otras, es que todo artista, puede crear siempre que está en disposición inspirada.

Pero el de teatro, debe ser el maestro de su propia inspiración y debe saber cómo hacerla acudir a la hora fijada por los anuncios. Este es el secreto principal de nuestro arte.

¿Se sentiría usted lo bastante capaz para actuar durante 5 grandes actos de Otelo con la misma elevación con que interpretó por accidente una corta escena?

Casi como regla, los actores no admiten que las leyes, técnicas y teorías, mucho menos un sistema, tienen ninguna intervención en su trabajo. Están abrumados por su "genio". Hay ocasiones en que, por razones desconocidas, pueden tener una posesión intuitiva, emocional de sus papeles y actúan razonablemente bien en una escena o aún en una presentación completa. Pero un actor no puede jugarse la carrera en unos cuantos éxitos accidentales... El accidente no es arte, no se puede construir nada sobre él.

La facultad creadora es, primero que todo, la concentración completa de la naturaleza entera del actor. La atención debe estar en el escenario y únicamente en el escenario. Hay que aprender a ver las cosas en el escenario y volver a verlas. La observación intensiva de un objeto, despierta naturalmente un deseo de hacer algo con él.

El actor que tiene el hábito entrenado puede limitar su atención dentro de un círculo de atención, puede concentrarse en lo que entra en ese círculo y puede oír con sólo medio oído lo que transpira fuera de él. Hasta llegar a producir lo que llamamos

## Soledad en público o soledad escénica.

El poder creador en el escenario, ya sea durante la preparación de un papel o durante su representación repetida, exige una concentración completa de toda la naturaleza física interior del actor, la participación de todas sus facultades físicas e internas.

Cuando eres capaz de transfigurar un objeto, razonado fríamente o intelectual, en algo que es sentido cálidamente, se llama concentración sensorial. Pero los objetos imaginarios demandan un poder de atención mucho más disciplinado.

En el fondo de todo proceso para obtener material creativo, está la emoción. Hay que aprender a observar la vida que nos rodea y traerla al escenario. Muchas experiencias invisibles, espirituales, se reflejan en nuestras expresiones faciales, nuestros ojos, voz, palabras, gestos, etc.. No mires con un frío ojo analítico, ni con un lápiz en la mano. Deja que te lleven las sensaciones y te eleven a su propia temperatura creadora.

Contamos con varios elementos que nos ayudan en nuestra creación interna: talento, cualidades, dotes naturales, circunstancias dadas, etc... y ellos, así como en la vida real, no son divisibles, simultáneamente se suplementan unos a otros, junto con los elementos escénicos, acción, objetivos, etc.

Para un genio, el estado creativo interno, siempre está disponible, elevado y completo. Mientras mayor sea la simplicidad con que uno considere el genio, más accesible e inteligible se hace; un genio debe ser sencillo.

Los personajes ilógicos e incoherentes, deben ser representados dentro del plan lógico y la estructura de una obra completa.

No piense en sus emociones. Piense en lo que tiene que hacer. Si no se adhiere en forma estricta a un patrón absoluto de lógica y continuidad, estará en peligro de comunicar pasiones, imágenes y acciones en una forma generalizada.

¿Porqué dedican tan particular atención al aspecto externo? ¿Porqué no visten y maquillan sus almas? Un actor debe llegar dos horas antes de su entrada a escena y empezar a ponerse en forma. Como un escultor amasa la arcilla y un cantante calienta la voz, usted repase las partes fundamentales de su papel. ¿Estoy seguro de mi actitud hacia este o aquel lugar particular? ¿Siento en realidad esta o aquella acción? Sugiera circunstancias posibles. Todos estos ejercicios preparatorios, prueban su aparato expresivo y afinan el instrumento creativo.

Una obra nunca es dos veces igual. En ocasiones de gran tensión, es necesario lograr una completa libertad muscular. En los momentos culminantes de su papel, la tendencia a relajarse debe hacerse más normal que la tendencia a contraerse. Esta relajación de los músculos debe ser un fenómeno normal, una necesidad en los momentos de mayor elevación nerviosa y física.

## JUSTIFICACION

Todo lo que sucede en el escenario, tiene un propósito definido, debe ser lógico, tener una justificación. El significado de las acciones en momentos altamente trágicos o dramáticos, es que mientras más sencillos son, más fácil es comprenderlos, y el resultado es natural.

El hecho de que el héroe de una obra se suicide, no es tan importante, como la razón interna del suicidio. Hay una liga irrompible entre la acción en el escenario y el motivo que la precipita. (Sicotécnica).

El punto no está en las pequeñas acciones realistas, sino en toda la secuencia creativa que es puesta en efecto, gracias al impulso proporcionado por estas acciones físicas. Los fundamentos de la naturaleza de un actor son:

a) No hay fórmulas. Un actor tiene que estar físicamente libre, su atención alerta, debe poder escuchar y observar en escena, estar en contacto con la persona que está frente a él. Debe creer en todo lo que suceda en el escenario.

b) Un verdadero estado creativo interior en el escenario hace posible para un actor, ejecutar acciones que debe efectuar de acuerdo con los términos de la obra, ya sean psicológicas o físicas, ya que toda acción psicológica, conlleva una física. La unión de estas dos acciones, da por resultado la acción orgánica en el escenario. ¿Qué haría yo si me sucediera lo mismo que le está sucediendo a mi personaje? Actúa sin reflejar dónde terminan sus “propias” acciones y dónde comienzan las “de él”.

c) En el escenario, un estado creativo interior, la acción y los sentimientos verdaderos, dan por resultado la vida natural en escena, en la forma de uno de los personajes. Así se acercará más a la metamorfosis.

Es todo un sistema de vida, te tienes que educar en él, no debes esperar que puedas hacer todo esto de momento. La escenografía y Utilería, sólo son efectivos cuando están impregnados de verdad artística.

Existe un estilo llamado “grotesco”, que es una exteriorización viva y audaz, basada en tal contenido interior total, que llega a los límites de la exageración, es una manifestación viva de los elementos universales, irresistible en su expresividad, audaz y descarada, que linda en lo burlesco. Definida y clara hasta el punto del descaro. Sin embargo, todo debe estar justificado, por el hecho de que el contenido interno del actor es tan grande, que dos cejas, ojos o nariz, no son suficientes para que proyecte todo su contenido inmenso espiritual. Este estilo, no se basa en la necesidad, sino en la base que justifica la exageración. Hace al actor más pequeño, no infla su pequeño ser.

El seudo grotesco, es la peor y el grotesco genuino, la mejor forma de arte. El grotesco verdadero, es el ideal de nuestra creatividad teatral.

Ponga vida en todas las circunstancias imaginadas y en las acciones, hasta que haya satisfecho completamente su sentido de la verdad, y hasta que haya despertado un sentimiento de fe en la realidad de sus sensaciones. Entonces, impregnados de vida, son suyos en realidad.

Hay veces que nos parece estar haciendo demasiado poco, no se debe incrementar la actividad, sino, más bien, reducir tres cuartas partes de ella. No se debe caer en la exageración.

Hay tres etapas en esta telaraña de tensiones internas: tensión, liberación y justificación. En las dos primeras, uno busca la tensión interna más severa, identifica lo que la causa y trata de destruirla. En la tercera, uno justifica su nuevo estado interior, con base en las circunstancias dadas apropiadas.

## MEMORIA DE EMOCIONES

Un artista verdadero debe llevar una vida plena, interesante, variada y excitante. Debe estudiar la vida y la psicología de la gente que lo rodea. Necesitamos un amplio punto de vista. Más que sus talentos artísticos, debe ser un ser humano ideal.

Sin un dominio completo y profundo de su arte, un actor no puede transmitir al espectador ni la idea, ni el tema, ni el contenido viviente de una obra. Un actor crece mientras trabaja.

Las acciones están basadas en sentimientos internos, se puede hablar por el personaje en mi propia persona.

Pushkin dijo: “Sinceridad de emociones, sentimientos que parezcan sinceros en circunstancias dadas, es lo que pedimos a un dramaturgo” Stanislavski lo pide a un actor. Debe producir las circunstancias dadas, en las cuales serán engendradas emociones sinceras espontáneamente, no crear sentimientos.

Las emociones que se reproducen en forma indirecta, bajo el impulso de sentimientos internos sinceros.

Las emociones teatrales, son una especie de imitación artificial de la periferia de los sentimientos físicos. Aquí no hay verdaderos sentimientos del actor como ser humano adaptado al papel que está interpretando, lo que tenemos, es emoción teatral. El estímulo muscular que no se deriva de los sentimientos, sino de puro esfuerzo mecánico, excluye toda posibilidad de pensamiento y toda verdadera experiencia emocional.

Si tu efectúas en tu imaginación, con la base adecuada de circunstancias detalladas, cada paso de una serie de acciones de amor, descubrirás que primero externa y después internamente, llegas a la condición de una persona enamorada. Cada pasión es un complejo de cosas experimentadas emocionalmente, es la suma total de sentimientos. Un actor debe conocer la naturaleza de las cosas, su lógica y su continuidad.



La gente cree que el director usa medios materiales con el propósito primordial de impresionar al público, pero no, usamos estos medios, por sus efectos en los actores, para crear una ilusión de la vida real. Otro estímulo, es la acción física verdadera y la creencia del actor en ella.

Tener conocimiento de fuentes interiores de estímulo, que residen en el interior del texto, las implicaciones e pensamientos que afectan la interrelación de los actores, son factores que debes aprender a utilizar. El lazo entre el señuelo y los sentimientos es natural y normal y debe ser empleado en forma extensiva.

La memoria de emociones, nos hace revivir las sensaciones que experimentamos en una ocasión, es reconstruir la imagen interna. La memoria de las sensaciones, implica los sentidos, y su papel es meramente auxiliar.

El tiempo es un filtro excelente, no nada más purifica, transmuta en poesía aún recuerdos dolorosamente realistas. Hay que hallar los medios para atraer nuestro material emotivo.

Mientras más amplia sea tu memoria emocional, más ricos serán tus materiales para la facultad creadora interna.

En momentos de peligro real, un hombre puede permanecer sereno, y sin embargo, desmayar al recordar esa situación, esto es un ejemplo del poder incrementado de la memoria de las emociones.

Sé sencillo, hasta donde la simplicidad sea parte de tu naturaleza. El actor ingenuo, se avergüenza de ello, no lo hagas en el escenario. Las mejores ayudas a la simplicidad son la fe y un sentido de la sinceridad. Busca lo que es verdadero para ti y aquello en lo que tienes fe. Tenla en tus compañeros.

Sinceridad de emociones, sentimientos que parecen sinceros en circunstancias dadas. Todos los materiales que recibimos del autor y del director, trabajamos con ellos, suplementándolos con nuestra propia imaginación.

Un actor debe esforzar al máximo su poder creativo, logrado solamente con fervor. Si usas medios innaturales, puedes seguir una dirección falsa, debes tener posesión de algo substancial, tangible. En las circunstancias reside el poder y el significado principales de estas acciones. No pienses en las acciones, sino en lo que tienes que hacer.

El actor debe experimentar la agonía de su papel, en casa o en los ensayos, y luego serenarse, para transmitir al público en términos claros, fecundos, sentidos en forma profunda, inteligibles y elocuentes, lo que ha experimentado.

¿Esperas que un actor invente toda clase de nuevas sensaciones, o aún una nueva alma, para cada papel que interprete? No se pueden quitar sentimientos a otra persona, ni pedirlos prestados, hay que ponerse en el lugar de ella, esto despertará en el actor

sentimientos análogos a los requeridos por la parte, estos sentimientos pertenecerán al actor.

La escala musical tiene únicamente siete notas, sin embargo las combinaciones de estas son innumerables. Lo mismo puede decirse de nuestras emociones fundamentales.

## SENTIMIENTO DE VERDAD

Hay formas especiales de recitar un papel, se llaman clisés establecidos, se adelantan a los sentimientos y obstruyen el camino. El error de la mayoría de los actores, es que no piensan en las acciones en si mismas, sino en sus resultados. Los sentimientos son el resultado de algo que ha pasado, el resultado, debe producirse por si mismo. Puede exagerar sus acciones, pretendiendo expresar sentimientos, pero eso los destruye.

No importa cuan hábil pueda ser un actor en su elección de los convencionalismos escénicos, por su calidad mecánica inherente, no puede conmover a los espectadores con ellos, así que se refugia en las que llamamos emociones teatrales. Estas son una especie de imitaciones artificiales de la periferia de los sentimientos físicos. Esto les sucede aun a actores bien dotados, capaces de creación verdadera.

Es importante para el estado creativo de un actor, que sienta lo que llamamos “yo soy”, yo existo aquí y ahora. ¿Qué haría yo aquí y en este momento, si tuviera que actuar en la vida real bajo circunstancias análogas a aquellas en las cuales está establecido mi papel?

Todo lo que contribuye a la obra, debe ser escénico, hasta una mentira debe tomar el aspecto de verdad, para ser convincente en escena, así los actores y su público pueden creer en su convencionalismo.

La belleza es lo que eleva la vida de un ser humano en el escenario y en el público. No existe ninguna diferencia, siempre y cuando sea convincente y verdadera o tenga aspecto de verdad; bella, en el sentido de que sea artística, elevadora y creadora, en el de que produzca la vida auténtica de un espíritu humano, sin lo cual no puede haber arte.

El actor se pone en el lugar de una persona; la transformación de las emociones, tiene lugar en forma tan completa, que la fuerza y calidad de los sentimientos involucrados, no son disminuidas. Esto se llama Empatía. La espontaneidad es la única forma de mantener un papel fresco, en movimiento. Lo inesperado es una palanca más efectiva en el trabajo creativo.

El sentido de la verdad, contiene también un sentido de lo que es falso, una muestra de lo que no se debe de hacer. Pon un papel en el camino adecuado, y él seguirá adelante, la actuación forzada, nunca podrá hacerlo.

Un actor debe creer en lo que está sucediendo en torno suyo, y en lo que está haciendo él mismo; aun sin la creencia, podemos experimentar el sentimiento que provoca, si la imaginación es suficiente. La verdad en el escenario es cualquier cosa en la que

podamos creer con sinceridad. La verdad no puede ser separada de la creencia, y sin alguna, es imposible vivir un papel o crear nada. Cree y serás convincente.

Cualquier cosa que hagas con frialdad en tu interior, destruirá el fuego interior. Un artista se inflama con lo que ve que sucede en torno a él, está interesado ardientemente en la vida grabada en su corazón. Debe poseer calor interno. Nuestra mente puede ser puesta a trabajar, pero no es suficiente, se necesita la cooperación ardiente y directa de nuestras emociones, deseos y todos los otros elementos de nuestro estado creativo interior.

La habilidad para encender estos sentimientos, su voluntad y su mente, esta es una de las cualidades del talento de un actor, uno de los objetivos principales de su técnica interna.

Nuestro arte debe tener una línea ininterrumpida, que fluya del pasado, através del presente y hacia el futuro. Entonces tenemos el derecho de hablar del principio del trabajo creativo. Si la línea interna se interrumpe, el actor ya no comprende qué está diciéndose o haciéndose y cesa de tener deseos y emociones. Un papel debe tener existencia continua y línea ininterrumpida.

El actor debe creer en todo lo que tiene lugar en el escenario, en lo que está haciendo, y uno solamente puede creer en la verdad.

El arte es el producto de la imaginación. No nos importa la existencia natural verdadera de lo que nos rodea en el escenario.

Esto es más útil para nosotros, en el grado en que nos proporciona un fondo general para nuestros sentimientos. Una sensibilidad artística a la verdad...en su alma y en su cuerpo. ¿Sentimos alguna vez, de hecho, las cosas, en el escenario, por primera vez? ¿Sentimientos que nunca hemos experimentado en la vida real? La parte infortunada respecto a ello, es que no podemos controlarlos, ellos nos controlan a nosotros. Hay que dejarlas a la naturaleza, dedicarse completamente a ellos, porque son el único medio con el cual usted puede, en cualquier grado, influenciar la inspiración.

Aun una falsedad debe convertirse en verdad ante los ojos del actor y del espectador, para ser artística... El secreto del arte es que convierte una invención en una bella verdad artística. Si se duda de la realidad, la verdad y la emoción se desvanecen, son reemplazados por el fingimiento, la falsedad teatral, la imitación, la actuación de rutina. La naturaleza y la verdad, son indivisibles.

Uno debe saber cómo llevar la belleza de la vida y la naturaleza a escena, sin aplastarla ni mutilarla.

# IMAGINACION

La imaginación crea cosas que pueden ser o suceder, en tanto que la fantasía inventa cosas que no existen. Hacer uso de medios para atraer lo que es fantástico más cerca de lo que es real: lógica y continuidad. Ellas ayudan a hacer más probable lo imposible.

Actuando creativamente, imágenes serán proyectadas en la pantalla de nuestra visión interior, haciendo vivas las circunstancias en las cuales estamos moviéndonos. Hay que ver cosas que no están allí. Este mismo proceso ocurre cuando estamos tratando con sonidos.

Cada movimiento que haces sobre el escenario, cada palabra que dices, es el resultado de la vida adecuada de tu imaginación.

Debes desarrollarla o abandonar la actuación. La imaginación con iniciativa, trabajará incansablemente despierto o dormido; la observación de la naturaleza de las personas bien dotadas, está sujeta al efecto de la voluntad consciente.

Hay que estimular nuestra fantasía creadora desde fuera del alcance de la conciencia, elementos de emociones ya experimentadas que correspondan a las imágenes que surgen en nosotros.

Los aspectos de la vida de la imaginación, son visión interna, oídos interiores; sentir cosas en la imaginación, al impulso de nuestra memoria de emociones y de las sensaciones. Hay que crear una vida imaginaria; ser el público de nuestros propios sueños, tomar parte activa en ellos. Este invento debe contestar todas las preguntas: cuándo, cómo, dónde, porqué, quién, qué, para lograr una imagen definida de una existencia imaginaria.

El actor debe sentir el desafío tanto física como intelectualmente. Adquiere el material para la facultad creadora, de la vida que lo rodea, real e imaginaria, de las comunicaciones con otros seres humanos.

Un actor crea no únicamente la vida de su época, sino también del pasado y del futuro. Su imaginación puede extender el círculo de su propia facultad creadora.

¿Es importante que tenga algo real en la mano? No, lo que necesita arder es su imaginación. Algunas personas tratan de engañarse a sí mismas, pensando que realmente ven algo, el punto no está en la aparición misma, sino en su relación interna con ella. ¿Qué haría si apareciera un fantasma ante mí?

Hay que ver los objetos no con nuestros ojos exteriores, sino con los interiores. Estos objetos e ideas imaginarias, son sugeridas a nosotros por la vida exterior, primero toman forma, sin embargo, dentro de nosotros, en nuestra imaginación y en nuestra memoria.

# IDENTIFICACION

El significado de los actos en momentos altamente trágicos o dramáticos, es que mientras más sencillos son, más fácil es comprenderlos y el resultado es natural. El hecho de que el héroe de una obra se suicide, no es tan importante como la razón interna de su suicidio.

Hay una liga irrompible entre la acción en el escenario y el motivo que la precipita, es lo que llamamos sicotécnica. Las acotaciones de un libreto, son importantes no sólo por su verdad externa sino por su belleza interna, la vida interna, los impulsos interiores, las insinuaciones psicológicas.

Los apuntes de nuestra memoria, deben ser ricos, variados, coloridos, un actor debe conocer cómo entresacar del texto, las unidades componentes, objetivos, momentos, que en su suma total, constituyen una pasión humana. La acción completa, es el logro activo del Superobjetivo.

Analizar, es buscar estímulos creadores para atraer. El propósito de un análisis es la profundidad emocional del alma de una parte, hay que buscar en la propia alma del actor emociones comunes a la parte, sensaciones, experiencias, que promuevan lazos entre él y su personaje. Encontrar el Superobjetivo y la línea general de acción.

El análisis no es únicamente un proceso intelectual, intervienen todas las capacidades y cualidades de la naturaleza de un actor.

Al ser atraído a las acciones físicas, usted es alejado de la vida de su subconsciente. En esa forma, usted lo libera para actuar y lo induce a trabajar creativamente. Esto es tan sutil, que está inconsciente. Es importante organizar discusiones generales, argumentos y debates, pensar y estimar todos los hechos.

La vida interior de los personajes está oculta en las circunstancias externas de su vida, apreciar los hechos, es hallar la clave del acertijo de una vida interna de un personaje, que está oculta bajo el texto de una obra.

La historia de la obra, los hechos, eventos, época, tiempo y lugar de acción, condiciones de vida, son circunstancias dadas, que se deben interpretar. El sí mágico es el punto de partida, las circunstancias dadas, el desarrollo.

¿Cuándo hablamos con nosotros mismos? Rara vez en la vida real, pero frecuentemente en el escenario. ¿Cómo puedo hallar una base para hacer en el escenario, lo que no hago fuera de él?

Hay que establecer un lazo entre cerebro y corazón. Comulgar conmigo mismo, audiblemente o en silencio y con posesión perfecta de mi mismo.

Un actor debe ser observador no únicamente en el escenario, también en la vida real; debe comprender el estado mental de la persona con quien hablan, su labor creativa sería inmensamente más rica, refinada y profunda, esto requiere práctica sistemática.

La naturaleza debe ser objeto de observación constante. Trate de expresar en palabras lo que hay en las cosas que le producen placer. Aprenda a conocerlas y a verlas.

Hay que aprender a usar el sí mágico: Pero, si esto fuera real, ¿cómo reaccionaría yo? ¿Qué haría? Este sí, actúa como una palanca. El secreto del efecto del Si, es que no usa del temor o la fuerza. Otra cualidad: despierta una actividad interior y real, un estímulo interior instantáneo.

Hay que estimular al subconsciente al trabajo creativo. En el primer período de trabajo consciente en un papel, un actor avanza a tientas al interior de la vida de su parte, sin comprender enteramente lo que está sucediendo en su papel, en él y en torno a él.

Hay que alcanzar el estado de inspiración. En él, casi todo lo que haces es subconsciente y no posee comprensión consciente de cómo realiza ese propósito. Lo que sucede en la vida real en forma espontánea, de manera natural, tiene que ser preparado en el escenario, por medio de la sicotécnica.

Los hechos proporcionan motivación y oportunidad al actor para expresar su contenido interior. Debe aprender de memoria los hechos existentes y llegar a esa substancia interior, su interrelación y su interdependencia.

Un artificio o truco, es una expresión viva de pensamientos o sentimientos internos. Lo que estamos pretendiendo es expresar nuestros estados de la mente y del corazón en autorrelieve, enmascarar nuestras sensaciones.

El elemento sorpresa es intrigante y efectivo, algunos actores son capaces de efectuar ajustes brillantes y sin embargo, usan estos medios para divertir, sacrificando su papel por el aplauso. Estas adaptaciones, pierden todo su significado.

## IMPROVISACION

Se define como: alcanzar el estado de subconsciente del personaje. Es decir, el momento en que dejas de pensar en lo que sigue para simplemente vivir el momento, sin que el personaje sepa lo que sucederá a continuación.

Tenemos a tres grandes directores con nosotros: primero, el sentimiento, que no es manejable, después la mente, una potencia motriz, es tu proceso creativo; si lo anhelos pudieran poner a trabajar su aparato creativo, y dirigirlos en forma espiritual, tenemos al tercer director: la voluntad. Tres motores impelentes en nuestra vida psíquica.

Lo que se dice de uno, concierne necesariamente a los otros dos.

Este poder combinado es de la mayor importancia para nosotros. Es necesario no permitir que ninguno de los tres elementos aplaste a cualquiera de los otros y por lo tanto, rompa el equilibrio y la armonía necesaria. Las tres fuerzas desempeñan partes principales.

La improvisación, es un poder creador que proporciona frescura e independencia a una representación. No es misión de los profesores dar instrucciones de cómo crear, únicamente debemos impulsar a los alumnos en la dirección apropiada, llevada al punto del arte, de la veracidad absoluta y la perfección técnica.

Al trabajar en una improvisación, un actor naturalmente, aún sin percibirlo, aprende las leyes creativas de la naturaleza orgánica y los métodos de la sicotécnica.

## MANEJO DEL PÚBLICO

Tenemos relación con nuestro compañero, y con el espectador.

Con el primero, nuestro contacto es directo y consciente; con el segundo es indirecto e inconsciente.

Los espectadores, sólo pueden comprender y participar indirectamente. Eleve la voz para ser oído y olvide al público.

Un actor sale al escenario ante un público, y puede perder su dominio por miedo, entonces es incapaz de hablar, escuchar, pensar, sentir. Siente una necesidad nerviosa de satisfacer al público, de mostrarse a si mismo y ocultar su propio estado (disposición mecánica teatral).

La facultad creadora está condicionada, primero que nada, por la concentración completa de la naturaleza entera de un actor.

Un actor acude a sus instrumentos creativos, espirituales y físicos. Su mente, su voluntad y sus sentimientos se combinan para movilizar todos sus "elementos interiores". Para lograr esto, hay que estar diariamente en un escenario.

La dificultad más importante, es la circunstancia anormal de que el trabajo creativo de un actor, debe efectuarse en público, y la tensión muscular interfiere con la experiencia emocional interior; aparecerá siempre que un actor aparezca en público.

En la vida ordinaria, usted camina, se sienta, habla y mira, pero en escena, se pierden esas facultades. Usted siente la cercanía del público y se dice: ¿Porqué estarán mirándome? Todos nuestros actos se hacen tensos.

Cuando uno entra por primera vez a escena, sufre un fracaso, y en la impotencia, la cólera se apodera de uno repentinamente.

Hay que librarse por unos momentos de todo lo que nos rodea, y decir con todo lo que tenemos dentro, el parlamento que nos toque decir, a esto se le llama utilizar la adrenalina, hay que sentir las palabras. Y notaremos entonces, la aprobación del público talvez en forma de murmullo.

Mientras más desea un actor divertir a su público, más aguardará este con toda comodidad, esperando divertirse. Pero tan pronto deja un actor de preocuparse por su público, este empieza a observarlo. Esto sucede en particular cuando el actor está ocupado en algo serio e interesante. Sólo la actuación genuina puede absorber a un público por completo. El público proporciona nuestra acústica espiritual.

El propósito de un actor no es causar una impresión fugaz en el público. Es mucho más valioso tener un público silencioso que recibirá una impresión duradera.

El público no espera nada más literatura y actuación que sólo sean efectivos exteriormente en la trama y la acción exterior, busca sentimientos profundos y grandes pensamientos, por lo tanto, es un participante creador en la representación de la obra.

Existe un círculo de luz sobre el escenario, usted siempre puede encerrarse en este círculo y llevarle con usted a todas partes donde vaya., A esto se llama soledad en público o creación de la cuarta pared, que no debe romperse jamás, salvo indicación del director.

## VOZ

El artículo imprescindible en el equipo de un artista, es sin duda, una voz bien colocada. La relación con la música debe ser tan estrecha, que la acción se efectúa al mismo ritmo que ella, debe haber un hermanamiento del arte dramático con el arte vocal-musical.

Mientras más delicados sean los sentimientos, más precisión, claridad y calidad plástica requiere en su expresión física.

Continuidad manifiesta, acabado... estas son las marcas distintivas de la buena técnica o del talento auténtico.

La expresión oral, es música. No puedes hacer regresar la palabra hablada; una palabra no es nada más un sonido, es la evocación de imágenes; su trabajo es instilar sus visiones internas en otros, y transmitir las en palabras.

Las líneas repetidas en un ensayo son generalmente expresadas como por un papagayo. El contenido interno del texto se evapora, queda el sonido mecánico. Preserve sus líneas por dos razones importantes:

- 1.- Para que no se desgasten
- 2.- Para que ningún parloteo mecánico disturbe el patrón básico del subtexto.

El texto es proporcionado por el autor, y el subtexto por el actor. Si no fuera ese el caso, la gente no asistiría al teatro, sino que permanecería en casa y leería la obra. Nos inclinamos a olvidar que la obra escrita no es un trabajo terminado, hasta que es interpretada en el escenario por actores, y traída a la vida por emociones humanas genuinas. Los actores son perezosos para extraer el subtexto, pronuncian mecánicamente, sin gastar ninguna energía en buscar su esencia interna. Las palabras no son meros sonidos, son imágenes visuales.



La parte más substancial de su subtexto, reside en su pensamiento, uno da origen a otro y a un tercero, y todos juntos forman el Superobjetivo. Las palabras son, parte de la expresión externa de una esencia interna de un papel. Las palabras que no están impregnadas de sentimientos internos, son otros tantos sonidos vacíos. Las palabras pueden estimular nuestros cinco sentidos, si son dichas con la razón y motivación adecuadas.

Es necesario desarrollar la respiración, poseer dicción y pronunciación excelentes, sentir cada sílaba, cada letra, tener la facultad de dirigir los sonidos. La voz es uno de los dones más grandes de una naturaleza creadora.

Salvini dijo: “Usted necesita solamente tres cosas para convertirse en un trágico: Voz, voz y más voz.” Una voz debe ser capaz de ejercitar sus funciones predestinadas por la naturaleza.

## CUALIDADES DE UNA VOZ

### VOLUMEN

Se define como la intensidad de la voz. Cuando uno aprieta los puños, se levanta, se pone a temblar de la cabeza a los pies, etc., tratando de impresionar al público, todo sale a presión. En realidad esto no produce volumen, únicamente conduce a gritar, a la ronquera, con una escala vocal reducida.

### TIMBRE, TONO O TESITURA

Es la cualidad que no podemos modificar, sólo fingir, ya que nos viene naturalmente. Existen 8 resonadores en nuestro cuerpo, que nos ayudarán a variar el tono de la voz, colocándola en cada uno de ellos, dependiendo de la gravedad o agudeza que requiera nuestro personaje: Rodillas, Genitales, Vísceras, Pecho, Garganta, Paladar, Nariz y Coronilla.

### MATIZ

Es el color de la voz, la intención con que es dicha una frase. Los signos de puntuación, requieren entonaciones vocales especiales. Sin estas entonaciones, no llenan sus funciones. En cada una de estas entonaciones, hay cierto efecto. Las entonaciones y las pausas en si mismas, poseen la facultad de producir un efecto emocional.

## ENFASIS

Es la acentuación de la voz, el punto culminante del subtexto. Las palabras menos importantes crean una serie de planos más profundos. Cambiando el ritmo, la cadencia, el volumen, podremos apoyar el énfasis, dar importancia a lo que en realidad la tiene.

## RITMO-CADENCIA

El ritmo es la cantidad de palabras por emisión de voz y la cadencia, el número de ritmos por emisión de tiempo; las dos funcionan conjuntamente.

Las palabras habladas con resonancia y extensión, tienen más efecto, en primera instancia hay calma, luego nerviosidad y luego agitación. Muchos actores pronuncian con tal velocidad desconsiderada y descuidada, sin emitir las terminaciones que terminan con frases completamente mutiladas. No debe haber ninguna de estas manifestaciones, excepto con propósitos de caracterización.

La suavidad, la resonancia, la fluidez, la rapidez, la ligereza, la claridad, son el ritmo de las sensaciones experimentadas, ayudan a producir dicción clara. Por ejemplo, la poesía tiene otra forma, porque sentimos su subtexto.

Aún cuando no comprendamos los significados de las palabras, sus sonidos nos afectan por medio de sus cadencias y ritmos. La cadencia ritmo de una obra, en ocasiones automática, puede apoderarse de los sentimientos de un actor y despertar en él una sensación verdadera de estar viviendo su papel.

La cadencia y el ritmo, poseen el poder mágico de afectar su disposición interior, excita no sólo su memoria emocional, también trae a la vida su memoria visual y sus imágenes.

Cuando nos enojamos, hablamos rápido, cuando estamos enamorados, lento.

Si un actor está acertado intuitivamente al sentir lo que está diciéndose y haciéndose en el escenario, la cadencia y el ritmo adecuados serán creados por si mismos. Se podría decir que la cadencia y ritmo de una obra, es la línea general de acción. Y el contenido subtextual de la obra.

## PAUSA

El primer trabajo con un parlamento, es colocar las pausas. La pausa lógica, da forma e inteligibilidad. La pausa psicológica, agrega vida a los pensamientos, es un silencio elocuente.

La pausa ayuda a comunicar el contenido subtextual, sin la pausa lógica son inteligibles, sin la pausa psicológica, son inanimados los parlamentos. La pausa es la técnica de dicción.

La lógica ayuda a nuestro cerebro, la psicológica a nuestros sentimientos, la necesaria a la claridad.

Conjuntando estas siete cualidades, tendremos brillantez y elocuencia en el hablar.

## REPRESENTAR E INTERPRETAR

La diferencia fundamental es que representar es imitar, interpretar es vivir.

Cuando llegas al punto culminante de tu papel, no puedes detenerte a pensar, a dudar, a pesar consideraciones, a prepararte y a probarte a ti mismo. Debes actuar, salvar la valla a galope tendido.

Los actores temen los grandes momentos, se están tratando de preparara en forma afanosa para ellos. Esto produce nerviosismo y presiones que impiden que se suelten en los momentos culminantes. Hay que rendirse al instante y por completo al poder de la intuición y de la inspiración.

Con frecuencia se pide a los actores de cine que representen las últimas secuencias de una película y después las primeras; tienen que morir y después nacer. Actuar con sinceridad significa ser recto, lógico, coherente, pensar, esforzarse, sentir y actuar en unísono con su papel. Esto es vivir un papel, interpretarlo.

El factor principal en cualquier forma creativa es la vida de un espíritu humano, la del actor y su parte, sus sentimientos comunes y su creación subconsciente. Un artista toma lo mejor que tiene en si y lo lleva al escenario.

Salvini dijo: “El gran actor debe sentir lo que está representando, no importa si es la primera o la milésima vez que lo hace”. Siempre actúe en su propia persona. “La diferencia entre mi arte y ese practicado por otros, es la misma que existe entre parecer y ser.” (Stanislavski)

Hay directores que muestran a sus actores cómo actuar sus papeles, esto es la esclavización del actor. Nunca podrá escapar de la impresión, se verá obligado a imitar. Un actor es privado de libertad y de su propia opinión relativa a su parte.

El objetivo fundamental de nuestro arte, es la creación de un espíritu humano; empezamos por pensar en el lado interior de un papel y en cómo crear su vida espiritual, lo llamamos simplemente naturaleza.

En todos los teatros en que el autor, el escenógrafo o el director es superior, el actor es un auxiliar. Está limitado a falsificar caracterizaciones, de acuerdo con la creatividad de otros. Esto conduce a las actuaciones de clisé. Con tan violenta presión sobre un actor, no puede pensarse en que viva verdaderamente su papel.

En cada actitud, entonación, gesto de un actor, está oculta una idea. Cuando el autor domina, los participantes deben someterse a su iniciativa creadora y hacer todo lo que pueden para comunicar concisa, bellamente, el cuidado hacia la producción de su talentoso director literario. Como resultado, tendrá un triunfo grande, críticas serias, pero, ¿ha cumplido con su objetivo, ha creado la vida de un espíritu humano, vistiéndolo en una bella forma física? No.

El actor aprende a observar el exterior y no el interior de su alma y sus personajes si usa un espejo. Ten cuidado. Lo mejor que puede suceder, es que el actor sea transportado por la obra, entonces, a despecho de su propia voluntad, vive su papel, subconscientemente y con inspiración.

Un subconsciente creador y el lugar en que debemos buscarlo, un objetivo incitador, es lo que llamamos inspiración. Olvide la técnica y abandónese a sus sentimientos, tenga un camino bien preparado a seguir, que pueda controlar, esta es la línea de acciones físicas. Debe tomar en su poder la inspiración y su iniciativa creativa. Deje de perseguir ese fantasma, la inspiración. Déjelo a esa milagrosa hada: la naturaleza.

El artista más grande que conocemos es la naturaleza. Las adaptaciones más convincentes, vivas y poderosas, son producto de esa creadora de maravillas y son de origen subconsciente.

Si una madre no sale gritando cuando recibe la noticia de la muerte de un hijo, sino que se viste, y luego grita, es un ajuste mental, que no puede reproducirse ni en forma intelectual, ni con ayuda de la técnica. Es creado en forma natural, espontánea, inconsciente, en el mismo instante en que las emociones están a su mayor altura. Cada cabeza es un mundo.

El único acceso es a través de la intuición y el subconsciente. Sólo te puedes extraviar si no tienes confianza en la naturaleza, ya que sus leyes lo envuelven todo. Nosotros no buscamos el naturalismo en escena, buscamos verdad interna, la verdad del sentimiento y la experiencia.

No podemos interpretar si exageramos el aspecto externo, sin justificación interior, sólo es naturalismo, cuando está justificado por la experiencia interna del actor. Usar el naturalismo por el naturalismo mismo, es una verdad escénica inartística. El arte implica crear.

Hay papeles que parecen haber estado creándose en su consciencia interior por mucho tiempo. El actor deja de actuar, empieza a vivir la vida de la obra. Las palabras del autor se hacen suyas; esto es un milagro. En tales circunstancias felices pero raras, es mejor olvidar todo lo relativo a leyes y métodos y entregarse al poder de la naturaleza creadora.

¿Porqué sucede que algunas partes de una obra cobran vida, en tanto que otras nos dejan sin sentimientos? Sucede porque son semejantes a nosotros, por eso hay que buscar la identificación para poder interpretar.

Cuando usamos la expresión yo soy, es que yo me he puesto en el mismo centro de circunstancias imaginarias; reacciono con mi naturaleza interna a lo que está sucediendo con tanta sinceridad como en la vida real.

La acción o sensación más pequeña, el medio técnico más leve, sólo pueden adquirir un significado profundo, si son impulsados a su límite de posibilidad, a los linderos de la verdad humana, la fe y el sentido de “yo soy”. El actor debe vivir más intensa y detalladamente que el resto de las personas.

## CARACTERIZACIÓN

Existen dos tipos de caracterización, interna y externa. La interna consiste de gestos, ademanes, actitudes, antecedentes y voz, la externa de maquillaje, vestuario, peluquería y accesorios.

De igual importancia para la plasticidad y la expresividad del cuerpo, es el desarrollo de las extremidades de los brazos y pierna, las muñecas, dedos, y tobillos, sólo debemos tomar de los aristas de baile, la asombrosa capacidad de trabajo y el conocimiento de cómo entrenar el cuerpo. Es importante desarrollar la flexibilidad de los músculos faciales, la anatomía muscular de la cara.

Todos los actores, deben ser actores de carácter; esto no significa que deba perder su propia individualidad y su personalidad; significa que en cada papel, debe encontrar su individualidad y su personalidad, sin embargo, ser deferente en cada caso. La caracterización interna sólo puede ser efectuada por los elementos interiores del actor, por eso debe darse una metamorfosis completa.

Hay actores que no sienten la necesidad de preparar las caracterizaciones, o de transformarse en otros personajes, porque adaptan todos los papeles a su propio atractivo personal, entonces, no se entregan por completo a su papel, a menos que lo arrebate. La capacidad para transformarse en cuerpo y alma, es el requisito principal para un actor.

Las manos pueden adoptar veinte mil posiciones diferentes, pero usted debe saber cómo proporcionar una base justificable para cada una de ellas. Debe también tener un cuerpo sano, en buen orden de funcionamiento, capaz de un control extraordinario.

La escenografía, si produce la disposición adecuada, ayuda al actor a formular el aspecto interno de su papel, es un estímulo definitivo.

Adaptar gestos y actitudes teatrales a la ejecución de algún objetivo, con alguna experiencia interna, se convierte en una acción genuina, significativa y determinada. “Todo actor debe reprimir sus gestos hasta el grado de controlarlos, y no que ellos lo controlen.” Ningún gesto puede transmitir la vida interior de una parte, hay que rechazar cualquier gesto inmotivado.

Toda imagen dramática y artística creada en escena, es única y no puede ser repetida. La caracterización externa explica e ilustra, la imagen creada se convierte en tu alter ego, en tu doble, observa la imagen constantemente, porque te hallas bajo su hechizo, estás viviendo la vida de tu imagen.

El maquillaje proporciona una expresión viva, todo lo que no creíamos, encuentra de improviso nuestra confianza. Todo actor debe tener una actitud de gran respeto y atención hacia su maquillaje, debe ser aplicado con psicología, mientras uno medita en el alma y la vida de su papel; entonces la arruga más leve adquirirá su base interna, de algo de la vida que lo produjo.

¿Qué puede haber más horrible que un actor con ojos vacíos? En este caso, el alma del actor está dormida, empeñada en cuestiones no relacionadas con su parte. Una lengua parlanchina, unas manos mecánicas, no pueden tomar el lugar de unos ojos comprensivos. Los ojos de un actor que mira y ve un objeto, atraen la atención del espectador y por lo mismo, le señalan lo que debe mirar.

Los ojos son el espejo del alma; los movimientos deben tener relación con la expresión de los ojos y de la cara. Debemos regular la actividad, de modo que nuestros ojos puedan ser vistos. Un actor sufre como los alemanes, con la cabeza en alto.

Debes librarte de todos los gestos superfluos, de muchos movimientos involuntarios, en un esfuerzo por ayudarte a pasar sobre puntos difíciles de tus partes. Qué agradable es ver a un artista sobre el escenario, cuando ejerce restricción y no se permite todos esos gestos convulsivos, espasmódicos. Los gestos característicos no pueden ser repetidos con demasiada frecuencia o pierden su efecto.

Un símbolo tiene éxito cuando su origen no está en la mente, sino en el alma interior. Hay que cristalizar su esencia. El símbolo reúne en forma brillante, atrevida y comprimida, el contenido multiforme del papel.

Cada detalle, un objeto apropiado a una figura escénica, cesa de ser una simple cosa material, adquiere una especie de santidad para un actor. Es un factor importante psicológicamente. El actor podrá hacer esto, cuando se siente en su papel y al papel en sí mismo.

## UNION DE GRUPO

Cualquiera que obstruya en alguna forma nuestro esfuerzo común para alcanzar nuestro objetivo básico, debe ser declarado miembro indeseable de nuestra comunidad. Si cualquiera del personal que está al frente recibe inhospitalariamente a un miembro del público, arruinando así su buen humor, ha lanzado un golpe en contra.

Un mal ensayo, impide que un actor transmita los pensamientos del autor. Si prevalece el orden y el trabajo es proyectado con propiedad, la labor de conjunto es placentera y fructífera.

Nuestro arte es una empresa colectiva en la cual todos dependen de otros. Una disciplina de hierro, sin la cual no puede haber arte teatral.

Un actor está obligado a exponer su papel por completo, a dar las respuestas adecuadas a su compañero, a seguir correctamente la línea general de acción establecida de la obra y responder a lo que le dice su compañero.

El régisseur puede alguna vez lograr extraer chispas de naturalezas pasivas, después de grandes esfuerzos, pero cada actor debe llevar al ensayo sus propias emociones vivas. Los actores no son marionetas.

Dicen que tres son multitud; todos deben estar preparados y bien instruidos por anticipado, las escenas de multitudes requieren toda la severidad de la disciplina de un estado de ley marcial. Debe existir un orden y distribución adecuada.

Todos estarán produciendo unidos, se ayudarán mutuamente y dependerán unos de otros, por muy diferentes que sean, ya que contribuyen con las emociones y pensamientos más variados a este intercambio mutuo, se intensifica el proceso.

Un actor se aparta de la interpretación real de su parte, hasta actuar en una forma meramente rutinaria, mecánica. ¿Tiene derecho a hacer esto? Uno trabaja para todos y todos para uno, la responsabilidad es mutua. El estrellismo no es aceptado, el esfuerzo creador colectivo es la raíz del trabajo, de otra forma, es un crimen contra el mismo arte al que servimos.

Cada actor tiene sus propios atributos especiales; todos los tipos de comunicación requieren ajustes peculiares a cada uno de ellos, ya que nuestro subconsciente tiene su propia lógica.

Debe mantenerse un intercambio de sentimientos, pensamientos y acciones entre los actores y el material interno para el intercambio. Cuando uno desea comunicarse, primero busca el

alma de la persona, y aprende a absorber cada vez de nuevo, las palabras y los ensamientos de su compañero; esto es disciplina artística.

Toda manifestación de actividad interna es importante y valiosa, es la fuente de acción más importante. ¿No ha sentido en la vida real o en el escenario, en el curso de su comunión mutua con su compañero, que algo emanaba de usted, alguna corriente, de sus ojos, de las yemas de sus dedos?

Si usted puede establecer una cadena larga y coherente de tales sentimientos, esta se hará eventualmente tan poderosa, que habrá logrado lo que llamamos posesión. Los actores debemos tener esa facultad para embargar con nuestros ojos, oídos y todos nuestros sentidos.

Recordemos que toda acción encuentra una reacción que, a su vez, intensifica la primera. En toda obra, además de la acción principal, hallamos su contracción opuesta, el resultado inevitable es más acción.

Necesitamos ese choque de propósitos y todos los problemas por resolver que surgen de ellos. Ellos provocan actividad, que es la base de nuestro arte.