

5-2014


Procedimiento práctico de enseñanza para el desarrollo de la memoria corporal en el actor a través de las acciones físicas

Rubén Arcas Olivera
Universidad Rey Juan Carlos

Iván Herrera Peco
Universidad Rey Juan Carlos

Ana Colomer Sánchez
Universidad Rey Juan Carlos

Follow this and additional works at: <http://digitalcommons.conncoll.edu/teatro>

 Part of the [Spanish and Portuguese Language and Literature Commons](#), and the [Theatre and Performance Studies Commons](#)

Recommended Citation

Arcas Olivera, Rubén, Iván Herrera Peco y Ana Colomer Sánchez. (2014) "Procedimiento práctico de enseñanza para el desarrollo de la memoria corporal en el actor a través de las acciones físicas," *Teatro: Revista de Estudios Culturales / A Journal of Cultural Studies*: Número 28, pp. 116-134.

This Article is brought to you for free and open access by Digital Commons @ Connecticut College. It has been accepted for inclusion in *Teatro: Revista de Estudios Culturales / A Journal of Cultural Studies* by an authorized administrator of Digital Commons @ Connecticut College. For more information, please contact bpancier@conncoll.edu.

The views expressed in this paper are solely those of the author.

Procedimiento práctico de enseñanza para el desarrollo de la memoria corporal en el actor a través de las acciones físicas

Rubén Arcas Olivera, Iván Herrera Peco, Ana Colomer Sánchez

Universidad Rey Juan Carlos

Resumen

En el presente trabajo se plantea un procedimiento práctico de ejercicios físicos de enseñanza basado en la teoría de las acciones físicas utilizadas para el entrenamiento de la memoria corporal, con el objeto de evaluar si existe una relación directa entre este procedimiento y la mejora en la capacidad de conseguir una interpretación fluida y orgánica en los actores.

Dicha evaluación se ha realizado, mediante el diseño de un cuestionario específico que ha sido presentado y respondido por actores, voluntarios, tanto previa como posteriormente a la realización de las sesiones prácticas.

Palabras clave

Memoria corporal, actor, teatro, acciones físicas.

INTRODUCCIÓN

La Memoria corporal, es aquella herramienta que contiene nuestro cuerpo y nos ayuda a adaptarnos al mundo que nos rodea (Fuchs. ctdo en Panhofer. 3, Manzanero, A.L. 27-45 & Miller, A ctd en Casasnovas 208). En el ámbito interpretativo, se trata de una caja llena de sentimientos, la información que entra de fuera a dentro conteniente una justificación o acción física, siendo éste un rasgo característico del personaje (Fuenmayor, V. 23). La memoria corporal destacada por Stanivslaski en el S.XX, despierta en el actor una corporeidad precisa, alterando su respiración, sus nervios y sus músculos. Considerando que este es el principio del

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

estudio de la psicología del personaje; la memoria corporal y emocional es utilizada como primera idea para llegar a la interpretación del personaje, de ahí la importancia de la búsqueda desde el cuerpo, de la unión de la palabra, la acción y la emoción mediante las acciones físicas (Serrano, R. 221 & Ribot, Th. 345).

Para la construcción del procedimiento de enseñanza práctico nos apoyamos en las aportaciones de teóricos como M. Chejov, que retoma el trabajo de Stanislasvki añadiendo la importancia del trabajo con imágenes del actor (Stanislavski, K. 340 & Malcolm, J. 127). El trabajo actoral estará sustentado por el cuerpo y el movimiento, como fuentes de creación artística y emocional. La creación teatral en el imaginario, considerando ésta como la herramienta más importante. Además perfecciona el método añadiendo ejercicios físicos, figuras (*Gesto Psicológico*), con el objetivo de asentar la imagen en la memoria corporal del actor. Analizando el método de Stanislavski nos acercamos a Grotowski cuyo método se basa en que el cuerpo en sí, es memoria (Grotowski, 1965). Se plantea la necesidad del actor por recuperar la primera memoria de su existencia, definida como aquella que se conserva en las experiencias de su cuerpo y de la cual se desprenden todas las huellas que la vida o el entrenamiento corporal han dejado en el sujeto.

La fusión de estos tres teóricos Stanislavski, Chejov y Grotowski, así como la revisión de las teorías modernas interpretativas, llegando hasta Eugenio Barba, trabajan con el “Aquí y Ahora” y las Acciones Físicas (Barba, E, ctd en Sicilia, R. párr 18). Pero se declara no encontrar claridad en la práctica de la enseñanza de cómo la cadena de acciones físicas puede llevarnos a interpretar, por sí misma, una escena de un fuerte registro emocional. Se reafirma en varias ocasiones en que confiar profundamente en el poder de las acciones físicas, ayuda en el proceso de moldear y conducir las emociones, los procesos internos.

Por otro lado, el referente teórico derivado de las enseñanzas de Stanislavski se ha visto refutado y corregido por teóricos como Meyerhold y Lee Strasberg (Meyerhold, V. 135-144 & Strasberg, L. 124-125), esta situación hace que se plantee que no sólo la memoria emocional puede ser la herramienta para conseguir unión entre acción y emoción, sino que debe desarrollarse la parte técnica desde la consciencia para llegar a lo inconsciente (Diderot. 23,61 & Juvet, L. 33-45 & Artaud, A. 93-100 & Eines, J. 156-157). Por lo tanto, ¿cómo sabemos qué herramienta es la que hace del actor un verdadero creador sin necesidad de utilizar sus emociones personales, solamente su esencia creativa? Desde que Stanislavski descubriera y compartiera el método de las acciones físicas, el actor ha experimentado numerosos avances respecto a la organicidad del texto y del personaje, además de eliminar la utilización de las emociones personales del actor como herramienta directa en su trabajo interpretativo.

En el presente estudio, el grupo investigador se plantea la pregunta de si los actores utilizan las acciones físicas para mejorar su memoria corporal de modo que puedan así realizar una interpretación más fluida y orgánica. Mediante un procedimiento metodológico de aprendizaje práctico basado en la retención de imágenes y la teoría de las acciones físicas, se plantea una serie de ejercicios que sirvan como herramienta para obtener el elemento esencial de unión entre acción y emoción tan necesaria para los actores.

MATERIAL Y MÉTODOS

Muestra

El estudio ha sido realizado, con un grupo de 10 actores, cuyo perfil responde a los siguientes requisitos:

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

-Dichas personas han realizado estudios de interpretación y su trabajo está relacionado con el mundo del circo. El 60% del grupo pertenece a un grupo de circo, que está en funcionamiento en la actualidad, lo cual ya nos indica que tienen una misma forma de trabajo. Están compuestos por trapeceistas, *clonws*, y magos. El 40% restante son licenciados en arte dramático y su carrera profesional siempre ha estado relacionada con el mundo del circo, en concreto la acrobacia y el *Clown*.

-El grupo está compuesto por edades entre los 18 y 38 años de edad. Se trata de un grupo muy diverso, ya que encontramos desde sujetos con más de diez años de experiencia en el mundo de las artes escénicas, hasta sujetos que llevan pocos años de experiencia profesional, pero que ya están muy introducidos en una disciplina física, y técnica muy estricta.

Es por ello por lo que aprovecharemos la técnica y disciplina física de dichos participantes para adentrar en el trabajo de la acción física, aprovechando el control, y dominio corporal.

Instrumento

El primer paso a realizar es un cuestionario previo y una entrevista personal a los componentes del grupo de actores que formaran el grupo de análisis todo según la caracterización de Ruiz Olabuénaga(2007), las preguntas se adaptaron al estudio de las acciones físicas, en el cual se sacarán conclusiones sobre el momento personal y actoral en el que se encuentran los sujetos.

Una vez que conocido el estado de los participantes comenzamos con una serie de ejercicios, que conforman el procedimiento o modelo de enseñanza para mejorar la fluidez del actor. Todos ellos estarán enfocados a la retención de imágenes y al trabajo con acciones

físicas. Para alcanzar el objetivo realizaremos un taller de 7 sesiones, en el que trabajaremos con un grupo de 10 actores, una serie de ejercicios para comprobar la evolución de su memoria corporal, a través de la realización de ejercicios planteados desde el trabajo de la acción física.

Cada sesión durará dos horas, de las cuales los treinta primeros minutos serán cubiertos por un pequeño calentamiento, trabajado desde la relajación y la posición neutra. (Ya que nuestra memoria corporal es esa herramienta que desde que llegamos al mundo nos ayuda a naturalizar acciones cotidianas que nos hacen sobrevivir en el mundo). En el momento en el que afrontamos un trabajo actoral tenemos un armario lleno de millones de experiencias en nuestra memoria que condicionan nuestro carácter y actitud física ante la vida. Es por eso por lo que es necesario, en cualquier proceso creativo, o creación de personaje, partitura textual o física, etc., afrontar el trabajo desde cierta neutralidad física. El resto de la sesión seguirá la misma rutina de ejercicios que la primera;

Procedimiento de enseñanza práctica;

1. Trabajo con Bastón Japonés. En el que los participantes deberán comenzar a escuchar su cuerpo para tomar conciencia de sus partes, extremidades, acortamientos musculares, de su cansancio, resistencia, etc., a través de diferentes tipos de movimientos y tras esto podrán analizar en qué momento llegaron a dominar su cuerpo, a superar el cansancio o en qué momento comenzaron a fluir imágenes.

2. Proyección apoyada en imágenes. Una vez que el participante rescate imágenes y registre posturas físicas enlazadas a movimientos, este deberá dedicar unos minutos a limpiarlas y segmentarlas. Convirtiéndola en una figura física.

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

3. Control de energías. Una vez asimilada la imagen obtenida junto con la figura física, jugaremos con diferentes grados de energías. El baremo utilizado será de 10% a 100%. Se trata de llegar a la máxima tonicidad física, a la vez que damos verdad y sentimiento de organicidad a nuestra figura, potenciando así la imagen que tratamos de proyectar. El objetivo es descubrir la acción.

4. Trabajo de Bastón Corto. (*Odín Teatret*) Trabajo por parejas. Asimilación de movimientos repetitivos, transformándolos en acción mediante los objetivos; esquivar, golpear, controlar, etc.

5. Trabajo con figuras clásicas en tiempos de 10 a 3. Segmentación de las figuras, acompañadas de respiración y golpe de tambor (estímulo externo). Añadimos palabras evocadoras. Cada participante deberá escoger entre una de las imágenes de escultura clásica que se les plantea y representarla minuciosamente.

6. Realizar un desplazamiento físico, partiendo de un texto. División del texto en acciones. Asimilación del texto a través de la partitura física.

7. Trabajo con gesto psicológico y segmentación muscular de representación de emociones; llorar, reír, sentir frío, placer, calor, etc.

Una vez finalizada la última sesión se hará una valoración sobre la fluidez de los actores a la hora de realizar los ejercicios descritos, si éstos han llegado a encontrar la cadena lógica de acciones además de realizar una partitura física de forma orgánica en el menor tiempo posible. Así mismo se pasará un cuestionario posterior para poder verificar su evolución.

Procedimiento

Este estudio ha sido evaluado y aprobado por el Comité Ético de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid.

Los miembros del equipo investigador han procedido a distribuir los cuestionarios entre los voluntarios, y además estarán presentes en todo momento durante la cumplimentación del cuestionario así como en los talleres de acciones físicas.

RESULTADOS

Cuestionario previo al entrenamiento

En primer lugar mostramos la información obtenida en el cuestionario previo al entrenamiento, que permite conocer la situación de partida de los participantes a la hora de entrar en el proceso de trabajo:

- **Conocimientos sobre el trabajo de teóricos teatrales.** Un 20% de los alumnos no conocen el trabajo ni las teorías de ningún teórico teatral. Sin embargo el método de las acciones físicas de Stanislavski, es conocido por el 80% del grupo. Un 50% de los participantes aseguran conocer la aportación de M. Chejov en el mundo teatral.
- **Conciencia Corporal.** En este apartado los participantes debían elegir más de una respuesta. Para un 40% la conciencia corporal se trata del reconocimiento de los planos con los que trabaja su cuerpo y el conocer las extremidades de su cuerpo. Por otra parte el 90% del grupo indicó estar de acuerdo en que se trata de reconocer sensaciones en su cuerpo cuando lleva a cabo acciones físicas.
- **Herramientas utilizadas para la memorización de una partitura física o texto.** Un 10% considera que memoriza a base de repetición. Otro 10% opina que se aprende de

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

memoria el texto. Un 40 % se ayuda de las acciones físicas del texto para memorizar.

Otro 40% asegura que analiza el texto de forma activa y crea, a base de acciones del texto, un entrenamiento psicofísico.

- **Encontrar la organicidad en las marcas exigidas por el director de escena.** Un 70% del grupo tarda más de dos ensayos en hacer orgánica las marcas establecidas por el director. El 30% asegura que no tardan más de dos ensayos en encontrar la organicidad en dichas marcas.
- **Posibilidad de educar y mejorar la Memoria Corporal.** La totalidad de los participantes está convencida de que la memoria corporal puede ser mejorada y educada.
- **Memoria corporal como herramienta primordial del actor.** El 80% considera que la Memoria Corporal está directamente relacionada con el trabajo del actor, la creación de personaje y que ayuda a la cadena lógica de acciones. Sin embargo un 20% no cree que mantengan ninguna relación en el proceso actoral.
- **Acciones Físicas.** El 100% cree que utiliza acciones físicas a la hora de interpretar.
- **El texto y la acción.** El 90% asegura que cuando lee y trabaja un texto, algunas palabras le evocan directamente a acciones físicas concretas. Sólo un 10% dice que no le evoca a acciones.
- **La Memoria Corporal, herramienta actoral, sin trabajo previo.** El 70% del grupo asegura que no es posible utilizar la Memoria Corporal como herramienta, si no es realizado un trabajo previo. El 30% restante cree que si puede ser una herramienta.
- **Imágenes en acción.** El 80% indicó que se apoyan en imágenes para recrear las acciones del texto. Un 20% asegura que no utiliza imágenes.
- **Organicidad y fluidez.** Un 80% cree que ha llegado a encontrar organicidad y fluidez a la hora de trabajar un texto, el 20% asegura que no.

- **Estrés al interpretar un texto.** El 50% del grupo sufre estrés a la hora de enfrentar un texto, y el otro 50% asegura no tener problemas de estrés.

Sesiones prácticas.

De este punto partimos a trabajar con el grupo las siete sesiones restantes.

Primera sesión. El objetivo de esta primera sesión es, tomar contacto con el alumno, adentrarle en la acción física y tomar contacto con su memoria corporal. Para ello realizamos un calentamiento libre de 15 minutos y un ejercicio de expresión corporal utilizando el espacio y la relación con los compañeros. El ejercicio duró 30 minutos aproximadamente. La intención del ejercicio fue, asimilar lo que su cuerpo había sentido y percibido en ese tiempo de trabajo, además de reconocer si su cuerpo había evocado algún recuerdo o si su atmósfera o espacio se había transformado. De esta forma pudieron diferenciar entre los impulsos que provienen del cuerpo y los que no. Una vez realizado esto se procedió a buscar la posición neutra del cuerpo previa al inicio de los ejercicios descritos a continuación. . En las 7 sesiones se ha repetido el mismo proceso en lo que a ejercicios se refiere;

1º. Comenzamos con trabajo con Bastón Japonés. El objetivo del ejercicio es "escuchar" su cuerpo para tomar conciencia de sus partes, extremidades, acortamientos musculares, de su cansancio, resistencia, además de encontrar imágenes y rescatar figuras. Con un bastón de madera los alumnos han trabajado diferentes movimientos y posturas físicas utilizando dicho bastón. Tras 15 minutos, han rescatado aquellas figuras que les evocaba una imagen clara, y han segmentado la figura. Una vez que los participantes tienen una figura física concreta y sienten que está apoyada en una imagen clara, hemos procedido a trabajar con energías. El baremo utilizado será de 10% a 100%. El objetivo de dicho ejercicio ha sido llegar a la máxima tonicidad física, a la vez que damos verdad y sentimiento de organicidad a nuestra

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

figura, potenciando así la imagen que tratamos de proyectar de tal forma que los participantes vayan descubriendo la acción. El ejercicio ha durado 30 minutos y en cada sesión el alumno ha trabajado desde la pauta; i) comenzar de forma neutra con bastón en las manos, ii) investigar movimientos, sin precipitarse, iii) mantener la respiración diafragmática en todo momento, iv) intentar llegar a la figura elegida, desde la sinceridad con uno mismo, v) minuciosidad a la hora de segmentar las partes de la figura física.

2º. Trabajo de Bastón Corto (*Odín Teatret*). El objetivo del ejercicio es la asimilación de movimientos repetitivos, transformándolos en acción mediante los objetivos; esquivar, golpear, controlar, etc. Para ello los alumnos han realizado el ejercicio por parejas. Cada alumno enfrente de su compañero con un bastón corto, debía esquivar los golpes del otro, pero siempre respetando la pauta del ejercicio; i) sólo golpe en cabeza y pies, ii) contacto visual con el compañero, y predisposición clara a la hora de realizar el movimiento, de forma que el compañero esté avisado de dicho golpe, iii) respetar las distancias con el bastón, para mantener la seguridad física del compañero.

3º. Trabajo con figuras clásicas. El objetivo del tercer ejercicio es llegar a encontrar la organicidad y naturalidad en una figura establecida desde fuera, apoyándola en una imagen. Una vez que encuentren dicha organicidad y continúen trabajando en las sesiones, deberán llegar a un estado de disfrute personal y tranquilidad al interiorizar lo asimilado por su cuerpo. Además se pretende encontrar un texto o verbo evocador, para facilitar la comprobación de la verdad en la acción y la implicación del cuerpo en la proyección del texto. Los alumnos han escogido una imagen de escultura clásica de las que les hemos planteado en papel, trabajando la composición y construyéndolas minuciosamente. Luego han pasado a segmentarlas por partes y una vez segmentadas han variado la colocación en tiempos de 10 a 3 segundos. Como elemento externo hemos utilizado un tambor para marcar

los ritmos. Cuando los alumnos han sentido la composición de la escultura física y han creído tenerla interiorizada, han añadido una frase descriptiva de la figura, la primera frase que le han venido a la cabeza o simplemente la expresión de lo que en ese momento sentían. Una vez que lo han creído oportuno, han comenzado a investigar un desplazamiento desde dicha figura y con el texto evocado. Este ejercicio se ha repetido en las siete sesiones y siempre trabajando con la primera imagen escogida, rescatando lo obtenido en cada sesión anterior, con el mismo texto y desde la pauta; i) trabajar minuciosamente la composición, ii) mantener la respiración diafragmática, iii) ser sincero consigo mismo, para llegar a la acción, iv) sentimiento de amplitud y tonicidad.

4º. Trabajo con centros vitales. Con el objetivo de sentir la transformación del cuerpo y recordar características de un personaje, el alumno en cada sesión ha dedicado 20 minutos a trabajar formas de caminar, de hablar, etc., dándole fuerza y llenando de prioridad en el impulso a una de sus extremidades; nariz, brazos, pelvis, etc., de esta forma los alumnos se han relacionado con el espacio manteniendo las características físicas que se creaban en su cuerpo y siempre siguiendo las siguientes pautas; i) comenzar desde posición neutro, ii) tomar los movimientos desde la extremidad o parte del cuerpo elegida, iii) llevar al extremo los movimientos.

5º. Trabajo con gesto psicológico (M .Chejov). El objetivo de este último ejercicio es que los participantes llegasen a sentir la emoción de la que se impregna su cuerpo al trabajarla en un máximo de energía, amplitud, y tonicidad física. De esta forma han podido experimentar como el cuerpo del actor se transforma y expresa por sí sólo dicha emoción sin necesidad de recurrir al pensamiento. Para ello han escogido en cada sesión un verbo activo y concreto, y a partir de aquí han creado un gesto físico llevado al extremo, siempre desde la verdad de ellos mismos. Una vez que han conseguido hacer física su imagen de dichas emociones, por

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

ejemplo; llorar, reír, sentir frío, etc., se les ha invitado a investigar durante 15 minutos su relación con el espacio y sus compañeros, teniendo en cuenta su estado físico. Se ha repetido todas las sesiones respetando la pauta; i) elegir un verbo activo, claro y concreto, ii) minuciosidad a la hora de construir el gesto, iii) sentimiento de amplitud y tonicidad.

Cuestionario posterior al entrenamiento

Tras las siete sesiones, los participantes procedieron a rellenar el cuestionario final, obteniéndose los siguientes resultados:

En estas primeras cuestiones, se ha indicado al participante que conteste según la utilidad del trabajo realizado en las sesiones, en su mundo profesional. Siendo éstas las mismas cuestiones que formulamos en el primer cuestionario, podremos evaluar si de algún modo el grupo ha sufrido alguna evolución.

- **Conocimientos sobre el trabajo de teóricos teatrales.** El 100% de los alumnos conocen el trabajo sobre las acciones físicas de Stanislavski. El 90% asegura conocer el trabajo de M. Chejov.
- **Conciencia Corporal.** En este apartado los participantes debían elegir más de una respuesta. Para un 50% la conciencia corporal se trata del reconocimiento de los planos con los que trabaja su cuerpo y el conocer las extremidades de su cuerpo. Por otra parte el 100% del grupo indicó estar de acuerdo en que se trata de reconocer sensaciones en su cuerpo cuando lleva a cabo acciones físicas.
- **Herramientas utilizadas para la memorización de una partitura física o texto.** Un 10% sigue considerando que memoriza a base de repetición. Otro 20% opina que se aprende de memoria el texto. Un 10 % se ayuda de las acciones físicas del texto para

memorizar. Otro 60% asegura que analiza el texto de forma activa y crea a base de acciones del texto un entrenamiento psicofísico.

- **Encontrar la organicidad en las marcas exigidas por el director de escena.** Un 50% del grupo tarda más de dos ensayos en hacer orgánica las marcas establecidas. El otro 50% asegura que no tardan más de dos ensayos en encontrarla.
- **Posibilidad de educar y mejorar la Memoria Corporal.** El 100% del grupo de participantes sigue convencido de que la memoria corporal puede ser mejorada y educada.
- **Memoriacorporal como herramienta primordial del actor.** Un 80% sigue opinando que la Memoria Corporal está directamente relacionada con el trabajo del actor. Sin embargo un 20% sigue sin creer que mantengan ninguna relación en el proceso actoral.
- **La Memoria Corporal, herramienta actoral, sin trabajo previo.** El 90% del grupo asegura que no es posible utilizar la Memoria Corporal como herramienta en el trabajo del actor. Un 10% opina que si puede ser una herramienta sin llegar a ser trabajada anteriormente.

El resto de preguntas del cuestionario final, van dirigidas a la valoración del proceso y la utilidad de éste:

- **Organicidad y fluidez.** Un 90% del grupo considera haber encontrado la fluidez y la organicidad a través de las acciones físicas. Un 10% asegura no haberla encontrado.
- **Imágenes y Acción.** El 100% de los participantes aseguran que el trabajo con imágenes ayuda a entender la acción.
- **Hacer física la palabra.** El 100% está de acuerdo en que les ayuda a hacer física la palabra.

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

- **Objetos en Acción.** El 100% del grupo asegura que el trabajo con objetos, les ha ayudado a memorizar físicamente una partitura.
- **Construcción del personaje.** El 90% de los participantes consideran que adoptar una posición corporal les ayuda a construir y dar vida a un personaje, el 10% opina que no.
- **Centros Vitales del personaje.** El 100% del grupo cree que trabajar con un centro vital del personaje le facilita llegar al personaje.
- **Psicológico.** El 100% del grupo aseguran que cuando trabajan el gesto psicológico del personaje su cuerpo guarda con facilidad el nivel de energía y adopta la esencia del personaje.
- **Fluidez entre la palabra y la acción.** El 40% encontró la fluidez entre la palabra y la acción proyectada en la segunda sesión. Un 30% en la tercera sesión, seguidamente, en la cuarta la encontró un 10% de los participantes y un 20% asegura haberla encontrado en la última sesión.

DISCUSIÓN

En el presente estudio hemos analizado la Memoria Corporal para evaluar si las acciones físicas son capaces de despertar dicha memoria en el actor. Los resultados muestran que la totalidad de los actores evaluados en este estudio, considera que la memoria corporal se puede educar con trabajo previo. Esto se puede relacionar con investigaciones previas sobre memoria corporal o emocional realizadas en las últimas décadas, en especial la memoria procedimental, aquella que permite recordar el modo de realizar las acciones cotidianas y reproducirlas de manera sistemática, lo que representa una mejora sustancial en el actor capaz de reconocer y mejorar su memoria corporal (Manzanero, A. L., 79).

Por otro lado estos datos están en sintonía con las teorías sobre la memoria propuestas por Eddinghaus, H., que ya en 1885 hace hincapié en la importancia de la memoria y de sus fenómenos básicos, tales como las curvas del aprendizaje y del olvido. Esas fases se acentúan en el actor cuando éste debe aprender un personaje y que al realizar otra obra debe cambiar, olvidar lo aprendido y volver a construir otro personaje diferente.

La mayoría del grupo de actores evaluados, ha experimentado vividamente la acción física, y el rastro de ésta en su cuerpo, dado que conocen y se encuentran cómodos en muchos de los ejercicios planteados. Estos resultados se relacionan con lo expuesto por M. Chejov, la capacidad de educar la memoria corporal mediante los ejercicios motores, o bien lo expuesto por Grotowski, que destaca la capacidad del cuerpo para reproducir las acciones que se quedan alojadas en el (Chejov, M. 69 & Ruíz, B. 110-11 & Grotowski, J. 90-138).

Es importante destacar que los actores que conforman el grupo evaluado diferencian entre; texto, cuerpo y voz, al iniciar las sesiones prácticas. Esto supone una discrepancia con respecto a las enseñanzas del Método de Stanislavski, que plantea la importancia de la fusión cuerpo, voz (texto) y emoción. Una posible explicación ante la división de texto, cuerpo y voz, sería que los actores participantes pertenecen al género interpretativo de canto, teatro musical y circo, circunstancia que les hace centrar sus recursos interpretativos a nivel motor o corporal únicamente, pero todo género interpretativo debe observarse desde la acción y el hecho de accionar, de esa forma admitimos el término actor para todos (Meyerhold, V. 310-311).

El grupo estudiado ha afrontado con facilidad una puesta en escena tanto con texto como sin el, después de realizar las sesiones prácticas. Según asegura el teórico teatral Raúl Serrano, unas acciones físicas dispuestas de manera secuencial, desencadenan en las emociones que el actor necesita, siendo esto un trabajo progresivo, con algunos movimientos

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

específicos se provocará el despertar de las experiencias, pensamientos y las emociones del artista. En este trabajo se evidencia que esto se ha conseguido al utilizar el trabajo actoral desde la acción ya que ésta también impregna su memoria corporal, dando como resultado, el disfrute y la satisfacción del trabajo realizado. En el caso de este grupo de actores, se observa como dejan a un lado el estrés que puede generar el trabajo físico-textual, pudiendo continuar trabajando desde la unión de la palabra y la acción física para eliminar estrés a la hora de afrontar un texto y añadir nuevas fórmulas de interpretación a su espectáculo. Además es importante destacar que el actor debe comenzar su trabajo sin prejuicios, de tal modo que las acciones se trabajen a un nivel profundo y abran una vinculación al inconsciente creador, el cual recuperará todo lo trabajado y lo proyectará físicamente al resultado final (Eines. J, 52). El procedimiento de trabajo seguido en el presente estudio ha seguido esta pauta, y se ha podido observar que los actores voluntarios eliminaban cualquier duda o prejuicio a la hora de realizar acciones en el trabajo con objetos o con su propio cuerpo (Ruiz. B, 95), es decir que en cierto modo los actores han interiorizado la acción como herramienta del proceso de creación.

Trabajar la construcción de personajes desde el cuerpo, ha conseguido que los participantes pudieran encontrar una unión entre su cuerpo y el texto, entre su cuerpo y lo que quieren contar, ya que trabajando con acciones y poniendo en práctica su memoria corporal consiguen acercarse a la verdad y a la organicidad (Stanislavski,192).

Los datos que se han obtenido en el presente estudio, a través de los cuestionarios, permiten comprobar con datos reales que el trabajo con objetos o con palabras, entre otros elementos, de forma minuciosa, permite a los actores alcanzar la forma buscada. De modo que, atendiendo a los resultados obtenidos en este estudio, se puede decir que este

procedimiento de trabajo hace que la acción realizada por los actores puede ser convertida en Memoria Corporal.

CONCLUSIÓN

Atendiendo los datos obtenidos en el presente estudio con el grupo de voluntarios evaluados, se ha podido observar que la memoria corporal representa una herramienta importante en el trabajo del actor y que resulta necesario trabajar sobre dicha memoria para que ésta pueda resultar útil al actor. Esta memoria corporal trabajada mediante el procedimiento práctico planteado en las sesiones parece poseer un papel muy importante a la hora de construir personajes mediante las acciones físicas, ya que trabajando centros vitales, objetos y texto físico, el cuerpo es capaz de recordar y transformarse según lo trabajado, ofreciendo organicidad y fluidez.

Es interesante apuntar como relevante, en el diseño y realización de este estudio, que este método de potenciar la organicidad y fluidez mediante los ejercicios prácticos seleccionados en las sesiones ofrecen al actor el disfrutar del trabajo final, eliminando pensamientos, complejos y prejuicios, y ayudando al actor a descubrir su presencia escénica y a trabajarla desde su memoria corporal. Por lo que se considera interesante el potenciar e implementar este tipo de actividades dentro del trabajo actoral.

Bibliografía

-Artaud, A. "The Theater and Its Double", Volumen 127 de (Evergreen books) New York: Edt. Grove Press, (1958): 93-100.

DESARROLLO DE LA MEMORIA CORPORAL

- Chejov, M. “Sobre la técnica de actuación, traducción de Antonio Fernandez Lera”. Barcelona:Edt. Alba:(1999): 69.
- Diderot,D. “La paradoja del comediante”. Colecciones temas teatrales: Intercontinental, (1954): 23,61.
- Eines, J. “Hacer actuar; Stanislavski contra Strasberg”. Barcelona: Edt. Gedisa, (2005):52,156-157.
- Eines, J. “La Formación del Actor (Introducción a la técnica)”, Madrid: Edt. Fundamentos, (1988): 156-157.
- Fuchs, T. The memory of the body.Unpublished Manuscript,(2003).OnlineURL:<http://www.klinikum.uniheidelberg.de/fileadmin/zpm/psychatrie/ppp2004/manuskript/fuchs.pdf>. (27 de Marzo de 2014).
- Fuenmayor.V. “Técnicas del cuerpo y técnicas de la danza”. Tesis Doctoral de Víctor Fuenmayor, (2011):23.
- Grotowski. J. “Hacia un Teatro Pobre”. Artículo publicado originalmente en Odra nº9, Wroclaw, 1965.
- Grotowski, J. “Hacia un teatro pobre”.Madrid: Edt. Siglo XXI, (1981): 90-138, 186.
- Jouvett, L. “Réflexions du comédien”. Francia: Edt.LibrairieThéâtrale,(1952):33-45.
- Malcolm,J. “Leyendo a Chéjov”. Barcelona: Edt. Alba, 2004.
- Manzanero, A.L. “Aspectos básicos de la memoria”. En A.L. Manzanero, Psicología del Testimonio Madrid: Ed. Pirámide, (2008):27-45, 79.
- Meyerhold, V. “Meyerhold;textos teóricos”. Madrid: Edt. Juan Antonio Hormigón,publicaciones de la ADE, (1998): 135-144, 310-311.
- Miller, A. “Céstpour ton bien. Racines de la violencedanslèducationdel’enfant”. France: Edt. Aubier, 1984.
- Panhofer, H. “La sabiduría y la memoria del cuerpo”. Valencia: Edt. En C Giménez (Ed)La investigación en danza en España: Mahali Ediciones. (2012): 3.
- Ribot Th. “La psicología de los sentimientos”.Madrid: Edt. Biblioteca científico-filosófica. Daniel Jorro,(1896): 345.
- Ruiz, B. “El Arte del Actor en el siglo XX”. Bilbao: Artezblai SL, (2008): 95,110-118.
- Ruiz Olabuénaga, J. I. “Metodología de la investigación cualitativa”. Bilbao: Edt. Universidad de Deusto,1999.
- Serrano, R. “Nueva Tesis sobre Stanislavski”. Buenos Aires: Edt. Atuel, (2004):221.

- Sicilia, R. “El Actor y su técnica del cuerpo”, Revista Triplov, nº35: Web 12/06/2014.
http://novaserie.revista.triplov.com/numero_35/ruben_sicilia/index.html.web
- Stanislavski, K. “El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la encarnación”. Buenos Aires: Quetzal,(1977):192,340.
- Strasberg, L. “Un sueño de passion”, traducción Rosa Premat,Barcelona: Edt.Icaria, (1987):124-125.