

PARA
EL
ACTOR

Por:
John Gassner

Traducción
de:
Gabriela Roepke

Ejercicios para actores

Trabajo emocional: Es esta la parte más importante del trabajo del actor. Mientras que las otras dos / ayudan a lograr una mente clara y educada y un cuer / po apto, esta otra concierne el llamado "conocimien / to y práctica de vivir todos los estados del alma". Para lograr este trabajo debe emplearse ejercicio y concentración y el adiestramiento de los sentidos. Y ya que todo trabajo que ejercite la atención ha / cia un objeto necesita concentración, empezaremos /

con los "ejercicios de los sentidos".

Hay en ello variados ejemplos: sin tener los objetos, practique poniéndose los zapatos y los calcetines, peinándose, tomando una taza de té. Primero debe empezarse practicando con los objetos correspondientes, dándose uno bien cuenta de la impresión que se recibe, y luego practicar sin los objetos. No hay que preocuparse de si uno dá o no una impresión correcta del gesto frente a un público, sino concentrarse al máximo, a fin de recrear el objeto inexistente para uno mismo.

Hay ejercicios para los diversos sentidos: escuchar una bocina, el pito de un tren, un silbido, música clásica, jazz, etc. No hay que preocuparse de impresionar al público correctamente, sino del sonido que se oye. No hay que tratar de indicar en la expresión del rostro la cualidad del sonido que se oye, sino elegir un sonido y realmente "oírlo".

Mirar un cuadro en la pared y luego, sin él delante, tratar de recordar sus detalles.

Probar vinagre, limón u otra fruta ácida. Empezar con frutas cuyo gusto sea fácil de recordar. No preocuparse de su propia pantomima, sino del gusto. Es importante tener presente que no hay que demostrar sus reacciones, sino luchar por recapturar las sensaciones, lo contrario sería incorrecto y solo se lograría adquirir vicios de pantomima o movimientos exagerados en el afán de transmitir inmediatamente al público la sensación que se cree sentir. El propósito de estos ejercicios de los sentidos, es en cambio, despertar el impulso de "respuesta" del actor a fin de estimular la creatividad de este. Si nos preocupamos de la reacción y no del objeto el impulso es reprimido y se tiende a imitar más bien que a crear, a observar en vez de experimentar.

Otros ejercicios, para actores más experimentados

son aquellos que más indefinidos: frío, calor, lluvia, dolor. No se trata de actuar, por ejem: temblando cuando se pretende tener frío, doblándose cuando se siente dolor, quitándose parte de la ropa para simular el calor etc. Hay que elegir un dolor determinado en una determinada parte del cuerpo, por ejem: un dolor de muelas. Estos ejercicios llevan a la concentración el / recuerdo de un momento preciso en que se experimentaron las mismas sensaciones y a este recuerdo debe tender el actor. También debe el estudiante tratar de recordar las sensaciones de cada día. Con ello se logrará un acrecentamiento de la sensibilidad y el poder de memoria del futuro actor.

Después de trabajar con un objeto, se debe añadir otro más: es decir, tome té mientras lee un libro, oiga música mientras huele una flor, etc. En estos ejercicios se debe ya dominar una de las tareas, para que la concentración voluntaria pueda ejercerse poderosamente en la otra, ya que la mente solo puede pensar en una sola cosa a la vez, y lo demás se hace inconscientemente. O sea que es conveniente practicar intensamente con un solo objeto antes de añadir otro.

El tercer estado de trabajo, y ya mucho más dificil; es crear una pequeña escena en base a varios objetos, con lo que se crea una escena completa mientras se ejecuta una serie de ejercicios. Por ejem: trate de actuar la siguiente escena: Tome veneno. El esfuerzo de esto terminará en algunas vagas muecas o en algunas contorsiones musculares efectivas. Luego, ejercitese en esto: Tome aspirina, vinagre o limón, enseguida, haga un ejercicio de dolor. Ambos ejercicios hechos continuamente crearán el cuadro muy real, de haber bebido una sustancia venenosa.

Otros ejercicios sensoriales, que presenten problemas son esenciales para el actor. Por ejemplo: Ud. llega tarde a su casa y no quiere despertar

a nadie, porque se le había prohibido salir. Pero Ud. tiene dolor de cabeza. En la obscuridad, Ud. vá al armario de los remedios, saca una aspirina y se la toma. Después de un momento, siente dolor de estómago. Se dá cuenta que había un frasco igual al de las aspirinas, con veneno. El final, debe correr por cuenta del actor, empleando su imaginación como mejor pueda.

Otro ejercicio, es el de ejecutar una tarea bajo condiciones diferentes a las que se empezó: Por ejem: Ud. se está vistiendo para ir a una cita importante, con alguien que le interesa mucho. Recibe una llamada telefónica donde se le avisa que la persona está enferma y Ud. tendrá que concurrir solo a la cita. Ud. se continúa vistiendo, pero es obvio que algo ha cambiado y su actitud también deberá cambiar.

Para las personas que encuentran dificultad en ejercitarse de inmediato con objetos imaginarios. Para ellos, hay un ejercicio preliminar que pueden utilizar: Ponga un sombrero sobre la mesa. Mírelo y tómelolo como si fuera un gato, un ratón, un perro o cualquier otro animal,

aproveche los diversos elementos del sombrero: color, forma, medida para sugerir los atributos del objeto imaginado. O sea, tratándolo como a un perro, juegue con él, tómelolo en brazos, etc. Cuando haya varios actores que hagan dicho ejercicio, piense que los demás hacen un esfuerzo para fijarse y retener las características del animal. Es decir, que si tal parte del sombrero ha quedado establecida como la cabeza del perro, no deje que la persona siguiente en el ejercicio, la maneje como si fuera el cuerpo.

Ya que la actuación es un arte colectivo y la reacción de un individuo es provocada por su "partner", los ejercicios en grupo son una parte necesaria del trabajo fundamental. Este comienza con tareas muy simples que deben hacerse progresiva-

mente más complicadas y más dramáticas. Lo primero que debe hacerse, a fin de probar sus medios, es pedirle a dos miembros del grupo que se levanten y hagan una escena, sin indicaciones de ninguna especie. Ninguno de los dos sabrá, por supuesto, que hacer. Harán embarazosos esfuerzos / para comenzar, tratarán de crear algunos personajes o una situación. Pero, no llegarán a ningún fin. Pídenseles, entonces que hagan lo mismo, pero comenzando con "ellos mismo" como realmente / son. No sabrán hacerlo, pero se darán cuenta de que "son" y de que el momento es "real". Entonces, solamente, hablando de ese momento, dándose cuenta quienes son, uno y otro, podrán conversar de cualquier tópico, se convertirán en personajes vivos e incluso podrán llegar a hacer escenas convincentes. No hay que prolongar este ejercicio, ya que su propósito no es hacer una escena, sino probar que el actor debe partir de "su ser real" para ser activo y convincente, para comenzar a pensar, sentir y crear, y por lo tanto, a no tener dificultad con los más vagos ejercicios.

Los ejercicios de grupos deben hacerse del modo siguiente: primero concentrarse en objetos. Improvisar, por ejem: un picnic donde cada uno debe traer cosas de comer. Para llegar al lugar / del picnic hay que cruzar un arroyo. La concentración de este ejercicio estará enteramente en los objetos, que deberán tomarse, pasarse de un lado al otro del agua, ofrecer bebidas, distribuir la comida, tal vez encender fuego etc. Cuando se cruza el arroyo, deberá aprovecharse para fingir un camino de piedras por encima del agua que se cruzará con todo cuidado haciendo equilibrio.

El segundo paso en estos ejercicios, es tomar situciones, en vez de objetos. Situaciones simples, para comenzar, que no demanden intensidad dramática. Por ejem: un grupo de estudiantes que han sido retenidos fuera de hora en clase. Para hacer algo más que conversar cada uno deberá ele

gir un sentimiento o una posición: uno tiene dolor de muelas, otro una cita importante, otro, mucho sueño etc.

El tercer paso, llegará a los estudiantes a comenzar la caracterización, en un nivel muy simple: los actores son un grupo de refugiados, que esperan la visación del pasaporte. O un grupo de campesinos celebrando un acontecimiento. O soldados, trabajadores, indios etc. La situación debe conservar su simplicidad, lo importante es elegir "una característica que defina la persona". El resto es simplemente sumarse a los demás, preocupándose de quienes son, que es lo que hacen y que importancia tienen para el actor.

Continuará.

-----XXXX-----

XX

X