

Cuerpo del actor – cuerpo del títere

Marta Lantermo

Universidad Nacional de San Martín – UNSAM
(Buenos Aires – Argentina)



Fotos: *Salvajada* (2016). Companhia de Titiriteros de la UNSAN. Direção de Tito Lorefice e Hernesto Mussano. Foto de Juli Jons.





Fotos: *Salvajada* (2016). Companhia de Titiriteros de la UNSAN. Direção de Tito Lorefice e Hernesto Mussano. Foto de Juli Jons.



Resumen: A la pregunta de qué cuerpo hablamos cuando hablamos del cuerpo, encuentro posible respuesta y un modo de reflexionar sobre el cuerpo y el movimiento apoyándome en trabajos de investigación de autores como la filósofa y crítica de danza Helena Katz y el profesor y creador de la Técnica Alexander, Frederick Matthias Alexander. Pensar el cuerpo como red de información, en permanente cambio, intercambiando con el ambiente; como unidad indivisible físico-mental, global, consciente, creativo y multidimensional, es el soporte y la propuesta para la práctica de movimiento en la formación de los actores/titiriteros.

Palabras-claves: Conciencia. Conectividad. Integración.

Abstract: I find a possible answer to the question of what body we are talking about when we talk about the body, and also a way to reflect on the body and the movement, relying on research work by authors such as philosopher and dance critic Helena Katz and the teacher and creator of the Alexander Technique, Frederick Matthias Alexander. The support and the proposal for the practice of movement in the training of actors/puppeteers is to think of the body as a network of information, in permanent change, exchanging with the environment, as indivisible mental-physical, global, conscious, creative and multidimensional unit.

Keywords: Consciousness. Connectivity. Integration.

Introducción

Mi territorio de investigación es el cuerpo en movimiento, desarrollando mi práctica como bailarina, investigadora y docente, tanto en diálogo con niños como con adultos.

La invitación a escribir un artículo sobre el cuerpo del actor – cuerpo del títere me estimula a compartir la propuesta que planteo como docente en la formación de los alumnos dentro de la Licenciatura de Artes Escénicas, en la focalización Teatro de Títeres y Objetos, perteneciente a la Universidad Nacional de San Martín, Buenos Aires, Argentina.

La pregunta que intentaré responder es: ¿de qué cuerpo hablamos cuando hablamos del cuerpo?

Elijo algunas teorías y autores como Helena Katz y Frederick Matthias Alexander (1869–1955) para analizar y reflexionar sobre el cuerpo y el movimiento.

Desarrollo

Desde la práctica, observo el movimiento corporal de los niños pequeños, a quienes considero grandes improvisadores. En esa observación, veo un movimiento genuino, un interés de todo su cuerpo en lo que está haciendo, su vínculo en el juego con otros, la capacidad de crear y adaptar su movimiento, un uso de su temporalidad rica en ritmos y pausas, un uso del espacio en múltiples direcciones. En síntesis, un cuerpo presente y global.

Comienzo hablando de los niños porque creo que sería beneficioso recuperar algo de esos mecanismos de la infancia, recordar algo del funcionamiento que está bien organizado cuando recién nacemos.

En relación a la formación y entrenamiento de los actores titiriteros, que es el tema que nos convoca, parto del concepto de cuerpo como un sistema de relaciones que habilita infinitas posibilidades de movimiento. La propuesta del trabajo se sustenta en la creencia que para la formación de profesionales en Artes Escénicas, es fundamental e imprescindible la experiencia del trabajo perceptivo y conciente del cuerpo, constituyéndose éstos en elementos necesarios para la creación del hecho artístico.

En la práctica con los alumnos, propongo partir de un cuerpo disponible para reconocer de manera conciente y conectada

las posibilidades de movimiento del cuerpo del actor titiritero. Pautas de improvisación en danza que estimulan la percepción, la imaginación corporal y el movimiento singular, la exploración del cuerpo desde la anatomía y en el espacio son ejes fundamentales del trabajo con el cuerpo.

El conocimiento de las condiciones de uso del propio cuerpo es indispensable para el actor titiritero, ya que le permitirá tomar decisiones en cada momento de su construcción corporal, con la totalidad de su organización y sus posibles proyecciones al objeto inanimado.

El movimiento y la expresión que ocurren en el títere u objeto son una proyección de las direcciones, la armonía, la conexión entre centro y extremidades, el uso del peso del cuerpo, la relación de cuerpo en el intercambio con la tierra. Todos esos elementos se conjugan para ser proyectados en el títere u objeto a manipular. El objeto vivirá a través de la proyección del cuerpo del actor titiritero, y todo lo que ocurra en el cuerpo se verá reflejado en el cuerpo del títere/objeto.

Por eso, es importante conocer de manera conciente:

CÓMO ES: cuál es la materialidad de la estructura corporal,



**Alunos da disciplina de Técnica Vocal e Corporal III, ministrada por Marta Lantermo.
Foto de Tito Lorefice.**

conocerla, saber de su anatomía, de sus diferentes tejidos, texturas y sistemas;

CÓMO FUNCIONA: reconocer su diseño y sus funciones específicas. La conectividad de las articulaciones, la activación del sistema miofascial y del sistema muscular profundo, espirales de la columna y de brazos y piernas;

CÓMO SE MUEVE: rango de movimiento de esas partes que sólo pueden moverse orquestadas por la totalidad de la organización corporal.



Alunos da disciplina de Técnica Vocal e Corporal III, ministrada por Marta Lantermo.
Foto de Tito Lorefice.

¿De qué CUERPO hablamos cuando hablamos del CUERPO?

Para tratar de reflexionar y contestar en parte esta pregunta, expondré algunos textos sobre Teoría *Corpomídia*, de Helena Katz, y el uso de sí mismo, de Frederick Matthias Alexander.

1 - Teoría *Corpomídia*

La Teoría *Corpomídia*, de Helena Katz, plantea que el cuerpo está en el entrecruzamiento de naturaleza y cultura; no existe el cuerpo separado del ambiente. El cuerpo existe en la posición de co-dependencia con el ambiente.

El concepto de subjetividad es sustituido por el de “colección de información”. Al trabajar con el concepto de colección de información, el propósito es que no se asocie cuerpo a sujeto, sino el cuerpo a sí mismo. El cuerpo se vuelve una construcción transitoria.

El cuerpo está en el flujo del cambio, aun después de muerto y hasta que desaparece. Por eso, el verbo “ser” no es muy adecuado para hablar del cuerpo. Cuerpo nunca “es”. Cuerpo “está siendo”. La información en el cuerpo no sale, cambia. Todo cambia en tiempo real. Todo sucede como transmisión en red, no linealmente. Cuando se mira el cuerpo, se mira un momento de ese cuerpo. Se mira un estado de colección de informaciones.

El cuerpo está en un cambio permanente y a su vez en intercambio con el ambiente.

El medio al cual el *Corpomídia* se refiere no es el medio sinónimo del medio de comunicación. El cuerpo siempre es medio de sí mismo, o sea, el cuerpo es siempre un estado provisional de una colección de informaciones que se modifica en tiempo real en la relación de co-dependencia con el medio ambiente.¹

1. A - Abstracto/Concreto

Conceptos de George Lakoff y Mark Johnson (lingüistas norteamericanos) autores del libro *Philosophy in the Flesh*.²

Lakoff y Johnson proponen una destitución de lo abstracto como distinto de lo concreto. Para ellos, no hay nada que no haya pasado por lo sensorio-motor. Los conceptos abstractos también

¹ Transcripción editada y traducida del *Seminario Consecuencias de la Teoría Política Corpomídia*. Páginas 87–88.

² Los autores se enmarcan en los estudios de las Ciencias Cognitivas y Lingüísticas. Para mayor información, www.georgelakoff.com

pasan por él. Es entonces cuando se comprende que el cuerpo no tiene dos sistemas separados para trabajar, uno con informaciones abstractas y uno con informaciones concretas; el cuerpo tiene solamente un único sistema, que es el sensorio-motor para trabajar con todas las expresiones y percepciones.

Pero el amor, la alegría, el miedo no son abstractos, porque todos hacen algo en nuestro cuerpo, producen reacciones químicas que nos cambian. Todo es sensorio motor, porque nuestras experiencias están asociadas con experiencias sensorio-motoras.

De este modo, desde la propuesta de Lakoff y Johnson, no es posible apartar el sentimiento del movimiento, porque el movimiento acontece a partir de una materialidad, y lo abstracto y lo concreto están completamente unidos. No existe movimiento que se diga a sí mismo. El movimiento se autopresenta en el cuerpo con todas las experiencias que antecedieron al instante de realizarlo. Y esas experiencias se relacionan con cada ambiente. Cada ambiente tienen sus patrones que están en el cuerpo.

Cuando se habla de movimiento o danza, no hay nada en el cuerpo que no pase por lo sensorio-motor. Abstracto, concreto, emociones, sentimientos, sensaciones, sueños, deseos. Todo lo que pasa por lo sensorio-motor es concreto y material.



Alunos da disciplina de Técnica Vocal e Corporal III, ministrada por Marta Lantermo.
Foto de Tito Lorefice.

1. B - Extensión/distensión

Nuestra propuesta en la Teoría *Corpomídia* va en contra del uso de la concepción de los sentidos como extensión del organismo. Filosóficamente hablando, este concepto tiene la idea de arreglo: algo que no es cuerpo, pero que se arregla con el cuerpo. Con el concepto de flujo inestancable, de ambiente donde el intercambio está proponiendo cambios, no es posible hablar de extensión, sino de distensión.

El entendimiento de extensión implica llegar con un “cable” a algún lugar.

En la Teoría *Corpomídia* el cuerpo está siempre distendiéndose, alargándose y ocupando más y más espacio. Todo está cambiando todo el tiempo por cuenta de los intercambios. ¿Cuál es el límite posible de algo que está todo el tiempo intercambiando? Así, no era preciso utilizar el término de extensión. Lo cambiaron por el término distensión para que sea más claro. Un cuerpo sin límites está en un flujo permanente de cambios. Las informaciones no cesan. ¿Hacia dónde? No se sabe, pero nunca hay una suspensión de intercambios.

La extensión trabaja espacialmente; la distensión, temporalmente. El concepto de distensión propone una localización del cuerpo en un flujo. Todo el tiempo, estamos distendiéndonos en una estrategia adaptativa y negociando con el ambiente.

En nuestro cuerpo, están todas las informaciones que se producen afuera. Las informaciones externas no están solamente afuera, sino que también están adentro.

En la Teoría *Corpomídia*, no trabajamos con el término “influencia”, sostenemos que todo está en red. Nada se inicia en un punto cero, porque ya se encuentra en devenir. En lugar del concepto de influencia, proponemos el concepto de contaminación. La contaminación no implica algo vectorial. El proceso de intercambio entre cuerpo y ambiente es un proceso de posibilidad de contaminación, y no de influencias.³

³ Transcripción editada y traducida del *Seminario Consecuencias de la Teoría Política Corpomídia*. Páginas 93–94.

2 - Cuerpo global

Además de la Teoría *Corpomídia*, la Técnica Alexander resulta muy atractiva para mí, no sólo en la práctica, sino también en los conceptos que el profesor e investigador desarrolló, y que complementa muchos de los conceptos recientemente expuestos.

Frederick Matthias Alexander era actor declamador de Shakespeare, y comenzó a tener molestias en la garganta y ronquera cuando declamaba. Como la medicina no podía resolver el problema, decide observarse, y así comienza su enriquecedora y brillante investigación que desarrolló por más de 35 años. Como escribió Wilfred Barlow: “El carácter esencialmente filosófico de su trabajo no fue reconocido con facilidad al principio. El trabajo de Alexander se ocupaba y se ocupa del gobierno íntimo de nuestra percepción de nosotros mismos, momento a momento” (BARLOW, 1985, p. 12).

Transcribo fragmentos escritos por Alexander que dan una visión clara de su pensamiento:

[...] Debo admitir que, al iniciar mi investigación, yo, en común con la mayoría de la gente, concebía el “cuerpo” y la “mente” como partes separadas de un mismo organismo, y en consecuencia, creía que los males, dificultades y deficiencias humanas se podrían catalogar como físicos o mentales y que se podían tratar de una forma específicamente física o específicamente mental. Sin embargo, mi experiencia práctica me llevó a abandonar este punto de vista y los lectores de mis libros se habrán dado cuenta de que la técnica que en ellos describo se basa en una concepción opuesta, es decir, que es imposible separar los procesos mentales y físicos en ninguna forma de actividad humana [...] (ALEXANDER, 1995, p. 36).

[...] pero es posible demostrarle al alumno, a lo largo de algunas lecciones, como funcionan juntos lo mental y lo físico en el USO * DE SÍ MISMO en toda actividad.

[...]

Querría dejar bien claro que, cuando utilizo la palabra “uso”, no es en el sentido limitado del uso de una parte específica, como, por ejemplo, cuando hablamos del uso de un brazo o de una pierna, sino en un sentido más amplio y global que se refiere al funcionamiento del

organismo en general. Porque reconozco que el uso de cualquier parte concreta, como un brazo o una pierna, supone de necesidad poner en acción los diferentes mecanismos psicofísicos del organismo, siendo esta actividad orquestada lo que posibilita el uso de la parte concreta [...] (ALEXANDER, 1995, p. 37).

Sus observaciones le permiten descubrir el Control Primario del funcionamiento de todos los mecanismos del organismo humano; una determinada relación de la cabeza y el cuello, como se puede observar:

[...] La observación en el espejo me mostró que, cuando estaba de pie para declamar, usaba estas otras partes de maneras incorrectas, que sincronizaban con mi manera incorrecta de usar la cabeza, el cuello, la laringe, los órganos vocales y respiratorios y que me provocaban una tensión muscular indebida en el organismo. Observé que esta tensión muscular afectaba particularmente mi uso de las piernas, pies y dedos, alterando mi equilibrio [...] (ALEXANDER, 1995, p. 49).



**Alunos da disciplina de Técnica Vocal e Corporal III, ministrada por Marta Lantermo.
Foto de Tito Lorefice.**

3 - Conclusión

Teniendo presente los conceptos desarrollados por los autores citados, me permito enunciar algunos criterios como soporte conceptual del estudio del cuerpo que colabore en la formación del actor y abra preguntas para la investigación en el cuerpo del actor y su vínculo con el objeto inanimado.

Propongo, entonces, este mapa conceptual acerca del cuerpo, intentando dar respuesta a la pregunta planteada para este artículo: ¿de qué cuerpo hablamos cuando hablamos del cuerpo?

Cuerpo,
como red de información,
en permanente cambio,
intercambiando con el ambiente
Cuerpo como unidad indivisible físico-mental,
global,
singular,
consciente,
creativo
Cuerpo multidimensional

Concebir el cuerpo en estos términos nos permite pensar en la posibilidad de desechar la idea de cuerpo como recipiente, de cuerpo como extensión, el cual se modela o en el que se vuelca información, y entender que el cuerpo es la información, y habilitar, entonces, un cuerpo que emane sus propias ideas de movimiento relacionándose con los otros.

También propongo que parte de nuestro trabajo como adultos consiste en recuperar esa impronta genuina, de ese cuerpo presente, global y conectado de nuestra propia infancia.

Un cuerpo disponible y creativo para la escena, para la conexión con los objetos y los títeres. Un cuerpo alerta, percibiéndose y percibiendo a los otros en esa permanente comunicación interna y externa.

BIBLIOGRAFÍA

- ALEXANDER, Frederick Matthias. *El uso de sí mismo*. Barcelona: Ediciones Urano, 1995.
- BARLOW, Wilfred. Introducción a la edición de 1985. In: ALEXANDER, F. Matthias. *El uso de sí mismo*. Barcelona: Ediciones Urano, 1995.
- JOHNSON, Mark y LAKOFF, George. *Philosophy in the Flesh. The embodied mind and its challenge to western thought*. New York: Basic Books, 1999.
- KATZ, Helena. *Terceras Jornadas de Investigación en Danza. Transcripción editada y reducida del Seminario Consecuencias de la Teoría Política* Corpomídia. Buenos Aires: UNA, 2009.