

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ESCOLA POLITECNICA SUPERIOR DE GANDIA

Grado en Comunicación Audiovisual



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



ESCOLA POLITÈCNICA
SUPERIOR DE GANDIA

“Dirección de actores a través de la Técnica Meisner”

TRABAJO FINAL DE GRADO

Autor/a:
**Claudia Albina Estrada
Tarascó**

Tutor/a:
Beatriz Herráiz Zornoza

GANDIA, 2019

NOTA DE AGRADECIMIENTOS

A Laura Moise por descubrirme la Técnica Meisner. Y, sobre todo, a la actriz Marta García y al actor Raúl Gómez por implicarse en este bonito proceso y confiar en mi como directora.

Resumen

Este trabajo se presenta como una investigación experimental en el ámbito de la dirección de actores. Está basado en la Técnica Meisner y se aborda desde la práctica, aunque sustentado desde la teoría. Con un guion, de creación propia, se ha dirigido a dos actores que carecían de conocimientos previos. Durante el proceso de ensayos, registrado tanto por vídeo como por escrito, se ha realizado un profundo análisis sobre cómo de efectiva ha sido la técnica en los actores y cómo han ido evolucionado.

Palabras clave

Dirección, actores, técnica, Meisner, ensayos

Abstract

This work is presented as an experimental investigation in the field of the direction of actors. It is based on the Meisner Technique and is approached practically, although backed up by theory. A self-written script was used to direct two actors who lacked prior knowledge of the technique. During rehearsals, recorded both by video and in writing, a thorough analysis was made into how effective the technique had been in the actors and how they have developed.

Keywords

Direction, actors, technique, Meisner, rehearsals

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	5
1.1. Presentación	5
1.2. Objetivos	6
1.3. Metodología	7
2. ORIGEN TÉCNICA MEISNER.....	8
2.1. Sanford Meisner	8
2.1.1. Group Theatre	8
2.1.2. The Neighborhood Playhouse School of the Theatre	11
2.2. Técnica Meisner	12
2.2.2. Instinto.....	13
2.2.3. Actividad.....	15
2.2.4. Llamada a la puerta	16
2.2.5. Texto	17
2.2.6. Preparación.....	19
2.2.7. Personaje	20
2.3. Diferencias con otras técnicas	23
2.4. Alumnos Meisner y seguidores de la técnica	26
3. CASO PRÁCTICO: DIRECCIÓN DE ACTORES	28
3.1. Guion.....	28
3.2. Ensayos	30
3.3. Aportación.....	38
3.4. Análisis y reflexión.	40
4. CONCLUSIONES.....	42
5. BIBLIOGRAFÍA.....	43

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Presentación

Platón argumentaba que no había diferencia entre actuar y mentir, por ello, condenó rotundamente el teatro. (Donnellan, 2004). Sin embargo, yo me planteo ¿Cómo va a ser mentira actuar cuando estás plenamente comunicando en el aquí y ahora? ¿Por qué estás mintiendo cuando tus sentimientos se desbordan dentro de ti? Para Sanford Meisner, actuar no es mentir, es vivir verazmente bajo circunstancias imaginarias. Y, como comenta William Esper¹ (2018): “Una actuación de verdad no salta a la vista porque no es posible diferenciarla de la vida real”. (p.29).

En 2017 inicié mis estudios en la escuela True Acting Studio de Valencia donde Laura Moise, alumna de Larry Silverberg², enseña la Técnica Meisner. Era justo lo que yo quería, una técnica que utiliza la imaginación para buscar la verdad del momento, sin recurrir a los traumas del pasado. Anteriormente participaba en obras donde se fingía y notaba que no era el tipo de actuación que quería hacer. Sin embargo, en las clases de la técnica vi vida, emoción y actores que reaccionaban de manera instintiva a través de impulsos. Desde entonces no he podido dejarla, y por eso mismo, decidí dedicar mi Trabajo Final de Grado a ella, pensé que sería interesante transmitir lo que mi profesora me enseñó durante dos años y ver cómo reaccionan a la técnica actores que no han tenido contacto previo. Además, quería ver hasta qué punto podría llegar dirigiendo y ponerme a prueba como directora. Es una técnica que puede asustar al principio porque vives de verdad circunstancias que no te gustaría vivir nunca, yo misma he llegado a vivir los peores momentos de mi vida creyéndome situaciones extremas. Sin embargo, es una técnica sana, donde no recurre a tus vivencias pasadas y las situaciones imaginarias que te creas solo duran para un momento dado.

Por lo tanto, el presente trabajo consiste en la dirección de dos actores *amateurs* con la Técnica Meisner. Primeramente, se han transmitido los conocimientos de la técnica a través de ejercicios representativos y posteriormente, con un guion de creación propia, se ha dirigido a los actores con la ideología y los objetivos que busca la técnica.

¹ Actor, director y profesor estadounidense que se formó con Sanford Meisner.

² Alumno de Sanford Meisner y director de la escuela True Acting Institute en Los Ángeles, donde enseña la técnica Meisner.

Cabe destacar que en ningún momento se pretende poner esta técnica como la única válida, simplemente transmitirla desde las palabras del creador Sanford Meisner. No se ha buscado un resultado concreto, sino experimentar con los actores para ver cómo les va afectando y la evolución que presentan ensayo a ensayo. A cada actor le funcionan estímulos diferentes, todas las técnicas son válidas, sin embargo, el actor no tiene que ser esclavo a ninguna de ellas.

1.2. Objetivos

Para la buena realización del trabajo se han seguido unos objetivos principales que han estado presentes durante todo el proceso. Además, a partir de los objetivos principales, han surgido diferentes objetivos específicos necesarios.

Principales

- Dirigir a dos actores con la Técnica Meisner que no presenten conocimientos previos.
- Analizar cómo afecta la técnica a los actores durante los diferentes ensayos y si es efectiva.
- Descubrir cómo evolucionan los actores durante todo el proceso.
- Comprobar cómo mejorar la aplicación de la técnica en los actores.

Específicos

- Poner a prueba mis conocimientos con la Técnica Meisner y la dirección de actores.
- Registrar el proceso, tanto en vídeo como por escrito, para un análisis posterior.
- Sustentar el trabajo con la teoría, bibliografía necesaria sobre la técnica y diferentes métodos de interpretación.

1.3. Metodología

La metodología empleada para el presente trabajo se asienta en los diferentes ensayos que se han realizado con dos actores durante tres meses. Todo el proceso está registrado tanto por escrito como por vídeo³ para posteriormente su análisis. El proceso lo podemos dividir en tres etapas:

En la **primera etapa** se crean las bases para la futura dirección de actores. Comienzan los procedimientos de documentación, que están sustentados por la bibliografía necesaria, y se elabora un guion⁴ con el que empezar el proceso. Esta es la base principal para la selección de dos actores que cumplan las necesidades físicas y actorales presentadas en el guion. Es necesario que los actores no tengan conocimientos previos de la técnica, ni una gran trayectoria en el mundo actoral para iniciar el aprendizaje desde el principio.

En la **segunda etapa** se diseña una fase donde los actores realizan diferentes ensayos, descubriendo los elementos de la Técnica Meisner y su aplicación. Estos ensayos se sustentan con el único libro escrito por Sanford Meisner sobre la técnica, llamado *Sobre la actuación* (2002), donde se expone todo el procedimiento y conocimientos necesarios para el aprendizaje de la técnica. Se registran todos los ensayos, por vídeo y por escrito, donde se muestran todos los ejercicios realizados a los actores y la reacción, problemas y soluciones que surgen durante el proceso. Los ensayos suponen un descubrimiento y una experimentación en el ámbito de la dirección de actores a nivel personal y actoral.

En la **tercera etapa** se realiza un amplio análisis de todo el proceso realizado para observar cómo ha sido la evolución de los actores con la técnica. Es un proceso minucioso, crítico, donde extraer todas las conclusiones necesarias y considerar los problemas que se han presentado y sus posibles soluciones, así como establecer cuáles son las limitaciones a la hora de dirigir a los actores.

³ Para conocer todo el proceso de dirección, dentro de la carpeta “Ficheros anexos” se encuentra el “Diario.pdf” donde observar todo el proceso seguido. Además, los vídeos de los ensayos se encuentran en el siguiente enlace: <https://youtu.be/SUW7OQB8pnQ>

⁴ Véase el guion que se encuentra dentro de “Ficheros anexos” con el nombre “Guion.pdf” y así conocer en detalle esta segunda etapa.

2. ORIGEN TÉCNICA MEISNER

2.1. Sanford Meisner

Sanford Meisner nació el 31 de agosto de 1905 en el sector Greenpoint, del neoyorquino barrio de Brooklyn: fue el primer hijo de Herman y Bertha Meisner. Los Meisner, judíos emigrados de Hungría, huyeron del antisemitismo mudándose al Broux. Durante un viaje a los Castkills para mejorar la salud de Sanford, el hijo pequeño tomó leche no pasteurizada que, como consecuencia, contrajo tuberculosis bovina provocándole la muerte. (Meisner y Longwell 2002). Desde esa situación, Meisner ha comentado en diferentes entrevistas:

La muerte de mi hermano, cuando yo tenía cinco años y él contaba tres, fue la influencia emocional dominante de mi vida, de la que no he escapado después de todos estos años [...] Mis padres que eran buenas personas, pero no demasiado inteligentes, me dijeron que si no hubiera sido por mí ellos no habrían ido al campo, donde mi hermano menor contrajo la enfermedad de la que finalmente murió. El sentimiento de culpa que esto me causaba era horrendo. En mi infancia raramente tuve amigos. Viví, y me temo que aún lo hago, en un mundo de fantasía. (Meisner y Longwell, 2002:26)

Esta influencia emocional, que le creó un sentimiento de culpa durante toda su vida, también le influyó a la hora de estudiar interpretación. Después de abandonar sus estudios de piano, consiguió trabajo de extra en la obra de Sidney Howard, del Theatre Guild, allí se dio cuenta de que la actuación que le transmitía emociones era la que estaba buscando. Sin embargo, fue una vez dentro del Group Theatre cuando empezó a adquirir verdaderos conocimientos de interpretación y donde, finalmente, empezaría a desarrollar su propia técnica.

2.1.1. Group Theatre

En 1931 Lee Stransberg, Harold Clurman y Cheryl Crawford fundaron el Group Theatre con la finalidad de formar una compañía de actores para producir obras, y al mismo tiempo, desarrollar un acercamiento sistemático en la práctica interpretativa

basada en el trabajo de Konstantín Stanislavski⁵. El origen de la calidad interpretativa del Group Theatre procedía del afamado Teatro del Arte de Moscú y del Laboratorio Teatral Americano donde Richard Boleslavski y Maria Ouspenskaya, que se formaron con Stanislavski, dieron clases tanto a Stella Adler, Harold Churman y Lee Stransberg. (Meisner y Longwell, 2002). Así mismo, Stransberg comenta:

En el Teatro de Arte de Moscú vimos por primera vez la posibilidad de esa grandeza compartida por talentos que no eran necesariamente del mismo nivel, pero eran capaces de la misma intensidad, realismo, fe y verdad. Estas experiencias fueron un favor de primer orden en el estímulo hacia mayores avances en el teatro americano, y fueron directamente responsables no solo de mi propio desarrollo, sino de la creación del Group Theatre. (Stransberg, 1990:55).

Stanislavski protagonizó una auténtica revolución en el mundo de la interpretación, dando lugar a un cambio radical en el teatro del Siglo XIX. Aunque no abandonó el naturalismo⁶, asentó las bases y permitió una actuación íntima donde se retrataba, de una forma fiel, fluida y orgánica, la vida cotidiana. Como comenta Stransberg, los principios de Stanislavski fueron una base para la creación del Group Theatre, donde se llevaba a la práctica el sistema en busca de nuevos resultados.

No fue tanto un período de hallazgos como un período de utilización de hallazgos previos dentro del proceso de producciones profesionales reales. La preocupación durante ese período se daba sobre la aplicación práctica más que sobre la teoría. Era una forma de probar lo que habíamos aprendido del sistema Stanislavsky presentado por nuestros propios maestros. También era un intento de comprobar nuestro conocimiento y nuestra capacidad de usar sus principios para lograr nuestros propios resultados, sin imitar lo que Stanislavsky y sus seguidores habían logrado. (Stransberg, 1990:104).

Lee Stransberg, que dirigió las primeras obras y formó actores, iba en busca de la emoción verdadera y utilizaba la memoria emocional o afectiva de Stanislavski, un intento consciente por parte del actor de recordar las circunstancias que rodean un hecho de su pasado real, con el fin de estimular una emoción que podría emplear en escena. Éste ejerció gran influencia en Meisner que comentó: “Me presentó a actores de calidad

⁵ Nació en Moscú en 1863 y se le considera el teórico más influyente de la interpretación dramática moderna. En 1898, funda junto con Nemirovich-Dachenko el Teatro del Arte de Moscú (TAM), en él se dedicará a actuar y a dirigir. Murió en Moscú en 1938. (Kennedy, 2010:572).

y a artistas de diferentes tipos, y esto me ayudó enormemente a afianzar mis necesidades emocionales. Aprendí de él. Reforcé mis gustos e inclinaciones naturales con su ayuda.” (Meisner y Longwell, 2002:28). Sin embargo, la memoria emocional causaba problemas a actores del Group Theatre como Stella Adler, que hizo que se replanteara su utilización.

Así mismo, en 1934, Adler volvió a estudiar con Stanivslaski en Paris. El Maestro había desarrollado herramientas fundamentales como la imaginación, que estimulaba las respuestas emocionales provocando una verdad más profunda en el escenario que el uso de la memoria. El actor podía vivir las circunstancias dadas por primera vez sin tener que recordar o revivir incidentes del pasado, únicamente viviendo la verdad de la circunstancia imaginaria. (Meisner y Longwell, 2002).

A su regreso, Stella Adler impartió al Group Theatre las nuevas enseñanzas de Stanislavski y rechazó la metodología de Stransberg, tachándolo de farsante y de no estar transmitiendo lo que realmente Stanislavski quería decir. A raíz de esto, Stransberg rechazó los recientes descubrimientos de Stanislavski, dimitió, y pasó a enseñar “El Método”. Al abandonar Stransberg la dirección del grupo, Stanivslaski le aconsejó a Stella Adler que ocupara el puesto Michael Chejov⁷. En respuesta a la petición del grupo, Chejov dio una conferencia-demostración de su técnica. Sin embargo, a muchos miembros les pareció demasiado extremista su teoría, aunque posteriormente tuviera gran influencia. (Chejov, 1999)

Chejov, que fue alumno de Stanislavski, se horrorizaba del trabajo del Maestro y lo consideraba demasiado naturalista y dañino para los actores. En una clase de interpretación, Stanislavski, le pidió que representara una situación dramática verídica como ejercicio de memoria afectiva. Chejov representó su nostálgica presencia en el funeral de su padre. El ejercicio fue un éxito y Stanislavski lo abrazó, convencido de que aquello era otra prueba del poder de la memoria emocional para el actor. Más tarde, Stanislavski descubrió que el padre de Chejov seguía vivo. La actuación no se basaba en recuperar la experiencia, sino en el uso de la imaginación para anticipar el acontecimiento.

⁶ Tipo de puesta en escena e interpretación de fines del siglo XIX, principios del XX que busca reproducir con cierta precisión científica la naturaleza humana a través de técnicas actorales.

⁷ Actor y director. Sobrino del famoso escritor Antón Chéjov.

Por eso mismo, Chejov le recomendó sustituir la memoria afectiva por la imaginación pura, le comentó: “De las tres fases activas de la mente (soñar, pensar o recordar, e imaginar) únicamente la imaginación es realmente eficaz en la creación artística” (Chejov, 1999:32). Aunque al principio Stanislavski rechazó esta recomendación, acabaría descubriendo el poder de la imaginación en los actores y aplicándolo en sus enseñanzas.

Meisner aprendió de Chejov que la verdad, como en el naturalismo, está lejos de la verdad total. Presenció una forma teatralmente excitante sin pérdida de la satisfacción interior y consideró que lo que estás buscando no está necesariamente en la realidad de nuestra vida, puede estar en la imaginación, que puede ser más profunda y convincente que intentar revivir un recuerdo lejano. (Meisner y Lordwell, 2002). Además, adaptó las enseñanzas de Stanislavski con la imaginación en su núcleo y tomó lo que necesitaba para impartir su técnica de interpretación de compañeros suyos como Clurman, Adler y la objetividad de los teóricos rusos Sudakov y Rapopot, que subrayaban “la realidad de hacer”. (Frome, 2001:172). Sin olvidar a Sigmund Freud⁸, uno de sus principales referentes en cuestiones de psicoanálisis.

2.1.2. The Neighborhood Playhouse School of the Theatre

En 1935, Sandord Meisner entra a formar parte del equipo docente de The Neighborhood Playhouse School of the Theatre. Fue director del Departamento de Interpretación hasta su jubilación en 1990, y Director Emérito hasta su muerte en 1997. Meisner decía que necesitaba enseñar, que se sentía libre y vivo cuando enseñaba. Era un profesor que consideraba que toda buena actuación proviene del corazón, no hay nada mental en ella. (Meisner y Longwell 2002).

En sus clases descubrió que creaba un tipo de vida que no tenía nada que ver con la introversión que producía la preparación de Stranberg, sino que buscaba retrotraer al actor a sus impulsos emocionales y a la actuación que está firmemente enraizada en el instinto. Consideraba que cada alumno era único y desarrollaba la singularidad de cada uno, la autenticidad y transitaba circunstancias imaginarias para que el actor se permitiera seguir sus impulsos sin autocontrolarse. Así es como Sanford Meisner desarrolló su propia técnica, la Técnica Meisner.

2.2. Técnica Meisner

Esta técnica de interpretación se centra en “actuar es hacer”, un trabajo específico para desarrollar una mayor profundidad emocional para que los actores se vinculen a un comportamiento orgánico, una actuación basada en el instinto y la escucha, la escucha del momento. Sanford Meisner, tras observar los problemas de sus alumnos, diseñó una serie de ejercicios para reconectar con los impulsos, reconocer los patrones de comportamiento, entrenar el imaginario y desarrollar la concentración para poder vivir de verdad bajo circunstancias imaginarias. Una técnica efectiva tanto para el trabajo del actor en el escenario como para el trabajo delante de la cámara.

La técnica se centra en diferentes ejercicios específicos que diseña Meisner para buscar la realidad de la conducta, la verdad del momento y la experiencia humana. Como dice Esper: “la técnica se basa en crear los cimientos de una casa: una base firme para construir nuestro arte”. (2018:8). El proceso de enseñanza de la técnica es una constante lucha para desterrar del trabajo la cabeza y que se manifiesten los impulsos. A continuación, se expondrán diferentes ejercicios y elementos clave de la técnica como las repeticiones, el instinto, la llamada a la puerta, el texto, la preparación y el personaje.

2.2.1. Repeticiones

Meisner, siendo profesor en The Neighborhood Playhouse School of the Theatre, buscaba eliminar el trabajo de cabeza de sus alumnos, quitar la manipulación mental y llegar a donde se originan los impulsos. En una entrevista⁹ Steven Ditmeyer, alumno de Meisner, comenta que Meisner partiendo de “actuar es hacer” se preguntó qué era lo primero que se hace de verdad y se dio cuenta que escuchar lo hacemos de verdad. Entonces, si uno puede escuchar, también puede repetir lo que alguien dice. Es así como surgen las repeticiones¹⁰ y cómo llegó a la conclusión de que, si repites lo que oyes decir, la cabeza no trabaja y el actor deja de autocontrolarse y surge la autenticidad.

A la hora de diseñar el ejercicio, Meisner se centró en dos de los problemas de los actores. El primero fue la autoconsciencia y el segundo el problema de fingir. Como

⁸ Médico neurólogo, padre del psicoanálisis y una de las mayores figuras intelectuales del siglo XX.

⁹ Para más información, véase la entrevista en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=3r0SZWfudCk>

comenta Ditmayer en la entrevista, muchos actores piensan que actuar es sobre las emociones y los sentimientos, pero las emociones vienen de hacer algo de verdad. Así mismo, Meisner descubre que cuando el actor presta su atención en la otra persona, al no tener presión, es libre y sigue sus verdaderos impulsos. Ahí es cuando desaparece la autoconsciencia, además, si uno está escuchando a su compañero, hace de verdad y no finge hacer y ahí es cuando surge la solución al segundo problema.

Estas repeticiones son para Meisner como los ejercicios que hace un pianista en sus dedos, con ellas se aprende a conducir los instintos, no a dar representaciones. También las compara como el juego del *ping-pong*, las repeticiones son como una pelota que no tiene que caer. Es decir, lo único que hay que hacer es limitarse a repetir lo que se oye, pero si en algún momento se piensa, la repetición termina y la pelota se cae. (Esper, 2018).

Aunque al principio son mecánicas e inhumanas, son la base de la conexión y la comunicación en el aquí y ahora. Al principio, simplemente, comienzan cuando un actor centra toda su atención en su compañero y encuentra algo en él que despierta su curiosidad, ahí es cuando el actor expresa ese comentario. Sin embargo, poco a poco, las repeticiones van progresando. Cada vez se vuelven más fluidas, vivas y surge el impulso del cambio. En los inicios se parte de lo más simple como “tienes el pelo negro” pero a poco se va introduciendo el punto de vista y el comportamiento, un punto muy importante en la técnica.

2.2.2. Instinto

Meisner sigue dos principios básicos en las repeticiones: “no hagas nada a menos que ocurra algo que te haga hacerlo” y “lo que haces no depende de ti, depende del otro.” (Meisner, 2002:46). Así introduce el instinto, con el ejercicio del pellizco y el grito. Meisner le da un pellizco a un alumno para demostrar estos principios básicos, le da un texto “Sr. Meisner” y le dice que no haga nada hasta que suceda algo que le haga hacerlo. Meisner, por detrás, le da un pellizco y la reacción del alumno es gritar “¡Sr. Meisner!”. Ahí está la base del instinto, la verdad del momento sin fingir. (Meisner y Longwell, 2002).

¹⁰ Para conocer mejor el ejercicio y ver a alumnos de Meisner con las repeticiones, véase el siguiente vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=jP1Nkr1kc5o>

Llega un momento en las repeticiones donde el contacto verbal cambia y se introduce el impulso. Este es la necesidad de expresar a través de palabras o hechos lo que se siente en el momento, que produce un cambio en la repetición. Hay que saber lo que la repetición le está haciendo a uno sin autocontrolarse, el control es lo opuesto al comportamiento espontáneo y profundamente instintivo de los actores. En las repeticiones muchas veces los actores, que están en la cabeza, buscan en el compañero características para cambiar la repetición y que no sea monótona. Así mismo Esper considera que esto es un error y comenta:

Pensar que hay que cambiar es un error. Es antinatural y calculado, como intentar manipular una conversación. No pretendemos desarrollar nuestro entendimiento con la Repetición, sino nuestros instintos. Todo lo que ocurre en la Repetición tendría que estar motivado por impulsos. Emociones. Tienes que responder a lo que dice tu compañero sin analizarlo. Cada vez que dejas que tu entendimiento participe en la Repetición, estás ocultando tus verdaderos impulsos y acabas saliéndote del ejercicio. (Esper, 2018:36)

Cuando un actor busca mostrar su talento en un ejercicio, lo único que hace es no dejar que actúen sus impulsos, un actor no puede pensar y sentir al mismo tiempo. Meisner defiende la autenticidad en escena, decir y hacer lo que se siente en cada momento, ser mal educado en escena, considera que el actor no puede ser caballero y ser actor. Meisner comenta: “la vida es horrorosa, creo. Pero en escena tienes la magnífica oportunidad de decir la verdad, y todo lo que puede derivarse de ello es elogio. [...] Tu trabajo está bien, pero la calidad es más importante que la cantidad.” (Meisner y Longwell, 2002:87).

Basándome en mi experiencia con las repeticiones y en relación con el impulso, comentaré lo siguiente experiencia. En un ejercicio de repetición, mi compañero empezó a llorar y me quedé paralizada. Mi profesora me dijo “haz lo que sientas hacer” y me marché. Noté el impulso de querer irme, no quería estar ahí. Si hubiera sido educada lo lógico habría sido intentar calmar a mi compañero, pero habría sido fingido, falso. Hay que ser verdadero con uno mismo, decir y hacer lo que sientes, aunque sea socialmente no aceptado.

2.2.3. Actividad

Partiendo de “actuar es hacer” surge también la actividad, un inicio a la preparación emocional donde se introducen las circunstancias imaginarias. No sirve cualquier actividad independiente, debe tener dos cosas: ser difícil y tener una razón de ser. Si la actividad es difícil, pero posible, incrementa la concentración y, además, si hay una razón por la que se está haciendo hace que uno se involucre de verdad. (Meisner y Longwell, 2002). Sin olvidar que la actividad tiene que ser específica, es decir, tiene que ser algo concreto que sepa con exactitud cuando la actividad se ha realizado completamente.

A la hora de realizar la actividad debe haber una razón justificada por lo que la haces, esta será el origen de la concentración y, finalmente, de la emoción. Cuanto más desarrollada y clara esté la situación imaginaria más fácil va a ser hacer la actividad de verdad. Además, la razón tiene que basarse en la vida, en la realidad, Meisner dice: “la verdad de nosotros mismos es la raíz de nuestra actuación” (Meisner, 2002:53). En las razones por las que se hacen las actividades entra el aspecto del “elemento de la verdad”. Un elemento de la verdad es por quien haces la actividad, puedes ser uno mismo o una persona que tiene grandes raíces dentro de uno mismo. Un dato importante en la técnica es que no se puede recurrir a personas que han fallecido, no se utiliza el pasado como hace el Método.

Cuando el actor realiza la actividad Meisner utiliza el término “soledad en compañía” de Stanivslaski. Con este término se refiere a que se tiene que estar en el escenario haciendo la actividad como si uno estuviera solo en su habitación, con una relajación total. Para llegar a esta situación hay que olvidarte de uno mismo, no exhibirse al público, no querer mostrar ni dar más, ya que lleva a la sobreactuación. Además, durante el proceso de aprendizaje cada vez se va intensificando el motivo de la actividad, por lo que requiere de más concentración. A continuación, se muestra un ejemplo de actividades donde se va aumentando la razón de ser. La actividad es un comienzo de preparación emocional que hace que no se anticipe la entrada de otro actor.

- **Actividad independiente físicamente difícil y específica con una razón simple.** Has roto el jarrón favorito de tu madre y tienes que arreglarlo pegando todas las partes (actividad difícil y específica) porque si no tu madre (elemento de la verdad) se

enfadará. Es específica porque la actividad finalizará cuando el jarrón esté completamente pegado.

· **Actividad independiente físicamente difícil específica con una razón un poco más importante.** Te acaban de llamar para una entrevista de trabajo y llegas a tu casa a planchar la camisa que te tienes que poner (actividad físicamente difícil para ti). El elemento de la verdad en este caso eres tú, la razón es un poco más importante porque necesitas el trabajo y tienes que causar buena impresión en la entrevista

· **Actividad independiente físicamente difícil específica con una razón extrema.** Ha muerto tu padre (elemento de la verdad) y llegas a tu casa a hacer un bordado (actividad físicamente difícil) porque quieres ponérselo (razón) encima del ataúd. Aunque no parezca una razón extrema, es una situación extrema y la razón también lo es porque es una actividad que quieres hacer por tu padre por última vez.

Esto sería un ejemplo de actividades, aunque después se añadirían otros elementos como la urgencia (hacerlo en un tiempo determinado). Además, también pueden llegar a ser actividades mentalmente difíciles, como firmar un divorcio. Obviamente, cada persona es diferente y lo que para un actor una razón puede ser simple para otro puede ser una situación extrema. Es un ejercicio básico en la técnica, que ayuda a hacer de verdad, a concentrarse y a no anticipar la llamada a la puerta.

2.2.4. Llamada a la puerta

Cuando se avanza en los ejercicios de repetición, un elemento importante que se introduce es la llamada a la puerta. Si se añade una razón por la que llegar a la puerta, aunque no se tenga que interpretar nada, la situación es más viva y se convierte en una escena.

La llamada a la puerta consiste en que un actor está dentro haciendo su actividad y otro está fuera de la puerta. El primer momento del ejercicio es la llamada, el actor que está fuera llama. El segundo momento es la apertura de la puerta, y el tercer momento es el significado que la llamada tiene para el alumno que está haciendo la actividad. Cuando lo verbaliza empiezan las repeticiones, sin embargo. la persona que está dentro tiene que seguir con la actividad porque tiene una razón ser.

En el ejercicio, llega un momento que la persona que entra debe tener una buena razón para hacerlo. La razón al principio tiene que ser sencilla y específica, no mortal de necesidad, pero debe tener una justificación para entrar. Sin embargo, cada vez la razón es más importante. Por ejemplo, puedes llegar a la puerta porque necesitas salir para la comida. O un ejemplo más importante es que llegas a la puerta porque te están persiguiendo. Solo con esa circunstancia emocional el ejercicio se convierte en una escena. Un punto interesante es que si en ese momento, que se está haciendo la actividad, la persona no quiere abrir la puerta no tiene por qué ya que “no hagas algo a menos que...” Cuando uno está realizando una actividad plenamente lo último que quiere hacer es abrir la puerta, quiere terminar la actividad por una razón.

2.2.5. Texto

Para Meisner, el texto es el mayor enemigo del actor. Los actores memorizan las palabras usando una emoción que les da un tipo de significado para posteriormente recordarlas, para él esto es erróneo. Así mismo, Esper comenta: “que uno sepa memorizar diálogos y decirlos más o menos en orden puede hacerle creer que está actuando, cuando es posible que solo esté recitando un texto” (Esper, 2018:40.) Ambos consideran que el problema no es cómo aprender las frases, el problema es emocional, cualquiera puede leer, pero no cualquiera puede actuar viviendo bajo circunstancias imaginarias

Una de las características que más destacan en la técnica es la forma de trabajar con el texto. Meisner hacía que sus actores se aprendieran el guion de memoria mecánicamente, sin darle significado, sin segundas lecturas, sin interpretación. Quería que el texto fuera frío y que parecieran robots al decirlo. Además, hacía que lo reescriban a mano, quitando toda la puntuación, ya que para él la puntuación es emocional, no gramatical. Meisner dice: “neutro. ¿Qué significa? Abierto a cualquier influencia, ¿verdad? Si eres neutro consigues cierta flexibilidad emocional” (Meisner, 2002:69) Esto hace que el actor se vuelva más íntegro, honesto, improvisador y abierto a cualquier situación. De esta manera, el texto se llena de forma cuando el actor comienza a interpretar encima del escenario y la emoción que da a sus palabras nace de lo que recibe del otro. Esto hace que cada vez sea diferente ya que se responde de forma instintiva y natural, como en la vida real. Meisner explica a sus alumnos:

“Intento eliminar un hábito que tenéis de siempre. Para llevar a cabo representaciones que emanen de vosotros, de vuestro vínculo emocional con el asunto, opto por reduciros a un objeto humano, neutral y sin significado: un robot o como quiera que se llame. Para llenar esas palabras con la verdad de nuestra vida emocional tenéis primero que aprender el texto en frío, sin expresión, de una manera totalmente neutral” (Meisner y Longwell, 2002:69)

Meisner, para quitar los hábitos y el trabajo de cabeza, hace que se quiten todas las acotaciones, para el son anti-intuitivas y son ayudas para los lectores de las obras, no para los actores. Comenta: “nadie, ni siquiera el dramaturgo, puede determinar cómo una vida se va a encarnar en sí misma, sensitiva o instintivamente, en el escenario” (Meisner y Longwell, 2002:156). Busca cómo adquirir los impulsos y no los pies de entrada, como dice Ditmayer en la entrevista, muchos actores piensan que actuar es hablar y esperan el siguiente momento para hacer un “gran diálogo.” Por eso mismo, muchas veces Meisner recomendaba escribir todo el guion como un monólogo, sin las intervenciones del compañero, así parece una interrupción. De este modo se necesita más escucha y se vuelve más real la interpretación.

Con esta forma de trabajar el texto busca la neutralidad, quitar las costumbres que tenían los actores de considerar cada frase con una emoción. Quiere que el texto nazca de lo que da el compañero en el momento, en el aquí y ahora, y critica que muchos actores se centren en decir a la perfección el texto, palabra a palabra. Para él lo importante no es el texto, lo importante es la emoción y con esta frase lo explica a sus alumnos:

El texto es como una canoa, y el río en que ésta se asienta es la emoción. El texto flota en el río. Si el agua del río es turbulenta, las palabras saldrán como una canoa en un río quebrado. Todo depende del flujo del río que es vuestra emoción. [...] No me importa que te aprendas el papel, y no intentes aprenderlo en relación con la emoción que crees que deberías tener. Primero construye una canoa, luego ponla en el agua y, haga lo que haga el agua, la canoa seguirá. El texto es la canoa, pero debes comenzar por poner el énfasis en el tempestuoso río. (Meisner y Longwell, 2002:102).

Meisner quiere que el texto ocurra, que tenga vida, que gradualmente se sienta el fluir de la emoción. Cuando un actor está interpretando, pensando en la frase siguiente que tiene que decir se rompe el hilo de la emoción y también la escucha. Sin embargo,

cuando se siente la emoción verdadera no se puede escapar de ella, si la tienes se contagia al público, sin embargo, si no la tienes no puedes fingir la emoción porque se descubre que careces de ella.

2.2.6. Preparación

Uno de los aspectos más importantes para Meisner, antes de que el actor se ponga a actuar, es la preparación, es decir, hacer que el actor aparezca en escena con la emoción que se requiere. Es la chispa que enciende la transformación en la vida interior del actor y lo prepara para ser receptivo a los estímulos exteriores. Es el mecanismo que permite comenzar la escena en una situación de alivio emocional, el propósito de la preparación es que el actor no se quede sin emociones, vacío, en escena. (Meisner y Longwell, 2002)

Sin embargo, la preparación presenta ciertos problemas. Uno es la tentación de mostrarla, hacer que el espectador vea la condición emocional, ahí es cuando surge la sobreactuación. Otro aspecto, es que no puede repetirse con mucha frecuencia, la preparación dura solo para el primer momento de la escena, y luego nunca sabes lo que va a ocurrir, si va a volver a surgir la emoción. Además, llega un punto que, si se repite varias veces la misma preparación se llega a asimilar y ya no hace efecto. Por eso mismo, cada vez hay que cambiarla, para que el efecto de la primera vez siga estando. Meisner afirma: “cambia la preparación porque ya la has asimilado. ¡Cámbiala! Revitalizará tu preparación.” (Meisner y Longwell, 2002:118). Busca que cada momento sea único, que se viva como si fuera la primera vez y al asimilar la preparación se vuelve mecánica la interpretación.

Por otro lado, la preparación no tiene que estar relacionada con la escena, simplemente tiene que ser una situación imaginaria que produzca al actor la misma emoción que se requiere en escena. El proceso que se sigue en la preparación antes de salir a escena es el siguiente:

Antes de que comience la escena, por medio de la imaginación, te pones a ti mismo en un estado de susceptibilidad emocional, de modo que cuando entras en escena tienes una plenitud emocional que dura el primer momento. Puede o no volver otra vez a lo largo de la escena, pero te produce una sensación de vida y plenitud. Y no puedes relacionarla necesariamente con la escena, porque tiene que

ser algo profundamente personal para ti, que sólo tú sabes, que sólo te estimula a ti.
(Meisner y Longwell, 2002:50)

La preparación es personal, solo el actor sabe cuáles son las situaciones que le estimulan emocionalmente, y ahí es donde juega un papel importante la imaginación, Como comenta Esper: “la imaginación es fundamental para los actores porque todo lo que hacemos, cada pedazo de nuestro arte ocurre en el mundo de la imaginación” (Esper, 2018:18). Con la imaginación el actor se crea situaciones imaginarias que le hacen vivir como si fueran verdaderas, con una emoción plena.

Dentro de la preparación, un elemento que Meisner retoma es el “sí” mágico de Stanislavski y crea el “como si” o particularización. El actor analiza el estado emocional del personaje y se plantea una hipótesis imaginaria que le produzca una emoción similar sin haberla experimentado personalmente, sin embargo, es solo para un momento dado. La particularización es solo para un momento dado, para que situaciones que no significan nada para el actor, que son frías, lleguen a cobrar significado y emoción. El actor debe descubrir en sí mismo la verdad sobre la escena y permitir que alcance un nivel donde se comunique de forma real.

Dentro de la preparación, Meisner también considera importante la improvisación, pero solo cuando todo el trabajo anteriormente comentado se ha realizado correctamente. Al improvisar y conocer la situación imaginaria, surge la vida. Meisner comenta: “Si lo hacemos con nuestras palabras y estamos totalmente preparados, luego es más fácil saltar a las palabras del texto. Y, cuando damos el salto, las palabras del texto son como nuestras y nos estorban menos. Salen de nosotros.” (Meisner, 2002:134). Con esta forma de preparar el texto los actores consiguen que el texto no sea un impedimento, que llegue a formar parte de ellos, que surja con la emoción y con el compañero de escena.

2.2.7. Personaje

Para Meisner, el personaje viene de cómo haces lo que haces, depende del actor y de la imaginación. La vida que se utiliza es la propia y el actor tiene que elegir el material que salga de sus tripas, ser verdadero y auténtico consigo mismo. Esto hace que se olvide de la interpretación, que olvide su personaje y que viva de verdad el momento, el personaje está en lo que haces. Aunque el material ya exista, la vida que se utiliza es

la propia del actor. Trabajar desde dentro de uno es expresarse de forma impulsiva, no pensar en lo que se está haciendo ni observarse de forma consciente porque es cuando la emoción desaparece. Meisner comenta:

Nunca comenzaréis a hacer un personaje. En otro sentido ya habéis comenzado a construir personajes, porque el personaje viene de lo que sentís sobre algo. Así que cada vez que hacéis un ejercicio estáis representando un personaje, aunque esta palabra no se haya mencionado. En su mayor parte el personaje es una cosa emocional. La parte interna del personaje se define por lo que uno siente sobre algo. (Meisner y Longwell, 2002:87)

Meisner considera que cada uno tiene su propia personalidad, que el personaje es la emoción que uno siente en una circunstancia imaginaria y hay características que uno no puede cambiar y tiene que aceptarlas. Cada uno tiene sus propias posibilidades y limitaciones de naturaleza dramática que nos limita y por eso mismo, un actor no puede hacer los personajes que quiera. El temperamento es el que marca el tipo de personajes que un actor puede interpretar, según la personalidad del actor, podrá adaptarse mejor a ciertos papeles y no llegar nunca a interpretar ciertos papeles por limitaciones de personalidad. Por otro lado, Meisner considera que las relaciones entre personajes no existen, que los actores tienden a interpretar su idea de lo que un hermano debe ser, pero cada hermano es de una manera diferente. Por eso mismo, lo que define una relación es lo que está pasando ahora, la situación que se está viviendo en escena.

El director Álvaro Brechner, en el coloquio de la película *La noche de 12 años* (2018) al que asistí, dijo: “al final eres tú ese personaje en esa situación” estas palabras tienen gran similitud a la idea de Meisner: “El personaje viene de cómo haces lo que haces. No hay que considerar el material desde la cabeza, sino desde el corazón.” (Meisner, 2002:133). Meisner explica que cuando un actor está haciendo algo encima de un escenario no se preocupa en interpretar un personaje, simplemente hace algo y se concentra en esa acción, eso mismo ya es ser el personaje, y lo tiene que hacer de forma natural e instintiva. El trabajo procede de uno mismo, hay que ser auténtico y elegir el material que salga de tus tripas.

Por otro lado, para Meisner los clichés limitan ¿Quién dice que por que estés viviendo una situación dramática tengas que llorar? Está todo muy cerrado socialmente, como si cada situación de la vida estuviera definida con una emoción concreta y no se

podiera salir de ella. Sin embargo, nunca se sabe cómo puede afectar un hecho emocionalmente hasta que no se vive. Meisner comenta: “Tienes muchas formas de expresar la tristeza, no es necesario que llores. Pero no puedes estar vacío emocionalmente, porque tu historia es demasiado fuerte.” (Meisner, 2002:75). Lo importante es no estar vacío emocionalmente, pero no buscar una emoción concreta por el cliché que está establecido. Stanislavski comenta: “Librarnos de los clichés, para así poder conseguir que la imaginación creadora llegue lo más lejos posible” (Stanislavski, 2016:50). El Maestro también consideraba que los clichés limitaban y desde los inicios del Teatro de Arte de Moscú rechazaba los estereotipos y buscaba la verdad psicológica.

En cuanto al deseo del personaje, Meisner comparte y acepta de Sigmund Freud, como base de su técnica, algunas ideas. Comparte que toda la motivación del ser humano es, o bien ambiciosa o sexual, por lo tanto, la motivación de cualquier personaje debe ser, o bien ambiciosa o sexual, así como las motivaciones que ayuden a preparar al actor. En escena cada personaje debe tener su deseo que lo motive a llegar a un punto en concreto, a conseguir un objetivo y este es el que lo mueve durante la escena. Todo personaje como ser humano tiene una motivación en la vida, ya sea ambiciosa o sexual. (Meisner y Longwell, 2002).

Meisner, para enseñar a sus alumnos todas las cuestiones comentadas anteriormente, trabajaba con textos tomados de la colección de poemas de Edgar Lee Masters llamada *Antología de Spoon River*. Con ellos utilizaba los últimos versos del poema, que son los que determinan el color emocional del conjunto de los pies, para hacer preparación emocional. Una vez asentados los conocimientos previos necesarios como el trabajo de texto y de personaje, utilizaba la improvisación que es cuando los actores dejan salir sus verdaderos impulsos, además, ayuda al trabajo de escena. Cuando ha hecho previamente todo el trabajo requerido, ya es el personaje y puede improvisar desde la verdad.

En conclusión, el trabajo que supone la técnica es rompedor y busca rescatar los impulsos internos, la realidad de la conducta. Es un proceso que hay que avanzar y asentar progresivamente para ir desechando todos los hábitos que se instauran en los actores y que no son beneficiosos. Es una técnica compleja pero que da resultados reales, de tripas, de corazón.

2.3. Diferencias con otras técnicas

Meisner desarrolla su técnica a partir de las bases de Stanislavski, parte de la idea de “vivir de verdad el momento bajo circunstancias imaginarias.” (Meisner y Longwell, 2002:70). Sin embargo, ¿Por qué Meisner crea una técnica si ya estaba el trabajo de Stanislavski? Como explica Esper:

La enseñanza del método de Stanislavski no funciona con los actores contemporáneos. La realidad a la que se enfrentan los actores del siglo XXI es totalmente distinta de aquella a la que se enfrentaban los actores rusos del XIX. En el mundo de Stanislavski, si los actores querían ensayar una obra tres años podían hacerlo. Los actores ahora, en cambio, tienen que adaptar constantemente su trabajo a las exigencias de los diferentes medios, y hacerlo con la dificultad añadida de contar con muy poco tiempo para ensayar. Esto ocurre en las industrias del cine y la televisión, donde los actores pueden sentirse afortunados si les dan tres minutos para ensayar antes de empezar a grabar. (Esper, 2018:9).

Vivimos en una sociedad cambiante, donde cada vez se requieren más actores polifacéticos que puedan adaptarse tanto a cine, televisión como teatro. Por eso mismo, William Esper considera que la técnica Meisner es el mejor método para formar actores, que crea actores capaces de ofrecer una interpretación de gran calidad en cualquier medio. Sin embargo, no todos los métodos te preparan por los diferentes medios y para Esper, un actor bien preparado, es alguien que tiene la misma facilidad para interpretar en una película que en una obra de Shakespeare. (Esper, 2018).

Meisner no da tanta importancia al personaje como hace Stanislavski. Este último hace que los actores se pregunten qué harían ellos si se encontraran en las circunstancias dadas de la obra, a esto le llama el “sí” mágico que Meisner modifica por “particularización”. Además, hacía que los actores crearan una bibliografía completa del personaje y que vivieran fuera de escena como este. Sin embargo, para Meisner el actor ya es el personaje, solo que en unas circunstancias dadas.

El sistema de Stanislavski es la base de muchas técnicas actorales y entre ellas surge el Método, una versión del sistema que Stranberg adoptó y que se enseñaba en el Actor’s Studio. Meisner rechaza totalmente el Método de Stranberg, donde se utiliza la memoria emo que el mismo creador, Stanislavski, rechazó. Así mismo Meisner comenta a sus alumnos:

En los primeros tiempos del Sistema Stanislavski, el Sr. S. buscaba el comportamiento auténtico, y si lo que quería era un gran placer, preguntaba dónde se podía encontrar la realidad de un gran placer. Su respuesta era sencilla: recordar el momento en el que se había estado bajo la influencia de un gran placer. A eso lo llamaba “memoria emocional”. Yo no la uso, y él tampoco después de treinta años de experimentación. (Meisner y Longwell, 2002:75).

Con el tiempo, el significado del pasado cambia y esa es una de las razones por las que no le gustaba a Meisner la memoria emocional y por la que Stanislavski, finalmente, la rechazó. Sin embargo, Stranberg la utiliza como eje creativo del actor, afirma que es el origen de cualquier trabajo artístico. Con ella, se centra en que sus actores partan de sí mismos, de su interior, para recurrir a sus recuerdos y ponerse en contacto con sus emociones más intensas. Es un proceso intenso y psicológico que aflora recuerdos dolorosos. Stranberg comenta cómo surgió el Método:

El trabajo que yo represento ahora puede ser llamado el Método en forma legítima. No solo está basado en las técnicas del trabajo de Stanislavsky, sino también en las aclaraciones posteriores y los estímulos que aportó Vakhtangov. Por mi parte, también agregué mi propia interpretación y mis técnicas. A través de nuestra comprensión, análisis, aplicaciones y adiciones, realizamos una importante contribución al conjunto del trabajo de Stanislavsky. Mis propios descubrimientos en el Group Theatre, en el Actors Studio y en mis clases privadas, lograron algunas respuestas para los problemas de la expresión. (Stranberg, 1990:96).

La diferencia del Método con la técnica Meisner es que esta última hace que el actor preste atención a su compañero en las circunstancias imaginarias y responda a través de impulsos, no esté pendiente de sí mismo. Por eso mismo, Meisner no estaba de acuerdo con la forma que utilizaba Stranberg para preparar a sus actores y notaba que los volvía más introvertidos. Meisner le dijo a Stranberg:

Haces aún más introvertido a quien ya lo es. Todos los actores, como todos los artistas, son introvertidos porque viven de lo que sucede en sus instintos, e intentar hacer eso consciente confunde al actor. No hace falta decir que no me hizo ningún caso, y por eso soy mejor profesor que él. (Meisner y Longwell, 2002:62)

Meisner defiende que el trabajo del actor debe ser estimulado desde el exterior, aquello que recibe debe provocar su reacción. Por otro lado, Stranberg defiende su trabajo y comenta:

Para algunos mi formación aparece dirigida demasiado hacia lo interior. Sin embargo, estas críticas no entienden la naturaleza fundamental del problema del actor: la habilidad del mismo para crear en forma orgánica y convincente, mental, física y emocional, la realidad dada que requiere el personaje en la obra; y expresar esto en la forma más vívida y dinámica que sea posible. (...) A veces se acusa al Método de crearle al actor algunos problemas que nunca existieron. Los problemas y las dificultades existieron siempre; solo son modernas las soluciones y el descubrimiento de métodos para la formación del actor. (Stransberg, 1990:115).

Sin embargo, Marlon Brando, que utilizó el Método para la interpretación en la película *El último tango en París* (Bertolucci, 1972) tuvo consecuencias. Llegó a sentirse tan identificado con su personaje que su colaboración se extendió más allá de sus responsabilidades como actor, tanto que llegó a violar a la actriz María Schneider con la que compartía escena. Cambió parte de sus diálogos y de su boca salieron recuerdos de su ya larga vida. Expresó el dolor del personaje aflorando el suyo propio y su interpretación le produjo un gran desgaste emocional. (Perales, 2009). Marlon Brando comentó que:

A partir de entonces decidí ganarme la vida de una manera que resultara menos devastadora en el aspecto emocional. En películas posteriores no me esforcé en experimentar las emociones de mis personajes como había hecho siempre, y me limité a actuar de una manera técnica. Es menos doloroso, y el público no se da cuenta de la diferencia. (Perales, 2009:97)

Llegar a tal nivel con el personaje como llegó Marlon Brando de experimentar las vivencias de este es doloroso. Meisner rechaza este aspecto, revivir situaciones del pasado es doloroso y, además, la memoria es limitada. ¿Qué hace un actor que ha tenido una infancia maravillosa y no tienes ningún drama al que recurrir? ¿Ya no puedes ser actor? Además, estas vivencias cambian con el tiempo, una situación que tanta ilusión creaba a un actor puede llegar a crearle nostalgia y no conseguir la emoción deseada. La memoria delimita al actor, sin embargo, la imaginación no tiene límites y proporciona un trabajo muy amplio.

En conclusión, Meisner parte del trabajo de Stanivslaski, con la imaginación en su núcleo y adopta sus ideas. Sin embargo, se aleja totalmente del Método y de la forma de enseñanza de Stransberg. Considera que las vivencias limitan al actor y que la

imaginación no tiene límites. Como dice el alumno de Meisner, Jim Jarret, en un vídeo¹¹ donde explica las diferencias entre el Método y la Técnica Meisner, con la imaginación “there’s no place you can’t go”.

2.4. Alumnos Meisner y seguidores de la técnica

Muchos son los que han pasado por las manos de Meisner, actores, directores y escritores. Y muchos son los que continúan transmitiendo sus conocimientos y aprendiendo de ellos. En Nueva York sigue estando la escuela Neighborhood Playhouse School junto con la Escuela de Actuación Meisner/Carville y el Centro de las Artes Sanford Meisner. Por otro lado, en España existen diferentes centros donde enseñan la técnica como True Acting Studio en Valencia, Meisner en Barcelona y Madrid Meisner Studio.

Entre los directores más destacados podemos hablar de David Mamet, director y dramaturgo, comentaba que: “tenemos una deuda con él, y con la tradición con la que él tiene una deuda: la tradición del teatro como una forma de arte. La tradición del teatro como un lugar al que podemos ir a oír la verdad” (1997:9). David Mamet hizo suyas ideas como que todos los aspectos de una producción deben estar subordinados a la idea de la obra y el propósito de esta es llevar a escena la vida del alma humana. Además, influenciado por Meisner, define su concepto más importante “la verdad del instante” es decir, el momento que sucede entre dos personas en el escenario. (Mamet, 1997).

Además, Meisner también enseñó a directores como Sidney Lumet, Vivian Matalon y Bob Fosse. Como dice Sydney Pollack sobre su etapa de alumno de Meisner:

Estábamos en 1952, yo tenía dieciocho años y me había dejado caer por sus clases en la Neighborhood Playhouse de Nueva York. No estaba preparado para la intensidad de esa experiencia. No es que fuera severo o mezquino, sino que era terriblemente preciso. Sentías que conocía cada pensamiento, impulso o sensación que pasaba por tu cabeza, que tenía la habilidad de verte por dentro y no había lugar donde esconderse. (Meisner y Longwell, 2002:1)

¹¹ Para conocer más sobre las diferencias entre ambas técnicas de actuación, véase el vídeo en el siguiente enlace: https://youtu.be/_Mh15erOkQE

En cuanto a actores, por las manos de Meisner han pasado figuras tan importantes como Gregory Peck, Joanne Woodward, Diane Keaton, Jon Voight, Robert Duvall, Grace Kelly, Tony Randall, Sandra Bullock, Tom Cruise, Naomi Watts y James Franco. En la actualidad, su técnica sigue viva y actores como Leonardo di Caprio la utilizan, este estudió la técnica Meisner con Larry Moss¹². Incluso el joven actor Timothée Chalamet se ha formado con la técnica, comenta:

Mi tipo favorito de escenas de actuación, o al menos donde creo que la gente brilla más, son las odas a las escenas de técnica de Meisner donde la gente está cara a cara y es casi como un ejercicio de repetición. Hay una secuencia de ocho minutos en "The Master" de Paul Thomas Anderson. Es la secuencia de programación, o la "descarga", más bien, donde Philip Seymour Hoffman interroga al personaje de Joaquin Phoenix. Eso se siente casi como una oda a la técnica de Meisner al actuar y reaccionar, el pellizco y el ouch, sin premeditar lo que vas a hacer. (Lindsay, 2017)

El tipo de interpretación favorita de Chalamet es una interpretación sin interrupciones donde todo parece real, parece fluir y suceder de forma orgánica, real y profunda, divertida o conmovedora con un aura de espontaneidad.

En conclusión, la Técnica Meisner sigue viva, son muchos los profesores que siguen transmitiendo las palabras de Sanford Meisner y actores introduciéndolas en su trabajo interpretativo.

¹² Actor, director y coach de actores estadounidense que escribió el libro de actuación *Intent to live* y ha dirigido numerosas producciones teatrales.

3. CASO PRÁCTICO: DIRECCIÓN DE ACTORES

Un compañero, en una clase de la Técnica Meisner, me preguntó ¿Qué es para ti la dirección, empujar o acompañar? Le contesté que acompañar. Luego me documenté y Stanislavski (2016) comenta que: “el trabajo del director consiste en llevar al actor hacia otro lado, el director provoca para que llegue el actor a un resultado”. (Stanislavski, 2016:207). Después de estas palabras, siento que la dirección es tanto empujar como acompañar al actor para que no se caiga.

En la práctica, mi trabajo se centra en la dirección de dos actores *amateurs* con la Técnica Meisner. El proceso que he seguido a la hora de dirigir ha sido como el que Meisner sugiere en su libro *Sobre la actuación* (Meisner, 2002) y como me enseñó Laura Moise en sus clases. Siendo lo más fiel posible a la técnica, me he basado en sus ideas y ejercicios, utilizándola como un medio, no como un fin. En los ensayos, registrados tanto por escrito como por vídeo¹³, he buscado en los actores la verdad del momento, la vida y las emociones. Se ha rechazado toda creación proveniente de la mente, que manipulara la realidad de la conducta y creara falsedad. Como dijo Álvaro Brechner, en el coloquio de la película *La noche de 12 años* (2018): “Hay que interpretar de estómago, de vientre, no estar en la cabeza y no conocer todo, no hay que volverse un actor de cabeza”. Así mismo, pretendo que los actores actúen por instintos, sigan los impulsos y no recurran a la cabeza.

3.1. Guion.

Para empezar con el proceso de dirección ha sido necesario un guion¹⁴, de creación propia, con el que poder trabajar. A la hora de elaborarlo, se han tenido en cuenta diferentes aspectos como la presencia de pocos personajes para posteriormente trabajar mejor con los actores y tener una atención más personalizada. Se ha buscado una situación realista, donde los personajes presenten unas circunstancias dadas, un conflicto y un deseo que quieren conseguir a través de diferentes estrategias. Sin olvidar el lugar de la acción, que define la situación y los personajes. Cabe destacar que el guion se ha utilizado como un ejercicio más durante el proceso, no se ha buscado un

¹³ Dentro de “Ficheros anexos” se encuentra el “Diario.pdf” donde se ha recogido, ensayo a ensayo, todo el proceso. Además, el vídeo de los ensayos se encuentra en el siguiente enlace: <https://youtu.be/SUW7OQB8pnQ>

¹⁴ El guion se encuentra dentro de “Ficheros anexos” con el nombre de “Guion.pdf”.

significado completo, ha sido la base para explorar las emociones, dando libertad a los actores.

El guion narra el momento en el que Luis, el padre de Paula, llega a casa de su hija Paula, que se ha mudado a Madrid porque considera que hay más oportunidades para ser directora de cine. A la llegada del padre, que viene después de realizar un examen que le ha salido mal, Paula busca llamar su atención para que le haga caso porque hace bastante tiempo que no lo ve. Sin embargo, el padre está centrado en el examen y cuando se preocupa por su hija la postura que adopta es de imposición, de querer cambiar el *statu quo*¹⁵ en el que se encuentra. Ante esta situación, Paula se muestra a la defensiva de lo quiere, quedarse en Madrid y llegar a ser directora. Finalmente, su padre decide marcharse antes de hora y Paula expresa todo lo que siente para que se quede más tiempo.

Una vez realizado el guion, se ha procedido a la búsqueda de dos actores que presentaran las necesidades físicas y actorales del guion. Al seleccionar a los actores se tuvo en cuenta que carecieran de conocimientos previos de la técnica y presentaran poco recorrido actoral para transmitir los conocimientos de la técnica desde el principio. Además, otro aspecto importante a la hora de elegir a los actores fue el temperamento, como dice Meisner, cada uno tiene su personalidad y se adapta mejor a un tipo de personaje. Finalmente, los actores elegidos fueron Marta García y Raúl Gómez (*Figura 1*), consideraba que estos actores podrían adaptarse a los personajes del guion y, aunque Meisner no cree que las relaciones existan, consideré que encajaban bien en la relación social de padre e hija. Ya con los actores elegidos, se han registrado todos los ensayos tanto por escrito como por vídeo.

A Marta la conocía anteriormente de Valencia y justo había venido a Madrid, donde yo estaba viviendo, para estudiar dirección cinematográfica. Había participado en diferentes obras de teatro pero no tenía una formación actoral. Por otro lado, a Raúl tuve la suerte de conocerlo en un microteatro en el que participé en Madrid. Llevaba poco tiempo en el mundo actoral y había participado en diferentes microteatros. Cuando les presenté el proyecto, no entré en gran detalle, simplemente les expliqué que quería dirigir un guion con la técnica Meisner. Los dos actores sintieron interés en participar y

¹⁵ Loc. Lat.; literalmente ‘en el estado en que’.

aceptaron la propuesta de experimentar y conocer más en profundidad la técnica, además, me comentaron que les serviría también como un entrenamiento actoral.



Figura 1. Actores elegidos, Marta y Raul.

3.2. Ensayos

El proceso de dirección se ha dividido en seis ensayos en los que aplicar la técnica progresivamente. Al principio, los actores desconocían el guion, pues lo primero era introducirlos en la técnica y darles las pautas necesarias para su correcta ejecución. Una vez con la base, se ha procedido a la dirección de escena. Las sesiones se planteaban con diferentes ejercicios representativos de la técnica y, poco a poco se iban introduciendo más puntos. Así se conseguía no saturar a los actores y que fuera un proceso donde asimilar los conocimientos. A continuación, se expondrán todos los ejercicios realizados, los resultados y los diferentes problemas surgidos. Estos se pueden consultar en el diario, adjuntado como anexo, y el vídeo resumen de todos los ensayos.

Primero se comenzó con la explicación de la técnica a los actores, habían oído hablar de ella, pero no la conocían en profundidad. Una vez asentadas las ideas principales, empezó el proceso de los ejercicios, que les llamaba la atención por ser completamente diferentes a lo que estaban acostumbrados. Con estos se ha pretendido desprender a los actores de hábitos adquiridos en el tiempo. Ha sido un proceso complicado en el que los actores han necesitado confianza en ellos mismos y permitirse redescubrir nuevos elementos, además de estar siempre disponible al compañero.

El principal ejercicio utilizado es el de las repeticiones¹⁶, que son la base de la técnica, donde surgen los instintos. Con ellas se ha podido, poco a poco, controlar problemas que se presentaban en los actores como la idea de tener que mostrar, fingir, estar en la cabeza y autocontrolarse. En cada ensayo, con las repeticiones, los actores aumentaban la escucha, estaban en el presente y se centraban el uno en el otro quitándose presión. En los ejercicios se ha buscado que la mente no influya, aunque, al principio, los actores mostraban inseguridades y buscaban el agrado y la aceptación.



Figura 2. Foto del primer ensayo.

Raúl, al principio, iba modificando su voz, buscaba constantemente cosas que decir para cambiar la repetición, se reía para calmar la situación o paraba el ejercicio para preguntar si lo estaba haciendo bien. Poco a poco aceptó la idea de “no tienes que hacer nada a menos que...” simplemente mantener la repetición hasta que algo ocurra y no depende de uno, sino del compañero. Raúl es un actor que le gusta mostrar su talento, demostrar que entiende los ejercicios y presenta hábitos complicados de eliminar. Querer mostrar y estar en la cabeza es un problema porque no se deja guiar por sus impulsos y está constantemente pensando qué decir y hacer. A medida que avanzaron los ensayos, estas características se pudieron disminuir.

Por otro lado, Marta, en las repeticiones, aunque muchas veces ha estado en la cabeza, no ha buscado mostrar nada, ha sido verdadera y siempre disponible a su compañero. El único problema ha sido el autocontrol, éste ha hecho que en muchos momentos no se dejara llevar por los impulsos, los controlara y que, finalmente, se bloqueara. Sin embargo, ha habido mucha conexión entre ellos durante todos los

¹⁶ Los ejercicios de repeticiones se encuentran detallados en el “Diario.pdf” de la página 6 a la 11. Por otro lado, en el vídeo se muestran al principio y, posteriormente en el minuto 0:33:21.

ejercicios de repeticiones y esto ha creado un estado agradable a la hora de trabajar con ambos.

A medida que fueron avanzando las repeticiones, se introdujo la llamada a la puerta. En ese momento los actores aún desconocían el guion, pero era un claro ejemplo de llamada a la puerta. Paula (Marta) estaba en su casa y llegaba su padre Luis (Raúl). Se utilizó la situación que tiene cada personaje en el guion para plantearles una circunstancia imaginaria y una razón por la que Raúl llama a la puerta. Aunque no debían interpretar nada con las situaciones imaginarias planteadas y solo repetir, sus rostros cambiaban y las repeticiones llegaban a un estado de tristeza. Había mucha conexión entre ellos y poco a poco se iba viendo en ellos a los personajes del guion, un padre y una hija distanciados por sus propios problemas. Estos ejercicios no están registrados en vídeo, sin embargo, podemos ver su aplicación en el diario y, posteriormente, en otros ejercicios que sí que están filmados.¹⁷



Figura 3. Fotograma ejercicio llamada a la puerta.

Cuando el guion llegó a las manos de los actores es cuando empezaron los verdaderos problemas, se confirmó que el texto es el mayor enemigo del actor. Para trabajar el guion, se siguió el mismo proceso que utiliza Meisner, las mismas pautas. Lo escribieron a mano quitando toda puntuación y acotación¹⁸ y se lo aprendieron de forma mecánica, sin darle ningún significado. Posteriormente lo leyeron de manera mecánica, como robots.¹⁹ Esta es una de las partes más importantes en el proceso, para que los

¹⁷ La llamada a la puerta se encuentra detallada de las páginas 11 y 12 del “Diario.pdf”. Además, en el vídeo del minuto 0:12:17 a 0:33:16 se introduce la llamada a la puerta en la escena.

¹⁸ En “Ficheros anexos” se encuentra la carpeta “Guion Marta” donde se muestran imágenes del guion de Marta escrito a mano con las características comentadas.

¹⁹ En “Ficheros anexos” se encuentra un audio llamado “Robot.mp3” donde Marta lee el texto de forma mecánica.

actores puedan crear y se sientan libres con el texto, tienen que seguir muy bien los pasos. No hay que darle un significado al texto, no hay que leerlo con una entonación y no hay que imaginarse la escena. La mente no tiene que influir porque limita a la hora de crear el personaje y la escena. Se consideró el texto como un ejercicio más con el que comunicar, transmitir en el momento y dar vida a los personajes con emociones verdaderas.



Figura 4. Fotograma de los actores con los guiones.

Una vez que el texto estaba aprendido mecánicamente, se introdujo la actividad.²⁰ Por cuestiones de guion solo la realizó Marta para no anticipar la entrada del padre. La actividad es un principio de preparación emocional que ha ayudado a Marta a estar más concertada, no estar en la cabeza y vacía al principio de la escena. Durante el proceso, la actividad ha estado relacionada con su preparación emocional y solo ha fallado la actividad cuando la preparación no ha sido correctamente aplicada. En este caso se ha recurrido a otro tipo de actividad y preparación. Como se comenta en el diario, primero se empieza con una actividad simple como es recoger la ropa y plegarla en la maleta (*Figura 5*) y en el último ensayo se termina con una actividad que implica más atención. La actividad del último ensayo fue dibujar con exactitud la cara de una persona que está relacionada con la preparación emocional de la escena.²¹

²⁰ En el vídeo minuto 0:12:38 se muestra la escena con la actividad planteada a Marta.

²¹ La última actividad planteada se encuentra en el minuto 1:25:40.



Figura 5. Fotograma Marta con la actividad.

Durante el proceso de escena, partiendo de las lecturas mecánicas, se ha seguido con las lecturas con conexión donde los actores se miran y solo dicen el texto cuando sienten el impulso. Por otro lado, la manera de introducirse en los personajes ha sido a través de preguntas. No se ha querido profundizar en detalles ya que los personajes son ellos en circunstancias imaginarias, sin embargo, se ha dado importancia al deseo que presenta cada uno en escena. Por eso mismo, se ha dejado que se creen sus situaciones a través de cuestiones que se les planteaba sobre ellos mismos como su relación, su deseo, su día a día²²... Pero los actores, en ciertos momentos, querían saber más sobre los personajes porque consideraban que era importante para su buena interpretación.

Los actores hacen muchas preguntas “¿Qué pasa por mi cabeza en este momento?” “¿Cuál es mi motivación?” “¿De dónde acabo de llegar?” La respuesta en todos los casos es: no me importa. Y no me importa porque todas esas cosas no pueden ser actuadas. (Mamet, 1997:97).

Analizar todo del personaje desde una perspectiva analítica hace que se esté en la cabeza y limite a crear. Hay datos que son innecesarios, que no se pueden actuar y dificultan. Lo importante es saber la emoción que se requiere en escena para crear las circunstancias necesarias para que el actor llegue al mismo estado. Sin olvidar el deseo del personaje, que lo motiva durante la escena y se ha insistido en este aspecto. Además, cada personaje tiene que defender su punto de vista y es un aspecto que se ha perseguido durante el proceso. No hay que juzgar al personaje ni justificar sus actos, simplemente hay que ser y hacer.

²² Véase desde el minuto 0:00:35 hasta el 0:09:16 donde se realizan preguntas a los actores.

El proceso continuó con la preparación emocional²³, una parte muy importante y fundamental en la técnica. Partiendo de la emoción que tiene cada personaje en escena, se planteaban situaciones imaginarias para que al comienzo de la escena no estuvieran emocionalmente vacíos. Poco a poco, las situaciones planteadas, iban aumentando en importancia para conseguir más implicación por parte de los actores y buscar así la emoción verdadera.

Aceptar una situación imaginaria, que no quieres que pase nunca, requiere de valentía y capacidad para sugestionarse. Cuando empezó la preparación, Marta tuvo un bloqueo emocional, no aceptaba las situaciones y su cabeza se defendía bloqueando. En su preparación había una reserva emocional, buscaba razones para no llegar a implicarse, para no actuar completamente. Esto era un problema que le impedía vivir de verdad las circunstancias imaginarias, un aspecto principal en la técnica. Esto hizo necesario un ensayo solo con ella²⁴, sin embargo, en el ensayo seguía con el bloqueo.



Figura 6. Fotograma vídeo Marta.

Este problema surgía del miedo, no quería enfrentarse a diferentes situaciones y ante esto su cabeza rechazaba cualquier situación imaginaria.²⁵ Además, la presión que se creaba a ella misma por querer aceptar la situación y no poder, le creaban un estado mayor de bloqueo. Ante esta situación, se decidió no hacerle más preparación emocional hasta el último ensayo. El objetivo era que ese día se implicara al máximo y no insistir en ella en ensayos anteriores para no agobiarla. Sin embargo, el día de la grabación seguía con el bloqueo. Por suerte, se descubrió que había un factor más que le afectaba a la hora de la preparación, la situación imaginaria que se había creado era

²³ Consulta en el "Diario.pdf" desde la página 25 a la 29 donde se encuentra detallado el proceso.

²⁴ Para más detalle, véase del minuto 0:32:17 al 0:33:20 y en el "Diario.pdf" de la página 30 a la 34.

demasiado enrevesada y la actividad tampoco ayudaba. Por eso mismo, al plantearle una situación diferente²⁶ y más completa, es cuando el bloqueo emocional empezó a cesar. Al salir a escena, su emoción se sentía y la actividad la estaba haciendo plenamente, había conseguido aceptar ligeramente la situación planteada a un punto que no estaba vacía emocionalmente en escena.



Figura 7. Fotograma Marta en el último ensayo.

Por otro lado, Raúl se implicaba más emocionalmente, llegaba a aceptar las situaciones imaginarias que se iba planteando. Sin embargo, su problema era que quería mostrar la preparación y eso le creaba en ciertos momentos una ligera sobreactuación. Raúl es un actor acostumbrado a fingir y la técnica es completamente diferente a lo que ha experimentado anteriormente. Su forma de interpretar se rige por la base de mostrar, y disminuir esta característica requiere de tiempo y aceptación de que actuar no es mostrar, es vivir.



Figura 8. Fotograma Raul en el último ensayo.

²⁵ Al final de vídeo se muestra una entrevista de Marta sobre el proceso, donde comenta esta situación, se encuentra en el minuto 1:35:54.

²⁶ En el “Diario.pdf” se encuentra detallado en la página 48 y en el vídeo del minuto 1:24:00 al 1:25:17.

Un problema que surgió, a medida que avanzaban los ensayos, fue en relación con el texto. El personaje de Paula, al final del guion, expresa todo hacia su padre. Ahí debe haber un cambio. Sin embargo, Marta en esa parte expresaba el texto mecánicamente, sin emoción y le suponía un gran esfuerzo. Ante este problema se recurrió a la particularización para que el texto no fuera frío para la actriz y cobrara significado. Se buscaron elementos en el texto con el que hacer paralelismos. El personaje de Paula huye de Zaragoza, donde considera que no hay oportunidades y se siente encerrada. Con este aspecto utilizamos Valencia, Marta presentaba aspectos en común con Paula, que también quería ser directora de cine y se había marchado a Madrid en busca de oportunidades. Poco a poco se fueron particularizando aspectos del texto para que cobrara más significado en ella y no fuera simplemente recitar un texto.²⁷ Con Raúl también se recurrió a la particularización en ciertos aspectos. El personaje de Luis ha llegado de hacer un examen que no le ha ido bien y para Raúl el examen significaba su trabajo. Como comenta Meisner:

La clave está en traer la vida a ti, el espectador nunca sabrá de dónde obtienes tu emoción. Miraos a vosotros mismos en la vida real. (...) La mayor parte de las veces os darán material que no está relacionado con vosotros, y tendréis que aprender a hacerlo vuestro. (Meisner y Longwell, 2002:134).

Sin embargo, no solo era un problema del final, sino que llegó un punto en el que toda la escena se había convertido en mecánica y fría, la conexión había desaparecido entre ellos. Los diversos ensayos habían hecho que la esencia de la primera vez ya no existiera. Cuando se observaba este problema, se sentaban uno enfrente del otro y decían el texto mirándose a los ojos y con conexión. Esto hacía que cualquier idea preconcebida sobre el texto, cualquier cancioncilla que se repetía con la misma entonación o cualquier fingimiento se disminuyera. Además, se recurría a la improvisación²⁸, que era cuando los actores no estaban en la cabeza, estaban en el momento, se escuchaban y había verdad. En las improvisaciones se volvía a ver esa conexión, esa vida y actores que reaccionaban con impulsos y que, sobre todo, se escuchaban en todo momento.

²⁷ En el vídeo se muestra el monólogo del final de Marta, minuto 32:17 al 33:20.

²⁸ Véase la improvisación del momento 0:57:29 a 1:06:59.



Figura 9. Fotograma actores improvisando.

En cuanto a problemas generales durante todo el proceso, el mayor ha sido el autocontrol. Estar en la cabeza impide seguir los verdaderos impulsos. Conseguir que en escena los actores fueran “mal educados” es un aspecto complicado de conseguir. Quien menos se dejaba llevar era Marta, en muchos ensayos se notaba que quería hacer cosas que no hacía porque no seguía el impulso. En el último ensayo, cuando al final consiguió aceptar ligeramente la situación, no seguía el impulso. Detrás de las cortinas donde estaba preparándose oíamos los gritos de dolor, de una situación extrema que se había planteado. Sin embargo, en vez de salir a escena en ese momento, en el que la emoción estaba en ella, no seguía ese impulso y se relajaba, eso hacía que la preparación se fuera. Hay que ser verdadero, hacer y decir lo que se siente en cada momento sin pensar, seguir los impulsos y desterrar la cabeza para que gane el corazón.

3.3. Aportación

A la hora de realizar los ensayos se consideró que no bastaba solo con la técnica Meisner. Ahí es cuando, a partir de la observación y experimentación, se empezó a investigar qué podría favorecer a los actores.

Con el bloqueo emocional de Marta se descubrió que, si daba puñetazos al aire²⁹ (*Figura 10*) repitiendo frases clave del texto, o palabras que tuvieran significado para ella ganaba vitalidad y le ayudaba a estar presente y activa en escena. Este elemento también se utilizó con Raúl que le favorecía en la preparación emocional. Además, ayudaba a que ambos activaran la voz y que, posteriormente, la vocalización fuera de mayor calidad.

²⁹ Véase en el vídeo el momento 0:10:00 donde, espalda con espalda, dan puñetazos al aire.



Figura 10. Fotograma ejercicio puñetazos.

Otro elemento que se introdujo, a medida que avanzaban los ensayos, fue que corrieran por el espacio mientras iban mentalizándose de la situación (*Figura 11*). Este aspecto ayudaba a la emoción y a la presencia en escena. También se introdujo un ejercicio donde el actor Raúl, cogía por los brazos a Marta y cada uno expresaba una frase relacionada con el deseo de cada uno (*Figura 12*). El ejercicio representaba la imposición del personaje de Luis sobre Marta, el momento en el cual Marta se marcha de Zaragoza y su padre quiere que se quede. Marta intentaba escapar mientras Raúl hacía toda la fuerza para que no escapara.



Figura 11. Fotograma ejercicio de correr.



Figura 12. Fotograma ejercicio agarre.

4. CONCLUSIONES

Una vez con todo el material de los diferentes ensayos se ha procedido a su análisis para extraer las conclusiones definitivas de todo el proceso. Se ha observado cómo han ido reaccionando los actores a la técnica y si han evolucionado a medida que avanzaban los ensayos.

La Técnica Meisner les ha proporcionado un aumento en la concentración y la escucha. Los ejercicios realizados han ayudado a los actores a centrarse en el compañero, creando conexión entre ambos. Los actores, desde el inicio del proceso, han presentado hábitos que no se han llegado a eliminar, aunque si a disminuir. A medida que han avanzado los ensayos, han ido en aumento los problemas actorales y se han buscado soluciones. El objetivo de que la cabeza no influya en el proceso actoral no se ha cumplido, al ser un largo proceso de ensayos ha habido demasiado tiempo para la manipulación mental.

Marta ha presentado una clara evolución, su implicación ha sido mayor ensayo a ensayo y ha conseguido mayor escucha y espontaneidad con el texto. Ha pasado de una postura en su inicio de investigación a una seriedad y madurez como actriz al final del proceso. El bloqueo mental que ha presentado a partir de la preparación ha creado inseguridades y miedos en Marta. En la entrevista³⁰ final expresa ese sentimiento que le crea exponerse ante una situación que no le gustaría llegar a vivir. Sin embargo, en el último ensayo este miedo ha ido cediendo, pero nunca se ha marchado.

En cuanto a la idea de no querer mostrar ha sido aceptada desde el principio, se ha mostrado verdadera y como es ella. En ningún momento ha querido mostrar nada, simplemente ha estado, ha escuchado y ha mostrado disponibilidad a su compañero. Los hábitos presentados en el inicio del proceso como gesticular con las manos al expresar el texto, se ha disminuido, pero no se han eliminado. El autocontrol ha impedido que los impulsos nacieran en la escena y que el texto siguiera la misma línea durante los diferentes ensayos. El monólogo del final ha llevado un tono repetitivo pero la mejora ha sido notable. Los estímulos, que se han utilizado a través de la observación, le han ayudado en la preparación y la han llenado de energía a la hora de estar en escena.

³⁰ Al final del vídeo se encuentran las entrevistas con los actores, minuto 1:31:41.

Por otro lado, la técnica ha ayudado a Raúl en la escucha, que ha ido en aumento durante el proceso. Los hábitos de querer mostrar han ido disminuyendo en los ensayos, pero no se han eliminado. Al llegar al punto de la preparación, y querer mostrarla, le ha llevado a una ligera sobreactuación en algún momento dado. Otro hábito como el de gesticular con las manos, a medida que se expresa el texto, también se ha disminuido. Las circunstancias imaginarias que se han planteado si que han llegado a influirle y crear en él una reacción. Su implicación se ha mantenido durante los ensayos, sin embargo, la mente le ha influido por querer analizar el texto y saber todo sobre su personaje. Ha querido dar una justificación a elementos del texto, que muchos eran innecesarios, no se pueden actuar y limitan.

Ha sido un proceso complicado, donde disponer de dos actores que están invirtiendo su tiempo, crea gran responsabilidad. Además, supone una gran implicación y un gran reto aprender a observar, analizar y plantear estímulos a los actores. Por eso mismo, los problemas y las limitaciones han estado presentes. En cuanto a problemas, el principal ha sido enfrentarme a la metodología en solitario, en una ciudad donde no podía contar con mucha ayuda. Por no disponer de material, la calidad de los vídeos y los audios deja mucho que desear y es complicado dirigir y grabar al mismo tiempo el proceso.

En cuanto a limitaciones, considero que mi inexperiencia en el ámbito de la dirección de actores me ha creado como directora momentos de inseguridad. Sin embargo, considero este trabajo como un proceso de aprendizaje del que extraer las conclusiones necesarias para una mejor aplicación en un futuro en el complicado ámbito de la dirección. Otra limitación que se ha presentado ha sido a la hora de plasmar la técnica y el proceso, explicar una técnica actoral por escrito cuando se basa en la práctica es un aspecto difícil de expresar.

Para concluir, se considera que la técnica ha ayudado a los actores, pero no ha llegado a crear la sugestión necesaria para una mejor aplicación. La influencia de la mente en este proceso ha sido inevitable y eso ha creado limitaciones y autocontrol. Por eso mismo, se llega a la conclusión de que es una técnica que ayuda a los actores a aumentar la escucha, a estar en el presente y a buscar la realidad del momento. Sin embargo, se considera que no es válida para cualquier actor ya que se tiene que poseer una gran capacidad para sugestionarse y aceptar como reales las situaciones imaginarias

planteadas. Además, tres meses han sido tiempo escaso para enseñar una técnica desde cero, si bien, se ha querido probar el resultado que se obtendría en un período de tiempo tan breve. Meisner considera que hacen falta veinte años para ser un buen actor, por lo que, el trabajo para poder asentar todos los elementos de la técnica y su aplicación requiere de más tiempo.

Si no se siente, si se está en la cabeza, entonces actuar sí que es mentir. Si la emoción está presente, si se es verdadero, entonces actuar es vivir.



Figura 13. Fotografía con los actores.

5. BIBLIOGRAFÍA

-Libros.

CARDULLO, B. (2003). *Un siglo de actores: 42 magos de la interpretación desvelan los secretos de su oficio*. Madrid. Plot Ediciones.

CHEJOV, M. (1999). *Sobre la técnica de la actuación*. Barcelona. Alba Editorial, S.L.

DONNELLAN, D. (2002). *El actor y la diana*. Madrid. Fundamentos.

ESPER, W y DIMARCO, D. (2008). *Arte y oficio del actor: La Técnica Meisner en el aula*. Barcelona. Alba Editorial.

FROME, S. (2001). *The Actors Studio: a history*. London, McFarland & Company.

KENNEDY, D. (2010). *The Oxford Companion to Theatre and Performance*. Oxford, United Kingdom. Oxford University Press.

MAMET, D. (2007). *Dirigir cine*. Madrid. El milagro.

MEISNER, S. y LONGWELL, D. (2002). *Sobre la actuación*. Barcelona. La avispa.

PERALES, F. (2009). *El Método Brando*. Madrid. T&B Editores.

SILBERVERG, L. (1994). *The Sanford Meisner Approach*. Smith and Kraus Inc.

STANISLAVSKI, K. (2016) *Cuaderno de dirección: notas y apuntes*. Castellón. La Pajarita de papel Ediciones.

STRASBERG, L. (1990). *Un sueño de pasión: el desarrollo del método*. Barcelona. Icaria Editorial.

-Artículos electrónicos y web.

BUEZO, C. *Sobre la actuación, de Sanford Meisner: un manual de formación actoral con un glosario bilingüe de términos teatrales*. Madrid.

<https://abacus.universidadeuropea.es/bitstream/handle/11268/6300/actas_2.pdf?sequence=2&isAllowed=y> [Consulta: 7 de junio de 2019]

DIRECTING ARTS LTD (2014). *Orígenes de la Técnica Meisner*. <http://directorgestudio.weebly.com/uploads/6/5/9/5/6595948/los_origenes_de las_tecnicas_de_meisner.pdf> [Consulta: 5 de junio de 2019]

LARA, I. (2018). *El teatro y la interpretación: Un estudio bibliográfico contrastivo de los conceptos fundamentales*. Madrid. <<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/22542/TFG%20-%20Lara%20Velazquez%2C%20Isabel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>> [Consulta: 10 de junio de 2019]

LINDSAY, B. (2017). “*Call me by your name*”. *Gave Timothée Chalamet the Confidence to just be*. Backstage. <<https://www.backstage.com/magazine/article/call-name-gave-timothee-chalamet-confidence-just-2722/>> [Consulta: 23 de junio de 2019]

MALDONADO, L. (2018) *La violación con mantequilla en “El último tango en París”*: la vuerqüenza de Bertolucci. *El español*. <https://www.elespanol.com/cultura/cine/20181126/violacion-mantequilla-ultimo-tango-paris-vergüenza-bertolucci/356214808_0.html> [Consulta: 15 agosto]

RIVERA, J. (2016) *Creación de un personaje: Stanislavsky*. <[https://repository.unad.edu.co/bitstream/10596/9490/5/80010%20Creacion_de_un_personaje_Stanislavsky%20\(2\).pdf](https://repository.unad.edu.co/bitstream/10596/9490/5/80010%20Creacion_de_un_personaje_Stanislavsky%20(2).pdf)> [Consulta: 20 agosto]

-Vídeos

MEISNER, S. *The Theater’s best kept Secret*. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=K6q7dxwa_PM> [Consulta: 12 de junio de 2019]

DITMYER, D. (2016), *¿Qué es la técnica ?* Youtube. <<https://www.youtube.com/watch?v=3r0SZWfudCk>> [Consulta : 20 de junio de 2019]

MEISNER, S. (2011). *Master Class Sreener*. Youtube. <<https://www.youtube.com/watch?v=jP1Nkr1ke5o>> [Consulta: 1 de junio de 2019]

JARRET, J. (2012). *Episode 5: Method vs Meisner*. Youtube. <<https://youtu.be/Mh15erOkQE>> [Consulta 30 de julio]