

Memoria Workshop San José/Costa Rica.

Octubre 2020. ÊTRE et JOUE.

Práctica de creación sobre el trabajo actoral.

12 de Octubre.

Presentación, inicio del taller. Calentamiento.

>Proponemos bailar para conocernos antes de las presentaciones habituales. La consigna es bailar, bailar, bailar. En un primer momento en solitario, entrar en el propio cuerpo, vaciar, antes de compartir hay que reconocerse a uno mismo.

>Bailar con los ojos cerrados, superar el miedo. Trabajo de confianza.

>Bailar y hablar con alguien. ¿de que hablas? ¿Quién eres? ¿Qué pasa con la respiración mientras charlas? Compartir con el grupo la información individual de alguien. “Mercedes está enamorada”, todos aplauden. Activar la comunicación desde una ficción es más fácil que desde la realidad. ¿Estamos en una discoteca aparente? El sudor nos une.

>Adrián es bailarín y hace un paso de danza contemporánea. Propongo que lo repita y que todos lo imitemos. Al principio de uno en uno, después en colectivo, trabajamos en detalle la pequeña coreografía. Todos a una. Una coreografía compartida es una herramienta que genera la sensación de grupo, **Pertenecemos a algo. Para emprender una investigación hay que crear confianza para no tener miedo al fracaso.**

>Alguien lee el contrato del actor:

Contrato legal para ingresar en el Archivo Vivo de San José.

DELIRIUM TREMENS

CAPITULO III: El Cuerpo



Con la firma de este contrato ME COMPROMETO a poner y exponer mi cuerpo al servicio de este archivo vivo. MI VIDA tal y como la conocía ha terminado.

A partir de este momento acepto mi nueva condición de ser solo órganos, líquidos y emociones dentro de un cuerpo.

Ahora soy solo un cuerpo perdido en un infinito de cuerpos sin identidad propia.

Ese cuerpo será mi nueva identidad.

Mi cuerpo es secreto. La conspiración empieza por mi cuerpo.

Un archivo se construye a partir de una ley. La ley establece el punto de partida para una nueva historia.

El día en que alguien pensó en cómo me iba a llamar, incluso antes de que hubiera nacido, empecé a morir.

Nombrar es identificar, archivar, dejar sin vida.

El archivo es el lugar de los muertos, de las cosas pasadas, de los restos que quedan de todo aquello que fui.

Ya no soy nada. Detrás de mi se acumulan los restos de mi vida.

El conocimiento y la experiencia se construyen a partir de la nada.

Este es un archivo vivo.

Una conspiración en tiempo real en un mundo de fantasmas.

Ahora tengo la oportunidad de construir una historia distinta.

Mi cuerpo va a cobrar un sentido nuevo. Y esto no será fácil.

Y esto no será Fácil, y esto no será fácil.

Y mi cuerpo suena así:

>Después de la lectura propongo un ejercicio: **¿Cómo suena mi cuerpo?**

Cada cual propone un ruido/movimiento. Contagio entre el grupo. Hacer cosas absurdas sin juicios y con cierto sarcasmo.

>Terminamos el calentamiento con unas respiraciones de Aikido.

Todo el equipo está sudado. REPITO: El sudor nos une.

Presentación de la propuesta.

Archivo vivo DELIRIUM TREMENS.Vol III. El cuerpo

La idea parte de seguir desarchivando experiencias, performances, recuerdos, experiencias.

Desarchivar no quiere decir recuperar en forma de documentos lo que ya fuimos, sino lo que podríamos haber sido. Un archivo vivo es un archivo de futuro. Mira al pasado solo como posibilidad de lo que podría ser. Deliriuns Tremens ofrece la oportunidad única en la historia de celebrar lo que ya no somos: orígenes, pasados e identidades, miedos y fantasías.

El archivo empieza cuando la vida ya ha acabado. Se construye con las cenizas de lo que creímos ser. Hemos sido reducidos a imágenes, números, porcentajes y buenas razones. Relatos explicativos de lo que ya fue.

>Para esta ocasión en Costa Rica, propongo desarchivar una experiencia de mi adolescencia que supuso para mi una epifanía dentro de mi relación con el teatro. A los 15 años de edad, en 1984 mi madre me llevó a ver la obra “El poder de las locuras del teatro” de Jan Fabre. 35 años después decido desarchivar esa experiencia.

Cualidades que me interesan de la obra de Fabre para esta ocasión.

>La extensión del tiempo en la escena. El tiempo como una herramienta política/Poética implica: La alteración de la observación del público. La catarsis del actor con acciones extremadamente dilatadas.

>**La pérdida de identidad de los actores.** La interpretación fría centroeuropea para ser experimentada en los cuerpos de los actores latinos, tan ricos emocionalmente hablando.

>**Contrastar texturas opuestas de forma simultánea,** lo vertiginoso con la quietud, el orden con el desorden, etc.

>**La repetición en los gestos** como herramienta para llegar a la catarsis física y emocional.

>**La resistencia de los actores y del público.**

Textos relacionados con **“El poder de las locuras del teatro”**

“Vigilar y Castigar”, Michel Foucault.

Utilizaremos conceptos sobre el castigo, el poder, el control, el sometimiento para la experimentación.

“El traje nuevo del emperador” Andersen.

“No tiene que ser verdad lo que todo el mundo piensa que es verdad”. Jan Fabre

1º Ejercicio practico.



>Trabajo individual. Cada Performer genera formas individuales de movimientos sexuales. No hay emoción, solo hay precisión e intensidad. Trabajo físico. La mayoría de los participantes son actores, hay que encontrar los términos para que **ENTREN EN EL CUERPO** sin pensar, de forma exclusivamente física.

>Compartir el cuerpo con el público, estamos expuestos. **El movimiento no provoca una emoción en el Performer, sin embargo se convierte en algo emocionante.**

>Ocupar el espacio de uno en uno, con su movimiento sexual individual, hasta que es expulsado por un tercero.

>Empezamos a trabajar la resistencia ante una agresión.

>No hay relaciones emocionales. Sólo físicas. Arrastrar y resistirse.

>Propongo a los actores que trabajen el físico sin teatralidad, con rudeza, trabajamos el cansancio, la repetición. Les veo con ganas de parar pero les aprieto, es el primer día y no pueden fallar. Cuando no hay confianza entre el actor y el director, el actor no se revela con el mismo. Es importante empezar ensanchando límites. Provocando inseguridad y hasta un poco de miedo .

>Después de una impro larga de 30 min. de Movimientos sexuales/agresiones /resistencia, les pido que vayan parando en grupo.

>Convivir con el cansancio en grupo. **El paisaje del cansancio en grupo crea un estado mental** muy interesante. A partir del cansancio es fácil emprender cualquier discurso. **El cansancio es real y le da al discurso mucha realidad.**

>Mercedes canta una canción romántica durante el cansancio compartido.



13 DE OCTUBRE

>Antes de empezar la sesión. Mercedes (una de las actrices) tararea una canción que me resuena como una melodía evangelista. Les pido a todos los actores que si saben alguna canción religiosa. Preparan una, la letra habla del castigo y la culpa. Es un **MATERIAL FORTUITO** que nos va a alimentar durante el proceso. Un colchón conceptual.

>Hago un calentamiento corto. Respiraciones, saludo al sol y calentamiento de articulaciones.

>Planteo un ejercicio a modo de juego deportivo. La intención es que dejen de pensar en TEATRO. Quiero que los actores dejen de ser actores en el sentido de cómo concebir la escena .

El juego consiste en:

1-Ir a proscenio y movimientos de sexo.de forma repetitiva, solo con la evolución que imprima el cansancio físico.

2-Otro Performer arrastra al ejecutante desde proscenio al fondo del escenario y reemplaza su posición.

3-Urgencia-Resistencia a ser arrastrado-precisión en el movimiento sexual.

El ejercicio dura 30 minutos, los actores están agotados, conviven con su cansancio mientras tararean la canción religiosa. Dejar que lo que sucedió tenga su espacio en silencio. Convivir con el vacío de después de la acción genera una fe compartida entre los performers. **CONVIVIR CON LA NADA:**

>Improvisación **EL ÚLTIMO GESTO:**

Les pido a los performers que canturreen la canción religiosa y que de uno en uno escupan todo el odio que llevan dentro antes de morir o de perder su identidad.

La improvisación se convierte en una especie de ritual, Casi todos consiguen llegar en muy poco tiempo a un estado de histeria, tristeza, desesperación, etc. La mayoría empieza a entender los códigos que les pido, donde la emoción tiene que estar disparada sin revisión formal. Que no sea cuidada o teatral.

No es importante el contenido del odio, sino la energía con la que se escupe el odio.

>La última actriz en gritar su último gesto queda desnuda sobre el suelo. Para romper el ambiente, algo denso, hipnótico y emocional. Le propongo al resto del grupo que jueguen con ese cuerpo desnudo como niños. A esta improvisación le llamamos : **JUGAR CON UN MUERTO.** Se desarrolla un ambiente cómico, pero algo banal. No llegamos a nada.

>**TRABAJAR IDEAS FRAGMENTARIAS COMO UNA SECUENCIA.** Me interesa plantear el trabajo como una secuencia, intentar unir ideas aparentemente

independientes como una sola. Con esta mecánica intento reducir la capacidad reflexiva de los performers. **Dejar de pensar.**

>Propuesta conceptual:

Encontrar una acción donde se confluya **EL ALIVIO CON EL DOLOR.**

1- Daniela empieza a trabajar con la idea del masaje. No nos interesa esa cotidianidad. Finalmente llegamos a varias posturas sobre el cuerpo de Adrián, que desprenden una sensación de dolor. Calvando rodillas, codos y pies. No hay una relación emocional. Adrián si deja salir el dolor.

2- Andrea **EL PLACER DE ALIVIARME CON PESO.** Andrea le pide a cada uno de los interpretes que aplaste una zona de su cuerpo. Le pido que lo haga de forma muy precisa. Se crea una imagen bonita de cuerpos como una máquina que aplasta el cuerpo de Andrea.



3-Adrian explica que va a hacer **“LA IMPROVISACIÓN DE SU VIDA”**. Cuenta que su vida es una danza y que le llueven hostias, besos, caricias, agresiones, etc. Explica que cada interprete le va a hacer alguna de esas cosas concretas. Empieza a Bailar y el resto de performers ejecutan sus tareas asignadas, una hostia, un beso, un grito, un estrangulamiento, etc. El deseo de Adrian se hace realidad.

Adrián se expone, su generosidad supera las agresiones de los otros performers.

14 de Octubre

Después de una hora y media de debate en torno al estado de las artes escénicas en Costa Rica, es difícil comenzar a trabajar. Ni siquiera bailando salimos de la cabeza.



>Propongo hacer una coreografía inspirada en gestos militares, o de guerra, no agradable, más bien punzantes y violentos. Lo planteo como un trabajo de grupo, cada cual aporta un movimiento.

El resultado no es muy inspirador, pero al menos sudamos y rompemos la energía del grupo que estaba en un nivel muy racional.

>Vigilar, ordenar y castigar.

El ejercicio consiste en crear una escena sin verla a través de los teléfonos móviles, 6 performers están en el espacio con sus teléfonos móviles abiertos. Otros dos se quedarán fuera del espacio y generarán una escena de acciones a través de llamadas y mensajes. Les hablo de incomodidad en sus ordenes, de generar un espacio físico a través de lo que les pidan a los performers.

Propongo trabajar por parejas para la creación de los guiones. Que piensen en los detalles estéticos del escenario o del lugar que escojan para la acción.

Por lo que percibo, los participantes no están demasiado acostumbrados a generar ideas escénicas, son interpretes que confían en los directores.

15 de Octubre

>Vigilar, ordenar y castigar.

(Como referente para el ejercicio, proponemos visitar el experimento Milgram).

Claves para la investigación: Incomodidad, crueldad, sometimiento, sumisión, obediencia,

1º Ejercicio: Natalia y Daniela

-La espera antes del ejercicio es muy interesante, los actores no saben que hacer, solo saben que tienen que esperar a que suene un móvil, se genera una inquietud abstracta muy interesante.

-Descubrimos que la naturalidad a la hora de dar las órdenes por el teléfono no funciona. Hay que ser preciso, concreto y no entablar conversaciones.

-El sometido no tiene que repetir las órdenes, sino anticipa la acción al público.

-Los sometidos no dan puntos de vista sobre las órdenes, no teatralizan el impulso de la orden.

-Dejar que las acciones físicas nos alteren la emoción y la fisicalidad. El tiempo largo en el cuerpo altera al Performer inevitablemente. Ejemplo: El momento que Adrián hace cosquillas a Denís.

-Los mensajes con audio compartido para todos los sometidos crea una atención peculiar. Todos obedecen de forma sistemática.



2ºEjercicio: Adrian F. y Adrian S.

-Lo primero que proponen es que Denís se desnude y camine lentamente de un lado a otro de la escena. Esta acción se mantendrá durante todo el ejercicio sin interrupción. Se convierte en el colchón conceptual de todo el ejercicio.

-Los maestros les ordenan a dos actrices que griten unos textos machistas ofensivos de forma repetida. Las sometidas intentan interpretar de forma teatral esos textos. Les pido que trabajen el texto de forma más bruta, sin sentido psicológico.

-A una tercera sometida le piden que las haga callar. Daniela les manda callar de forma más animal, más física, la modulación vocal no es importante.

-TRATAR LA EMOCIÓN COMO ALGO FÍSICO.

-Los conceptos genéricos no funcionan. No puedes pedir a un sometido que haga una coreografía con el resto. Tienes que pedirle que coreografía¿?



3º Ejercicio: Nani y Mercedes.

-Las órdenes que dan en este caso son demasiado inconcretas. Ejemplo: Le piden a Adrián que ejerza el poder sobre el resto. Es una orden que se puede interpretar de muchas formas. Los sometidos no tienen que interpretar, así suena mejor la propuesta.

-Las ordenes genéricas provocan conflictos psicológicos entre los Performers que no favorecen la idea conceptual.

-Las Maestras deciden convertir en números. Conceptualmente la idea funciona. Pero la forma no es concreta de nuevo, confían en la estética de la repetición de los

números. En este caso las maestras se ensimismaron con al idea, pero no la concretaron a nivel formal. Suele pasar en este tipo de procesos, que la idea original no se llega a transmitir .

>Vigilar, ordenar y castigar. Es una propuesta que requiere mucha repetición para manejar el lenguaje, las posibilidades son múltiples a nivel tecnológico y a la vez este paradigma técnico puede aportar mucho a los interpretes para enfocar su trabajo actoral desde un lugar más distante con la emoción o con la cotidianidad de la emoción.



16 de Octubre.

>Improvisación sobre el sometimiento y la obediencia con Teléfonos móviles.

LOS MAESTROS: Andrea y Denís.

>El relato general de la propuesta consiste en convertir a los actores en una especie de secta extraña que salga a la calle y se enfrenten a situaciones comprometidas con los transeúntes.

>Los maestros, en concreto Andrea se preocupa en exceso del bienestar de sus compañeros. Este sentimiento debilita la propuesta. les pido que se metan en personaje, que utilicen sus herramientas de actores para concebir que son los Maestros y que pueden ejercer cierta crueldad sobre el resto. El carácter de los costarricenses es muy amable, tengo que trabajar para que evadan su naturaleza empática, ya que la escena ha de ser más cruel.



>Las ordenes de los maestros no son concretas, no consiguen sintetizar la orden, esto provoca que el juego no tenga URGENCIA-RITMO.

>Los actores salen a trabajar al espacio público. Salen de su zona de confort del teatro y aprenden lo que es enfrentarse a un riesgo real, tiene que enfrentarse a sus miedos.

-A Adrián le encargan cantar un Regaton machista a la primera mujer que se encuentre por la calle. Lo hace, pero más tarde nos confiesa que ha cambiado la letra porque le parecía demasiado ofensiva. Descubrir y confesar estos límites me parece muy valioso para el enriquecimiento del actor.

-A Daniela le encargan que grite por la calle: "Tengo Coronavirus" . Van todos corriendo. Saltarse la ética en el espacio público provoca una adrenalina en los

actores que deberían recuperar para la escena. Que descubran que la escena es un lugar peligroso.

>Nani ha crecido mucho hoy. Le han pedido que se desnudara y que gritara. Lo ha hecho sin juzgar, sin dar puntos de vista. He sentido que disfrutaba lanzándose a la orden sin más. Es una actriz muy joven, delicada y todavía miedosa, pero por las preguntas que me hace siento que tiene ganas de crecer.

>DESCUBRIR LAS REGLAS DEL JUEGO. Esta es la gran misión en estos momentos.



>Descubrir las reglas del juego es lo que les insito a los performers. Una vez descubramos la gramática solo hay que jugarla.

-Les cuesta ser Maestros con autoridad y crueldad. Sin embrago no les cuesta jugar el papel de sometidos . Tengo que insistir que el teatro ha de tener ciertas dosis de crueldad en su sentido más amplio, especialmente en Costa Rica donde reina la amabilidad. A los performers les resulta difícil traicionar su ética.



17 de Octubre

>**La intención del día** es generar una secuencia de acciones (que ya aparecieron), ideas, de forma continuada. Quiero que los actores miren hacia el material no de forma fragmentaria tal y como como hemos trabajado hasta ahora, sino como una serie de conceptos que forman parte de la misma dramaturgia. También quería llevarles a un estado físico extremo que hasta ahora no habíamos conseguido.

>Antes de empezar la propuesta les invito a transformarse con vestuarios aleatorios que hemos pedido en el teatro. Uno de los conceptos que trabajamos es la pérdida de la identidad y les propongo para la semana que viene una transformación paulatina durante los 5 días e trabajo que nos quedan.

>La primera propuesta es bailar Salsa de forma incómoda, asimétrica, que no fluya, dolorosa.

Llevo la impro hasta el agotamiento y les pido que hagan su último gesto (Que griten todo el odio que llevan dentro). El ejercicio no funciona porque ambas ideas tienen una energía física muy enajenada, similar. No acaban de entrar ni en una propuesta ni en otra. La culpa es mía, por haber ensamblado ideas complementarias a nivel energético.

>**Andrea** queda desnuda en el suelo agotada y empapada de sudor. Le pido que haga su **ejercicio del peso** con los compañeros. Está exhausta y eso le da mucha vulnerabilidad. No se si este estado algo alterado, lo disfruta¿?. Me da la impresión que no aprovecha el cansancio para permitir que la escena adquiriera una textura diferente que la que tuvo la primera vez que ejecutó esta escena.

>**La danza de mi vida.** Adrián continúa la secuencia con su idea de aliviarse con dolor. Le pido que no teatralice el texto de la presentación, lo entiende rápidamente. Creo que el hecho que sea bailarín le facilita colocar el texto en un lugar coloquial nada teatral. El Trabajo de Adrián está lleno de verdad, la idea ha salido del interprete y tiene mucho de autoconfesional. Está trabajando por mejorar la escena, está buscando como explicarla durante la improvisación. Eso le da mucha veracidad al momento. Los demás tienen que ejecutar sus agresiones o afectos hacia Adrián. Les cuesta ser concretos con la acción. Los actores todavía no entienden que una acción es una narración en si misma.

>**Nueva Propuesta:** Daniela quiere hacer un ultimo gesto antes de perder la identidad con una propuesta de quietud, meditativa. Equilibrio con los móviles de todos a sus espaldas. Los móviles llevan grabaciones con las listas de deseos. Queremos experimentar que pasa contrastando algo muy pausado con otro material más físico y vertiginoso. La idea no funciona. No es problema actoral. Es más bien por la idea en si misma.



> **CONCLUSIÓN:** Es muy difícil crear una pequeña secuencia con materiales de naturalezas diferentes cuando a los actores no se les ha dado el tiempo de entender cada idea particular. El actor no es capaz de transitar a nivel físico y emocional de un lugar a otro con generosidad. Sin embargo, creo que es algo que se debería entrenar. Saber habitar transiciones que no comprendes a priori. La intención de hoy era jugar con las ideas de forma lúdica, pero no he conseguido conquistar la energía de los actores.

Lunes 19 de Octubre

>**Trabajo de texto** con Natalia Regidor. Natalia ha escrito el texto de la Renuncia. Una idea de renunciar a la intimidad, a su existencia. Después de renunciar a todo, el texto nos abre una imagen de la realidad con sus hijos jugando y su abuelo. Decidimos quitarle poesía y concederle más realidad. Habla de la mirada perdida de su abuelo que lleva 10 años con Alzheimer. La pérdida de la realidad.

>Recuperamos el Trabajo de **Vigilar y Castigar con los teléfonos móviles**. Es la segunda vez que cada pareja de maestros se encuentra con su propuesta. Hemos cambiado de espacio.

1º Ejercicio. Andrea y Denís.



>La primera orden es comunal a todo el grupo. Les piden que se conviertan en Hienas y busquen comida para comer y no compartir. El estímulo lo recogen todos de golpe y por una suerte de **imitación y Contagio** todos los sometidos hacen un cliché de Hiena muy parecido. Descubrimos que no hay proceso en los sometidos para ejecutar la orden y esto no beneficia al ejercicio.

>La segunda orden tiene que ver con pedir perdón con tres frases que les dan por escrito. Son tres frases certeras sobre su propia existencia, como pedir perdón por tener que comer tres veces al día. El grupo empieza la acción de forma muy banal, pero sin embargo se produce un efecto de inmersión muy interesante en los performers y pidiendo perdón.

La repetición les mete en un estado emocional muy interesante.



2ºEjercicio. Adrián y Adrián.

>La primera orden es para Denís, se tiene que desnudar, tapar la cabeza con la camiseta y caminar por el escenario lentamente. Es una imagen lenta que soprtará conceptualmente toda la propuesta.

>Mercedes y Daniela tiene que gritar cosas soeces a Denís. Lo intentan hacer repetitivo y maquinal, poco emocional. Llegan a momentos enajenados delirantes.

>Andrea tiene que decir un texto estilo conferencia sobre el actor. No asume la orden tal cual e interpreta el texto como presentador de circo. No funciona.

>Natalia grita a Mercedes que callen.

>Al fondo Adrián reza con movimientos corporales.

>La simultaneidad de todos estos materiales produce **un feísmo escénico total**, Parece mal construido, sin embargo descubro que después de 10 minutos con esta mezcla de materiales inconexos, **el feísmo adquiere fuerza y sentido. Es el factor tiempo lo que provoca que funcione la escena.**

>**Terminan besando el cuerpo desnudo de Denís.**



3º Ejercicio: Natalia y Daniela:

>Los Teléfonos móviles empiezan a sonar paulatinamente y con cada timbre de sonido se van contagiando de un ligero movimiento pélvico, sexual.

>Le piden a Mercedes que haga sonidos sexuales con micro. Puro sonido, sin compromiso emocional.

>A Andrea le piden que haga un striptease, vemos que Andrea no quiere hacerlo, le da pudor o pereza, esa actitud, provoca que la acción sea incómoda y más sórdida de la cuenta. Hay una fragilidad extrema en Andrea y eso convierte la acción en una situación dramática de ver. Muy interesante.

>Nani y Adrián tienen que hacerse cosquillas. Una acción física que transmite mucha realidad y humanidad.

>Cada acción nos habla de un tipo de seducción. **Sucede de forma fortuita esta idea de dramaturgia.**

>Al final, escena colectiva. Tienen que saltar, desvestirse y reír a carcajadas. Cada cual busca la risa de forma orgánica. No van al cliché. Esto funciona muy bien, ver a los intérpretes entrando en la emoción con diferentes ritmos.



20 de Octubre. Martes

>Trabajos personales, propuestas individuales de los actores.

1º Ejercicio: Nani sobre su identidad y su árbol genealógico.

>Nani ha escrito un discurso sobre la falta de identidad. No se siente costarricense, sin embargo tiene un ID de Costa Rica. “Mi vida es este plástico”.

>Hace un trabajo de representación con el resto de los actores, su madre, su padre, su hermano, su amiga, su grupo de amigos. Se dirige al público, pero entra en dialogo con sus familiares, un trabajo enfocado desde un lugar muy terapéutico.

NOTAS:

>Le pido a Nani que trabaje el conflicto interno, está demasiado cómoda y tranquila. Tiene que descubrir cual es el motor que le lleva a exponerse al trabajo.

>Que busque **el sacrificio** en cada encuentro con sus familiares. “Mamá eres una puta” . Le pido que se exponga más a su propio discurso.

>Romper procesos emocionales, cuando entra en una escena con algún familiar, la rompe para dirigirse al público y seguir con el relato. **El Ritmo de la escena** está en este cambio de direcciones entre el público y sus familiares.

>El estar del resto de actores en escena ha crecido respecto a los días anteriores, van entendiendo que **su presencia debe ser real, no interpretada**. Sus reacciones antes las propuestas de Nani, son mucho más espontáneas que los días anteriores.



>Le sugiero a Nani que trate al resto de interpretes como fantasmas, para facilitarle el romper con los procesos emocionales con más.

2º Ejercicio. Adrian, la danza de su vida.

>Adrián retoma la improvisación de su vida donde recibe, agresiones, besos, gritos, hostias, etc.

>La ejecución del resto de actores al hacer las acciones contra el cuerpo danzante de Adrián son más concretas, menos emocionales.

>La escucha ala improvisación de Adrián está mucho más viva. Por ejemplo: Adrián le pregunta a Denis si alguna vez mató a alguien. Denis se ríe, como expresando que por supuesto que no ha matado a nadie. Es una respuesta muy real y a la vez teatral.

>**Romper el proceso. DENTRO-FUERA.** Adrián les pide que se vayan al resto de actores en mitad de la impro. Les digo que ese gesto es muy valioso, le da veracidad a lo que está proponiendo.

>Adrián controla muy bien la intensidad del ejercicio, es él quien controla la temperatura de las agresiones, besos, etc.

>Le pido a Adrián que coja todo el teatro, su cuerpo se expande.





>Adrián recibiendo besos de Mercedes.

Miércoles 21 de Octubre

>**Propuestas individuales performativas.**

Ejercicio 1

>Natalia Arias propone trabajar con bolsas de basura industriales. Habla de desaparecer, de perder la identidad, de dejar de ser humanos.

>Yo le pido que trabajen de forma física, que no busquen razones psicológicas.

>Trabajo dentro de las bolsas, desplazamientos, relaciones entre los cuerpos. Espacio. Deformaciones con las bolsas.

>Utilizar la voz desde dentro de las bolsas para comunicarse. No funciona. Trabajan una textura gutural, muy abstracta, como si fueran zombies.

>Salir de las bolsas, pequeñas extremidades fuera, rasgar el plástico, salir de la bolsa. Les pido de nuevo que no trabajen psicológicamente, tienen tendencia a entrar en procesos emocionales con todo lo que hacen.



Ejercicio 2

>Andrea enseña al público a convivir con la tragedia de la vida. Instrucciones para entrar en una risa trágica. Todos los actores siguen las instrucciones y entran en catarsis con su risa. Se trata como de un tutorial absurdo. Le pido a Andrea que profundice en la idea de **Aprender a convivir con la tragedia**.



Ejercicio 3

>Denís aplasta una mortadela con un martillo. Esparce los trocitos delicadamente sobre el cuerpo de Daniela y Adrián. Luego se los come poco a poco. Denís intenta darle cierta comicidad antes de saber en que consiste la performance. Le sugiero que con la materia, hay que darle tiempo a la misma antes de buscar una solución racional. La acción se debe trabajar de forma física, no psicológica.



>Debate sobre los límites del actor, sobre los afectos y las contradicciones del teatro.



22 de octubre

>Trabajo dramático. Preparación de una secuencia para entender el discurso de los ejercicios:

- 1-Bolsas de Basura + Texto de Natalia Regidor (Proyectado). "Renuncio a...."
- 2-El traje nuevo del emperador. Denís desnudo a cámara lenta.
- 3-Pastoral Americana. Canción religiosa + El último gesto (Vaciar el odio) + Árbol genealógico de Nani + Infección de Coronavirus de Daniela.
- 4-Performance de la Mortadela de Denís.
- 5-Trabajo sobre el peso de Andrea y Daniela. Dolor-Placer.
- 6-La danza de la vida de Adrián.
- 7-Andrea: Herramientas para convivir con la tragedia: Saltar, desnudarse, reír. + Texto del perdón proyectado.



>Texto escrito por Natalia Regidor a partir de un fragmento de la novela Pastoral Americana de Philip Roth.

Renuncio a los recuerdos, los buenos y los malos, renuncio a revivir mis muertos.

Renuncio a mi memoria, no cargaré el peso de las vidas que me antecedieron.

Renuncio a la ducha de agua caliente al final del día que relaja mis músculos cansados.

Renuncio al agua que recorre mi cuerpo, renuncio al agua que se desliza por mi garganta.

Renuncio a los encuentros fortuitos, al café de las tardes, a la birra religiosa de las noches.

Renuncio a mi manía de los cuadernos de apuntes y las plumas negras y azules.

Renuncio a las charlas con el espejo en la soledad del baño.

Renuncio al placer de tocarme y mirarme,

Renuncio a la masturbación de los jueves.

¿Porqué quiero renunciar?

Renuncio a ser la mejor auto-saboteadora de mí misma.

Renuncio a la herencia femenina de la maternidad,

Renuncio a que me nombren con un nombre que no es el mío propio, sino el de millones de Natalias que me pre-existieron.

Renuncio a que la casa me aplaste.

Renuncio a que la rutina me salve.

Renuncio a lavar ropa los sábados
renuncio al detergente y al suavizante de la seguridad del hogar.

Renuncio al deseo.

Renuncio a Santiago y a Elisa, ellos eran mis hijos.

Renuncio a la risa, a la carcajada que nunca me ha sonado.
Y renuncio a tu risa, y a las risas de todo el mundo.

Renuncio a la infancia feliz que tuve, a la niña feliz que fui.
Renuncio al pasado y renuncio al presente.

Renuncio a tener dinero.

Renuncio a mis inseguridades, a mi vientre con estrías, a la historia de mi cuerpo.

Renuncio a mi familia, al almuerzo alrededor de la mesa, a la cocina de leña de mi abuela.

Renuncio a la semilla, que cíclicamente se seca en la tierra llovida y seca de los climas extremos.

Renuncio al abrazo,
Renuncio a ese espacio salvo de dos cuerpos encontrándose.

Renuncio al pecho de mi madre.
Renuncio a la canción de cuna de mi padre.

Renuncio a gritar.
Renuncio a mi voz, mi voz era un ruido
Mi voz desapareció antes incluso de haber renunciado a ella.

La ventana de mi cocina tiene una hermosa vista al patio de mi casa, al trampolín de mis hijos. Y los veo allí, jugando, corriendo, montando en bicicleta, riéndose a carcajadas. La lluvia que cae como cortina por esta ventana abierta donde entra el aire generoso.

Me cruzo con la mirada de mi abuelo, su mirada vaciada por 10 años de Alzheimer

Nati: abuelo como me llamo yo?

Abue: (silencio largo)

Nati: Natalia.

Abue: que bonito nombre: Natalia, ¡La felicito!

Que le dure mucho el nombre!