

LA LLAVE DE ORO DEL ENTRENAMIENTO ACTORAL: SILENCIAR EL EGO

THE GOLDEN KEY OF ACTING TRAINING: SILENCE THE EGO

M^a Dolores Puerta Agüera

Escuela Superior de Arte Dramático de Córdoba

“Miguel Salcedo Hierro”

Ana Belén Cañizares Sevilla

Universidad de Córdoba

Rosario Ortega Ruiz

Universidad de Córdoba

RESUMEN

Una de las premisas que forman parte del vademécum teatral es que *el actor debe actuar sin conciencia*. Explicar su importancia, la genealogía de la idea y su aplicación teatral, partiendo de cuatro referentes de la pedagogía teatral europea: Konstantín Stanislavski, Jerzy Grotowski, Michael Chejov y Peter Brook, son los objetivos de este artículo. Qué duda cabe que son muchos otros los que la formulan, pero comprender su importancia y vislumbrar los conceptos psicológicos y filosóficos que han contribuido a formularlo, nos pone en el camino de retroalimentar la pedagogía teatral desde corrientes más contemporáneas.

Palabras clave: Conciencia, inconsciente, Pedagogía de la actuación, flow, olvido de sí.

ABSTRACT

One of the premises which form part of our theatre lexicon: *the actor should act instinctively*. To explain its importance, the development of the idea and its application to theatre use four references of European theatre teaching, and so Konstantin Stanislavsky, Jerzy Grotowski, Michael Chejov and Peter Brook are the objectives of this article. Doubtless there are many others that would be appropriate to understand and realise the importance of psychological and philosophical concepts that have

contributed to its formulation and form the basis for reviving theatre teaching from more contemporary trends.

Keywords: awareness, unconscious, System for the teaching of acting, flow, self-forgetfulness,

Así pues, el tiro de arco no se realiza tan solo para acertar el blanco; la espada no se blande para derrotar al adversario; el danzarín no baila únicamente con el fin de ejecutar movimientos rítmicos. Ante todo, se trata de armonizar lo consciente con lo inconsciente.

DAISETZ T. SUZUKI

1. INTRODUCCIÓN

La reflexión ayuda al pedagogo y al actor a eliminar ideas preconcebidas que le han impedido captar significados más profundos sobre la genealogía de una idea heredada de la pedagogía teatral, es un ejercicio con el que se abren nuevos significados.

Vamos a organizar este periplo alrededor de dos epígrafes. En el primero, exponemos las representaciones de los términos *conciencia e inconsciente* en el discurso de cuatro reconocidos pedagogos de la interpretación: *Konstantin Stanislavski, Jerzy Grotowski, Michael Chejov y Peter Brook*. Nos acercaremos a la llave con la que intentan abrir las puertas del inconsciente para que su fuerza creadora fluya. En un segundo epígrafe contemplamos ambos conceptos desde una perspectiva psicológica más contemporánea, concretamente desde los conceptos *Olvido de sí* de Maslow y *Flow* de Mihaly Csíkszentmihályi.

Tomando como punto de partida la comprensión de la metodología que proponen los maestros, podemos resolver el conflicto que expresa el estudiante de arte dramático cuando por un lado se le insiste en desarrollar la conciencia para el actor, y de otro lado se encuentran con esta formulación de los grandes pedagogos.

2. ACTUAR SIN CONCIENCIA SEGÚN STANISLAVSKI, GROTOWSKI, CHEJOV Y PETER BROOK

Para iniciar esta búsqueda es necesario partir de un denominador común entre los grandes pedagogos de la actuación: La conciencia no es la fuente de la creación, sino el inconsciente, siendo, además, la primera un factor perturbador en la creación artística. Pero, ¿Cómo abrir las puertas del inconsciente para que su fuerza creadora fluya? Efectivamente, es común el interés por encontrar unas vías que permitan al actor dialogar con su inconsciente, al que conciben desde distintas perspectivas, una fuente de creación y de autenticidad, naturaleza y verdad.

Comencemos, pues, con la explicación que ofrece el maestro de todos ellos: Konstantín Stanislavski. Desde su vasta experiencia, comprendió que el actor no estaba dotado por naturaleza de la capacidad para entregarse totalmente y por completo al trabajo creativo y sincero en el escenario. Una *actuación sincera* está relacionada con la inspiración y con el subconsciente, y no con un control racional de la técnica. Al mismo tiempo, que para el subconsciente actúe, el actor debe trabajar con recursos conscientes. En otras palabras, el actor debe utilizar un entrenamiento consciente para preparar el camino al subconsciente, de manera que la inspiración viene a ser una forma de actuar sin conciencia:

Cuando un actor está absorbido por un objetivo patético, de modo que arroja con apasionamiento todo su ser a esa ejecución, alcanza un estado que llamamos inspiración. En él, casi todo lo que hace es subconsciente y no posee comprensión consciente de como realiza su propósito (Stanislavski, 1963, p.21).

La conciencia, a diferencia del inconsciente, es representada como una libertad limitada por la razón y los convencionalismos y, lo más importante, para el actor es aprender a que esta conciencia no interfiera en el inconsciente cuando éste está en acción (Stanislavski 1963, p.129). Desde este planteamiento, decidió proveer al actor con un sistema estable para crear vida en el escenario, desarrollando lo que denominó la *psicotécnica*. En ella, propone tres conceptos básicos en su método: el *si mágico*, las *circunstancias dadas* y la *memoria emotiva* (Ósipovna, 1998, p.26). El primero de ellos es el “*si mágico*”, que es el “*si*” condicional. Ejemplo: “*si*” escuchara ese ruido en la noche... ¿Qué haría?. Ese “*si*” condicional, es el encargado de enviar el primer impulso para que se desarrolle el proceso creador, despertando en el artista la actividad interna y externa. Pero si el “*si mágico*” es el encargado de dar comienzo a la creación, las “*circunstancias dadas*”, son el segundo recurso encargado de desarrollarla. Sin ellas el “*si*” no puede adquirir su fuerza de estímulo. Significa la historia de la obra, los hechos, eventos, tiempo, lugar de la acción, condiciones de vida, la interpretación de los actores... todas las *circunstancias que son dadas* a un actor para ser tomadas en cuenta, al crear su papel (Stanislavski, 1963, p.40).

Un último concepto, imprescindible de esta primera etapa en la búsqueda de la verdad, es la “*Memoria emotiva*” con la que se hacían revivir las sensaciones o sentimientos que experimentamos alguna vez. Planteaba al actor trabajar sobre recuerdos personales y luego mecanizarlos, para que, por un medio automático, mediante la simple conexión con las imágenes del pasado, apareciese el estado emocional en el escenario. Sin embargo, descubre que estos recursos no son infalibles, en la medida que no funciona como base estable de esa vivencia que desea instalar en el escenario.

Es en ese punto, donde arranca una investigación que, a primera vista parecería contradecir toda su investigación precedente, pero que, por el contrario, viene a completarla: *Las acciones físicas*. Esta acción, en la concepción stanislavskiana puede ser tanto externa como interna, por lo que no necesariamente deberá manifestarse a través del movimiento físico. A su vez, toda acción deberá tener una justificación interna (un “para

qué”) y ser lógica, coherente y posible en la realidad. Stanislavski enseñaba al actor a descubrir, tras cada réplica del texto, el sentido auténtico que lo impulsaba a una acción, que produjera en él un estímulo para expresar una u otra idea. Reconoce que debajo de cualquier hecho y suceso hay un sentido interior, el misterio de la acción, como lo expresa (Ósipovna, 1996, 67).

En suma, Stanislavski propone como recursos conscientes del actor para acceder al inconsciente: El *sí mágico*, *las circunstancias dadas*, y la *memoria emotiva* que es sustituida al final por *las acciones físicas*.

A continuación, nos acercamos a la mirada que de este asunto tiene Grotowski, compartiendo con Stanislavski una creencia en que la conciencia debe abstenerse de actuar en el acto creativo. Si el actor está consciente de su cuerpo, no puede penetrar en y revelarse a sí mismo. El cuerpo debe liberarse de toda resistencia; debe cesar virtualmente de existir ha de aprender a realizar todo inconscientemente en las fases culminantes de su actuación cuando está trabajando en su actuación debe aprender a no añadir elementos técnicos (Grotowski 1999, p.30)

Sintetiza Grotowski la misma idea cuando comenta “el actor busca eliminar su cuerpo, de modo que todo movimiento de manifestación encuentre vía libre para su exteriorización. Pero a la vez, en este desgastar el cuerpo para dominarlo, lo interno parece enriquecerse y potenciarse” (Ludueña, 2007, p.42) Es importante reparar en que el silenciar o acallar el cuerpo potencia lo interno. Esta vía negativa como método cobra su sentido, en cuanto no se trata de una suma de recursos y técnicas con las que se tiene que hacer el actor, sino más bien saber lo que no tiene que hacer.

Grotowski encontró que para realizar ese diálogo con el inconsciente y convertir en acción o gesto el material encontrado, la mente del actor debe aprender a permanecer pasiva de la forma correcta; entonces el flujo de impulsos corporales le conducirá hacia un proceso profundo. También será imprescindible el *silencio* durante las largas sesiones de entrenamiento. Significaba una mayor concentración y ampliación de la conciencia entendiendo este término como conocimiento, percepción. Según su experiencia, el silencio exterior es imprescindible para conseguir el silencio interior. En esta línea, para Grotowski, el actor deberá aprender a no pensar en los elementos técnicos como condición necesaria para la autopenetración. Luego, la conciencia estará relacionada con el pensamiento y el observador interno. A la vez relaciona la conciencia con la máscara, con aquella parte de nuestra personalidad que se identifica con el rol que ejerce en la sociedad, es decir con los convencionalismos como lo hace Stanislavski. Efectivamente, solo resquebrajando la máscara, el actor tendrá acceso a su inconsciente. Así lo explica Grotowski:

El teatro solo tienen sentido si nos permite trascender nuestra visión estereotipada, nuestros sentimientos convencionales y costumbres, nuestros arquetipos de juicio, no solo por el placer de hacerlo, sino para tener una experiencia de lo real y entrar, después de haber descartado las escapatorias cotidianas y las mentiras, en un estado de íntima revelación para entregarnos y descubrirnos. Así, mediante el choque, mediante el estremecimiento que

nos produce el abandonar las máscaras y deformaciones, somos capaces, sin esconder nada, de encomendarnos a algo que no podemos definir, pero donde habitan Eros y carités (Grotowski, 1999, p. 215).

De otro lado, parece que el ideal plotiniano de la superación de la materia, que está presente en Grotowski, la encontramos en esa intuición de que ese estado de inconsciencia es ayudado por la acción de purificar su cuerpo trabajando todas las resistencias para olvidarlo (Ludueña, 2007).

Continuando el rastro de la hebra en torno a la idea de inconsciencia, Michael Chejov, el destacado discípulo de Stanislavski, una de las figuras más importantes del teatro del primer tercio del siglo XX (sobrino del dramaturgo Antón Chejov) en su formulación de actividad creativa dice:

Lo único que tenemos que hacer en el escenario es descubrir gradualmente que cuando la psicología y el cuerpo se encuentran y se unen en nuestra vida subconsciente, tenemos que excluir un elemento perturbador de nuestra profesión, se trata de nuestro intelecto que intenta interferir en nuestras emociones, en nuestro cuerpo, en nuestro arte (Chejov 2006, p.43).

Chejov entiende por intelecto el pensar, admite que intelecto es un término demasiado elevado, pero clarifica que hace referencia a la aproximación fría, seca y analítica a cuestiones que no pueden ser abordadas así. Sugiere que debemos confiar en el entrenamiento de nuestro cuerpo, por un lado, y en el entrenamiento de las emociones, por otro; y, por supuesto, trabajar con la imaginación. Observamos que comparte la idea de que el pensamiento debe estar silenciado en el acto creativo. Si bien, en otro fragmento afirma que el excluir el intelecto no significa que haya que volverse tonto. Por el contrario, se debe confiar en las emociones del cuerpo y no fiarse de ese lúcido y calculador asesino que está en nuestra cabeza, porque más tarde, “cuando vea que no puede acabar con el cuerpo o las emociones, el intelecto se volverá muy útil, porque estará a merced del actor” (Chejov 2006, p.44).

Chejov asocia la conciencia al intelecto y lo consideraba un obstáculo para acceder al inconsciente, buscaba la verdad y la calidad de la actuación a través de la intuición y la imaginación. Siguiendo el ejemplo de su maestro, buscó incansablemente y llegó a recomendarle que cambiara la *memoria afectiva* por la imaginación pura. De las tres fases activas de la mente, soñar, recordar, pensar, o imaginar, considera a la *imaginación* realmente eficaz en la creación artística (Chejov, 1999, p.32).

La idea de que el actor puede ir más allá del dramaturgo de la obra, es determinante para comprender la técnica de Chejov, basada principalmente en imágenes, especialmente viscerales, que pasaban por alto los procesos mentales complicados y secundarios (Mendiguchía, 2004, p. 117). El gesto psicológico era la clave que le permitía acceder al subconsciente del actor, pues, únicamente el movimiento o acción concentrada y repetible, despierta la vida interior del actor y su imagen cinética lo sustenta mientras actúa en escena (Chejov, 1999, p.43).

Vale la pena seguir explorando esta paradoja entre conciencia e inconsciencia en el acto creativo en otro importante hombre de teatro como es Peter Brook, amigo íntimo y colaborador de Grotowski. Considera que el actor, dado que está condicionado por los productos de su conciencia también lo están, debe realizar esfuerzos de acercarse al inconsciente para encontrar una verdad. Para ello, considera necesario crear un espacio vacío para que nazca algo fresco, así lo expresa:

La labor del actor se ha basado en ciertos gestos y expresiones aceptados que hoy rechazamos. (...) Busca en su interior un alfabeto que también está fosilizado (...) lo que cree espontáneo está condicionado. Si el perro de Paulov improvisara, seguiría salivando al tocar la campana, convencido que obra por su propia cuenta, orgulloso de su atrevimiento (Brook, 1986, p. 150).

La metáfora de Paulov nos parece muy clarificadora. De alguna manera, Brook postula trascender las fronteras de lo conocido, de lo ya sabido; liberarse del condicionamiento que sufre el actor; de tics y automatismos, silenciando el intelecto para abrirse a un impulso más profundo y alcanzar un producto creativo. Esta vía es posible mediante *ejercicios de improvisación*, con el objetivo de alejarse de lo condicionado en el actor, que él llamaba teatro mortal:

El objetivo de la improvisación y de los actores durante los ensayos es siempre el mismo: alejarse del teatro mortal. No se trata de rociarse con desenfadada euforia, como a menudo sospechan los extraños, puesto que la finalidad es llevar al actor una y otra vez a sus propias barreras, a los puntos donde desarrolla una mentira en lugar de la verdad recién encontrada. El actor que interpreta falsamente una gran escena parece falso al público porque instante a instante, en su progresión de una a otra actitud del personaje, sustituye los detalles reales por otros falsos; mediante actitudes de imitación, ofrece minúsculas, transitorias e inauténticas emociones (...) la finalidad de un ejercicio de adiestramiento es reducir, estrechar más y más el origen de la mentira. Si el actor es capaz de encontrar y comprender ese momento, quizá pueda abrirse a un impulso más profundo, más creativo (Brook, 1986, p.51).

La visión de Brook, está muy influenciada por la tradición oriental de la verdad. El condicionamiento del ser humano es producido, desde ésta visión, por los pensamientos que se repiten una y otra vez de manera automática, y producen las mismas respuestas como en el perro de Paulov. El ser humano cree ingenuamente que las decisiones y reacciones las realiza por cuenta propia. La salida de este condicionamiento ya la conocemos: acallar la mente.

El principal obstáculo es una excesiva racionalidad, que ponemos en marcha para luchar contra el miedo de quedar en evidencia. El espacio se llenará de creatividad cuando no se busque la seguridad. El artista debe realizar el viaje para acceder a la profundi-

dad, atraer formas de la naturaleza y se debe dejar caer en el abismo de la inconsciencia de la incertidumbre, para hacerse con una información no condicionada.

Llegados a este punto, podemos converger en que los cuatro pedagogos nombrados hasta el momento, entienden que el inconsciente tiene un papel que jugar en el arte. No como las antiguas teorías platónicas de inspiración divina, donde el artista estático no era plenamente consciente de la creación. Ahora, el artista se conduce en una búsqueda activa, aunque paradójicamente para dialogar con el inconsciente tenga que interrumpir el control *yoico* de la conciencia. De modo que los maestros dan por hecho que el trabajo actoral genera un proceso dialógico entre consciente e inconsciente, y que para abrir la puerta de ese diálogo es necesario silenciar el ego, la conciencia, el pensamiento... pero ¿Qué significado tiene ese inconsciente?

Stanislavski caracteriza la libertad que confiere el inconsciente, con cualidades como las de audaz, voluntariosa, activa, que siempre se mueve hacia delante y la de tener un propósito con un entendimiento que no es racional (Stanislavski, 1963, p.129). Hay estudios, como los de Alonso (1989) que apuntan a Von Hartmann como el inspirador de la idea de inconsciente en Stanislavski, en tanto que en toda Europa su noción de función autónoma creadora, compensadora del inconsciente, fue desarrollada medio siglo después por Gustav Jung.

En cuanto a Grotowski, Chejov y Brook, su concepto de inconsciente posibilita el progresivo acercamiento y desvelamiento por autopenetración de contenidos de carácter arquetipal y personal que es necesario objetivar para expresar algo vivo y hacer progresos reales en nuestra cultura. Forman parte de la verdadera naturaleza del individuo, al que hay que dar voz si queremos ofrecer elementos vivos a nuestra propuesta artística.

Este concepto de inconsciente tiene fuertes resonancias de Jung (véase la entrevista de Mago Glantz a Grotowski, en *Hacia un teatro pobre*, 1999). Como podemos observar, son concepciones muy diferentes del inconsciente, pero en cierto modo están relacionadas y nos lleva a formularnos otra pregunta ¿Cómo se produce esa dinámica, ese diálogo, que permite servirnos creativamente del inconsciente? En el psicólogo junguiano Erich Neumann (1974) encontramos algunas respuestas:

Para entender la función creativa del inconsciente, partimos del hecho de que el inconsciente produce sus formas de manera espontánea, de manera análoga a la Naturaleza, la cual desde el átomo hasta el cristal pasando por la vida orgánica, así como por las estrellas y los planetas crea espontáneamente formas susceptibles de impresionar al hombre por su hermosura. Debido a que este trasfondo y sustrato del mundo psicofísico está siempre trayendo a la luz nuevas formas, es que lo llamamos creativo. Y al aspecto desconocido de la Naturaleza que engendra sus formas del mundo externo, le corresponde otro aspecto desconocido, el inconsciente colectivo, que es la fuente de toda creación psíquica: religión y rito, organización social, conciencia y, finalmente, arte. Los arquetipos del inconsciente colectivo son intrínsecamente estructuras psíquicas carentes de forma que se vuelven visibles en el arte. Los arquetipos se ven afectados por el medio a través del cual cobran forma; esto es, su forma varía según el tiempo, el lugar y la constelación psicológica del individuo en quien se manifiestan. De esta manera, desde un inicio el hombre es un creador de símbolos, quien construye su característico mundo

espiritual-psíquico a partir de los símbolos en los que habla y piensa del mundo circundante, pero también a partir de las formas e imágenes en que surge en él su experiencia numinosa (Neumann 1974, párr. 3).

3. ACTUAR SIN CONCIENCIA DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOLÓGICA CONTEMPORÁNEA

Si acudimos a la psicología para abordar las distintas representaciones que estos pedagogos han tenido de la conciencia, podemos afirmar, sin ningún temor a equivocarnos, que éstas se relacionan con el conocimiento y percepción que tenemos de nuestros propios pensamientos, es decir, con la capacidad de la mente de percibirse a sí misma, con la atención, la concentración y con ese observador interno testigo de la acción.

Ahora bien, entre lo consciente y lo inconsciente hay un mediador que, dependiendo del paradigma psicológico con el que lo alumbremos, se denomina yo, persona o ego. No solo cambia el nombre, sino las funciones que se le adjudican, y, por tanto, las dinámicas entre lo consciente e inconsciente se explicarían desde otra perspectiva. Si avanzamos unas décadas, desde el movimiento psicoanalítico ortodoxo, podemos apreciar que a partir de la psicología profunda hay un interés y un énfasis creciente en el ego, entendiéndolo no sólo como un intermediario entre el consciente y el inconsciente. Desde otra perspectiva, Erikson (1950), escritor insigne de la psicología del ego, concibe el yo como polaridad de lo que uno siente que es y de lo que otros creen que eres.

A partir de este momento entran en escena los psicólogos llamados del ego, psicólogos fenomenológicos, psicólogos del crecimiento, psicólogos rogerianos, psicólogos humanistas, entre los que Rogers y Maslow encuentran sus máximos exponentes.

Desde este prisma, Maslow plantea que una persona a la hora de realizar una actividad artística, o de cualquier otra índole, puede trabajar con más autenticidad e implicación personal. Así entiende que *el sí mismo* participa en la actividad cuando lo que denomina el *ego autoobservador* y el *ego experiencial* están menos dissociados de lo habitual, favoreciendo un estado de autenticidad e implicación personal en la actividad, o lo que es lo mismo, el sujeto está tan centrado en la tarea, en la acción, que se olvida de su ego. Se produce, lo que él llama *unolvido de sí*.

Este concepto encuentra similitudes con acallar la conciencia, o silenciar el ego. Curiosamente, para que se dé un olvido de sí es necesario que el autoobservador desaparezca y los niveles de atención y concentración en la acción aumenten. Encontramos una similitud muy reveladora, en tanto que es la necesaria desaparición del *autoobservador* y la *desaparición del pensamiento* al aumento de *concentración* en la acción, como llave para que el flujo del inconsciente despierte el acto creativo según dicen los pedagogos que estamos estudiando.

Lo que nos parece aún más interesante es que esta visión más coetánea puede servirnos como marco referencial para propiciar ese estado en la pedagogía de las enseñanzas artísticas, dado que esta visión psicológica se adapta mejor a contextos educativos. Efectivamente, pensamos que este *olvido de sí*, es uno de los caminos que permite autentici-

dad en el acto creativo actoral. Este estado implica, intrínsecamente, estar absorto en la acción, una disminución del miedo, de las inhibiciones, de la necesidad de artificialidad, menos temor al ridículo, a la humillación o al fracaso. Todas estas características forman parte del olvido de sí (Maslow, 1994, p.94).

De otro lado, el concepto de *Flow* propuesto por el psicólogo húngaro Mihaly Csikszentmihályi, está muy conectado con lo expuesto. En sus estudios sobre la creatividad, subraya como uno de los principales elementos que lo que la propicia es que la *autoconciencia* desaparezca. En la vida cotidiana, explica, estamos siempre controlando la apariencia que presentamos ante otras personas; estamos atentos a defendernos de las potenciales ofensas y deseos de causar buena impresión, y esa conciencia del yo es una carga en la actividad creativa y artística. En el *fluir* estamos demasiado absortos en lo que estamos haciendo para preocuparnos de proteger el ego. Generalmente salimos de él con un mejor concepto de nosotros mismos. Es como si saliésemos de los límites del ego y nos convirtiéramos, al menos temporalmente, en una realidad más grande. Paradójicamente, el yo se dilata cuando se olvida de sí mismo (Csikszentmihályi, 2011, p. 141).

El autor define este *fluir*, por tanto, como aprender a no enjuiciar nuestro desempeño, a abandonar todo juicio cuando entramos en acción, e implicarnos en lo que se está realizando. Esa es una de las claves para tener una experiencia de flujo. La preocupación por el uno mismo desaparece cuando se está fluyendo, igual que los agobios o los pensamientos negativos. Simplemente no hay atención sobrante para preocuparse de las cosas a las que normalmente en la vida diaria dedicamos tanto tiempo. Cuando un actor está completamente implicado en las demandas inmediatas de la acción, pierde conciencia del self como “observador” separado. El propio “ego” que puede intervenir entre el self y el entorno desaparece temporalmente en el estado de flujo (Csikszentmihályi y Jackson, 1975, p 42).

El olvido de sí y del resultado, equivale a lo que Csikszentmihályi denomina *pérdida de cohibición o de autoconciencia*. Nos explica, que probablemente el obstáculo más grande para experimentar el “flow”, es de hecho, la propia persona. Con frecuencia prestamos demasiada atención a la “persona social” que mostramos a los otros y evaluamos nuestras acciones y pensamientos en base a lo pensamos que se espera de nosotros. La pérdida de conciencia de uno mismo, es decir, la liberación de las expectativas de los otros y de nosotros mismo, es una experiencia liberadora que no es frecuente sentir en el escenario. La íntima conexión con la actividad no deja rastros de duda sobre el propio ser (Csikszentmihályi y Jackson, 2002, p.47).

Thomas Richards, discípulo de Grotowski, es muy claro al respecto y nos avisa de la importancia de observar nuestro comportamiento y el de los demás en la vida cotidiana. Advierte de la no conveniencia de instalar en nosotros un observador interno en el escenario, ni en el trabajo creativo, porque entiende que es un adversario del actor y bloquea las reacciones naturales (Richards, 2005, p.173).

4. CONCLUSIONES

A partir de esta exposición, llegamos al convencimiento de la importancia de seguir investigando fórmulas que propicien que ese *observador interno*, como es denominado por unos, o esa *autoconciencia*, como la llaman otros, no se instale en el trabajo creativo de nuestro alumnado de arte dramático en el escenario. Sin embargo, las actividades que se muestran en el escenario, acentúan la autoevaluación, la preocupación por la imagen y la duda en la preparación, debido a su naturaleza pública y a la gran cantidad de oportunidades de juicio que aporta. El actor, antes que nada, evalúa su actuación e inmediatamente lo hacen otros, tales como el director, los compañeros y también el público, juzga lo bien o lo mal que lo está haciendo, por lo que el número de fuentes de evaluación se multiplican. No es sorprendente entonces, que los actores sean a menudo autocríticos. Pero si no acabamos aprendiendo a ignorar, hasta cierto punto, las evaluaciones externas y a liberarnos de la preocupación por la imagen social, la autenticidad de nuestra actuación se verá duramente afectada.

Stanislavski, Grotowski, Chejov y Brook recurren a aspectos casi idénticos en torno a la importancia de que el actor tenga una gran capacidad de concentrar su mente en la tarea, para que las distracciones queden excluidas de la conciencia, de manera que solo sea consciente de lo que hace en el momento aquí y ahora. Es, pues, preciso que encontremos fórmulas que favorezcan el incremento de concentración y atención. Han pasado algunos años desde que propusieran los diferentes caminos y ejercicios de entrenamiento a sus alumnos para que pudieran experimentar la autenticidad y verdad en sus tareas actorales. Efectivamente en sus diferentes tentativas y desde el paradigma psicológico que imperaba en ese momento, buscaban el silenciar el ego, acallar la conciencia de los actores y su observador interno, para preparar una actitud adecuada para un encuentro con lo creativo. Coincidieron que son la llave para dialogar con el inconsciente.

De otro lado, ya no siguen vigentes las dinámicas de laboratorios de investigación, ni las relaciones maestro-discípulo son las mismas, y el panorama psicológico se ha ampliado con nuevas aportaciones. Se hace necesario encontrar métodos que acerquen al estudiante de arte dramático a esa autenticidad en la tarea escénica, pero desde perspectivas que se adapten al contexto educativo donde se realizan las experiencias de enseñanza-aprendizaje, integrando los nuevos paradigmas psicológicos y los avances que se estén produciendo en otras ramas de las ciencias. Consideramos que el concepto de *Flow* de Mihaly Csíkszentmihályi, puede responder a estas exigencias.

Es sorprendente, que ya en el siglo XIII se preguntaran por la compleja tarea de silenciar el ego, lo que nos confirma la importancia de prestar atención a esta cuestión: “¿Cómo puede, el hombre que ha nacido y alcanzado una vida intelectual, quedar vacío de toda imagen como cuando todavía no era? ¿No es cierto que sabe mucho de cuanto son las imágenes? ¿Cómo puede, sin embargo, estar vacío?” (Eckhart, 2011, p.61)

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, B. (1989). *Nociones sobre el concepto de inconsciente en las obras de P. Janet y S. Freud*. (Tesis doctoral). Editorial de la Universidad Complutense de Madrid.
- Blum, G. (1967). *Psicodinámica: la ciencia de las fuerzas mentales inconscientes*. Alcoy: Editorial Marfil.
- Brook, P. (1986). *El espacio vacío*. Barcelona: Ediciones Península.
- Brook, P. (1999). *La puerta abierta*. Barcelona: Alba editorial.
- Chejov, M. (2006). *Lecciones para el actor profesional*. Barcelona: Alba.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Fluir*. Una psicología de la felicidad. Barcelona: Kairós.
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Creatividad*. El flujo y la psicología del descubrimiento y la psicología del descubrimiento y la invención. Barcelona: Kairós.
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Aprender a fluir*. Barcelona: Kairós.
- Eckhart, M. (2011). *El fruto de la nada*. Madrid: Alianza editorial s.a.
- Grotowski J. (2009). *Respuesta a Stanislavski*, extraído de: ADE: teatro; revista de la asociación de directores de España, 128,106.
- Grotowski, J. (1999). *Hacia un teatro pobre*. España: Siglo veintiuno de España editores.
- Jung, K. (1969). *El hombre y sus símbolos*. Madrid: Aguilar.
- Ludueña, E. (2007). *El escultor y el actor*. Miguel Angel y Jerzy Grotowski ante el neoplatonismo. *Revista ramona*, 71,42-44.
- Maslow, A. (1973). *El hombre autorrealizado*. Hacia una psicología del ser. Barcelona: Kairós.
- Mendiguchía, A. (2004). *El actor en escena: Formación, presencia escénica y evolución del concepto del cuerpo expresivo en la renovación teatral europea del siglo XX*. (Tesis doctoral). Editorial de la Universidad Pontificia de Salamanca.
- Neumann, E. (1974). *Art and the creative unconscious*. New York: Princeton. Disponible en <http://traduccionesjunguianas.blogspot.com.es/2012/10/arte-e-inconsciente-creativo-ensayo-ii.html>
- Odette A. (1974). *El actor en el siglo XX*. Evolución de la técnica, problema ético. Barcelona: Colección Comunicación Visual.GG.
- Ósipovna, K. M. (1996). *El último Stanislavski*. Madrid: Fundamentos.
- Ósipovna, K. M. (1998). *La palabra en la creación actoral*. Madrid: Fundamentos
- Richards, T. (2005). *Trabajar con Grotowski sobre las acciones físicas*. Barcelona: Alba Editorial.
- Stanislavski, C. (1963). *Manual de actor*. México: Diana.