

Repensando la pedagogía teatral: Una lectura de los aportes de Stanislavski en relación a la ciencia cognitiva actual.

Sol Alonso (UNRN)

salonso@unrn.edu.ar

Introducción

En los últimos treinta años la ciencia cognitiva ha avanzado significativamente en el entendimiento de cómo funciona nuestro cuerpo-mente. Desde la psicología, la filosofía y la neurociencia llegan a las disciplinas artísticas conceptos como el *embodiment* (mente corporeizada o encarnada) y *mapas neuronales*. Estos descubrimientos se basan en estudios empíricos llevados adelante con aparatología impensada en la época en que Stanislavski indagaba sobre una técnica posible para lograr lo que él denominaba *la pequeña verdad* o la vida en escena. Sin embargo, desde la práctica escénica el maestro ruso abordó muchos de los procesos mentales y corporales que estudia la ciencia cognitiva actual: las emociones, los sentimientos, los pensamientos, la imaginación y la memoria.

Stanislavski (1863-1938) pasó su vida intentando dilucidar cuál era el mejor camino para acceder a una actuación orgánica (referida a la vida), “lo que yo busco en el arte es algo natural, algo orgánicamente creativo, que pueda infundir vida humana a un papel de por sí inerte” (Stanislavski 1988: 148). Tras este objetivo trabajó por más de cincuenta años para lograr trazar los más estrechos y directos lazos entre lo que él llamaba *la naturaleza externa* (física) y *la naturaleza interna* (psicológica) del papel. Si bien no de una manera explícita, el maestro ruso se ha ocupado del eterno dualismo entre mente y cuerpo indagando en la práctica sobre de qué manera se influyen mutuamente. Intentó así dilucidar, por ejemplo, cuáles son los fundamentos de la emoción y si es posible acceder a ésta a partir de procedimientos corporales.

En este trabajo nos proponemos analizar brevemente algunos de los procesos utilizados por el director ruso que en la última década comienzan a vincularse desde las investigaciones teatrales con conceptos desarrollados, en base a experimentación empírica, por la ciencia cognitiva actual. Relacionaremos entonces las investigaciones de Stanislavski con las indagaciones de Mark Johnson en concordancia con lo que sentimos y conceptualizamos como

mente, los conceptos de emoción y sentimiento desarrollados por Antonio Damasio y las descripciones de procesos cognitivos como la memoria de parte de Joseph LeDoux.

A partir de estas vinculaciones pretendemos abrir un espacio para replantearnos cuáles son las metáforas conceptuales que aplicamos a la hora de enseñar actuación. Entendemos que una mayor comprensión de un concepto holístico de cuerpo-mente va a respaldar prácticas que promuevan una relación integrada entre fisicalidad, pensamiento, emoción y expresión.

Hacer consciente lo inconsciente

Stanislavski notaba en la práctica que muchos de los procesos corporales y mentales cotidianos (como las emociones) que quería llevar a la escena, no estaban disponibles al acceso consciente, “nuestro subconsciente es inaccesible a nuestra consciencia” (Stanislavski: 1988: 28). Por otro lado, entendía que sólo la implicancia total del cuerpo-mente del actor podría llegar a conmover a los espectadores. El director hace referencia en varias ocasiones a la necesidad de desarrollar “una psicotecnia consciente que despierte la creación subconsciente de la naturaleza.” (Ibíd.: 263).

Una de las características del entendimiento de la mente de la ciencia cognitiva actual es que gran proporción de la actividad del cerebro ocurre inconscientemente y en consecuencia no está disponible para la introspección. Por tal motivo, al no poseer una comprensión total de lo que acontece en nuestra vida cotidiana, nos basamos en conceptos metafóricos de la relación cuerpo-mente que luego trasladamos a nuestras prácticas escénicas y pedagógicas. El profesor y director Rick Kemp, en su libro *Embodied Acting*, hace referencia a la metáfora del *cuerpo como contenedor* (body as a container) que desarrolla el filósofo Mark Johnson en *The body in the mind* en relación a lo que sentimos y conceptualizamos como mente.

En el análisis propuesto por Johnson la metáfora no es sólo una característica del lenguaje, sino que es fundamental para la cognición, ya que los conceptos abstractos de los que somos conscientes, son formados metafóricamente mediante nuestra experiencia física en el mundo material. En palabras de Johnson:

Somos conscientes inmediatamente de nuestros cuerpos como contenedores de tres dimensiones en los que ponemos ciertas cosas (comida, agua, aire) y del que emergen hacia afuera otras cosas (desechos, aire, comida, etc.). Desde el comienzo

experimentamos contención física en nuestro alrededor (esas cosas que nos envuelven). Nos movemos adentro y afuera de ropas, habitaciones, vehículos y numerosos tipos de espacios delimitados.

(Johnson: 1987:21 traducción propia)

Esta experiencia kinética del cuerpo como contenedor se transfiere a las sensaciones y conceptos de la mente, y por lo tanto crea la noción de la misma como algo con un límite, que separa el exterior del interior y que tiene contenidos, *la mente como contenedor*.

Otro de los conceptos desarrollados por Johnson (en base a investigaciones anteriores) que ayudarían a comprender la permanencia de la dualidad cuerpo/mente, a pesar que las investigaciones empíricas de la ciencia cognitiva actual demuestren lo contrario, es un fenómeno llamado *recessive body*. El cuerpo recesivo (traducción propia) implica que nuestros órganos de percepción están diseñados para ocultar a nuestra conciencia muchos de los procesos corporales y mentales para no interferir en e impedir nuestra experiencia instantánea y fluida del mundo material. Un ejemplo claro de esto es que podemos ver algo, pero no somos conscientes de lo que está haciendo el ojo para que veamos. Del mismo modo, solo podemos percibir lo más evidente de procesos corporales-mentales más complejos como las emociones. Podemos percibir una aceleración en el ritmo cardíaco y en la respiración, pero no tenemos conciencia de lo que ocurre a nivel cerebral en regiones específicas implicadas en el proceso como la amígdala. Según Johnson el cuerpo hace este trabajo maravilloso a escondidas para que podamos enfocar nuestra atención en los objetos de nuestro deseo y atención. “El resultado principal de estas formas de desaparición corporal es la sensación de que nuestros pensamientos e incluso nuestros sentimientos, suceden de alguna manera independiente de nuestros procesos corporales” (Johnson: 2007: 6 traducción propia).

La metáfora del cuerpo como contenedor y fenómeno del cuerpo recesivo echan algo de luz sobre la dificultad de comprender al cuerpo-mente como una unidad y sobre el por qué de continuar pensando los procesos actorales y prácticas pedagógicas en base a la dicotomía simplificada de los enfoques psicológicos (de adentro hacia afuera) o físicos (de afuera hacia adentro).

Los enfoques de Stanislavski

Raúl Serrano (pedagogo y director argentino), ha analizado la obra del director ruso y fue uno de los primeros en diferenciar claramente dos momentos en su trabajo. El primer momento llamado *El Sistema de Stanislavski* comprende una serie de trabajos y condiciones para el abordaje de la escena. En este primer momento encontramos las herramientas de: La concentración de la atención, la imaginación, la memoria emotiva; etc. En el segundo momento y ya casi al final de su vida, Stanislavski se acerca a lo que él mismo denominó *El método de las acciones físicas*. Estos dos períodos comprenden la búsqueda del maestro para poder anclar los procesos internos del actor en algún material confiable, poder repetirlos y lograr una contundencia escénica previsible y repetible.

En este trabajo nos enfocaremos únicamente en algunos de los procesos planteados por el director dentro de su primer sistema, y del posterior método de las acciones físicas, que entendemos se pueden vincular con elementos particulares correspondientes a los avances de la ciencia cognitiva actual.

Damasio y la diferenciación entre emoción y sentimiento

En la actualidad, el neurólogo portugués Antonio Damasio que ha dedicado su vida al estudio de las bases neurobiológicas de la vida humana, aborda específicamente los procesos de las emociones y los sentimientos y cómo estos se manifiestan en nuestro organismo. A partir de la realización de estudios sobre enfermedades neurológicas, Damasio propone la hipótesis de que la emoción precede al sentimiento y junto con sus colegas comienza a cartografiar la geografía del cerebro sentiente.

Si tomamos como referencia las investigaciones de Damasio acerca de las emociones y los sentimientos, podemos reconocer la siguiente diferenciación: Las emociones son el fundamento de los sentimientos y son anteriores a éstos en la evolución. Están constituidas a base de reacciones simples que promueven sin dificultad la supervivencia de un organismo. En los seres humanos, estas reacciones automáticas crean condiciones en el organismo que, una vez cartografiadas en el sistema nervioso (mediante mapas: circuitos de neuronas localizadas en lugares específicos del cerebro), pueden representarse como placenteras o dolorosas y eventualmente conocerse como sentimientos, acontecimientos mentales que forman la base de la mente.

Los sentimientos son la representación de un estado particular del cuerpo, es la idea de que el mismo se encuentra de determinada manera. Ellos nos permiten prestar atención al cuerpo intensamente durante un episodio/estado emocional: *en vivo* cuando nos dan imágenes perceptuales del cuerpo o mediante *retransmisiones* cuando nos presentan imágenes evocadas del estado corporal apropiado a determinadas circunstancias en los sentimientos *como sí*, que desarrollaremos más adelante.

En el proceso de los sentimientos, junto con la percepción del estado del cuerpo, está la percepción de pensamientos con temas concordantes con la emoción provocada. Estos pensamientos a su vez pueden provocar nuevos estímulos para el surgimiento de emociones. Esta percepción se realiza a través de una operación de alto nivel: metarrepresentaciones de nuestro propio proceso mental, una parte de la mente representa otra parte de la misma.

En base a estas definiciones podríamos decir que lo que hizo Stanislavski a lo largo de sus búsquedas fue trabajar con los sentimientos, ya que éstos son procesos más complejos que incluyen a las emociones.

Memoria de las emociones

En 1911 Stanislavski escribía: “La vinculación inseparable entre las sensaciones físicas y las impresiones espirituales es una ley de la naturaleza misma” y ya por entonces se planteaba el problema de si era posible estimular las emociones a partir de la naturaleza física, es decir desde lo exterior hacia lo interior. Luego, influenciado por referentes de la psicología de la época (Ribot entre otros), abandona esta idea y desarrolla un sistema de actuación introspectivo planteando el camino inverso: del interior al exterior, utilizando la memoria emotiva. Esta técnica proponía al actor una introspección en relación a momentos personales vividos con emociones intensas y a partir de esos recuerdos, recuperar los estados emocionales y poder ingresarlos en la escena: “Su memoria emocional puede hacer volver sentimientos que usted ya experimentó” (Stanislavski 1988:157).

Desde un enfoque biológico, la memoria es un evento neuroquímico, la activación de un patrón neural, es una manera de procesar la experiencia. Según el neurocientífico y músico LeDoux, nuestro cerebro aprende y guarda mucha información en redes que funcionan fuera de nuestro conocimiento consciente. Cuando recordamos reactivamos ese patrón neural y hacemos

consciente esa experiencia o mejor dicho algunos de los rastros o huellas corporales y mentales de la misma, la memoria “es una reconstrucción de hechos y experiencias sobre la base de cómo fueron almacenados, no de cómo realmente sucedieron” (LeDoux 2002: 97).

Al parecer son muchos los factores que inciden en la recuperación en el presente de esas experiencias pasadas. No solamente se relaciona con cómo fueron almacenadas estas experiencias sino con la situación presente en la que nos encontramos cuando nos consultan sobre la misma o la recordamos: preocupaciones, intereses y estados de ánimo. No recordamos los eventos como sucedieron sino que es más bien un proceso reconstructivo que refleja nuestras inquietudes presentes y nuestras experiencias pasadas, muchas veces en una manera muy distinta a lo que experimentamos en el pasado. Al recordar no estamos reviviendo algo, sino que estamos teniendo una nueva experiencia en el momento, atrayendo experiencias pasadas formateadas por nuestra situación actual y nuestra imaginación. En este proceso de construcción la imaginación tiene un papel crucial, como veremos más adelante en el desarrollo del *Sí Mágico* de Stanislavski.

Damasio, por su parte, llama estímulo emocionalmente competente (EEC) al objeto o acontecimiento cuya presencia, real o en rememoración mental, desencadena la emoción, las respuestas son automáticas. Los objetos emocionalmente competentes pueden ser reales o recordados de memoria. Estos recuerdos pueden ser inconscientes y desencadenar una emoción o pueden traerse conscientemente al presente como una imagen reconstruida de un momento pasado; el efecto es similar, aunque puede variar la intensidad. Mediante una técnica conocida como tomografía de emisión de positrones (TEP), Damasio y sus colegas pudieron comprobar cómo el pensar en un episodio emotivo desataba en los sujetos un estado emocional que modificaba los mapas cerebrales y desataba la posterior aparición del sentimiento.

Ambos, director y neurólogo, comprobaron en la práctica la vinculación de estos procesos mentales: la emoción y la memoria.

El *Sí mágico*

Entre las herramientas creadas por Stanislavski en sus primeras búsquedas encontramos el *Si mágico*, la misma actúa como una palanca que les permite a los actores activar el imaginario para despegar de la realidad cotidiana y trasladarse a una realidad escénica imaginaria. Stanislavski propone estimular la imaginación mediante imágenes sensoriales convocadas a partir

de preguntas en relación a una circunstancia imaginaria como ¿qué pasaría si nos encontráramos afuera en la nieve? Esta imagen visual dispara asociaciones de sensaciones corporales en relación a esa situación ficcional y el actor ingresa en ella accionando en consecuencia. A partir de esta estimulación imaginaria, llegan a la mente-cuerpo imágenes sensoriales como el frío, el viento, etc. Podemos relacionar este proceso mental con lo que Damasio denominó *bucle corporal como si*. En ninguno de los casos hay estímulos reales para las reacciones corporales y emocionales exteriorizadas. Para Damasio es evidente que el cerebro puede simular internamente determinados estados corporales-emocionales. El mencionado *bucle corporal como sí* implica una simulación cerebral interna que consiste en la rápida modificación de los mapas corporales” (Damasio 2006:114).

Estos dos procesos, el *Sí mágico* de Stanislavki y el *bucle corporal como si* de Damasio, trabajan sobre las áreas de sensación del cuerpo; para el neurólogo estas regiones constituyen “una especie de teatro donde no sólo pueden <representarse> estados corporales <reales>, sino que asimismo pueden ejecutarse surtidos variados de estados corporales <falsos>” (ibíd.: 116) mediante el proceso del *como si*.

Método de las acciones físicas

Hacia 1929, en el plan de dirección de la obra *Otelo*, Stanislavski comienza un enfoque del personaje en relación a la naturaleza física de la acción. Siguiendo en esta línea, en los últimos años de su trabajo, hace una profunda revisión de su tarea y esboza sus investigaciones sobre lo que él denominó el *método de las acciones físicas*. Éste requería que para llevar adelante la escena, el actor trazara a partir de las circunstancias dadas extraídas del análisis de la obra, una línea de posibles acciones físicas que su personaje realizaría a partir de verse inmerso en determinada situación. La pregunta que el actor debía realizarse era: ¿Qué haría yo (actor) si me encontrara en determinada circunstancia? A partir de este supuesto el actor comenzaba a actuar en consecuencia.

Por ese entonces Stanislavski proponía a los actores “atraer por reflejo la vida espiritual a través de la vida física, que es la más accesible” (Stanislavski 1977: 265). Además, aseveraba que el actor se aproxima a la emoción no buscando provocarla directamente, sino a través de una correcta organización su propia vida física.

En relación a las investigaciones de Damasio, lo que podemos decir respecto del abordaje de las acciones físicas es que si los sentimientos son los mapas cerebrales del estado del cuerpo cuando éste se implica desde la acción frente a un estímulo emocionalmente competente (EEC), el involucrar el cuerpo desde la acción física logrará desencadenar procesos mentales que pueden conducir a los sentimientos. Ampliaremos este punto en el siguiente apartado.

Gestionar los procesos

En este punto es importante llevar la atención a un aspecto crucial de nuestra existencia como seres humanos: la conciencia. Damasio define la conciencia como “el proceso por el que una mente se ve imbuida por una referencia que llamamos yo, y se dice que sabe de su propia existencia y de la existencia de objetos a su alrededor (Damasio 2006: 176). Este fenómeno implica que podemos representar y gestionar nuestra vida interior. “No es solo que los seres humanos mostremos compasión, sino que sabemos que sentimos compasión (ibíd.: 162). Podemos esforzarnos intencionadamente por controlar nuestras emociones, por un lado, decidir sobre nuestra exposición a los estímulos que producen dichas reacciones, por el otro, frente a una reacción emocional, la continuación e intensidad del estado se encuentra a merced del proceso cognitivo que se desarrolla. Sobre el escenario y fuera de éste, podemos incidir en el mantenimiento, amplificación o mitigación de la emoción a partir de nuestros pensamientos y acciones. Los actores, al accionar corporalmente (acciones físicas) en escena, podemos provocar y reaccionar frente a EEC reales como por ej. el abrazo de un partenaire. Según los procesos descritos por la neurobiología actual, los actores podríamos gestionar el desencadenamiento de la aparición de emociones y sentimientos mediante metarrepresentaciones del propio proceso mental, pudiendo incorporar pensamientos y acciones que lo amplifiquen o mitiguen. “Los patrones transitorios del estado corporal cambian rápidamente bajo las influencias mutuas y reverberantes de cerebro y cuerpo durante el despliegue de una ocasión de sentimiento” (Ibíd.: 130).

A modo de conclusión

Como pedagogos entrenarnos a los actores en un proceso que simultáneamente combina todas las características de vivir la vida real porque el material con el que trabajamos es el mismo: el cuerpo- mente del actor. Entendemos que es de suma importancia integrar a nuestras

prácticas pedagógicas el potencial de la ciencia cognitiva para iluminar el proceso de la actuación.

La dualidad cuerpo-mente, sigue prevaleciendo en nuestra construcción subjetiva y a la hora de analizar la tarea del actor en nuestra labor como formadores de actores. En este y otros trabajos, hemos intentado exponer algunas de las razones por las cuáles esto ocurre. Nos planteamos por qué nos resultaría difícil desligarnos de expresiones conceptuales que inciden en nuestra tarea como las que distinguen entre actuaciones y prácticas pedagógicas construidas desde enfoques de tipo psicológico (de adentro hacia afuera) o de tipo físico (de afuera hacia adentro). Como expone Kemp (2012: 93), muchas de las diferencias proclamadas en los distintos abordajes sobre la actuación, son en realidad diferencias en la clase de metáfora utilizada para describir los procesos corporales-mentales del actor.

En el siglo XX y a lo largo de más de cincuenta años de experimentación escénica, Stanislavski se dedicó a analizar en la práctica los procesos necesarios para lograr la implicancia total del actor en escena. Creemos que ésta y otras experiencias de investigación empírica de las disciplinas artísticas, son de vital importancia para la ciencia cognitiva actual, por lo que se debe continuar fomentando la vinculación e intercambio entre las mismas.

Por último, como intuía el maestro ruso, en la práctica los procesos se dan con un alto grado de imbricación y es difícil delimitar cuál es el fin de un proceso físico y el comienzo de uno mental y emocional. Es nuestro suponer que el abordaje de la mente corporizada de la ciencia cognitiva actual tranquilizaría al maestro ruso, “lo que llamamos “mente” y lo que llamamos “cuerpo” no son cosas separadas más bien aspectos de un proceso orgánico” (Johnson 2007:2).

Bibliografía

- Blair, R., 2008. *The Actor, Image and Action*. New York, Routledge.
- Damasio, A., 2006. *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Barcelona, Dakontos.
- Johnson, M., 1987. *The body in the mind*. Chicago, University of Chicago Press.
- Johnson, M., 2007. *The meaning of the body*. Chicago, University of Chicago Press.
- Kemp, R. 2012. *Embodied Acting: what neurocienci tells us about performance*. New York,

Routledge.

-LeDoux, J., 2002. *Synaptic Self: How our brains become who we are*. New York, Penguin Books.

- Kristi, G., 1963. "Stanislavki, maestro del teatro moderno", en El Correo, año 6, n° 11: 12-23.

- Serrano, R., 2004. *Nuevas tesis sobre Stanislavski - Fundamentos para una teoría pedagógica*. Buenos Aires, Atuel.

- Serrano, R., 2013. *Lo que no se dice-Una teoría de la actuación*. Buenos Aires, Atuel.

- Stanislavski, C., 1976. *Mi vida en el arte*. Buenos Aires, Siglo veinte.

-Stanislavski, C., 1977. *El trabajo del actor sobre su papel*. Buenos Aires, Editorial Quetzal.

- Stanislavski, C., 1988. *Un Actor se prepara*. Buenos Aires, Javier Vergara Editor.

- Stanislavski, C., 1997. *El trabajo del actor sobre sí mismo*. Buenos Aires, Editorial Quetzal.

- Stanislavski, C., 1998. *El arte escénico*. Méjico, Siglo Veintiuno Editores.