

MÉTODO DE CREACIÓN DE PERSONAJES DE JERZY GROTOWSKI



Por Daniel Rosas Martínez

Marzo 2025

Teatro Red

www.teatrored.com

“Si deseas crear una obra maestra, debes evitar siempre las bellas mentiras.” - Jerzy Grotowski

Método de Creación de Personajes de Jerzy Grotowski

Introducción

Jerzy Grotowski (1933-1999) fue un visionario del teatro contemporáneo cuya influencia transformó el enfoque tradicional de la actuación. Fundador del concepto de **teatro pobre**, Grotowski centró su trabajo en reducir el teatro a sus elementos esenciales: el actor y el espectador. En este contexto, su método de creación de personajes busca despojar al actor de distracciones externas (decorados, vestuario elaborado, efectos especiales) para que su cuerpo y voz sean los principales vehículos de expresión.

El método de Grotowski enfatiza la búsqueda de la verdad a través del sacrificio personal del actor. Según él, el actor debe ser un instrumento puro y expresivo, capaz de explorar las emociones más profundas a través de un proceso de descondicionamiento, entrega y entrenamiento físico extremo.

En palabras de Grotowski: *"El actor debe despojarse de todas las máscaras sociales para revelar su yo más auténtico en el escenario"* (Grotowski, 1968, p. 34).

Proceso de Creación de Personajes

1. Descondicionamiento del Actor

El primer paso en el método de Grotowski es liberar al actor de los patrones de comportamiento y movimiento adquiridos en la vida cotidiana. Esto implica deshacerse de las limitaciones físicas, emocionales y psicológicas.

- **Ejercicio:**

El actor realiza un entrenamiento físico y vocal riguroso para descondicionar su cuerpo.

- Ejemplo: Movimientos repetitivos y dinámicos como saltos o caídas controladas, combinados con ejercicios de respiración para encontrar la libertad corporal.

"El actor debe destruir las barreras que lo separan de su propia autenticidad física y emocional" (Grotowski, 1968, p. 50).

2. Entrenamiento Corporal y Vocal

El cuerpo y la voz del actor son considerados instrumentos esenciales para expresar al personaje. Este entrenamiento se caracteriza por su intensidad y precisión.

a) Cuerpo como Herramienta Principal

- El actor trabaja en desarrollar un control total sobre su cuerpo, explorando movimientos orgánicos y dinámicos.
- Se enfoca en acciones físicas precisas que comunican la esencia del personaje.

Ejercicio:

El actor experimenta con movimientos que van desde lo más pequeño (movimientos de los dedos) hasta lo más amplio (saltos, giros). Explora cómo estos movimientos reflejan diferentes emociones o estados del personaje.

b) Voz como Expresión Física

- La voz se entrena como una extensión del cuerpo, buscando liberar sonidos no verbales, cantos y gritos que conecten con las emociones más profundas.

Ejercicio:

- El actor produce sonidos espontáneos mientras realiza acciones físicas intensas, como correr en círculos o girar, para conectar la voz con el cuerpo.

3. Eliminación de Barreras Psicológicas

Grotowski sostenía que los actores deben abandonar el ego y las máscaras sociales para alcanzar un estado de vulnerabilidad total.

Ejercicio:

- El actor trabaja en ejercicios de confianza grupal, como permitir que otros actores manipulen su cuerpo o se involucren en ejercicios de contacto físico.
 - Este proceso fomenta la entrega emocional y la pérdida de inhibiciones.

4. Trabajo con Acciones Psico-Físicas

El método de Grotowski enfatiza que las emociones del personaje deben surgir de las acciones físicas y no al revés. Este enfoque asegura que el trabajo del actor sea auténtico y esté conectado al momento presente.

Ejemplo:

- En lugar de "actuar tristeza", el actor realiza una acción física, como arrastrarse lentamente mientras exhala profundamente, dejando que la emoción surja de la acción.

Ejercicio:

- El actor elige una acción física que represente el objetivo del personaje y la repite hasta que las emociones emergen espontáneamente.

5. Conexión con el Espacio y los Espectadores

Grotowski veía el espacio teatral como una extensión del cuerpo del actor. Los actores exploran cómo sus movimientos y emociones afectan el espacio y a los espectadores.

Ejercicio:

- El actor interactúa con los espectadores moviéndose entre ellos, buscando crear una conexión emocional directa.
 - Esto elimina la barrera tradicional entre el actor y el público.

6. Integración de Todos los Elementos

El trabajo final del actor consiste en integrar el cuerpo, la voz, las emociones y las acciones en una actuación que trascienda las convenciones tradicionales.

- **Ejemplo:**
En una escena de confrontación, el actor utiliza movimientos físicos precisos, como pasos bruscos hacia el espectador, mientras proyecta sonidos no verbales para intensificar la emoción.

El método de Grotowski no solo es un sistema técnico, sino una filosofía que transforma al actor en un canal de expresión pura y auténtica. A través del trabajo físico y emocional extremo, el actor revela las capas más profundas de su humanidad, conectando con los espectadores de manera visceral.

Aplicación Práctica: Don Quijote según el Método de Jerzy Grotowski

Personaje seleccionado: Don Quijote

Obra: *Don Quijote de la Mancha* de Miguel de Cervantes

Características principales del personaje:

- Un idealista que persigue sueños de caballería en un mundo que no comprende su visión.
- Combina nobleza y ternura con un cierto grado de delirio.
- Su físico y comportamiento reflejan su conflicto interno entre la fantasía heroica y la realidad.

Aplicación del Método de Grotowski

1. Descondicionamiento del Actor

Ejercicio:

El actor comienza liberando su cuerpo de tensiones y patrones de movimiento cotidianos:

1. Realiza movimientos repetitivos como giros, saltos y caídas suaves para soltar el cuerpo.
2. Explora cómo caminaría Don Quijote en sus momentos de euforia y cansancio extremo.
 - Ejemplo: Un andar elevado y rígido cuando se imagina un caballero, contrastado con un caminar pesado y vacilante después de sus derrotas.

2. Entrenamiento Corporal y Vocal

Cuerpo como Herramienta Principal:

- **Ejercicio de control corporal:**
El actor practica moverse como si llevara una armadura pesada, explorando cómo afecta su postura y movimientos.
- **Exploración de contrastes:**
 - Movimiento amplio y heroico cuando imagina ser un caballero.
 - Movimientos pequeños, casi frágiles, cuando enfrenta la realidad.

Voz como Expresión Física:

- El actor trabaja con tonos de voz que reflejen los cambios emocionales de Don Quijote.

- Ejemplo: Un tono grave y solemne para sus discursos heroicos, combinado con risas nerviosas o suspiros cuando se enfrenta al fracaso.

Ejercicio:

1. Produce sonidos guturales mientras realiza una acción física, como cargar una lanza imaginaria.
2. Experimenta con cambios rápidos entre tonos de voz heroicos y vulnerables.

3. Eliminación de Barreras Psicológicas**Ejercicio:**

1. El actor se entrega emocionalmente a una escena donde Don Quijote enfrenta una derrota.
2. Permite que otros actores (en roles como Sancho Panza o el público) interactúen físicamente con él, rompiendo su "burbuja" de idealismo.
3. Refleja este conflicto interno a través de movimientos y gestos amplios que luego se reducen gradualmente.

4. Trabajo con Acciones Psico-Físicas**Ejemplo Práctico:**

En la escena de los molinos de viento, el actor utiliza acciones físicas para expresar el idealismo y la frustración de Don Quijote:

- Se inclina hacia adelante como si cargara contra un enemigo invisible.
- Realiza movimientos amplios y dramáticos al luchar contra el viento imaginario.
- Cuando es derribado, su cuerpo refleja la derrota física y emocional.

Ejercicio:

1. El actor repite esta acción física varias veces, enfocándose en cómo cambian sus emociones con cada repetición.
2. Integra sonidos no verbales (gritos, jadeos) para intensificar la expresión emocional.

5. Conexión con el Espacio y los Espectadores

Ejercicio:

1. El actor utiliza el espacio para representar la grandiosidad de la imaginación de Don Quijote.
 - Camina por el escenario como si estuviera en un vasto campo de batalla.
2. Interactúa directamente con el público, hablándoles como si fueran su ejército o el pueblo que debe proteger.

Escena Ejemplo: Monólogo frente a los Molinos de Viento

Contexto:

Don Quijote ve los molinos de viento como gigantes que amenazan su ideal caballeresco.

Aplicación Práctica:

1. **Descondicionamiento:**
 - El actor realiza movimientos de calentamiento para liberar el cuerpo.
2. **Acción física:**
 - Corre hacia el molino imaginario con pasos amplios y dramáticos, gritando órdenes heroicas.
3. **Transformación emocional:**
 - Cuando cae, su cuerpo refleja la lucha interna: movimientos más pequeños, respiración entrecortada.
 - Permite que surja un momento de vulnerabilidad, mostrando al hombre detrás del caballero.

Reflexión Final

Trabajar el personaje de Don Quijote con el método de Grotowski permite al actor explorar el idealismo, la vulnerabilidad y el conflicto interno del personaje a través de un enfoque físico y emocional intenso. Este proceso transforma al actor en un canal expresivo que conecta con la esencia más pura del caballero andante.

Referencias

Grotowski, J. (1968). *Towards a Poor Theatre*. Routledge.

Schechner, R. (2001). *Performance Theory*. Routledge.

Slowiak, J., & Cuesta, J. (2007). *Jerzy Grotowski*. Routledge Performance Practitioners.

Allain, P., & Harvie, J. (2006). *The Routledge Companion to Theatre and Performance*. Routledge.