

MÉTODO DE CREACIÓN DE PERSONAJES DE SANFORD MEISNER



Por Daniel Rosas Martínez

Marzo 2025

Teatro Red

www.teatrored.com

“Actuar es la capacidad de vivir con verdad bajo circunstancias imaginarias.”- Sanford Meisner

Método de Creación de Personajes de Sanford Meisner

Introducción

Sanford Meisner (1905-1997) es reconocido como uno de los grandes maestros del teatro y la actuación en Estados Unidos. Discípulo de Konstantin Stanislavski, Meisner desarrolló un enfoque innovador que enfatiza la autenticidad emocional, la conexión con el compañero de escena y la verdad del momento presente. Su método, conocido como la **Meisner Technique**, se centra en ayudar a los actores a "salir de sus cabezas" y vivir de manera espontánea dentro de las circunstancias del personaje.

A diferencia de métodos que se enfocan en la memoria emocional, Meisner buscó eliminar la autoconsciencia del actor y reemplazarla con una conexión genuina con su entorno y sus compañeros. Este enfoque es particularmente útil en el cine y la televisión, donde la cámara capta incluso los matices más sutiles de la actuación.

En palabras de Meisner: *"Actuar es vivir con verdad bajo circunstancias imaginarias"* (Meisner, 1987, p. 15). Este principio guía cada aspecto de su método, desde los ejercicios iniciales de repetición hasta la construcción avanzada de personajes.

Proceso de Creación de Personajes

1. Ejercicios de Repetición

El corazón de la técnica de Meisner es el **ejercicio de repetición**, diseñado para entrenar la escucha activa y la respuesta espontánea. Este ejercicio ayuda al actor a conectar emocionalmente con su compañero sin depender de una planificación previa.

- **Ejercicio básico:**
 1. Dos actores se enfrentan y repiten frases simples sobre lo que observan mutuamente.
 - Ejemplo: "Tienes una camisa azul." / "Tengo una camisa azul."
 2. Gradualmente, el tono y la intención cambian en función de las emociones que surgen.
 - Por ejemplo, la misma frase puede pasar de ser neutral a cargarse de enojo o tristeza.
 3. El objetivo es que las respuestas sean genuinas y surgidas del momento.
- **Aplicación al personaje:**

Una vez dominado el ejercicio, se utiliza para explorar las emociones y respuestas del personaje en diferentes circunstancias.

2. Preparación Emocional

Meisner creía que el actor debe estar emocionalmente disponible antes de entrar en escena. La **preparación emocional** permite al actor conectar con los estados emocionales necesarios para el personaje.

- **Ejercicio:**
 1. El actor identifica una emoción clave del personaje en una escena (por ejemplo, tristeza).
 2. Busca un recuerdo, imagen o situación imaginaria que le provoque esa emoción.
 3. Mantiene esa conexión emocional mientras entra en escena, permitiendo que se combine con lo que surge en el momento.

3. Trabajo con las Circunstancias Imaginarias

Meisner enfatiza la verdad emocional dentro de las **circunstancias imaginarias** del personaje. Esto significa que el actor debe vivir plenamente dentro del mundo de la obra, dejando que las circunstancias impulsen sus emociones y acciones.

- **Ejercicio:**
 1. El actor crea una lista detallada de las circunstancias dadas del personaje:
 - ¿Dónde está?
 - ¿Qué está haciendo?
 - ¿Qué quiere?
 2. Se enfoca en cómo estas circunstancias afectan físicamente su cuerpo y emociones.
 3. Practica actuar desde estas circunstancias sin premeditar sus respuestas.

4. Construcción del Personaje

Para Meisner, la construcción del personaje no comienza con la psicología, sino con las acciones. El actor desarrolla al personaje a través de objetivos claros y una conexión con su entorno.

- **Superobjetivo y Objetivos Secundarios:**
 - El actor identifica lo que el personaje quiere lograr en toda la obra (superobjetivo).
 - Desglosa este objetivo en metas específicas para cada escena.
- **Acciones:**
 - Cada objetivo se traduce en una acción física o verbal concreta.

- Por ejemplo, si el objetivo es "reconciliarme con mi hermano", las acciones pueden incluir acercarse físicamente, ofrecer disculpas o intentar un contacto visual.

5. Escucha Activa y Respuesta Espontánea

Uno de los principios clave del método es que el actor debe estar completamente presente en la escena, escuchando y respondiendo a lo que su compañero le da.

- **Ejercicio:**
 1. En una escena, el actor practica reaccionar solo a lo que su compañero dice o hace, sin planificar de antemano.
 2. Esto fomenta la autenticidad en las interacciones del personaje.

Ejercicios Clave

1. **Repetición Avanzada:**
 - Se añaden emociones y objetivos específicos al ejercicio de repetición para explorar el personaje en profundidad.
2. **Puertas Abiertas y Cerradas:**
 - El actor practica entrar y salir de una escena con un objetivo emocional claro.
 - Ejemplo: Entrar en una habitación con la intención de recuperar un objeto importante mientras lidia con el miedo de ser descubierto.
3. **Circunstancias Extremas:**
 - El actor practica reaccionar a situaciones imaginarias intensas, como recibir una noticia devastadora o experimentar una alegría inesperada.

El método de Meisner transforma la actuación en una experiencia viva y auténtica, basada en la conexión genuina con el momento presente. Su énfasis en la escucha activa, la preparación emocional y las respuestas espontáneas lo convierten en una herramienta fundamental para los actores que buscan interpretar personajes reales y emocionalmente complejos.

Aplicación Práctica: El Principito según el Método de Sanford Meisner

Personaje seleccionado: El Principito

Obra: *El Principito* de Antoine de Saint-Exupéry

Características principales del personaje:

- Un niño lleno de curiosidad, ingenuidad y sabiduría poética.
- Explora el universo buscando respuestas sobre la amistad, el amor y el significado de la vida.
- Su carácter combina una profunda sensibilidad emocional con una visión simple pero trascendental del mundo.

Aplicación del Método Meisner al Principito

1. Ejercicio de Repetición

El Principito es un personaje que observa profundamente y responde con sinceridad. Para explorar esta cualidad, el actor puede usar el ejercicio de repetición.

Ejercicio:

1. Dos actores se enfrentan; uno interpreta al Principito y el otro a su interlocutor (como el Aviador).
2. Comienzan con una observación simple:
 - **Aviador:** "Tienes un sombrero."
 - **Principito:** "Tengo un sombrero."
3. A medida que el ejercicio avanza, las emociones emergen:
 - **Aviador (curioso):** "Ese sombrero parece raro."
 - **Principito (serio):** "No es un sombrero. Es una serpiente que se comió un elefante."
4. El objetivo es mantener la verdad emocional del momento, reaccionando sin premeditación.

2. Preparación Emocional

El Principito experimenta emociones como la soledad, la curiosidad y el anhelo. El actor debe estar emocionalmente disponible para expresar estas cualidades.

Ejercicio:

1. El actor identifica una emoción clave de una escena específica (por ejemplo, la soledad en el desierto).
2. Utiliza recuerdos personales o situaciones imaginarias para evocar esa emoción.
 - **Ejemplo:** Recordar un momento de aislamiento o imaginarse solo en un vasto desierto.
3. Mantiene esa emoción mientras interactúa con el Aviador, permitiendo que evolucione en la escena.

3. Circunstancias Imaginarias

La historia del Principito transcurre en un universo fantástico, y el actor debe sumergirse completamente en estas circunstancias.

Ejercicio:

1. El actor visualiza su planeta, el asteroide B612, con sus tres volcanes y su única rosa.
 - ¿Cómo se siente estar en un lugar tan pequeño?
 - ¿Qué emociones despierta la relación con la rosa?
2. Luego, explora cómo cambia su perspectiva al viajar a otros planetas y encontrarse con personajes como el Rey o el Farolero.

Pregunta clave:

- “¿Qué pasaría si yo fuera un niño que viaja por el universo buscando respuestas sobre la vida?”

4. Construcción del Personaje

El Principito se define por su curiosidad y su capacidad para ver lo esencial, algo invisible a los ojos.

- **Superobjetivo:** Entender la naturaleza del amor y la amistad.
- **Objetivos secundarios:**
 - Conocer a diferentes personajes y aprender de ellos.
 - Enseñar al Aviador a ver el mundo con los ojos del corazón.

Acciones:

- Cada interacción con un personaje tiene un propósito claro:
 - Con la Rosa: Protegerla y entender su amor.
 - Con el Aviador: Ayudarlo a reconectar con su propia esencia.

Ejercicio:

El actor practica cada objetivo como una acción concreta:

- Al hablar con el Aviador, se acerca físicamente y establece contacto visual, mostrando interés genuino.
- Al cuidar la Rosa, realiza gestos delicados y protectores.

5. Escucha Activa y Respuesta Espontánea

El Principito responde a los estímulos de manera auténtica, sin premeditar. Esto es clave para mantener la frescura del personaje.

Ejercicio:

1. El actor improvisa una escena con un compañero que interpreta al Aviador.
2. El Aviador puede cambiar su tono o actitud (de curioso a impaciente, por ejemplo), y el Principito debe responder de manera espontánea y sincera.

Escena Ejemplo: El Encuentro con el Aviador**Contexto:**

El Principito se encuentra con el Aviador en el desierto, estableciendo una conexión que transformará a ambos.

Aplicación Práctica:

1. **Preparación emocional:**
 - El actor se concentra en la emoción de estar perdido y solo, antes del encuentro.
2. **Circunstancias imaginarias:**
 - Imagina la vastedad del desierto, el calor abrasador y la inmensidad del cielo.
3. **Ejercicio de escucha activa:**
 - El Aviador pregunta: "¿Qué haces aquí?"

- El Principito responde, reaccionando a la intención del Aviador en lugar de a las palabras literales:
 - **Aviador (curioso):** "¿Qué haces aquí?"
 - **Principito (sincero):** "Estoy buscando ovejas para proteger a mi rosa."

El Principito es un personaje ideal para explorar el método de Meisner, ya que requiere una conexión auténtica con el momento presente y una respuesta sincera a su entorno y sus compañeros. A través de ejercicios como la repetición, la preparación emocional y la construcción de circunstancias imaginarias, el actor puede crear una interpretación viva y profundamente conmovedora de este personaje icónico.

Referencias

Meisner, S., & Longwell, D. (1987). *Sanford Meisner on Acting*. Vintage.

Exupéry, A. de S. (1943). *El Principito*. Reynal & Hitchcock.

Krasner, D. (2000). *Method Acting Reconsidered: Theory, Practice, Future*. St. Martin's Press.

Merlin, B. (2007). *The Complete Stanislavsky Toolkit*. Nick Hern Books.