

Método de Creación de Personajes de Konstantin Stanislavski



Por Daniel Rosas Martinez

Febrero 2025

Teatro Red
www.teatrored.com

"Amar el arte en ti mismo, no a ti mismo en el arte"
— Konstantin Stanislavski

Método de Creación de Personajes de Konstantin Stanislavski

Introducción

- Biografía breve de Konstantin Stanislavski (1863-1938)
- El Sistema de Stanislavski y su revolución en la actuación
- Conceptos clave: superobjetivo, circunstancias dadas, método de las acciones físicas
- Filosofía fundamental: "Amar el arte en ti mismo, no a ti mismo en el arte"

Proceso de Creación de Personajes según Stanislavski

1. **Análisis del Guion y del Personaje**
 - Comprensión del Texto
 - Circunstancias Dadas
 - Objetivos del Personaje (Superobjetivo y objetivos secundarios)
2. **Trabajo con las Circunstancias Dadas y el "¿Qué Pasaría Si?"**
 - Exploración de las Circunstancias Dadas
 - El "¿Qué Pasaría Si?"
3. **Método de las Acciones Físicas**
 - Principios fundamentales
4. **Exploración de la Vida Interior del Personaje**
 - Conexión Emocional
 - Construcción de un Banco Emocional

Aplicación Práctica: Cenicienta según el Método de Stanislavski

- **Análisis del Guion y del Personaje**
 - Circunstancias Dadas para Cenicienta
 - Objetivos del Personaje
- **Trabajo con las Circunstancias Dadas y el "¿Qué Pasaría Si?"**
 - Ejercicios de imaginación activa
- **Método de las Acciones Físicas**
 - Acciones Físicas Concretas
 - Conexión entre Acción y Emoción
- **Exploración de la Vida Interior del Personaje**
 - Conexión Emocional Personal
 - Construcción del Banco Emocional
- **Integración de Todos los Elementos**
 - Ensayos con Técnica Completa

Reflexión Final

Referencias



www.teatrored.com

DANIEL ROSAS MARTINEZ
Febrero 2025

Introducción

Konstantin Stanislavski (1863-1938) es ampliamente reconocido como uno de los padres de la actuación moderna. Su enfoque, conocido como el **Sistema de Stanislavski**, revolucionó la forma en que los actores abordan la creación de personajes al enfatizar la verdad emocional y psicológica en el escenario. Este método tiene como objetivo que los actores se conviertan en sus personajes, creando actuaciones auténticas y profundamente conectadas con las circunstancias de la obra.

Stanislavski introdujo conceptos clave que transformaron el entrenamiento actoral, como el **superobjetivo**, las **circunstancias dadas**, el **método de las acciones físicas** y la exploración del "¿Qué pasaría si?". Según él, la actuación no es un simple acto de imitación, sino un proceso creativo que combina elementos físicos, psicológicos y emocionales.

El método se basa en la premisa de que los actores deben vivir sinceramente en las circunstancias imaginarias de la obra, utilizando tanto su imaginación como sus propias experiencias para construir personajes complejos y auténticos. En palabras de Stanislavski, *"Amar el arte en ti mismo, no a ti mismo en el arte"* (Stanislavski, 1936).

Este documento explora el proceso de creación de personajes según el método de Stanislavski, incluyendo sus principios fundamentales, ejercicios prácticos y una aplicación detallada con un personaje icónico.

Proceso de Creación de Personajes según Stanislavski

El proceso de creación de personajes en el método de Stanislavski es un enfoque estructurado que combina análisis detallado, imaginación activa y conexión emocional. Este método permite al actor vivir la verdad del personaje dentro de las circunstancias de la obra.

1. Análisis del Guion y del Personaje

a) Comprensión del Texto

- El actor comienza con una lectura analítica del guion para comprender el contexto, el arco narrativo y los eventos principales de la obra.
- Identifica:
 - El tema principal de la obra.
 - Las motivaciones del personaje.
 - Los conflictos internos y externos que enfrenta.

b) Circunstancias Dadas

Stanislavski define las circunstancias dadas como todos los datos que proporciona el texto sobre el personaje y el entorno:

- Contexto histórico, social y cultural de la obra.
- Relaciones del personaje con los demás.
- Situaciones específicas en las que se encuentra.

c) Objetivos del Personaje

El actor debe identificar:

- **El superobjetivo:** El deseo o propósito central del personaje a lo largo de la obra. Ejemplo: En *Hamlet*, el superobjetivo de Hamlet podría definirse como “hacer justicia por la muerte de su padre”.
- **Objetivos secundarios:** Metas específicas en cada escena que contribuyen al superobjetivo.

"Todo en la vida del personaje debe estar orientado hacia un objetivo, porque sin objetivos no hay vida ni acción auténtica" (Stanislavski, 1936).

2. Trabajo con las Circunstancias Dadas y el "¿Qué Pasaría Si?"

a) Exploración de las Circunstancias Dadas

El actor utiliza su imaginación para profundizar en las situaciones proporcionadas por el

texto. Esto incluye visualizar el ambiente, las emociones y los detalles específicos que rodean al personaje.

b) El "¿Qué Pasaría Si?"

Esta técnica anima al actor a imaginarse en las circunstancias del personaje, preguntándose:

- "¿Qué haría yo si estuviera en esta situación?"
- Este ejercicio ayuda al actor a conectar emocionalmente con el personaje, creando una interpretación sincera y orgánica.

"El actor debe convertir las circunstancias del personaje en su propia realidad imaginaria" (Stanislavski, 1938).

3. Método de las Acciones Físicas

Stanislavski introduce el **Método de las Acciones Físicas** como una herramienta fundamental para construir la actuación desde lo físico hacia lo emocional:

- Cada acción del personaje debe tener un propósito claro y estar conectada con su objetivo.
- Las emociones surgen naturalmente de las acciones físicas, en lugar de ser forzadas.

Ejemplo:

En una escena donde el personaje experimenta tristeza, el actor puede realizar acciones concretas como mirar una fotografía significativa o escribir una carta que refleje la pérdida, permitiendo que las emociones emerjan de forma auténtica.

"No actúes emociones; actúa acciones. Las emociones surgirán por sí mismas de tus acciones auténticas" (Stanislavski, 1938).

4. Exploración de la Vida Interior del Personaje

a) Conexión Emocional

El actor utiliza su imaginación y experiencias personales para construir la vida emocional del personaje.

- Recuerda situaciones similares en su propia vida para conectar con emociones clave del personaje.
- Asocia estas emociones con momentos específicos en la obra.

b) Construcción de un Banco Emocional

El actor desarrolla un repertorio de recuerdos y asociaciones que pueda usar en diferentes escenas, similar al concepto de memoria afectiva de Strasberg, pero con un énfasis en la imaginación activa.

"El actor debe no solo comprender las emociones del personaje, sino también sentirlas en su propia piel mientras actúa" (Stanislavski, 1936).

Aplicación Práctica: Cenicienta según el Método de Stanislavski

El personaje de **Cenicienta** ofrece una oportunidad perfecta para aplicar el método de Stanislavski, ya que su historia está llena de emociones universales como la tristeza, la esperanza y la superación. A continuación, se describe cómo un actor puede construir a este personaje utilizando los principios fundamentales del método.

Análisis del Guion y del Personaje

a) Circunstancias Dadas

- Cenicienta vive bajo el control abusivo de su madrastra y hermanastras después de la muerte de su padre.
- A pesar de las injusticias, mantiene un espíritu esperanzador y encuentra consuelo en los recuerdos de su madre y su relación con los animales.
- Las circunstancias cambian cuando recibe la ayuda de su hada madrina, lo que le permite asistir al baile y transformar su vida.

Ejercicio Propuesto:

El actor crea un diario imaginario escrito por Cenicienta, en el que reflexiona sobre su vida diaria. Esto ayuda a profundizar en las circunstancias dadas.

b) Objetivos del Personaje

- **Superobjetivo:** Recuperar la libertad y la dignidad, encontrando una vida más justa y feliz.
- **Objetivos secundarios:**
 - Sobrevivir al maltrato con esperanza.
 - Conectar con el príncipe en el baile.

- Encontrar una salida de su situación.

Ejemplo:

En la escena del baile, su objetivo es conectar emocionalmente con el príncipe mientras mantiene su verdadera identidad en secreto.

Trabajo con las Circunstancias Dadas y el "¿Qué Pasaría Si?"

El actor utiliza la técnica del "¿Qué pasaría si?" para imaginarse en las circunstancias de Cenicienta.

- **Ejercicio:** "¿Qué haría yo si estuviera atrapado en una situación injusta y solo tuviera esperanza para seguir adelante?"
 - Esto permite al actor conectar emocionalmente con la resiliencia y fortaleza del personaje.

Imaginación Activa:

El actor visualiza la casa de Cenicienta: una cocina llena de tareas interminables, el ambiente frío de su relación con las hermanastras y la luz cálida que representan sus sueños de una vida mejor.

Método de las Acciones Físicas

a) Acciones Físicas Concretas

- Cada emoción del personaje se expresa a través de una acción física.
 - **Ejemplo:** Mientras Cenicienta limpia el piso, su movimiento puede volverse más lento y cuidadoso al recordar momentos felices con su madre, reflejando nostalgia y esperanza.

b) Conexión entre Acción y Emoción

- En la escena del baile, Cenicienta realiza movimientos elegantes y libres, lo que simboliza su transformación interna y externa. Estas acciones físicas generan las emociones de asombro, alegría y esperanza.

"Actúa acciones, no emociones. Las emociones surgirán naturalmente de las acciones auténticas" (Stanislavski, 1938).



www.teatrored.com

DANIEL ROSAS MARTINEZ
Febrero 2025

Exploración de la Vida Interior del Personaje

a) Conexión Emocional Personal

El actor identifica emociones universales en su propia vida para conectar con el personaje:

- **Ejemplo:** Puede recordar un momento en el que superó una situación difícil o injusta.

b) Construcción del Banco Emocional

El actor desarrolla una lista de recuerdos emocionales para usar en escenas específicas:

- **Tristeza:** Recuerdos de sentirse excluido o no valorado.
- **Esperanza:** Recordar una experiencia en la que surgió una oportunidad inesperada.
- **Alegría:** La emoción de ser reconocido o valorado por primera vez.

Integración de Todos los Elementos

a) Ensayos con Técnica Completa

- En la escena donde Cenicienta recibe el vestido del hada madrina, el actor combina memoria emocional (esperanza y sorpresa) con acciones físicas (tocando el vestido, girando para admirarlo).

b) Trabajo de Continuidad

El actor practica las transiciones emocionales:

- Desde la resignación al entusiasmo al recibir la invitación al baile.
- De la alegría del baile a la angustia de tener que irse antes de la medianoche.

Reflexión Final

El método de Stanislavski permite al actor construir a Cenicienta desde sus emociones y circunstancias, logrando una interpretación auténtica y profundamente conectada con la verdad del personaje. Este enfoque enfatiza que incluso un cuento de hadas puede transmitir emociones universales y profundas.



www.teatrored.com

DANIEL ROSAS MARTINEZ
Febrero 2025

Referencias

Stanislavski, K. (1936). *An Actor Prepares*. Theatre Arts Books.

Stanislavski, K. (1938). *Building a Character*. Theatre Arts Books.

Benedetti, J. (1998). *Stanislavski: An Introduction*. Routledge.