
Embodiment

Lucas Trouillard. Máster en Artes Escénicas (ULB, Bélgica), licenciado en Comunicación (UCO, Francia); se formó en actuación en Francia (NTA/Le Quai, Angers, Francia). Autor y director de *Le hublot* (Francia, 2010), *Antídoto* (Bélgica, 2013), *LINYE* (Teatro Abasto Social Club, Argentina, 2016). Estudió con Pompeyo Audivert, Ricardo Bartís, Mariano Saba y Rubén Szuchmacher. Fue Adscripto de la Catedra Actuación IV de Sergio Sabater (UNA), y cursó el posgrado de Teatro y Artes performativas (UNA). Actuó en *Libertad, Igualdad, Mayonesa* (Alianza Francesa, El Brio Teatro, 2016), *Ciudades* (El Silencio de Negras, 2016-17), *Imágenes de la Argentina liminal* (Espacio Urbano, 2017).

¿Cómo se puede pensar el cuerpo del performer contemporáneo? ¿Cómo teorizarlo? ¿Qué metodología resulta útil para entenderlo?

El concepto de *embodiment* resulta clave para acercarse al cuerpo del actor en la producción teatral contemporánea. El proceso de *embodiment* es un concepto desarrollado desde la fenomenología de Merleau-Ponty por Erika Fichter-Lichte y el director Phillip Zarrilli entre otros.

Aplicándose en el entrenamiento actoral, trata de acercar el cuerpo y la mente del intérprete.

En *Fenomenología de la percepción*¹, Merleau Ponty afirma que el ser humano percibe y conceptualiza desde el cuerpo. Demuestra cómo nuestra conciencia es corporizada, es carne, terminando con la separación platónica entre cuerpo y mente. Retomando a las teorías de Merleau Ponty y las búsquedas corporales del teatro durante el siglo XX, Zarrilli desarrolla un entrenamiento psicofísico particular, considerándolo como un proceso de *Embodiment* que va a llamar “*Estética del cuerpo-mente*¹” que permite alcanzar niveles más sutiles de la conciencia. Embodiment sería un proceso de unificación de la separación imaginaria del cuerpo y la mente, *embodied mind* según Fischer-Lichte, la supresión de la oposición entre cuerpo y mente. Es un proceso de entrenamiento psicofísico que genera “presencia” en escena. La presencia es entendida como un nivel pre-expresivo del movimiento, activado por un entrenamiento psicofísico que le permite generar energía. Más allá de los usos metafóricos de la palabra energía, es considerada como un fenómeno físico, significa: “*Entrar a trabajar*²”, es la movilización de nuestras fuerzas físicas, intelectuales y espirituales cuando afrontan una tarea, un problema, un obstáculo” dice Eugenio Barba. El embodiment es el cuerpo dilatado, disponible, presente en escena, generando un campo energético propio, su traducción al español podría ser *corporización*³, es la traducción española del término de Fischer-Lichte.

Lo que llamamos *embodiment* o corporización en el teatro actual es un proceso presente en las Artes-marciales como el Kung-Fu. Kung es trabajo, Fu es hombre, Kung-Fu significa asir algo firmemente con la mano, aferra, aprehender; saber aguantar al adversario; percibir con seguridad. Confucio es el Kung-fu-tsu, el maestro del Kung. En el oficio de los actores chinos es una palabra muy común, significa un ejercicio, un diseño de movimientos, un esquema de comportamiento, una partitura de acciones. Tener kung-fu es estar en forma, estar ejercitándose. En el lenguaje del trabajo del director ruso Meyerhold y su biomecánica se encuentra el término *predigra*, o *preactuación*. Dice: “*la preactuación es un trampolín. Un momento de tensión que*

1 MERLEAU PONTY, Maurice, *Fenomenología de la percepción*, Península, 1965.

2 BARBA Eugenio, *La canoa de papel*, Bilbao: Artezblai, 2013.

3 FISCHER-LICHTE, Erika, *Estética de lo performativo*, Madrid: Abada, 2014.

*se descarga en la actuación. La actuación es un coda, mientras que la preactuación es el elemento presente que se acumula y se desarrolla esperando resolverse⁴”. Otro término del trabajo de Meyerhold es Oktaz, en el lenguaje musical es la alteración de la nota de un tono o un semitono que irrumpe la evolución de la melodía. Oktaz es una cesura neta que suspende el movimiento precedente y prepara el siguiente. Dice “es una acción brevísima en el tiempo, en sentido contrario, opuesto a la dirección total del movimiento: el recular antes de avanzar, el impulso de la mano que se alza para golpear, la flexión antes de levantarse⁵”. El director polaco Grotowski habla de *ante-movimiento* que puede realizarse en diferentes niveles, como una suerte de silencio antes del movimiento, un silencio lleno de potencial o se realiza como una detención de la acción en un momento dado. Eugenio Barba usa el termino noruego de *Sats*, o preparación dinámica. Es el instante que precede la acción, cuando toda la fuerza necesaria se encuentra lista para ser liberada en el espacio, como suspendida y aún retenida en un puño, el actor experimenta su energía en forma de *Sats*. Es un compromiso muscular, nervioso y mental dirigido ya a un objetivo, como el resorte antes de saltar, el felino preparado para atacar, retroceder o volver a la posición de reposo o el jugador de tenis listo para reaccionar. “El sats compromete todo el cuerpo. La energía que se acumula en el tronco y presiona las piernas puede canalizarse tanto en la acción de acariciar una mano como en los veloces pasos de una carrera; en un tranquilo mirar como el salto del tigre o el vuelo de la mariposa⁶”. Según él, el *sats* es la vía por dónde penetrar en el mundo celular del comportamiento escénico, y eliminar la separación entre pensamiento y acción física. Se genera entonces un cuerpo-mente, que define Barba como “un aspecto físico del pensamiento, un modo suyo de moverse, de cambiar de dirección, de saltar: su comportamiento⁷”.*

Esos términos por más diferentes que sean traducen el mismo proceso de detención del movimiento, su nivel de pre-expresivo, el *embodiment* o *corporización*. Este proceso opera de la misma manera en danza. Para Eugenio Barba: “la rígida distinción entre danza y teatro revela una herida profunda, un vacío de tradición que corre el riesgo

4 BARBA Eugenio (Ibid.)

5 BARBA Eugenio (Op.cit)

6 BARBA Eugenio (Ibid.)

7 BARBA Eugenio (Ibid.)

de llevar continuamente al actor hacia el mutismo del cuerpo, y al bailarín hacia el virtuosismo⁸". En danza contemporánea el embodiment pasa por una atención a la relación gravitatoria, penetrar la conciencia física del agenciamiento gravitatorio es estar atento a sus puntos de apoyo, la relación del cuerpo con el peso. Es el sentido de la *pequeña danza* de Steve Paxton o de los ejercicios de preparación en *contact improvisation*. Estar atento al permanente reajuste gravitatorio, es *corporizarse* para la danza contemporánea. Juley Hamilton opone intención y atención, según él la intención en danza es una atención, a la vez continuidad y cambio. El esfuerzo de atención a la relación gravitatoria debe ser constante para constituir "*una estabilidad dinámica (...) en la capacidad de cambiar y de estar en la corriente de los cambios, no cambiar en el sentido de huir y escapar.*"⁹ Esa atención es presente en las técnicas somáticas que han tomado un lugar importante en la formación del bailarín. En la técnica Alexander o Feldenkrais, se trabaja justamente la detención, la inhibición del movimiento para reconocer hábitos motrices, desanudar conexiones en el movimiento y actualizar los movimientos en el presente. Para Hubert Godard, las técnicas somáticas permiten la percepción del *pre-movimiento*, *micro-ajustes* que cada uno hace sin saberlo antes de moverse, y logrado su inhibición abre la posibilidad de nuevos gestos y nuevas coordinaciones. Godard insiste en la atención en el "*justo antes*"¹⁰ del movimiento, *el pre-movimiento* trabaja en relación íntima y física con la gravedad, permite la creación de nuevos gestos y un reagenciamiento del cuerpo que se actualiza en un "*desequilibrio fundador*"¹¹ que constituye la experiencia presente en danza, su vivencia. Mathilde Monnier en su diálogo con Jean-Luc Nancy habla de la necesidad de situarse en este desequilibrio, trabajar con él, actualizarlo en cambio continuo. El trabajo de atención se sitúa en este desequilibrio, en la relación con el peso que juega un papel fundamental. De este modo, el coreógrafo Laban considera cuatro factores del cuerpo en movimiento, peso, flujo, espacio y tiempo. El peso ocupa un lugar aparte, a la vez ejecutante y ejecutado del gesto, la transferencia de peso (desequilibrio) definiendo todo movimiento. Los otros factores existen a partir de la sensación del peso y lo distribuyen según matices corporales diferentes. Según Cunningham la utilización de la

8 BARBA Eugenio (Ibid.)

9 BARDET Marie, *Pensar con Mover*, Cactus, Buenos Aires, 2012.

10 BARDET Marie (Op.cit)

11 BARDET Marie (Ibid.)

gravedad del cuerpo a partir del peso es uno de los grandes descubrimientos de la danza moderna, el peso no solo es factor de movimiento sino que es un elemento poético primordial. El movimiento nace en el desequilibrio que cambia la repartición del peso en los puntos de apoyo, caminando, rolando cayendo o trepándose. El *embodiment* sería una atención específica con el peso, una actitud atenta, tanto en el teatro como en danza, es el cuerpo pensante y cuerpo pesante de Nancy, como ser ahí, “*una manera de sentir la tierra y su cuerpo encima*¹²”, experiencia sensible de la gravedad.

Volviendo al teatro, Erika Fischer-Lichte determina el origen del *embodiment* con la aparición de un nuevo concepto en la actuación en la mitad del siglo XVIII, el término “*encarnación*¹³”. Mientras se solía decir que el actor interpretaba un papel o que lo presentaba se empezó a decir que el actor encarnaba un personaje, el actor debía dejar de actuar de acuerdo a su capricho, sino limitarse a transmitir los significados del texto. En principios del siglo XX, la proclamación del teatro como arte autónomo, liberado del texto, genera una nueva concepción de la actuación como actividad corporal y creativa el actor. Meyerhold, Eisenstein y otros vanguardistas entienden el cuerpo como un material infinitamente moldeable y controlable que el actor podía elaborar creativamente. Meyerhold propone una antítesis del concepto de encarnación con su biomecánica. En un caso como en el otro, se trata de obtener un control absoluto sobre el cuerpo, desapareciendo en la encarnación de un texto o como una máquina expresiva perfectible, “*no hay alternativa entre el cuerpo como signicidad y el cuerpo como materialidad*¹⁴”. En los años 70, el teatro va a integrar lenguajes de la performance, empleando el cuerpo de manera distinta, sin presuponer el cuerpo como material absolutamente moldeable y controlable, sino desde la resistencia del mismo cuerpo se reintroduce el concepto de encarnación aunque de manera radicalmente nueva, como *embodiment* o corporización. Se invierte la relación entre actor y papel, la persona vuelve más importante que el personaje, se exhibe la singularidad del cuerpo del actor/performer, se hace hincapié en la fragilidad y la insuficiencia del cuerpo, el uso de los mismos actores. Grotowski define la relación entre el actor y su papel de manera totalmente nueva, no interpreta un papel, no encarna, “*debe aprender a utilizar su*

12 BARDET Marie (Ibid.)

13 FISCHER-LICHTE, Erika, (*Op.cit*)

14 FISCHER-LICHTE, Erika (Ibid.)

*papel con el bisturí de un cirujano, para diseccionarse*¹⁵.” El actor no presta su cuerpo a una mente, significados preexistentes o una biomecánica exponiendo su materialidad, lo deja aparecer, lo libera, le confiere una capacidad operativa como cuerpo-mente. El cuerpo no es ni un instrumento, ni un medio de expresión, el actor no domina su cuerpo sino que es traicionado por él, materia se *quema* en la actividad del actor, se transforma en energía. Para Fischer-Lichte la aportación de Merleau-Ponty a la filosofía es sin duda equiparable a la de Grotowski al teatro, el *embodiment* en su teatro se refiere a todo lo que se genera en virtud de los actos con los que el performer genera a su vez su propia corporalidad en la obra.

Phillip Zarrilli, considera el *embodiment* desde su práctica actoral como una operación de percepción, exactamente de *propiocepción*¹⁶, es decir del sentido que informa el organismo sobre la posición del cuerpo, la tensión muscular de la oreja interna permitiendo el control del equilibrio, la coordinación de ambos lados del cuerpo, el mantenimiento del nivel de alerta del sistema nervioso y la influencia del desarrollo emocional y del comportamiento. Toma el ejemplo de la figura del león en el arte marcial indio, *Kalarippayattu*, del cual es especialista. Dice que un debutante puede realizar la figura rápidamente, con el apoyo de los pies y el alineamiento correcto de la columna y los hombros, la dificultad consiste en moverse desde y hasta esta figura del león, y ajustar la figura, los apoyos y el alineamiento mediante una *propiocepción* volviendo y saliendo de la figura. Una vez logrado este ir y venir de la figura el *embodiment* es logrado y “*el cuerpo desaparece*¹⁷” según Zarrilli. Nota la particular importancia de la respiración para lograr este estado de altera sensomotor del *embodiment*, que se desarrolla en la práctica del yoga, la particular atención el soplo permite la circulación de la energía, logrando un cuerpo-mente en estado de alerta. Zarrilli considera 4 cuerpos en el proceso de *embodiment*, *el cuerpo superficie*, *el cuerpo recesivo*, *el cuerpo-mente estético interior* y *el cuerpo-mente estético exterior*¹⁸. El cuerpo superficie y el cuerpo recesivo se suman en el cuerpo-mente estético interior para lograr el *embodiment*

15 FISCHER-LICHTE, Erika (Op.Cit)

16 ZARRILLI, Phillip, *Toward a Phenomenological Model of the Actor's Embodied Modes of Experience*, Theatre Journal, Vol. 56, No. 4, Theorizing the Performer (Dec., 2004), The Johns Hopkins University Press, p 653-666.

17 ZARRILLI, Phillip (Ibid.)

18 ZARRILLI, Phillip (Ibid.)

mediante la *propiocepción* y el control de la respiración. El cuarto cuerpo, es la suma de los tres, el cuerpo en proceso de *embodiment* del performer actuando y siguiendo un patrón de acciones o improvisando un devenir de acciones en el presente.

Finalmente, se puede pensar el *embodiment* en danza, teatro, técnicas somáticas y arte marcial como un proceso de atención o *propiocepción*, un estado de alerta acerca del equilibrio donde la relación gravitatoria juega un papel fundamental. Habría que pensar el *embodiment* como un estado de presencia específico del cuerpo-mente, pero eso pregunta por el presente y su composición y cómo el proceso de *embodiment* se relaciona con él. Habría que pensar la relación al tiempo de cada tradición y cómo eso influye en la relación con el cuerpo, la percepción presente y la energía. El tiempo se puede pensar como una *duración*¹⁹ bergsoniana por ejemplo, una evolución vital, es decir a partir de un cambio constante e acumulativo en la materia, un presente estando lleno de pasado. En este sentido, el cambio incesante (*la duración*) se percibe en un esfuerzo de atención y no solo una percepción de un cambio ilusorio. Sería interesante relacionar la *atención*²⁰ según Bergson al *embodiment* para pensar la *duración* como una relación específica (*de atención*) al tiempo presente, producto de un proceso de corporización/*embodiment específico*.

19 BERGSON, Henri, *La evolución creadora*, Cactus, 2007.

20 BERGSON, Henri (Op.cit)

Bibliografía:

- BARDET MARIE, *Pensar con Mover*, Cactus, Buenos Aires, 2012.
- BARBA EUGENIO, *La canoa de papel*, Bilbao: Artezblai, 2013.
- FISCHER-LICHTE, ERIKA, *Estética de lo performativo*, Madrid: Abada, 2014.
- BERGSON, HENRI, *La evolución creadora*, Cactus, 2007.
- MERLEAU PONTY, MAURICE, *Fenomenología de la percepción*, Península, 1965.
- ZARRILLI, Phillip, *Toward a Phenomenological Model of the Actor's Embodied Modes of Experience*, Theatre Journal, Vol. 56, No. 4, Theorizing the Performer (Dec., 2004), The Johns Hopkins University Press, p 653-666.