

EL TRABAJO CON LA EMOCIÓN EN SITUACION DE REPRESENTACION: ALBA EMOTIG

Conocí a Susana Bloch en 1989 en un curso en Saintes (Francia) que organizaba Jean Marie Pradier sobre “Teatro y Biología”. En Saintes asisto a un taller impartido por Susana y tomo contacto con su método de trabajar las emociones – Alba Emoting – que en ese momento estaba tomando forma definitiva. Susana impartía el curso y Pedro nos grababa en el video para dejar constancia de lo que había pasado por nuestro sistema emocional a pesar de nuestra resistencia. Luego volvimos a vernos en Paris en 1991, en su Universidad y, a pesar de la distancia, y gracias a los libros y artículos que siempre me envió, nuestro contacto nunca se ha visto interrumpido.

Desde aquel lejano 1989 han pasado 22 años y el método emocional de Susana, ha pasado de ser un mero conocimiento de curso a ser un sustento fundamental de mi trabajo, como actor, como director y como pedagogo.

El patrón respiratorio y postural de las seis emociones básicas me ha permitido profundizar mucho más en el trabajo emocional en situación de representación. Un trabajo emocional de fuera a dentro que, sin duda, resulta fundamental en el proceso de ensayos, sin que eso anule en ningún momento el trabajo de dentro a fuera con la memoria emocional. No olvidemos que ya Stanislavski, cuando comprende que el trabajo emocional interior no se puede estimular plenamente con la voluntad crea otro sistema donde la voluntad activa el sistema emocional de fuera a dentro, el llamado *método de las acciones físicas* o mejor *psicofísicas*. El Alba Emoting trabaja en la misma dirección, de fuera a dentro y siempre con la voluntad como estímulo y timón. Si Stanislavski ponía el acento en el cuerpo para estimular la emoción, Susana pone el acento en el cuerpo y en la respiración, inherente a todo proceso emocional. Si cuerpo y voz se dominan con la voluntad, este dominio de lo emocional, también desde la voluntad, es fundamental para que el actor pueda controlar en todo momento sus herramientas expresivas y no quedar al páiro de lo que sienta en cada momento o del *bombeo emocional* como dice Grotowski. Y aquí estaría una diferencia clara: frente a los que pueden pensar que cada uno de los patrones es un sistema de bombeo, Susana ha demostrado científicamente que cada uno de esos patrones posturales-respiratorios corresponden a los patrones de la vida y no a una desesperada voluntad del actor por bombear y llegar a una emoción, pero con la diferencia de que, sobre la escena, la emoción siempre es resentida y no sentida por primera vez, pues sino el escenario podría ser el camino al manicomio para muchos actores. Control y descontrol, frío y calor al mismo tiempo.

Tras aquel primer contacto a comienzo de los años 90 mi estudio sobre el Alba Emoting ha ido creciendo en varias direcciones: como actor, como director y como pedagogo.

Al principio los conocimientos de Susana solo los pude transmitir a mis compañeros de aquellos años en el Teatro del Norte y luego poco a poco fueron incorporándose a cursos y seminarios y, por supuesto, a mi trabajo como director.

Puede existir teatro sin voz, sin palabra, pero no puede existir teatro sin cuerpo y emoción, son indisolubles. La emoción es una especie de bisagra, de aceita que engrana y une el cuerpo y la voz, estimulándolos mutuamente.

Fuimos creando un entrenamiento emocional, a partir del dominio de los patrones de las seis emociones básicas. Podíamos pasar por ellas a toda velocidad, no teníamos que pensar en ellas, el cuerpo pensaba por nosotros y las recorría en todas las direcciones. Lo mismo que hacíamos con el cuerpo lo podíamos hacer con las emociones, trabajarlas grandes, pequeñas, rápidas, lentas, fuertes, débiles, introvertidas, extrovertidas.... Y, también como con las acciones físicas, podíamos organizarlas en una partitura emocional que podíamos repetir separada del texto, pero no del cuerpo.

El patrón respiratorio de cada emoción nos fue mostrando que, frente a los que piensan que las intenciones son algo como *intelectual*, la autentica emoción es la autentica intención y que para los actores entender un texto intelectualmente no es lo mas importante. Lo verdaderamente importante es entenderlo emocionalmente y en ese *emocionalmente* está no solo el patrón postural de la emoción, es decir lo de fuera, sino también toda la resonancia interior que a nivel emocional tiene en el actor, es decir lo de dentro. Nos fue mostrando que intención y emoción eran sinónimas, que cada emoción era un impulso, un deseo, que toda emoción nos impulsaba a la acción.

Dado que cada una de las seis emociones básicas se sustenta en la columna respiratoria, empezamos a experimentar también con las emociones en el *entrenamiento* corporal. Frente a la idea de no expresar nada con la cara y la boca cerrada, comenzamos a realizar lo contrario, no separar la respiración, la emoción del movimiento corporal. Cada emoción era el impulso que generaba nuestro movimiento. De este modo trabajábamos lo exterior y lo interior al mismo tiempo, pero en un *training* que no tenía ningún valor dramático o expresivo, que era solo un trabajo con la energía, un trabajo pre-expresivo, pero al añadirle ese nivel emocional le daba otro valor, como si fuese el *arte como vehiculo* del que hablaba Grotowski.

Otros caminos que iniciamos era el trabajar los patrones a partir de la voz – siempre presente el patrón respiratorio - utilizando la música de opera que, en una especie de *karaoke*, tratábamos de imitar emocional y vocal

mente. Evidentemente todos estos ejercicios nos propiciaban una gran agilidad emocional, trabajando siempre con los seis patrones. Era como un trabajo similar al del cuerpo, un trabajo de *energía emocional*.

En el 2001 ya hicimos una demostración sobre el uso de las emociones con la actriz Ana Eva Guerra, con el título de **Hielo que quema**. Dicha demostración, al dejar la actriz la compañía, la retomé en 2008, interpretándola yo personalmente, pues me parecía que tenía un gran valor tanto como clase de teatro que como modo de mostrar la destreza emocional de un interprete. El título de **Hielo que quema** viene determinado por la explicación final que dice que el actor trabajando de fuera a dentro aprende a controlar y descontrolar, a ser frío y caliente al mismo tiempo, a ser como un hielo que quema. En la demostración se cuenta someramente la historia del trabajo de las emociones desde Stanislavski hasta nuestros días, se muestran los 6 patrones emocionales y se muestra el entrenamiento con los mismos, incluida la muestra de una partitura emocional. Luego, para ilustrar cada uno de los patrones, se representa una escena donde se ilustra la emoción dominante, aunque ya sabemos que las emociones se dan mezcladas. Finalmente, a modo de resumen, se representa un fragmento de *Ay, Carmela* de Sanchis Sinisterra, donde Carmela hace un repaso por las seis emociones, examinando como se encuentra en relación a ellas.

Una demostración que gusta mucho al público por lo que tienen de novedoso en la muestra del uso de la emoción y porque permite ver también al actor en seis interpretaciones muy diferentes entre si.

En estos últimos años, una vez ya dominado el Alba Emoting, hemos intentado ir un poco mas allá trabajando sobre el concepto de *iconografía emocional*. Si con el cuerpo podemos reconstruir comportamientos corporales imitando pinturas, dibujos, fotos, podríamos hacer lo mismo con lo emocional, dejándonos empapar por emociones que vemos en otros actores, como por ejemplo por Charlot en *Tiempos modernos*.

Evidentemente para dirigir, y sobre todo fuera de mi compañía, con actores que yo no he formado, el Al Emoting ha sido una herramienta fundamental. Muchos actores comprenden la intención del texto de forma intelectual, pero no emocionalmente, o con la emoción equivocada. El método de Susana me ha permitido sacar a flote rápidamente esas emociones inexpresadas por el actor y colocarlas en su lugar y en su relación con el texto o, mejor dicho, en su inseparabilidad del texto.

Finalmente quisiera contar una experiencia personal en relación al uso de la emoción en situación de representación y al método de Susana que creo ejemplifica un poco todo lo anterior.

En el año 2009 realizamos una versión de **Tio Vania** de Chejov, aunque con el título de **VANIA, la realidad y el deseo**, dado que leíamos el texto de Chejov desde Luis Cernuda, poeta de la Generación del 27, e

introducíamos alguna de sus poesías. Yo era la primera vez que, como actor, tenía que enfrentarme a un texto de esa complejidad emocional, dado que hasta entonces casi todos los espectáculos que había representado o estaban más cercanos a la farsa o eran textos organizados por mí donde el entramado emocional era más sencillo o más próximo a mí. Ahora había que seguir la compleja partitura emocional de Chejov que, dados los cortes que habíamos dado al texto y la desaparición de algunos personajes, Sonia, por ejemplo, hacía que en cada escena se fuese directamente al conflicto, como mucha más concentración emocional y con mucha más rapidez en el paso de una emoción a otra. Para conseguir esa agilidad emocional fue para mí fundamental el método del Alba Emoting que me permite pasar de la extrañeza a la cólera solo con un cambio de respiración, sin *bombear*, y que, evidentemente, activa todo mi mundo interior, a veces más o menos presente según cada representación. Todo un trabajo de agilidad emocional – también vocal - para poder asumir el papel de Vania, y en este caso sin llevar la emoción a mi terreno, sin hacer trampas, siguiendo la partitura de emoción – intención establecida por Chejov.

Creo que en la compleja relación de actuación/emoción tenemos un gran trabajo todavía por hacer y siempre estaré agradecido a Susana que me haya mostrado una puerta por donde entrar en el complejo mundo de la emoción en situación de representación.

Etelvino Vázquez
Teatro del Norte
Lugones 17-10-10