

**UNIVERSIDAD DE PANAMÁ**  
**FACULTAD DE BELLAS ARTES**  
**ESCUELA DE TEATRO**

INTERPRETACIÓN DE PERSONAJE “UNA” EN “EL TIEMPO DE LAS  
MANDARINAS” DE: RAFAEL NOFAL.

Por:

MELISSA CEDEÑO

Cédula: 8-869-499

Trabajo de grado presentado para obtener el título de Licenciada en Bellas Artes con especialización en Arte Teatral otorgado por la Universidad de Panamá.

2022

## **Firma del Tribunal Examinador**

Dirigido al cuerpo de docentes de la FACULTAD DE BELLAS ARTES, ESCUELA DE ARTE TEATRAL.

Los miembros que pertenecen a la Comisión responsable de evaluar este trabajo de graduación llevado a cabo por MELISSA RAQUEL CEDEÑO lo encuentran satisfactorio y recomienda que sea aprobado.

---

Asesor

---

Jurado

---

Jurado

## **Agradecimientos:**

Agradezco a Dios por darme las fuerzas necesarias para culminar los estudios, también extendiendo mi gratitud a familiares y amistades que de una u otra manera me apoyaron en el proceso de formación profesional. A mis directores Alex Mariscal y Lissette Rodríguez por siempre animarme a concluir con este proyecto, a mi asesor Ramiro Cárdenas, a los jurados Ligia Armuelles y Raúl Reyes por guiarme en la creación del personaje.

Estaré eternamente agradecida con todos los que siempre estuvieron presentes, Dios los bendiga.

## **Dedicatoria**

Este trabajo se lo dedico a mis hijos William A. Díaz C y Meybis J. Díaz C, quienes han sido una gran inspiración para culminar la licenciatura.

## ÍNDICE

Firma del Tribunal Examinador .....	ii
Agradecimientos: .....	iii
Dedicatoria .....	iv
RESUMEN .....	1
INTRODUCCIÓN.....	2
CAPÍTULO 1 .....	4
UN PROCESO DE DOBLE VÍA: CREACIÓN DEL PERSONAJE “UNA” EN EL TIEMPO DE LAS MANDARINAS, DE NOFAL .....	4
1.1 Primera vía en el proceso de la creación de “Una” .....	6
1.2 Segunda vía en el proceso de la creación de “Una”. .....	9
1.2.1. RELAJACIÓN. ....	11
1.2.2. CONCENTRACIÓN.....	12
1.2.3. AJUSTES .....	13
1.2.4. ACCIÓN FÍSICA.....	14
1.2.5. MEMORIA AFECTIVA Y SENSORIAL .....	15
CAPÍTULO 2 .....	18
ANÁLISIS DEL PERSONAJE .....	18
2.1. Primeras impresiones .....	18
2.3 Otros aspectos que aportan a la construcción del personaje .....	22
CAPITULO 3. ....	24
DIARIO DE ENSAYO DEL PERSONAJE “UNA” EN EL TIEMPO DE LAS MANDARINAS, DE NOFAL. ....	24
CONCLUSIÓN.....	48
RECOMENDACIONES .....	49
BIBLIOGRAFÍA.....	51
GRÁFICOS E IMÁGENES.....	52
1.Gráficos.....	52
1.1 Primer afiche .....	52
1.2 Segundo afiche .....	53
1.3 Programa de mano .....	54
.....	54
2. Imágenes.....	55

2.1 Foto del elenco .....	55
2.2 fotos de vestuarios.....	56
ANEXO .....	59

## RESUMEN

El presente trabajo tiene como título “interpretación de personaje “una” en el tiempo de las mandarinas, Rafael Nofal”. Este proyecto expone todo lo que se realizó durante el periodo de ensayos y ejecución de la obra “El tiempo de las mandarinas”. Está dividido en tres capítulos.

En el primer capítulo se brindan herramientas para facilitar la creación de los personajes, resaltando la perspectiva que obtuve en este proceso, entre ellas están los ejercicios lúdicos, una foto, bebidas, lugares, olores etc. Estas herramientas pueden variar de acuerdo con lo que necesiten las escenas.

En otras instancias, reitera la importancia de desarrollar un análisis del personaje que se interpretará y así obtener una visión clara de lo que se busca resaltar en él, como por ejemplo la debilidad, la fortaleza, los objetivos, esto lo podemos observar en el segundo capítulo.

El tercer capítulo está relacionado con la bitácora de trabajo, una parte importante, que no se debe omitir en este proceso, ya que evidencia lo que se denomina “ensayo y error” y permite avanzar profesionalmente en esta labor.

Como profesionales debemos mantener una alta calidad en nuestro producto, pues en cada presentación estamos demostrando lo detallistas que somos al crear personajes. Este trabajo establece que hay obstáculos que debemos vencer, no solo como personajes, sino también como personas, muestra que hay situaciones que se deben superar para avanzar en la creación del personaje.

## INTRODUCCIÓN

Durante la formación universitaria se analizaron diversas técnicas para crear un personaje, las cuales se deben ir desarrollando a lo largo de la carrera. Desde el principio este tema captó mi atención y me hizo admirar a quienes dedicaron su vida a elaborar técnicas y métodos para el desarrollo de los personajes. Esto me ha inspirado a enfocar el proyecto de graduación en el proceso de la construcción del personaje “Una” de la obra “El tiempo de las mandarinas”, escrita por el argentino Rafael Nofal. Es importante enfatizar en el proceso creador para evidenciar la evolución en la construcción de un personaje, desde la primera lectura al análisis, y de la interpretación a la preparación o revisión de la técnica de actuación que se va a elegir para el mismo y, finalmente, al propio tratamiento en escena a través de los ensayos y ensamblaje de la puesta en escena.

Es de suma importancia recalcar la responsabilidad que asume un actor al ser integrante de un proyecto, ya que toda persona que ejerce esta disciplina, profesional o empírico, debe realizar una gran cantidad de trabajo constante, sistemático y disciplinado para poder hacer su ejecución con un buen nivel artístico.

El objetivo de este trabajo es crear exitosamente el personaje de la Mujer Una, una joven que inicia un viaje hacia nuevas experiencias y queda atrapada en el terrible drama de la trata de personas. Adicionalmente, se busca aportar un material que sirva como guía para quienes deseen ser partícipes de esta disciplina, el teatro, específicamente en el área de actuación, y deseen interpretar un personaje convincente y capaz de expresar aquello que el resto del elenco y el director proponen comunicar.

“El tiempo de las mandarinas” es una obra de teatro que se desarrolla a través de historias fragmentadas, situaciones por las que han pasado muchas mujeres, ya que la trata de personas las afecta principalmente a ellas, a nivel mundial. Las escenas de esta obra no tienen un orden aristotélico, pero cada una, aunque independiente de la otra, mantiene algún elemento que forma un hilo conductor del tema central y que es principalmente la pérdida de la libertad. Este conflicto causa como resultado la expresión en los personajes de un profundo dolor, desilusión, desesperación y vergüenza.

Esta investigación consta de tres capítulos que explican el proceso del proyecto. El Capítulo 1 describe el proceso de doble vía de la construcción del personaje “Una”, en la puesta en escena de El tiempo de las mandarinas, de Rafael Nofal, en el Teatro Gladys Vidal, bajo la dirección de Alex Mariscal y Lissette Rodríguez.

El Capítulo 2 consigna el análisis del personaje, se harán comentarios de las primeras impresiones que uno tiene con el personaje, cómo elaborar una biografía del personaje basándonos en el cuestionario de guía de “Análisis del personaje” y otros aspectos que aportan grandemente para la creación del personaje.

En el capítulo 3 se consigna “El diario de trabajo”, que consiste en un instrumento de investigación, cuyo referente tiene que ver con las notas de campo o diario de trabajo de la investigación etnográfica, aquí aplicada como una variante de la auto etnografía. En este documento se desglosan las reflexiones que surgen de cada sesión de ensayo, motivadas como respuestas del actor/actriz a las tres interrogantes: ¿Qué hice? ¿Qué descubrí? ¿Para qué me sirve lo que descubrí?

## CAPÍTULO 1

### **UN PROCESO DE DOBLE VÍA: CREACIÓN DEL PERSONAJE “UNA” EN EL TIEMPO DE LAS MANDARINAS, DE NOFAL.**

Como lo indica el título de este capítulo, el proceso de creación del personaje ocurre en un camino de doble vía. Esto no significa que sean fases desconectadas y que primero tiene que completarse una y luego se inicia con la otra, por el contrario, se dan, a veces, al mismo tiempo, pero fluyen en direcciones diferentes.

El ejecutante descubre que al crear una sustancia para ese “otro” -ese ser ficticio que se trata de concebir-, hay que tomar la vía que lleva al actor o actriz a un viaje hacia su interior, hacia su experiencia más íntima. En otro sentido, una vez se va tomando consciencia de aquellas energías latentes -casi dormidas, pero que yacen allí en la experiencia casi desconocida para el propio actor- se puede, de manera más genuina, emprender el tratamiento o fase de incorporar toda esta energía en el personaje.

Al inicio del proceso de trabajo de construcción del personaje, el director ejemplificó este doble camino con la analogía: “es como si el creador tuviese un pozo lleno de agua, pero que está muy en el fondo. Entonces, el actor tiene que adentrarse a esa profundidad, cuanto más profundo entre, más pura y abundante será el agua”. Esta primera exploración permite al ejecutante conectar con experiencias guardadas en el subconsciente, y una vez descubiertas y puestas en la superficie, puede incorporarlas a la estructura del personaje.

Según la página en línea “Artefactus Cultural Project”, el dramaturgo Rafael Nofal presenta en esta obra 15 historias de hechos registrados en Argentina, pero se

basa principalmente en la historia de Marita Verón, una joven que fue víctima del tráfico humano. A consecuencia del secuestro, los familiares y en especial su madre, realizaron una campaña con pruebas convincentes y acusaron a políticos y a personal del cuerpo de la seguridad nacional de Argentina de estar vinculados con las redes de crimen organizado, logrando llevar a juicio a todos los que formaron parte de esta cruel actividad, algunos de los cuales están pagando penas de más de 20 años de cárcel.

Rafael Nofal aclara que esta obra no es abiertamente una denuncia, ya que los noticieros nacionales e internacionales se encargaron de denunciar la desaparición de todas esas jóvenes. En ella, él refleja como indaga en la mente de esas mujeres secuestradas para descubrir como hicieron para sobrevivir en una situación tan extrema.

De acuerdo con las estadísticas a nivel mundial, las principales víctimas de la trata de personas son las mujeres, seguido de las niñas, ambas representan el 70% sobre el total de víctimas captadas. Esto lo confirma Rosa Fernández en la página en línea "Statista".

Algunas de ellas mantienen vivas sus ilusiones y esperanzas, mientras que otras se resignan y se aferran a su cruel destino, al punto que cuando surge la oportunidad de escapar, deciden quedarse, porque ya conocen cómo es dentro, y afuera tendrían que empezar de cero. Para ellas, quizás lo más doloroso sería confesar su dura experiencia a sus familiares y no se atreven. Por otro lado, ese mundo dejado atrás, ahora desconocido, les aterra. En efecto, es un viaje en el que el espectador va haciendo deducciones de cómo inicia todo, con la aparición de un individuo que seduce a jóvenes ingenuas. Estos depredadores se valen de la

necesidad de una madre o de los sueños de estas mujeres de conocer nuevos mundos y las conducen hacia la trata de personas.

### **1.1 Primera vía en el proceso de la creación de “Una”.**

Para crear un personaje es muy importante que el actor sea consciente de la responsabilidad que esto conlleva. Es usual que los actores inicien el proceso de ensayo sin escudriñar la vida del personaje, por esa razón, en algunos casos ellos están en escena sin ningún sentido. Para evitar esta situación, se recomienda desarrollar un minucioso análisis del texto, con el objetivo de conocer a profundidad al personaje. Para esta tarea nos ayudamos con la “Guía de análisis del personaje”. Esta guía consiste en una lista de preguntas sobre el contexto personal, familiar económico y social del personaje y que nos fue facilitada por el profesor Alex Mariscal. Esta guía le fue, a su vez, facilitada a él, para el mismo propósito, por la profesora norteamericana, Marshal Parker, cuando tomaba con ella el curso de actuación, durante sus estudios de maestría en la Universidad de Lindenwood, MO., U.S.A.

La guía de análisis del personaje facilita la construcción de una biografía detallada del personaje y permite reflexionar sobre toda la experiencia del personaje desde su origen hasta el momento actual, cuando entra en conflicto en el universo de la ficción. Este estudio es importante porque al conocer al personaje se toma conciencia de las similitudes y diferencias que hay entre el actor y el personaje en lo psicológico, lo social, aspectos educativos, el lenguaje y en lo físico, puesto que el actor va a prestar su cuerpo como su instrumento de trabajo.

El proceso de construcción del personaje es un recorrido desde la percepción o intuición hacia el análisis de los hechos que van surgiendo en la lectura y relectura del

diálogo del personaje. Es allí, en esa confrontación de mi ser como actor con el otro, el personaje, y la asimilación de las ideas que propone el director, cuando comienza a surgir y activarse la sensorialidad, la convicción sobre aspectos concretos que uno va descubriendo acerca del personaje y que también busca en uno mismo. Es un proceso que va fortaleciéndose día a día, ensayo a ensayo, hasta llegar al estreno, donde uno deja fluir las energías hacia esa entidad ficticia que a veces es distante, pero a la vez, también cercana al actor o actriz como individuo.

En esta fase de articulación del referente, es decir, de esa imagen concreta que concebimos del personaje a partir del análisis del libreto, y de la conjunción con nuestras energías, es cuando ese "otro" comienza a nutrirse de las energías filtradas por nuestra consciencia de intérpretes y, como consecuencia, el aparato expresivo articula un ente vívido -el personaje- que comunica la ilusión teatral.

Cuando en el proceso de creación, viajamos desde afuera hacia lo profundo de las aguas y de lo desconocido del organismo creativo, logramos encender la chispa de la creatividad, que confluye para crear la fuente mágica de un ser que se comunica valiéndose del cuerpo del actor, una persona dramática creíble, es entonces cuando logramos servirnos de la técnica. Las veces que lo logramos, aunque sabemos que construimos con retazos de acciones, gestos, impulsos, logramos que el espectador llegue a pensar que el personaje es un ser humano. Allí, la comunión o la reflexión concurren y esa magia crea la teatralidad.

Como se afirmó anteriormente, esta primera fase es un viaje hacia el interior de la experiencia íntima del actor, en la que se va rescatando cada aventura, vivencias que incluso creía haber olvidado, se intensifica el recuerdo y es posible hasta el punto de poder explorar cada sentido, logrando surtir al actor de herramientas para llegar al

objetivo. Por ejemplo, durante el proceso de trabajo extra escénico, se me pidió contar una historia sin lenguaje verbal. Yo planteé una niña jugando a la rayuela, al finalizar la interpretación, el comentario en general fue: “Se entendió el momento y la actividad que interpretaste, pero no había ninguna historia, no hubo ninguna sensorialidad activada en ti”.

Luego el director Alex Mariscal me dio unas indicaciones: “Vas a jugar muy entusiasmada, luego empezará a llover, pero no te importa, disfrutas de la lluvia, te revuelcas en el lodo, sabes que tu mamá te llamará la atención porque no le gusta que te ensucies, pero, aun así, sabiendo eso, tú decides jugar con el lodo”. Luego de una respiración profunda reinicié la improvisación. Mientras recreaba esta historia pude percibir como se activaba el sentido del tacto, sentía la lluvia caer, mojar mi rostro; al tirarme al suelo sentía la tierra húmeda en mi cuerpo, como salpicaban las gotas de agua y de lodo. Exploré la adrenalina de saber que me iban a regañar y asumirlo, ya que quería disfrutar de ese momento. Al finalizar esta interpretación, el resultado fue satisfactorio y pude percibir en el rostro de mis compañeras que lo disfrutaron al igual que yo (sesión 9, jueves 12 de agosto de 2021).

El punto fundamental aquí es que todo lo que se necesita para crear el personaje está en la experiencia del propio actor, en aquello que ha vivido. En muchos casos, son experiencias olvidadas, pero están grabadas en nuestro subconsciente. Por ello afirmo que el primer paso en la formación de un actor es el viaje hacia sí mismo. El actor o actriz tiene que conocerse, comprender sus limitaciones, sus miedos, sus bloqueos, sus fortalezas. Debe explorarse a sí mismo para encontrar las vivencias que sean el material del que se nutra su personaje.

## 1.2 Segunda vía en el proceso de la creación de “Una”.

Luego de explorar las experiencias más íntimas del actor es momento de pasar a la “segunda vía”, donde se puede decir que “la magia ocurre”. Con las herramientas adquiridas durante el proceso de autoconocimiento, el actor incorpora al personaje aquellas vivencias que le puedan ser útiles, desarrollándolo de forma orgánica. Descubrí como enfocarme en este punto por medio de un ejercicio lúdico llamado “El animal”. Que consiste en estudiar e imitar aspectos y características del animal escogido.

“Más allá de lo que pude sentir en ese momento, estuve analizando la conexión que se logra a través de la investigación y de ponerla en práctica en el proceso de creación de personaje, en un corto ejercicio de 30 minutos aproximadamente en el que percibo cómo encaminar el trabajo que debo desarrollar en los personajes de esta obra”. (Sesión 7, martes 10 de agosto de 2021).

Logré realizar este trabajo con mucho empeño tal y como señalé en el diario de trabajo:

“Por medio de una exploración interna decidí tomar como recurso para esta escena mi personalidad de cuando era una adolescente, muy ingenua, confiaba en todas las personas, tenía la idea de que con solo ver a las personas malas podría identificarlas; al principio me costó mucho hacer ese vínculo, porque actualmente me cuesta creer en las personas desde un inicio, pero decidí trabajar hasta lograr enlazar esta herramienta con el personaje”. (Sesión 23, martes 9 de noviembre de 2021).

Luego de un constante trabajo, consciente del valor que se le va a generar al personaje, se concluye con éxito esta vía. Siempre hay que tener presente iniciar el trabajo desde el interior de uno como actor para poder expresar las vivencias y lograr vincularlas con el objetivo, de manera que se logre intensificar la presencia del personaje en escena.

Como preparación previa al propio proceso de construir el personaje “Una” de “El tiempo de las mandarinas”, se utilizó como sustento técnico ejercicios de Lee Strasberg, facilitados por los directores, en un seminario dictado a todas las actrices durante seis semanas.

Lee Strasberg fue una de las más importantes figuras del teatro del siglo XX, director artístico del Instituto de Teatro Lee Strasberg y del Actors Studio. Su familia emigró a los Estados Unidos de América en 1909, cuando contaba ocho años. Tras probar fortuna en diferentes oficios, Lee Strasberg comenzó a interpretar sus primeros papeles en colectivos independientes de teatro político. En 1925 comenzó a trabajar como actor y director en el Theatre Guild, que abandonó al cabo de cinco años para fundar su propia compañía, el Theatre Group.

Strasberg tomó contacto con antiguos actores del Teatro de Arte de Moscú que habían decidido quedarse en los Estados Unidos tras la diáspora de este prestigioso colectivo fundado en octubre de 1898 por Konstantin Stanislavski. El estallido de la Revolución Rusa de 1917 había dispersado a los integrantes de la compañía, y algunos de los actores supervivientes -como Richard Boleslavsky y María Ouspenskaya- optaron por quedarse en los Estados Unidos. El Theatre Group se convirtió así en uno de los principales aglutinantes de los "náufragos" del Teatro de Arte de Moscú, por lo que pronto el colectivo se erigió en el principal heredero del legado de Stanislavski.

En líneas generales, la adaptación del método Stanislavski por parte de Lee Strasberg tenía como objetivo básico la consecución de la organicidad dentro de la actuación; o, dicho de otro modo, la reproducción sobre la escena (o ante la cámara) de los procesos emocionales que se experimentan en la vida real. De ahí que Strasberg exigiera a sus alumnos y a los actores que tenía a sus órdenes la búsqueda de sus propias vivencias emocionales: un arduo trabajo realizado sobre la propia memoria y, al mismo tiempo, relacionado con los motivos más hondos que pudieran llevar al personaje interpretado a actuar como lo hacía en cada momento. Pronto se vio que el método de Strasberg ofrecía un singular rendimiento dentro del campo cinematográfico, donde, por un lado, se exigía a los actores una mayor naturalidad que en los escenarios teatrales, y, por otro, se podía captar con absoluta fidelidad los menores registros expresivos. El propio Strasberg expuso sus técnicas de interpretación en el libro *Un sueño de pasión. El desarrollo del Método*.

Aunque la obra no se propuso como realista, se decidió trabajar con esta técnica para lograr genuinidad del personaje. Los aspectos que se enfatizaron en esta etapa son los siguientes:

### **1.2.1. RELAJACIÓN.**

Es necesario ser honesto con relación a este punto, ya que es de suma importancia contar con una relajación total, y lograr trabajar en función de obtener grandes resultados. Una buena relajación permite conectar con nuestro cuerpo, mente y emociones, examinando cada parte de nuestra anatomía y así se eliminan las tensiones musculares que podamos presentar. La relajación se puede realizar de múltiples formas, cabe mencionar uno de los ejercicios que se realizaron durante el proceso creador:

“Desarrollamos el ejercicio de relajamiento, nos acostamos en el piso y con una respiración profunda empecé a liberar la tensión de mi cuerpo, cada vez que inhalaba y exhalaba ubicaba en mi cuerpo la rigidez en la que debía enfocarme. De pronto sucedió algo que es difícil de creer y explicar, la experiencia que tuve con esta relajación fue algo diferente una sensación extraña, sobrenatural. Sentí que salía de mi cuerpo mientras reposaba en el piso, en realidad fue muy extraño, tuve miedo, pero al mismo tiempo se sentía increíble, no sé si fue producto de mi imaginación, pero decidí aprovechar ese momento liberar todas las tensiones de mi cuerpo y nunca me desconecté de las indicaciones del director en este proceso de relajación. (Sesión 9, jueves 12 de agosto de 2021).

Con esto se hace evidente que la relajación va más allá de solo respirar, no hay que bloquear lo que traiga la imaginación, al contrario, es conveniente explorarlo para obtener mejores resultados.

### **1.2.2. CONCENTRACIÓN**

La relajación promueve una concentración profunda y activa la imaginación; se puede motivar por medio de ejercicios lúdicos, como los realizados en este proceso creativo: “Después de unos minutos ejecutamos un ejercicio llamado “El lugar”. debíamos escoger un lugar que en nuestra infancia considerábamos un refugio / lugar favorito y, utilizar el monólogo previamente memorizado para expresar a través de éste, las sensorialidades que el lugar producía en el cuerpo. Se inicia con los ojos cerrados explorando aquel lugar y una vez activados los sentidos con relación a aquel recuerdo, expresarlo por medio del monólogo” (Sesión 1, lunes 2 de agosto de 2021). En su libro “Un sueño de pasión: El desarrollo del método” Strasberg afirma que:

“eso es lo más importante para eliminar el miedo: la concentración, concentrarse en lo que uno hace, en las acciones que lo estimulan y le dejan algo.” (Strasberg, p. 131).

Alcanzar una concentración profunda es uno de los retos más grandes para el actor, ya que sin ella todo el tiempo invertido será en vano.

### **1.2.3. AJUSTES**

Al hablar de “ajustes” se hace referencia a la capacidad del actor de adaptar sus vivencias a la situación por la cual está pasando el personaje. Esta fase se sintetiza con la explicación de cómo se exploró en una de las escenas.

Escena #1 de la obra “El tiempo de las mandarinas” (Nofal, p. 3)

“Una”: A esta edad puede ser cuando podés elegir irte. Cuando sos chica es feo dejar amigas, barrios, escuelas y empezar de nuevo cada vez”.

Esta es la situación de UNA, en un párrafo que se percibe simple, pero no lo es. El actor no debe ser egoísta, debe prestar sus vivencias al personaje, adaptándolas a su situación, y pasar de unas líneas simples a unas líneas con carga emocional.

En este caso, luego de una relajación/concentración, activé mis recuerdos y logré conectar con un momento específico de mi vida: cuando tenía 5 años mi padrastro falleció y me mudé de vivienda sin poder despedirme de mis amigos. Nos fuimos a la casa de una tía y, a los 8 años, cuando ya estaba adaptándome al lugar, volví a mudarme a un sitio donde debí empezar de cero, con nuevos vecinos, nueva escuela y con el reto de hacer nuevos amigos, cosa que era difícil para mí. Después de hacer esta conexión es importante lograr el ajuste, por esto es necesaria la

concentración; debemos enlazar el diálogo del personaje con la sensorialidad que se activó al momento de recordar nuestra vivencia personal. En esta ocasión, mi recuerdo se relacionaba mucho con la situación del personaje, pero puede suceder que nuestras vivencias no tengan nada en común con las del personaje. Sin embargo, si los sentimientos explorados ayudan para la escena se puede trabajar con ellos y realizar el ajuste, como lo explica Lee en las siguientes líneas:

“...yo, como director, muchas veces no aceptaba que la conducta natural del actor en las circunstancias dadas fuese la mejor para la puesta en escena, entonces buscaba ajustes y condiciones que a veces no estaban relacionadas con la obra, pero si con las vivencias del actor” (Strasberg, p. 114).

#### **1.2.4. ACCIÓN FÍSICA**

A lo largo de la carrera de actuación, se suele cuestionar la acción física, es decir: ¿por qué caminas hacia allá? ¿por qué te sirves agua y no la bebes? ¿por qué te sentaste, después de una llamada telefónica? Estos cuestionamientos son importantes para establecer qué sentido tiene una determinada acción, en ocasiones no sabemos qué responder, en otras solo decimos -me deje llevar-, pero es importante que el actor esté conectado con el personaje para reaccionar con mayor credibilidad. Recordemos que el público no es ignorante, lo que le presentemos lo entenderá siempre y cuando la acción esté justificada, es decir si se realiza una acción sin tener un objetivo es simplemente una acción y esto le restará importancia a la obra. Como ejemplo de esta fase podemos mencionar el trabajo realizado en una de las escenas:

Escena #1 de la obra “El tiempo de las mandarinas” (Nofal, p. 3)

OTRA: No. Estas ansiosa, intranquila. ¿no estás segura de que venga?

UNA: (gesto vago. Saca las mandarinas.)

En esta escena el objetivo de UNA es evadir, sin ofender a su acompañante, pero si esta acción se realiza sin aportarle una carga emocional, romperá con la tensión que se espera generar.

Durante esta acción, mis estímulos fueron explorar el temor que me causa la idea de que no llegue la persona que espero y evidenciar con mis expresiones faciales, lo incomoda que me sentí con la pregunta, pero al mismo tiempo mantener el objetivo de tener la compañía de “Otra”.

Hay que ser honesto en cada momento, realmente vivir, sentir lo que el personaje desea expresar con sus acciones.

### **1.2.5. MEMORIA AFECTIVA Y SENSORIAL**

Se conoce como memoria afectiva todos aquellos recuerdos que se activan luego de una relajación y concentración adecuada. Junto con ella, es importante activar la memoria sensorial, es decir, el olfato, el gusto, la vista, el oído y el tacto. Si se logra esta conexión se ejecutará un buen trabajo en la creación e interpretación del personaje. Strasberg aclara en su libro que:

“la memoria afectiva es el elemento básico para revivir y por consiguiente crear una vivencia autentica sobre el escenario. Noche tras noche el actor repite no solo las palabras y los gestos aprendidos durante los ensayos sino también el recuerdo de la emoción, que llega a través de la memoria del pensamiento y la sensación” (Strasberg, p. 143).

Un trabajo constante del actor es el de establecer una conexión con sus recuerdos, guardar conscientemente la sensorialidad que activa según su vivencia, por ejemplo, veamos un ejercicio lúdico que se realizó en el proceso creador:

“realizamos el ejercicio del cubre todo, el objetivo de estos ejercicios es conectar los sentidos que se activan a través del recuerdo con el texto memorizado para poder expresar algo real. Mi cubre todo es un mantel de plástico transparente con gotas de agua.

Al realizar el ejercicio pude activar los sentidos del oído, olfato, gusto y tacto. Escuchaba el motor del bote, los indígenas hablando su idioma percibía el olor a humedad, saboreaba el agua salada, sentía el agua, el bote, el plástico, el calor del sol.

Este cubre todo que elegí se debe a que cuando he ido de viaje a Guna Yala, suelo cubrirme con un mantel de plástico para evitar mojarme con el agua que salpica del mar. Algo que aprendí a través de este ejercicio es que un objeto, por insignificante que parezca, puede activar muchos sentidos” (Sesión 3, miércoles 4 de agosto de 2021).

Sabemos que los ensayos son fundamentales para desarrollar la creatividad del elenco y así lograr una presentación impecable, pero además de participar responsablemente en los ensayos, el actor debe dedicar tiempo al trabajo en casa. Aunque a veces parezca imposible trabajar desde el hogar es esencial hallar el momento adecuado para hacerlo, de manera que podamos llegar a los ensayos con avances en el desarrollo del personaje, de otro modo, se perderá un tiempo muy valioso. El estudio debe ser constante y si el actor realmente se sumerge en el personaje logrará una conexión que le permitirá conocerlo más.

En la creación del personaje “Una” se trabajó con base en varias herramientas que aportan retazos del ser ficticio, tales como lugares de la infancia, una foto, un

bocadillo, Guna Yala, tierra roja, paseo por las montañas en Los Santos, entre otras vivencias. Antes de explorar qué herramientas usar es importante conocer los objetivos específicos y generales del personaje, ya que se busca activar la sensorialidad de este, de manera que ayude a la actriz o al actor a conectar con las emociones que se desea presentar.

El método de Lee Strasberg aporta herramientas valiosas a este proceso. En lo personal, me ayudó a desarrollar la memoria sensorial como nunca lo había hecho. Antes me enfocaba en el recuerdo que provoca el sentimiento y ahora me concentro en el sentimiento que provoca aquel recuerdo, qué sentidos se activan en mí y de esa manera puede trabajar con ellos en la escena.

## CAPÍTULO 2

### ANÁLISIS DEL PERSONAJE

#### 2.1. Primeras impresiones

Las primeras lecturas realmente sirvieron para tener una idea muy general de la obra, ya que su estructura es compleja y cuesta entenderla en una sola lectura. Los directores del proyecto, el profesor Alex Mariscal y la profesora Lisette Rodríguez, distribuyeron los personajes y se inició el análisis del diálogo, con el objetivo de conocer al personaje. Con base en el comportamiento y acciones del personaje, imaginé a una chica muy activa, desenfrenada, aventurera, ya que decidió irse con un desconocido. Después, reflexionando e intentando leer entre líneas, noté que había en ella profundas ansias de libertad. En ese momento empieza a cambiar mi percepción en cuanto a que “Una” fuera una joven alocada y puedo verla desde otra perspectiva. Al empezar a explorar la sensibilidad del personaje me dio una sensación escalofriante y sentí como el personaje me habló, aclarando dudas acerca de los prejuicios que suelen tenerse con relación a ese tipo de vida.

Al momento de estudiar y crear un personaje es importante tener claro que no se le debe juzgar, es esencial ser empático para poder conectar con este e ir descubriendo, luego de cada lectura, cosas que el texto no dice, y ojalá llegar al punto en que se perciba que el personaje se comunica con el actor.

Durante esta etapa, recordé cuando de niña mi padre me decía que me visitaría los fines de semana y no cumplía su promesa, así pasaron los años hasta que decidí no creerle. Esa sensación de abandono y decepción es algo que nunca expresé hasta

ahora, cuando el personaje de “Una” me lo exigía para manifestar su inseguridad y la necesidad de sentirse amada. En cierto momento debía demostrar el anhelo de “Una” de recuperar lo que había perdido, para ello me basé en el recuerdo de la muerte de mi hermana, quien falleció cuando yo tenía 12 años, pérdida que me causó un gran sufrimiento. Al principio me resistía a establecer la conexión, ya que es doloroso recordar tales episodios de mi vida, pero al aplicar el método antes mencionado pude conectar con esos recuerdos que había bloqueado y que utilicé en la primera escena, enfocándome en la actitud del personaje, activando mis sentidos y ajustándolos con las emociones que eran necesarias.

## **2.2. Biografía del personaje “Una”: análisis de carácter**

Me llamo Lupe Rivera, mis padres son Pedro Rivera y Lucía de Rivera. Mi mamá se dedicó a cuidarme y a atender la casa, mientras que mi papá se jubiló como gerente bancario.

Desde niña se me inculcó el ser respetuosa, amable, bondadosa... en fin, se me dijo que debía mantener esos valores para ser una joven exitosa, pero terminé por creer que solo era para evitar “el qué dirán”, ya que a ellos les preocupa mucho lo que tengan que decir los demás de nosotros.

Económicamente, no nos hacía falta nada. Pienso que los continuos cambios de país por el trabajo de mi papá, deterioraron la armonía familiar. En mi adolescencia empecé a tener conflictos con mis padres, ya que quería conocer jóvenes de mi edad y ellos me prohibían salir, llegué a la conclusión de que hacían lo posible para evitar que yo consiguiera amigos, pues no tenían confianza en mí.

Desde que mi papá se jubiló, la relación familiar empeoró. A pesar de ser mayor de edad me siguen prohibiendo cosas, me siguen hostigando y manipulando.

Estudiar fue difícil para mí, no tenía amigos, ni conexión con los maestros porque no permanecía por mucho tiempo en la misma escuela. A pesar de ello, conseguí terminar la secundaria. Ya con 18 años, les dije a mis padres que solo entraría a la universidad si ya no tenía que viajar. Me prometieron que cuando mi papá se jubilara ya no viajaríamos más y entonces podría estudiar.

A mis 20 años inicié la universidad, optando por la licenciatura en gastronomía. Allí conocí a muchas personas, al inicio era difícil pues no sabía relacionarme, pero eso cambió cuando conocí a Paula, una chica muy alegre, que me ayudó a hacer nuevas amistades y se convirtió en mi mejor amiga.

Después de clases, Paula y yo vamos al centro comercial, al parque o a mi casa y ponemos en práctica lo que hemos aprendido en las clases, pasamos momentos muy divertidos. Paula me cuenta todas sus aventuras, entre ellas algunas muy atrevidas, me comenta las cosas que experimenta con su novio. Disfruto mucho de sus historias y cuando me quedo sola en mi habitación sigo recreándolas en mi imaginación, pero conmigo como protagonista. No me mal interpreten, la quiero mucho, pero deseo vivir lo que ella ha vivido, aunque sea en mi imaginación.

Mi casa es de dos pisos, color crema. Me siento muy sola en esta casa tan grande, aunque viva con mis padres. Ellos están más distantes de lo normal, mi comunicación con ellos es muy básica: ¿Cómo estás? ¿Qué tal tu día?... No me siento cómoda con ellos, no puedo expresarme como deseo, estoy atrapada en la monotonía. Al menos ahora cuento con mi amiga Paula, con la que puedo tener otras actividades, como ayudar con el reciclaje. En ocasiones me voy a la discoteca con Paula, a pesar de que lo tengo totalmente prohibido.

Gracias a mi mejor amiga he logrado sobrevivir a mi triste realidad, la mayor parte de mi vida he estado en depresión, pero mis padres dicen que solo estoy en una etapa de rebeldía, probablemente sea así, pero ellos son los causantes de lo que me pasa.

Soy muy tímida y por ende poco social, pero desearía saber realmente quién soy porque a veces creo que lo que soy ahorita es solo un reflejo de lo que quieren mis padres. Cuando estoy en mi cuarto trato de averiguarlo, pero es imposible saberlo estando ahí y no me queda más que llorar hasta quedar dormida.

Estos pensamientos han sido más frecuentes después de que conocí un chico en una fiesta, que con solo verme supo por todo lo que estoy pasando, ni siquiera mi mejor amiga, Paula, se ha dado cuenta de tantas cosas como él. Al hablar con él, pude ser yo misma, no era necesario esforzarme para tener su aprobación, todo resultaba fácil.

La noche en que lo conocí me fui con él, no puedo explicar las cosas que sentía, no había sentido nunca un deseo sexual tan fuerte. Dejé de lado la idea de que no es correcto tener relaciones antes del matrimonio y mucho menos con un desconocido, pero es que sentía que lo conocía de toda la vida. Le rogué a mi amiga que no le contara a nadie, sobre todo a mis padres, ella no estaba de acuerdo, pero me prometió no decir nada.

Después de ese encuentro mantuve contacto con él y me pidió que no le contara a nadie ni siquiera a mi amiga, porque se dio cuenta que no era de su agrado, me propuso irme con él, me prometió que sería feliz a su lado. En realidad, ya lo soy y vivir con él será mucho mejor.

Deseo alejarme de todo lo que me ata a esta desgraciada vida. Aun teniendo todo, no me siento libre. Lo he pensado mucho y decidí irme con él, no puedo decirle a nadie, porque se opondrían, así que me escaparé.

Este análisis ha sido desarrollado con base en el cuestionario de Marshall Parker, que se incluye en los anexos.

Una vez desarrollado este análisis del personaje, se revisó lo siguiente:

### **2.3 Otros aspectos que aportan a la construcción del personaje**

Es necesario tomar en cuenta varios elementos que aportan significativamente a la construcción del personaje y que son de utilidad para dar vida al ser ficticio.

La propuesta de vestuario para el personaje “Una” de la codirectora Lissette Rodríguez, fue la de trabajar en el contraste de la inocencia y la prostitución. Se aplicó un maquillaje neutral en el cual el color del labial marca la diferencia. En aquellas escenas en que se quería demostrar la inocencia del personaje, el labial era rosa pálido y en las escenas en que “Una” ejercía como prostituta, el labial era rojo intenso.

Hubo tres cambios de peinado: en la escena de la chica ingenua, el personaje usó una cola de caballo alta, mientras que, en la escena de la prostituta, cuando está descansando tiene un moño en el estilo conocido como “torta”, del cual sobresalía un mechón de cabello. El personaje desarrollaba un juego con el mechón, enrollándolo en su dedo o metiéndoselo a la boca; a la hora de realizar el espectáculo para sus clientes, usaba el cabello totalmente suelto. Para esta presentación tomé la decisión de teñir el cabello, para marcar una diferencia entre el personaje y la actriz.

En el proceso de construcción del personaje, es importante que el actor o actriz hagan los cambios en sí mismos que se requieran con el fin de aportar positivamente al personaje.

### **CAPITULO 3.**

#### **DIARIO DE ENSAYO DEL PERSONAJE “UNA” EN EL TIEMPO DE LAS MANDARINAS, DE NOFAL.**

##### **3.1. Sesión 1: Lunes 2 de agosto de 2021.**

Se realizó el primer ensayo en las instalaciones de la Facultad de Bellas Artes en el salón F-103 de 6:00 p.m. a 9:00 p.m.

Se dio inicio caminando por todo el espacio de trabajo, variando la velocidad y controlando el peso de cuerpo al caminar. Al realizar este ejercicio se debe fijar la vista en un punto mientras se camina. Luego de explorar el espacio de trabajo, se realizó una relajación por pareja, fue un evento espontáneo desarrollado en dos partes.

La primera parte consistió en sentarse en una silla, respirar, retener el aire y exhalar, luego agregar un llamado de auxilio (un referente podría ser cuando estamos ardiendo en fiebre y se produce un gemido), si vienen imágenes a la mente durante este proceso no se debe reprimir los sentimientos que estas provocan, se debe permitir que fluyan. Durante la segunda parte, hicimos masajes a nuestra compañera para estimular su relajación.

Por medio de esta relajación en pareja logré liberar toda la presión del cuerpo. El recuerdo que evocó este ejercicio fue la presencia de mi hermana en los momentos más dolorosos de su vida, ya que ella padecía de síndrome de Down. El ejercicio me provocó una descarga emocional muy fuerte, al principio bloqueaba ese recuerdo, pero luego permití sentir ese dolor y dejar que se disipara junto a mis tensiones, con la relajación.

Después de unos minutos, se ejecutó un ejercicio lúdico llamado “El lugar”, para el cual debimos, previamente, escoger un lugar que en nuestra infancia consideráramos un refugio / lugar favorito y también memorizar en frío un monólogo de 5 a 7 líneas.

Se inició con los ojos cerrados, explorando aquel lugar en la imaginación, y una vez que se activaran los sentidos con base en este recuerdo, expresarlo por medio del monólogo. Al finalizar el ejercicio los observadores expresan las sensaciones que percibieron, en la mayor parte había relación con el trabajo que realicé.

A través del lugar que elegí, pude activar el sentido del tacto y de la audición, por medio de estos sentidos logré expresar travesura, picardía y curiosidad.

Finalizamos el ensayo y el director programó para el martes 3 de agosto el próximo ensayo.

### **3.2. Sesión 2: martes 3 de agosto de 2021.**

No pudimos ensayar por falta de permiso para utilizar las instalaciones de la Facultad de Bellas artes. Realizamos una reunión en la Plaza de Albrook con el director Alex Mariscal y la codirectora Lissette Rodríguez.

Hicimos la lectura de la primera escena y conversamos sobre temas relacionados con el mensaje de la obra.

### **3.3. Sesión 3: miércoles 4 de agosto de 2021.**

Iniciamos el ensayo en el salón F-104 y luego pasamos al salón F-103 en las instalaciones de la Universidad de Panamá.

Iniciamos el ensayo caminando por todo el espacio de trabajo, variando la velocidad y controlando el peso de cuerpo al caminar. Al realizar este ejercicio se debe fijar la vista en un punto mientras se camina. Luego de explorar el espacio, procedimos a una relajación, acostadas en el piso, inspirando y exhalando, mientras se mantenía activo el sentido de la audición.

Realizamos el ejercicio del cubre todo, el objetivo de este ejercicio es conectar los sentidos que se activan a través del recuerdo con el texto memorizado para poder expresar algo real. Mi cubre todo es un mantel de plástico transparente con gotas de agua.

Al realizar el ejercicio pude activar los sentidos de la audición, olfato, gusto y tacto. Escuchaba el motor del bote, los indígenas hablando su idioma percibía el olor a humedad, saboreaba el agua salada, sentía el agua, el bote, el plástico, el calor del sol.

Este cubre todo que elegí se debe a que cuando he ido de viaje a Guna Yala, suelo cubrirme con un mantel de plástico para evitar mojarme con el agua que salpica del mar. Algo que aprendí a través de este ejercicio es que un objeto, por insignificante que parezca, puede activar muchos sentidos.

En casa cuando realizaba la búsqueda del cubre todo, me preguntaba ¿qué tanto puede activar mis sentidos un pedazo de tela o lo que sea que encuentre para el próximo ejercicio lúdico?, pero a medida que iba explorando llegaban a mi mente más y más cosas que no recordaba, después de una larga búsqueda decidí usar el cubre todo de plástico, pues percibí que activaba más sentidos.

### **3.4. Sesión 4: jueves 5 de agosto de 2021**

Se inició el ensayo caminando por todo el espacio de trabajo, variando la velocidad y controlando el peso de cuerpo al caminar. Las consignas del libreto a trabajar fue alineamiento del cuerpo, tener un punto fijo al caminar.

El director Alex Mariscal explicó el significado de trabajo pre-escénico, describiéndolo como el trabajo corporal y de concentración que deber realizar el actor antes de la función. Una vez aclarado este término se realizó un ejercicio lúdico para fortalecer la concentración y ritmo (lanzar y atrapar) consiste en lanzar una palabra a un compañero, este atrapa y lanza a otro, o al mismo compañero, otra palabra con el objetivo de recibir y expulsar energías, se va aumentando la velocidad del ejercicio y el que se demore en lanzar va saliendo.

Procedimos a relajarnos acostadas en el piso respirando y exhalando, manteniendo activo el sentido de la audición, conectándonos con cada parte de nuestro cuerpo, de manera continua sin perder la relajación. Por indicaciones del director se desarrolló el ritual de la bebida, que permite conectar con los sentidos y expresarse a través del monólogo.

Por medio de este ejercicio yo pude activar el sentido del tacto, el olfato y del gusto. Sentir los objetos que tocaba, el termo, la nevera, la botella de jugo, la jarra de agua, escuchar el sonido del jugo al ser vertido y el del agua en el termo al agitarlo, saborear el dulce sabor a fresa de la bebida.

La percepción que tuvieron los demás al verme realizar el ejercicio fue que active el sentido del tacto. Imaginaban que estaba preparando leche en una mamadera, tal vez fue su primera impresión al ver que agitaba la bebida.

### **3.5. Sesión 5: viernes 6 de agosto de 2021.**

Se inició el ensayo realizando calentamiento corporal y luego desplazándonos por el espacio de trabajo, las consignas de libreto a trabajar fueron alineamiento del cuerpo, tener un punto fijo al caminar.

Repetimos el juego de atrapar y lanzar, pero esta vez iniciamos más rápido y fuimos aumentando más la velocidad, al finalizar el ejercicio, por indicaciones del director, todas dijimos al mismo tiempo el monólogo memorizado, aprovechando la energía que nos produjo el ejercicio lúdico. Luego, nos sentamos a analizar el objetivo de los trabajos que se han realizado desde el lunes 2 de agosto hasta hoy viernes 6 de agosto.

Cada vez que se ha dicho el monólogo memorizado, se ha realizado con diferentes intenciones: en frío, divertido, pícaro, triste. En esta ocasión fue acelerado, impulsivo, con adrenalina.

Después de esta reflexión volvimos a decir nuestro monólogo en frío. Por indicaciones del director, cerramos los ojos y dijimos el monólogo al mismo tiempo, luego abrimos los ojos y continuamos con el monólogo. Según las indicaciones del director, aumentamos o disminuimos el volumen y ejecutamos un ejercicio de concentración.

Se detuvo el ensayo por 30 minutos por compromiso del director y la codirectora. Al retornar se nos indicó escoger una droga para explorar sus efectos, uniendo la experiencia que teníamos con otros alimentos o sensaciones. Escogí la marihuana, aunque nunca he consumido ninguna droga, hay referentes. También me guiaba por las indicaciones de la codirectora Lissette Rodríguez.

Con este ejercicio exploré una mezcla de sensaciones que he vivido consumiendo otros productos, como el chocolate negro o bebidas alcohólicas. Estaba flotando, deseaba hablar mucho, tenía la sensación de comer pastillas dulces, tenía ganas de jugar y al final me dieron mareos.

Al finalizar el ensayo nos colocamos nuestro abrigo protector para no estar vulnerables a nuestra realidad, este fue un consejo que nos dio la codirectora para no estar expuestos a la sensibilidad luego de finalizar los ensayos, también nos recomendó hacer este ejercicio estando acompañados, porque en el peor de los escenarios, te pueden controlar.

El próximo ensayo se planteó para el lunes 9 de agosto. Como tarea se propuso analizar o estudiar un animal salvaje.

### **3.6. Sesión 6: lunes 9 de agosto de 2021.**

No pude asistir al ensayo por malestares a consecuencia de la primera dosis de la vacuna contra la COVID- 19.

### **3.7. Sesión 7: martes 10 de agosto de 2021.**

Se inició el ensayo caminando por todo el espacio, aumentando y disminuyendo la velocidad, las consignas del libreto a realizar fueron alineamiento del cuerpo, caminar en el espacio del trabajo sin perder el alineamiento y manteniendo un punto de destino al desplazarnos, tener conciencia del espacio que dejamos y el espacio al que nos dirigimos. Realizamos la respiración cero, que se realiza cuando estamos alterados y queremos nivelar nuestro cuerpo y nuestra energía.

Ejecutamos el juego de lanzar y atrapar la energía, primero cada uno diciendo su nombre y luego utilizando adjetivos y aumentando la velocidad. Aplicamos la misma fusión del ensayo anterior, es decir mantener activa la sensorialidad del juego mientras se dice el monologo aprendido.

Después de una relajación, realizamos los movimientos del animal estudiado. En mi caso, estudie al canguro, como se desplaza, alimenta, pelea, descansa, aparea y se reproduce. Se nos indicó explorar el espacio imitando al animal, socializar con el resto de los animales propuestos por mis compañeras (20 minutos aproximadamente), luego provocar una pelea con el gorila. (exponiendo el código de alerta que se activa en el canguro). Se finalizó el ejercicio con una respiración profunda, relajando el cuerpo y desligando la conexión con el animal imitado.

Luego de 5 minutos de descanso se hizo una improvisación con el ejercicio titulado "Una fiesta". Se nos indicó llevar un objeto (bolsa, peluche, abrigo u otro). A cada personaje se le asignó un objetivo que el contraescenante desconocía. Los personajes debían tener la esencia del animal estudiado. Mi objetivo era consumir algún tipo de droga, pero yo no tenía nada para consumir y con astucias debía crear una estrategia para conseguir ese objetivo sobre mis compañeras de escena. Este ejercicio demanda de mucha fuerza y concentración, ya que debía mantener una corporalidad no acostumbrada por mí, por esa razón, mi respiración cambió.

Al momento de iniciar la batalla con el gorila pude percibir una energía que recorría mis piernas, impulsándome para protegerme del atacante.

Mas allá de lo que pude sentir en ese momento, analicé la conexión que se logra a través de la investigación y la puesta en práctica de lo aprendido en el proceso de

creación de personaje. Mediante un corto ejercicio de 30 minutos aproximadamente, percibí como encaminar el trabajo con los personajes de la obra.

### **3.8. Sesión 8: miércoles 11 de agosto de 2021.**

Llegué una hora y media tarde al ensayo debido a que no conseguí con quien dejar a mis hijos. Antes de incorporarme al grupo realice la respiración 0, para liberar tensiones, facilitar la concentración y así desarrollar lo mejor posible el ejercicio lúdico titulado “La foto de una mujer”. Para realizar este ejercicio, preparamos el espacio intentando que fuera lo más parecido posible al de la foto. Por indicación del director, cerré los ojos para mantener una conexión con el espacio y los con mis cinco sentidos, logré tener una conexión con ese lugar y sentir las emociones del personaje. Al dejarme llevar por la sensorialidad del momento, pude expresar el monólogo con facilidad: sentía impotencia, rabia, decepción, tristeza.

En la foto que presenté aparece una mujer casi de rodillas en un puente. El primer sentimiento que vino a mi mente fue la decepción y, al recrear la foto pude explorar más sentimientos. Ese día me hallaba emocionalmente sensible y, por medio del ejercicio, liberé toda esa energía.

Posteriormente, se realizó una improvisación para la cual se utilizaron las primeras unidades de la obra, relacionándolas con diferentes objetivos que fueron presentados por el director, antes y durante la improvisación.

1- “Llegas al lugar, no ves a nadie y te regresas, cuando ves que alguien llega, vuelves al lugar e inicias la conversación”.

2- “Estás en el lugar, llega alguien con una mochila roja, que se parece a alguien que viste en una noticia sobre una persona desaparecida”.

### **3.9. Sesión 9: jueves 12 de agosto de 2021.**

Se inicia caminando por todo el espacio aumentando y disminuyendo la velocidad. La consigna del libreto a desarrollar es el alineamiento del cuerpo. Se realizaron ejercicios de calentamiento y exploramos la danza de la lluvia.

Se realizó la respiración 0 para iniciar los ejercicios lúdicos. Empezamos con el juego de atrapar y lanzar, aumentando cada vez más la velocidad. Aquella persona que pierda el ritmo será expulsada del juego.

Desarrollamos el ejercicio de relajamiento, nos acostamos en el piso y con una respiración profunda empecé a liberar la tensión de mi cuerpo, cada vez que inhalaba y exhalaba ubicaba en mi cuerpo la rigidez en la que debía enfocarme. De pronto sucedió algo que es difícil de creer y explicar, la experiencia que tuve con esta relajación fue algo diferente una sensación extraña, sobrenatural. Sentí que salía de mi cuerpo mientras reposaba en el piso, en realidad fue muy extraño, tuve miedo, pero al mismo tiempo se sentía increíble, no sé si fue producto de mi imaginación, pero decidí aprovechar ese momento liberar todas las tensiones de mi cuerpo y nunca me desconecté de las indicaciones del director en este proceso de relajación

Continuamos el ensayo con un taller que consistía en mostrar una historia sin usar lenguaje verbal. Yo planteé una niña jugando a la rayuela, al finalizar la interpretación, el comentario en general fue: "Se entendió el momento y la actividad que interpretaste, pero no había ninguna historia, no hubo ninguna sensorialidad activada en ti".

Luego el director Alex Mariscal me dio unas indicaciones: "Vas a jugar muy entusiasmada, luego empezará a llover, pero no te importa, disfrutas de la lluvia, te revuelcas en el lodo, sabes que tu mamá te llamará la atención porque no le gusta que

te ensucies, pero, aun así, sabiendo eso, tú decides jugar con el lodo”. Luego de una respiración profunda reinicié la improvisación. Mientras recreaba esta historia pude percibir como se activaba el sentido del tacto, sentía la lluvia caer, mojar mi rostro; al tirarme al suelo sentía la tierra húmeda en mi cuerpo, como salpicaban las gotas de agua y de lodo. Exploré la adrenalina de saber que me iban a regañar y asumirlo, ya que quería disfrutar de ese momento. Al finalizar esta interpretación, el resultado fue satisfactorio y pude percibir en el rostro de mis compañeras que lo disfrutaron al igual que yo.

### **3.10. Sesión 10: viernes 13 de agosto de 2021.**

Se inicia el ensayo caminando por todo el espacio de trabajo, aumentando y disminuyendo la velocidad, siempre manteniendo un punto fijo de dirección, conectar con todo lo que me rodea (objetos, personas, sonidos) las consignas del libreto a desarrollar fueron alineamiento del cuerpo, ejercicio de calentamiento. El director sugiere que debo fortalecer mis piernas.

Se nos dio 10 minutos para repasar las cinco primeras unidades de las primeras escenas. Estas primeras unidades las trabajé con Katherine en la exploración de momentos. La primera exploración fue sutil, había mucha confianza y preocupaciones. El director detuvo la improvisación y nos dio unas indicaciones, me dijo que tomara en cuenta si los padres del personaje “Una” sabían que se iba o no de su casa, que no llegara con tanta confianza y esperara la oportunidad adecuada para acercarme. En la segunda exploración percibo que me sumergí en concretar la sugerencia del director, me concentré más en las circunstancias dadas del personaje y de alguna manera bloqueé mi conexión con Katherine.

El director le planteó a Katherine explorar la herramienta que usó para ese personaje y, cuando logró conectarse con ese momento, el director dijo que hiciéramos nuevamente la escena. En el desarrollo de estas primeras cinco unidades sentí mucho miedo y tensión. Con una respiración profunda y activando la sensorialidad pude sentir que tenía una gran carga emocional, al igual que mi personaje. Para romper un poco con la tensión se inicia la conversación. Esos momentos eran tan fuertes que el director detuvo la escena y nos pidió reflexionar sobre lo que había sucedido.

Poco a poco he ido incorporando las herramientas de trabajo en el desarrollo de las unidades, aún no nos han distribuido los personajes, pero ya siento conexión con el personaje “Una” de la escena 1 y 12. Espero ser merecedora de este personaje para explorarlo aún más.

### **3.11. Sesión 11: lunes 16 de agosto de 2021.**

Iniciamos el ensayo caminando por todo el espacio, aumentando y disminuyendo la velocidad. Las consignas del libreto a trabajar fueron el alineamiento del cuerpo, realizar ejercicios de calentamiento, realizar la respiración 0 para explorar las unidades. Realizamos el ejercicio lúdico de atrapar y lanzar, primero solo enviamos la energía corporal, luego dijimos nuestro nombre y por último cualquier adjetivo.

Hicimos un repaso de la primera escena hasta la unidad ocho. Debemos reforzar la memoria y cada día aumentar más unidades.

En casa, a solas en mi cuarto, intenté conectar con recuerdos que pudieran ser usados como herramientas para la exploración en las unidades que trabajaríamos hoy. En el personaje “Otra” de las primeras unidades, visualicé su acción previa (sale de su casa, cierra la puerta con llave, suspira y se dirige al parque) la herramienta que usé

para crear un momento con este personaje fue una foto. Una mañana, al despertar, lo primero que vi fue una foto en el estado de unos familiares, la foto de un primo que está desaparecido y que anteriormente intentó suicidarse. Exploré todo lo que sentí en aquel momento amargo de mi vida para luego incorporarlo en estas unidades.

Hoy hice una improvisación con la codirectora Lisseth, intenté desarrollar las herramientas exploradas para esta escena, pero por alguna razón, mi compañera y yo no logramos concentrarnos en la improvisación. El director finalizó el ensayo, creo que fue debido a nuestra falta de concentración y poca memorización del texto. Es esencial memorizar el texto o por lo menos mantener claro el objetivo de cada escena, para poder explorar sin inconvenientes.

Martes 17 y miércoles 18 no hubo ensayo, estábamos a la espera del resultado de COVID 19 de las compañeras Katherine y Denisse. Gracias a Dios salieron negativo y se retoma el ensayo el jueves 19 de agosto.

### **3.12. Sesión 12: jueves 19 de agosto de 2021.**

Se inicia el ensayo caminando por todo el espacio, aumentando y disminuyendo la velocidad y manteniendo un punto fijo al desplazarnos. Las consignas del libreto a desarrollar fueron el alineamiento del cuerpo, se realizaron ejercicios de calentamiento.

Continuamos improvisando sobre la primera escena, me tocó con Denisse Grijalba. En la primera ocasión no sentía impulso sensorial, me deje llevar simplemente por el texto. En medio de la improvisación, entró Denise Brayan convirtiéndose en un estímulo concreto, logramos integrarla sin inconveniente en la improvisación, pero aun así hacía falta algo que enriqueciera la escena. El director detuvo el ensayo, nos dio unas indicaciones, me dijo que entrara a escena desde otro lugar.

Me preparé mejor, recordando la herramienta que utilicé para el personaje de “Una”, que es ingerir una barra grande de chocolate negro, porque me mantiene muy activa, impaciente y alerta, recordé también la acción previa del personaje (salió de su casa sin hacer ruido, para poder escapar de sus padres). Dicha acción fue creada por mí, para poder trabajar en esta escena.

Retomamos la improvisación y se fue desarrollando bien, empezamos a sentir conexión, surgieron momentos muy buenos, como cuando “Otra” cede el puesto a “Una” y se genera la confianza para seguir hablando. El director detuvo la improvisación y nos dijo que esos son los momentos que debemos ir creando y dejarnos llevar por ellos para empezar a generar niveles en la obra.

El viernes 20 de agosto se suspenden los ensayos hasta nuevo aviso, por falta de espacios.

### **3.13. Sesión 13: lunes 4 de octubre de 2021.**

Se inicia el ensayo caminando por todo el espacio, aumentando y disminuyendo la velocidad, manteniendo un punto fijo al desplazarnos, alineamos nuestro cuerpo, realizamos ejercicios de calentamiento corporal y verbal. Este ensayo es dirigido por la codirectora Lissette Rodríguez.

Hicimos una primera lectura en frío de la escena tres. Antes de realizar la segunda lectura, la directora nos sugirió recordar algo que nos hubiera ocasionado tristeza en el pasado. Cerré los ojos y mi primer recuerdo fue de cuando tenía 11 años y cursaba el sexto grado. El día en que nos entregarían el boletín, mi madre estaba con mi hermana en el hospital y nadie de mi familia podía ir a retirarlo. Mi maestro dijo que mi mamá era una irresponsable, eso me dolió. Luego debíamos realizar la lectura

activando la sensorialidad que nos ocasionó ese recuerdo, sin embargo, no logré conectar el texto con las emociones.

Antes de realizar la tercera lectura, la directora sugirió que pensáramos en algún secreto que nos avergonzaría que todo el mundo supiera. En esta lectura y con esa situación se empezó a generar algo, éramos como más recelosas al decir al dialogar, sentí que se estaba formando una tensión, pero que necesitábamos trabajar más.

Al observar que ya habíamos memorizado buena parte del diálogo, la codirectora nos cedió el espacio escénico para iniciar la improvisación, tomando en cuenta lo trabajado anteriormente. Nos permitió elegir el espacio y el nivel para comenzar a trabajar. Indicó que no debíamos tener conexión visual y que debíamos improvisar con una persona ficticia.

Elegí estar arriba de un banco (en un nivel alto, en el centro, al fondo del escenario). A pesar de que no podía haber conexión visual, sí podía tener conexión con alguien durante esta improvisación y sentí que la conexión era de “Una” consigo misma, ya que al sentirse sola mantenía una conversación interior, para sentir alivio o simplemente para desprenderse de su triste realidad. Al finalizar la improvisación la codirectora nos dijo que se estaba generando algo bueno.

Luego, se realizó otra improvisación, pero esta vez se podía tener contacto visual y si se sentía la necesidad de cambiar de lugar. Disfruté mucho de esta improvisación, fue orgánica. Resultó muy interesante ver como fuimos las tres, había mucha conexión con mis compañeras, tanto que pudimos conocer el lugar en el que nos encontrábamos y tener las primeras impresiones de cómo era la personalidad de cada personaje. Mi primera impresión de “Una” fue que es optimista.

La escena cuatro trata de una canción infantil muy antigua llamada "Días de la semana". Proviene de una época en que las niñas eran educadas solo para el trabajo doméstico. La desarrollamos en dos rondas, la directora nos asignó los días, en la primera ronda mis días eran lunes y viernes; en la segunda, eran martes y sábado.

Por indicaciones de la directora, debíamos manifestar corporalmente el momento en que la canción dice "que yo la vi" con una expresión no grata, para llegar a incomodar por tan descabellada canción que a primera vista se ve tan normal y educativa, pero tiene un trasfondo humillante.

Tuvimos un receso y luego llegó el director Alex Mariscal. Nos pidió pasar la primera y segunda escena para ir limpiando lo antes marcado.

### **3.14. Sesión 14: viernes 8 de octubre de 2021.**

Se inicia el ensayo caminando por todo el espacio, aumentando y disminuyendo la velocidad, manteniendo el punto fijo al desplazarnos, alineamos nuestro cuerpo, realizamos ejercicios de calentamiento corporal y verbal.

Este ensayo fue dirigido por la codirectora Lissette Rodríguez. Se realizó el juego lúdico de lanzar y atrapar energía, pero en esta ocasión las palabras que dijéramos debían ser utilizada por el personaje de cada una.

Se procedió a improvisar la escena número tres. La directora indicó que se debía manejar la escena como una competencia, donde cada una tenía que ser mejor que la otra. Al explorar el sentido de competencia en esta escena, hubo un cambio radical en la primera impresión que tenía del personaje, lo sentía más vivo. Como señaló la directora, la adrenalina que produjo la competencia fue el detonante para conocer realmente al personaje, al canalizar la energía que descargué en ella, me di

cuenta de que, muy en el fondo de su ser, este personaje todavía tiene sueños y esperanzas, pero tiene un escudo de defensa muy áspero.

Mi experiencia durante esta improvisación fue muy enriquecedora y se produjo una conexión con mis compañeras de escena, Denisse y Katherine. En esta exploración podíamos tener contacto visual y corporal, supimos desplazarnos y utilizar los recursos que teníamos, percibí que fluimos muy bien. La directora nos dejó claro que disfrutó mucho esta improvisación, de la cual rescataba varios momentos que podrían ser permanentes para esta escena.

Luego de unos minutos ensayamos la escena cuatro, básicamente para ir memorizando la canción. Seguimos realizando los pasos del ensayo anterior. Al finalizar con esta escena se continuó con la escena cinco que es responsabilidad de mi compañera Katherine. La directora le dio algunos consejos para que desarrollara su monólogo y con esto dio por terminado el ensayo de hoy.

### **3.15. Sesión 15: lunes 11 de octubre de 2021.**

Se cumplió con la rutina inicial de caminar por el espacio, aumentando y disminuyendo la velocidad, tener un punto fijo al desplazarnos, calentar nuestro cuerpo y voz. Este ensayo fue dirigido por la codirectora Lissette Rodríguez, más tarde contamos también con la presencia del director Alex Mariscal.

Se inició repasando las primeras escenas, hay algo que no termina de convencer a los directores en la escena uno. Denisse y yo estamos tratando de mejorarla.

Luego pasamos a ensayar la escena cuatro, seguimos aprendiendo la canción y mantuvimos los mismos movimientos del ensayo anterior. Seguido se presentó la escena cinco que desarrolla Katherine.

Al integrarse el director al ensayo, le mostramos lo que hemos desarrollado en las escenas tres y cuatro, tal como lo había dicho la codirectora, al director también le gustó el juego, la conexión con la que desarrollamos la escena tres, en cuanto a la escena cuatro dijo que probablemente la coreografía podría cambiar. De esta manera finalizó el ensayo de hoy.

### **3.16. Sesión 16: miércoles 13 de octubre de 2021.**

Se realizó la rutina inicial y se repasaron desde la escena uno hasta la cinco. Los directores dieron indicaciones para ir mejorando la propuesta. Aún hay dificultades en la escena uno, el director dijo que si fuera para cine sería muy buena, pero para teatro no funciona. Hay que proyectar más la voz y acelerar el ritmo, hay que recordar que “el tiempo de la vida real es más corto en el teatro”. Aún no logro encontrar la forma de acelerar esta escena, pero seguiré intentándolo.

En la escena cuatro, el director propuso hacer unos pasos de “can can” a manera de coreografía. Me resultó difícil coordinar el tiempo con los movimientos y estos exigen mucha resistencia, debo trabajar en eso. Luego de repasar la escena cinco se dio por terminado el ensayo.

### **3.17. Sesión 17: viernes 15 de octubre de 2021.**

Se realizó la rutina inicial de calentamiento corporal y verbal. Este ensayo fue dirigido inicialmente por la codirectora Lissette Rodríguez y más adelante contamos con la dirección del profesor Alex Mariscal.

Por indicaciones de la codirectora se inició el ensayo con los pasos de la coreografía propuesta por el director en el ensayo anterior. Cuando llegó el director, planteó la entrada para iniciar el baile. Intentamos realizar los pasos de la coreografía, pero no hubo éxito, estamos descoordinadas. Me sigue costando coordinar el tiempo con el movimiento. Después de un descanso repasamos las escenas tres y cinco.

Para finalizar el ensayo corrimos las escenas uno, dos y tres. Durante el ensayo realicé una interpretación orgánica, pude activar la sensorialidad y mantener el control sobre ello. Es satisfactorio lograr ese objetivo en el trabajo.

### **3.18. Sesión 18: viernes 22 de octubre de 2021.**

Realizamos nuestra rutina inicial y luego corrimos desde la escena uno hasta la cinco. Mientras desarrollaba el personaje, me sentía interiormente incómoda, ya que no lograba conectar con nada de lo que habíamos trabajado previamente. Al finalizar la presentación, el director resaltó que no debíamos olvidar el momento que usamos para crear las escenas y mantener activos los sentidos.

El Profesor Ramiro, quien es mi asesor, sugiere que trabajemos en la proyección de la voz. Sugirió que tuviera cuidado con la postura, encorvada, que propuse para la escena tres, le comenté que mi postura se debe a la personalidad de ese personaje, ya que es una prostituta en su momento de descanso, pero igual tomaría en cuenta su observación.

El director Mariscal solicitó que Denisse y yo saliéramos del salón y trabajáramos en una propuesta para la escena ocho. Tras analizar la escena, nos dimos cuenta de que ellas están hablando con alguien que no está en escena. Propusimos manejarlo como una entrevista, en la que somos interrogadas individualmente, pero se presenta al público al mismo tiempo. La propuesta fue aprobada por el director.

### **3.19. Sesión 19: lunes 25 de octubre de 2021.**

Realizamos nuestra rutina inicial y luego corrimos la obra desde la escena uno hasta la cinco.

El profesor Raúl nos recomienda trabajar en la modulación de las palabras. "Deben meterle alma, vida y corazón a la escena de baile, canto e interpretación. Hay buena conexión escénica", señaló.

Por otra parte, el director observó que "están perdiendo las herramientas de trabajo, no se está evidenciando el trabajo inicial, que es la sensorialidad". Debemos enfocarnos todos los días en las herramientas de trabajo, no hay que confiarse porque siempre hay que mantenerse activo, en previsión de cualquier cambio que surja en escena.

### **3.20. Sesión 20: martes 26 de octubre de 2021.**

Realizamos nuestra rutina inicial y luego presentamos la escena ocho. Al finalizar, el director nos dijo que en la propuesta había dinámica, pero que no se estaba contando ninguna historia y nos pidió que saliéramos del salón y buscáramos la relación que tienen los personajes entre ellos, porque hasta el momento solo

estábamos diciendo el texto. Salimos y cada una creó una relación de acuerdo a lo que nos sugería el texto. Al regresar y presentar nuevamente la escena me sentí diferente, ahora sí sentía una tensión, un miedo, que no había experimentado con ese personaje. El director nos hizo varias preguntas para saber cómo se sentía el personaje, luego de tener clara la relación.

Es importante tener siempre presentes las herramientas con las que iniciamos este proceso de construcción. Si es necesario regresar al principio, se hace, lo importante es mantener la técnica que decidimos usar para crear los personajes.

### **3.21. Sesión 21: miércoles 27 de octubre de 2021.**

El director hizo una lectura de su diario de trabajo y recalcó que siempre debemos acudir a nuestra técnica inicial, a nuestras herramientas de trabajo (cubre todo, la bebida, el animal, la foto, la droga, lo lúdico) para activar algunos de nuestros sentidos y jugar con las escenas.

Luego nos presentó a Félix Ruiz, un coreógrafo para la escena cuatro, realizamos la rutina de calentamiento y procedimos a mostrar lo que teníamos casi preparado para esa escena. Félix hizo cambios que nos ayudaron en lo que se refiere a nuestra resistencia y para que se mostrara un espectáculo agradable, sencillo, pero dinámico. Corrimos la obra desde la escena uno hasta a la escena cinco.

Soy consciente de que necesito trabajar en mi momento inicial para la construcción del personaje de la escena uno, ya que se me está perdiendo la organicidad del personaje. En la escena tres debo estar más consiente de quién soy y qué hago ahí.

### **3.22. Sesión 22: lunes 1 de noviembre de 2021.**

Realizamos la rutina de inicio. Marcamos las entradas y salidas desde la escena uno hasta la once. Luego, el director nos presentó a Razny Kant, tomamos una clase básica de canto para hacer más agradable y teatral el espectáculo de la escena cuatro. Nos ayudó a interpretar el canto y a manejar el volumen de nuestra voz.

### **3.23. Sesión 23: lunes 8 de noviembre de 2021.**

Se realizó la rutina de inicio. Se inició el ensayo corriendo todas las escenas “a la italiana” con una duración de 45 minutos. Nos medimos unos vestuarios y empezamos a ensayar a partir de la escena cuatro.

El director y la codirectora recortaron la canción, fue una buena decisión, ya que resultaba más cómodo para cantar y bailar. Estuvimos corriendo unas escenas y haciendo nuevas marcaciones para que todo estuviera más limpio y poder realizar buenas transiciones entre cada escena. Debo desarrollar más la herramienta utilizada en la escena doce, buscar a fondo el detonante de la escena.

### **3.24. Sesión 24: martes 9 de noviembre de 2021.**

Se realizó la rutina de inicio. Nos medimos otros vestuarios y corrimos desde la escena seis hasta la doce “a la italiana”.

Retomamos a la escena doce para seguir trabajando en la creación del momento, seguimos explorando nuestra sensorialidad. Siento que esta escena está cargada de mucha tensión. Por medio de una exploración interna decidí tomar como recurso para esta escena mi personalidad de cuando era una adolescente, muy

ingenua, confiaba en todas las personas, tenía la idea de que con solo ver a las personas malas podría identificarlas; al principio me costó mucho hacer ese vínculo, porque actualmente me cuesta creer en las personas desde un inicio, pero decidí trabajar hasta lograr enlazar esta herramienta con el personaje

Es necesario seguir trabajando en la memoria y descubrir los conceptos que detonen la sensorialidad necesaria en esta escena.

### **3.25. Sesión 25: viernes 12 de noviembre de 2021.**

Nos reunimos en el apartamento de nuestra amiga Sofia Cedeño para idear las escenas dieciséis y diecisiete, se aprovechó el día haciendo trabajo de mesa, ya que no contábamos con un lugar adecuado para ensayar.

El director nos recordó los movimientos expresionistas ya que el montaje es no realista, sin embargo, se está usando la técnica para interiorizar al personaje y que surja de manera natural.

### **3.26. Sesión 26: lunes 15 de noviembre de 2021.**

Se realizó la rutina de inicio. Se corrió la obra desde la escena uno hasta la escena catorce. Me sentía tensa, bloqueada, no podría activar mi sensorialidad, al finalizar el ensayo sentí una gran impotencia, porque un miembro de mi jurado la profesora Ligia Armuelles, estaba presenciando una interpretación mediocre. Posiblemente me traicionaron los nervios.

La profesora me recomendó que, si necesito gritar y desahogarme antes de entrar escena, que lo haga, pero lo más importante es que disfrutar el momento. Debo

dominar mis nervios, utilizarlos como energía para el desarrollo de las escenas y, como me recomendó la profesora, disfrutar el momento.

### **3.27. Sesión 27: miércoles 17 de noviembre de 2021.**

Hoy fue nuestro primer ensayo en el teatro Gladys Vidal. Al llegar, lo primero que hice fue conocer el espacio escénico, repasar los desplazamientos, entradas y salidas de cada escena, para tener una idea más clara del espacio. No fue difícil adaptarse al espacio, porque el director nos marcó los límites en salón F103 de la Facultad de Bellas Artes, donde estuvimos ensayando anteriormente. Me enfoqué en trabajar en la proyección de la voz: aún necesito ajustar el volumen de mi voz y modular bien para una mayor comprensión.

### **3.28. Sesión 28: viernes 19 de noviembre de 2021.**

Este ensayo fue el más difícil para mí, ya que estaba congestionada, con dolor de cabeza y bajo los efectos de los medicamentos. Aun así, traté de enfocarme en el personaje y en las herramientas de trabajo para el desarrollo de las escenas. Como era de esperarse no me fue bien en el ensayo, pues aparte de estar mal de salud, sentí la presión de que se aproxima la fecha del estreno.

Este es el segundo ensayo en el que está la profesora Ligia Armuelles y me dijo que trabaje en la modulación de las palabras y la proyección. Una vez más me aconsejó desahogarme antes de arreglarme para la obra, llorar, gritar y así librar tensiones.

Me recalcó que estoy plana en unas escenas sobre todo en las primeras, debo revisar eso.

Debo mantener presentes los conceptos estudiados y explorados en el proceso creativo, debemos respirar para mantener el cuerpo relajado, tener una buena concentración, activar los sentidos, para aplicar de manera adecuada y orgánica las herramientas desarrolladas para las escenas y poder cumplir con el objetivo general del personaje en la obra.

Hoy, finalizo este diario de trabajo. Deseo desarrollar al máximo todas las herramientas exploradas en el proceso creativo para la creación de los personajes de la obra "El tiempo de las mandarinas".

## CONCLUSIÓN

La obra se presentó los días 26, 27 y 30 de noviembre y del 1 al 4 de diciembre de 2021, en el Teatro Anita Villalaz. Cada presentación fue una aventura. Para mencionar un aspecto, en el estreno mientras esperaba el anuncio de la tercera llamada, dentro de un cubículo creado por el director, estaba tratando de enfocarme en los personajes que debía desarrollar. Aproveché ese espacio para concentrarme en las acciones previas del primer personaje que tengo que interpretar. Entonces recreé en mi mente una escena que no aparece en la obra, pero que es fundamental para el personaje, pues sabe que no volverá a estar entre esas cuatro paredes de su habitación.

Esta acción de hablar sobre la experiencia en cada presentación ha hecho que me analice, que me revise profundamente, y que me diera cuenta de que el mayor obstáculo en los ensayos siempre fui yo, ya que inconscientemente evitaba que el personaje fluyera.

La línea de acción está dividida en tres fases: el momento antes, el proceso durante y el resultado después de mucho tiempo de haber sido secuestrada para la explotación sexual. Las jóvenes, como mecanismo de supervivencia, con frecuencia, recuerdan su niñez, las canciones que les enseñaban. Al parecer esto lo hacen como una manera de sobrellevar el encierro, es decir, recurren a sus experiencias de niñas, recrean las experiencias que tuvieron antes de caer en el engaño.

Presenciar esta obra podría crear conciencia y alerta entre la población femenina joven, acerca de los peligros a los que están expuestas en los tiempos actuales.

## RECOMENDACIONES

Es fundamental respetar la disciplina teatral, hay que darle el valor que esta se merece y tomar conciencia del gran esfuerzo que hicieron nuestros antecesores para dar al teatro un lugar importante en el mundo. Recomiendo hacer con pasión y responsabilidad todo el trabajo que se nos asigne dentro de este campo laboral.

Para crear un personaje, inicialmente el actor debe conocerse a sí mismo, saber con qué cuenta a su favor y en su contra, en cuáles aspectos personales debe enfocarse; una vez tenga esto resuelto, podrá avanzar con las fases para crear a un personaje, sin duda habrá obstáculos en el proceso, pero encontrará cómo enfrentarlos, teniendo una relajación y concentración adecuada.

De acuerdo a la técnica aplicada para nutrir a un personaje, el actor debe enfocarse en su propia experiencia y recrear ciertos recuerdos para activar los sentidos, debe trabajar profundamente en esto logrando el ajuste perfecto en cada escena. Además, hay que considerar elementos tales como el vestuario, el maquillaje, la utilería, etc... y, por último, pero no menos importante, disfrutar del proceso creativo.

A mi parecer, los métodos o técnicas observados en la materia de actuación, deben ser ejecutados con mayor duración dentro del plan de estudio, ya que es una materia que se brinda a los estudiantes en pocos semestres. Si bien es cierto que la carrera no se especializa solo en actuación, hay que tomar en cuenta que la mayoría de los estudiantes que ingresan a esta carrera vienen enfocados en la interpretación de personajes. Es conveniente procurar que la ilusión con la que ingresan a la universidad no se apague y, por el contrario, sea su motor para superarse cada día y

crear modelos de inspiración para los futuros estudiantes de la Facultad de Bellas Artes con especialización en Arte Teatral.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Artefactus Cultural Project. “El tiempo de las mandarinas, una mirada al sur”, de <https://artefactus.wordpress.com/2017/06/30/el-tiempo-de-las-mandarinas-una-mirada-al-sur/>
2. Número total de víctimas de la trata de personas identificadas a nivel mundial entre 2008 y 2021. Página web Statista, de <https://es.statista.com/estadisticas/1053167/victimas-del-trafico-de-personas-en-el-mundo/>
3. Strasberg, Lee (1989) Un sueño de pasión. Buenos Aires, Emecé Editores, S.A. Página web World Documents, de <https://vdocuments.net/un-sueno-de-pasion-la-elaboracion-del-metodo.html?page=1>
4. Fernández, Tomás y Tamara, Elena. Biografía de Lee Strasberg. Página web Biografías y Vidas. La enciclopedia biográfica en línea, Barcelona, España, 2004, de <https://www.biografiasyvidas.com/biografia/s/strasberg.htm>
5. Nofal, Rafael. El tiempo de las mandarinas. Página web Studocu, de <https://www.studocu.com/co/document/universidad-pedagogica-y-tecnologica-de-colombia/artes-escenicas/el-tiempo-de-las-mandarinas/18064799>

## GRÁFICOS E IMÁGENES

### 1. Gráficos.

#### 1.1 Primer afiche



Primer afiche creado para hacer publicidad en las redes sociales.

## 1.2 Segundo afiche

**EL TIEMPO DE LAS MANDARINAS**  
Teatro Municipal Gladys Vidal



**26, 27, 30 de nov. / 1 al 4 de dic.**  
7pm (llegar 30 minutos antes)  
\$10 (Taquilla)  
Reservas 6441-4392



Se aprovechó esta imagen capturada por el público para crear otro afiche publicitario a pocos días de terminar la temporada.

### 1.3 Programa de mano



Al escanear el código QR, se podía leer sobre el autor de la obra “El tiempo de las mandarinas”, también, las palabras por parte de la producción sobre la obra y los datos de cada persona que formó parte de este proyecto.

## 2. Imágenes.

### 2.1 Foto del elenco



Tomamos esta foto una vez que terminó el ensayo que realizamos en el salón de danza. Estábamos muy emocionados porque tuvimos un buen rendimiento, logramos conexiones entre nosotras, gracias a los diferentes ejercicios dirigidos por el director Alex Mariscal y la codirectora Lissette Rodríguez.

## 2.2 fotos de vestuarios.

Escenas capturadas por el público, en las que se puede observar los vestuarios propuestos por la codirectora Lissette Rodríguez.



Aquí podemos ver un traje que da un efecto juvenil, con colores derivados al anaranjado haciendo alusión al tema de la obra.

Esta foto permite observar la esencia de la timidez e inocencia de la juventud femenina.



En las escenas de las prostitutas, se utilizó un vestuario acorde a la situación, por ejemplo, en esta foto las vemos con ropa interior en negro y bata de color rojo detonando agresividad, pasión, vulgaridad.



En esta ocasión las prostitutas están ensayando el espectáculo que presentarán a sus clientes. En el vestuario para esta escena la codirectora decidió reemplazar las batas por faldas coloridas dando un aspecto carnavalesco.

## **ANEXO**

La biografía del personaje se basó en el resumen de análisis de carácter de Marshall Parker, que se muestra a continuación:

### **Resumen de análisis de carácter**

#### **Instrucciones:**

¡Un análisis de personaje se trata de los detalles! La mayor cantidad de "hechos" de la vida de su personaje que usted pueda desarrollar, más completa será la tridimensionalidad de este. No se quede en generalidades. Haga elecciones definidas, coherentes con las circunstancias dadas de la obra (que incluye hechos del mundo que rodea la acción dramática, así como el material que la misma obra contiene). Las respuestas a muchas de las preguntas no estarán en el mismo texto, así que haga elecciones que tengan consistencia con las circunstancias dadas. Por ejemplo, usted puede elegir que su personaje es bien educado, pero si la obra está ubicada en la Rumania rural del año 1600, las oportunidades (de educación) son remotas, así que tendrá que ser muy específico a la hora de defender su elección y por qué es importante para la acción de la obra. Además, entienda que algunas de estas preguntas, situaciones y/o asuntos, podrían no tener un efecto directo o primordial en tu personaje. Pero no creas que la pregunta la debas desechar o considerarla irrelevante. Todas estas preguntas son relevantes a la creación completa de un personaje y vivir una vida llena y verdadera en el escenario.

Siempre ponga arriba de su página su nombre, el nombre completo de su personaje, su edad en el momento de la obra. Puede escribir de forma narrativa, pero asegúrese de cubrir todas las áreas. Debe ser escrito desde la perspectiva de la primera persona del singular (Yo), en formato biográfico. Esto debe ser completado para su personaje con la información que emane del texto dramático, de otros textos que se refieran a la vida y obra del personaje, si corresponde. Aquella información que no aparezca en dichas fuentes puede crearla con su imaginación. Lo importante es que usted cuente con una vida rica en matices y situaciones para enriquecer su personaje a la hora de darle vida. Todo esto debe ser incluido en su diario de trabajo.

### **Trasfondo familiar:**

Nombre completo de los padres—asegúrese de incluir información tal como:

1. ¿Qué hacían para ganarse la vida?
2. ¿Qué clase de ambiente crearon en el hogar? ¿Disciplina? ¿Estatus económico de la familia? ¿Actitud religiosa? ¿Prejuicios?
3. ¿Estaban casados? ¿Cuál es su historia matrimonial (primer matrimonio, segundo matrimonio para uno o ambos)? ¿Permanecieron casados hasta que la muerte los separó? ¿Se separaron? ¿Se divorciaron? ¿Cómo te afectó cualquiera de estos eventos?
4. ¿Cómo te trataba tu padre y/o tu madre específicamente?
5. ¿Están vivos todavía? ¿Si lo están, qué tipo de contacto mantienes o no con ellos?

Nombre completo de tus hermanos(as)—asegúrate de incluir información como:

1. La diferencia de edades entre tu(s) hermano(s)(a) (as)

2. ¿Qué clase de relación tienes con cada uno? ¿Qué clase de relación tienen entre ellos? ¿Con tus padres? ¿Cómo te afecta todo esto?
3. ¿Dónde están ahora? (si esto tiene un impacto sobre ti). ¿Qué tanto contacto tienes con ellos? ¿Esto tiene algún efecto en tu situación actual?
4. ¿Su(s) ocupaciones, trabajo, estilo de vida, etc., tiene algún impacto sobre ti?
5. ¿Está(n) aún vivo(s)? ¿Si acaso no, su muerte tiene algún significado especial para ti?
6. Nombres y edades de familia extendida ¿hubo algún otro familiar que te influenció?

Situaciones especiales: ¿habría alguna situación especial o circunstancias en tu familia que te afectara? Asegúrate de indicar CÓMO te influyó esta circunstancia.

1. ¿Abuso de sustancias de algún familiar?
2. ¿Abuso físico, emocional o sexual? ¿Por quién? ¿A quién? ¿Por cuánto tiempo persistió? ¿Quién de la familia lo sabía? ¿Alguna vez se reportó? ¿Cuál fue el resultado?
3. ¿Enfermedad en la familia?
4. ¿Cambios drásticos en el estatus económico?
5. ¿Otros eventos o circunstancias?

### **Educación e inteligencia innata:**

Inteligencia innata del personaje: ¿qué tan inteligente eres?

Trasfondo educativo, asegúrate de incluir:

1. ¿Hasta qué grado o año llegaste en la escuela? ¿Qué clase de notas ganabas? ¿Algún maestro tenía influencia (positiva o negativa) sobre ti?

2. ¿Tenías amigos en la escuela? ¿Te mantienes en contacto con algunos de ellos?
3. ¿Participabas de alguna actividad? ¿Cuáles? ¿Eras líder o seguidor? ¿Te destacaste?
4. ¿Fuiste a la universidad? ¿Cuál? ¿Cuál es tu licenciatura y si tú la escogiste? ¿Terminaste la universidad? ¿Lograste algún otro título de educación superior?

### **Vida profesional, intereses y actividades:**

Vida profesional, asegúrate de incluir la siguiente información:

1. ¿Cuál es tu historia profesional? ¿Cuál es tu trabajo actual? ¿Título en el trabajo?
2. ¿Pertenece a alguna(s) organización(es) profesional(es)? ¿La mayoría de tus amigos son de este mundo profesional? ¿El entorno de tu trabajo tiene algún impacto en tu vida personal? Si es así, ¿qué tipo de impacto y hasta qué punto?
3. ¿Eres feliz en tu trabajo? ¿Por qué sí o por qué no?

### **Intereses y actividades, asegúrate de incluir:**

1. ¿Pertenece a alguna organización política, social, ambiental, médica, etc.? ¿Cuál es tu papel allí? ¿Líder o seguidor?
2. Si no perteneces a ningún grupo ¿qué haces en tu tiempo libre? ¿Pasas la mayor parte del tiempo dentro o fuera? ¿Tienes algún pasatiempo? ¿Qué dice tu pasatiempo de ti?

### **El mundo que te rodea, asegúrate de incluir:**

1. Cualquier evento global, nacional o comunal que podrían estar afectando a tu personaje ahora o le afectó a él/ella y a su familia? Por ejemplo: guerra, hambre, prejuicios, desastres naturales, avances en las ciencias naturales y sociales, algún otro evento significativo, ¿Qué año? ¿Por cuál razón?
2. ¿Dónde vives? (ubicación geográfica) ¿En qué lugar? (casa, apartamento, etc.), ¿Cómo está decorada? ¿Vives solo o con otras personas? ¿Quién o quiénes?
3. ¿Eres activo en apoyo de alguna causa? ¿Cuáles? ¿Qué tan activo? ¿Tienes algún tipo de ideales o creencias que te hacen la persona que eres actualmente? Explica.

### **Aspectos sociales de tu vida:**

Amigos y situación social, asegúrate de incluir información como:

1. ¿Tienes un número grande o pequeño de amigos? ¿Haces amigos con facilidad? ¿Tienes un buen amigo y por qué le das a él o ella este estatus? ¿Desde cuándo son amigos? ¿Esta persona se siente que tú eres su mejor amigo?
2. ¿Qué papel juegas generalmente en un grupo? ¿Eres líder o seguidor? ¿Eres antagonista o abogado del Diablo en el grupo? ¿Ayudas o disruptivo? ¿Tiene que ser a tu manera? ¿Puedes ser flexible y cooperador?
3. ¿Generalmente tienes even-tempered o te enojas con facilidad? ¿Eres de los que sacan a alguien del camino cuando te cortan por delante en tu carro o simplemente sigues conduciendo?

4. ¿Tienes algún sentido del humor? ¿Qué encuentras gracioso? ¿Triste? ¿Te deprimas? ¿Qué te deprime? ¿Crees que tienes un sentido verdadero sobre ti, sabes quién eres o como te perciben los demás?
5. ¿Qué haces en tus momentos de privacidad, cuando estás solo?
6. ¿Tienes algún secreto que nadie sabe sobre ti?

**Cortejo y matrimonio, asegúrate de incluir la siguiente información:**

1. ¿Cuál es tu punto de vista sobre el cortejo? ¿Sexo prematrimonial? ¿Otros asuntos sociales/sexual? ¿Salías o sales en citas con frecuencia? ¿Por qué si o por qué no? ¿Qué clase de hombre/mujer prefieres? ¿Usualmente encuentras al tipo de persona con la que prefieres salir? ¿Has tenido noviazgos largos? ¿Por cuánto tiempo? ¿Terminaron de forma amigable? ¿Terminaron mal? ¿Si no has tenido noviazgos largos, por qué no? ¿Quién terminó, tú o él/la otro/a? ¿Quieres casarte?
2. ¿Eres casado(a)? ¿Qué clase de matrimonio tienes? ¿Es bueno, malo, mediocre? ¿Es este tu primer matrimonio? ¿El primer matrimonio para tu cónyuge? ¿En qué cosas están tú y tu pareja de acuerdo? ¿En qué están en desacuerdo? Cuando están en desacuerdo, ¿lidian con eso? ¿Discuten? ¿Se ponen violentos físicamente? ¿Se vuelven silenciosos? ¿Hablan sobre ello? ¿Te agradan tus suegros y la familia de tu cónyuge? ¿Ocupan algún lugar en tu vida matrimonial?

**Hijos, asegúrate de incluir información como:**

1. ¿Tienes hijos? ¿Cuántos? ¿Nombres y edades? Si no tienes hijos, ¿por qué? Si no eres padre/madre, ¿quieres serlo? ¿Considerarías ser padre/madre

soltera(o)? ¿La inseminación artificial? ¿Adopción? En general, ¿qué sientes por los niños?

### **Aspectos emocionales de tu vida**

Asegúrate de incluir información como:

1. ¿Cómo manejas la tensión? ¿El conflicto? ¿Qué tipo de salidas usas cuando estás bajo presión? ¿Cuánto puedes aguantar hasta que te desmorones?
2. ¿Te vuelves violento? ¿Lloras? ¿Latigas verbalmente? ¿Te retraes? ¿Usas drogas o alcohol? ¿Fantaseas? ¿Te pones infantil?
3. ¿Sufres o usas algo de lo siguiente: compensación, masoquismo, sadismo, negación, ansiedad, depresión, síndrome bipolar, enfermedad, racionalización, fobias, obsesiones compulsivas, regresiones, autojustificación, paranoia, ¿otros?
4. ¿Trabajas exitosamente con tus emociones? ¿Respondes correctamente para tu edad y circunstancias? ¿Tienes algún sentido del humor?
5. ¿Qué es lo que otros dicen de ti? ¿Es preciso? ¿Por qué reaccionan contigo de la forma como lo hacen?

### **CONTESTA BREVEMENTE CADA PREGUNTA.**

1. ¿El momento antes ¿de dónde vienes y que hacías allí?
2. ¿Por qué te fuiste?
3. ¿Por qué has venido aquí y por qué ahora?
4. ¿Qué harás aquí? ¿Qué quieres?

¿También, qué hora del día es y qué estación del año es? ¿Acaso alguno es importante?

**Canción infantil utilizada en la escena 4.**

**Días de la semana, autor Emilio “Miliki” Aragón.**

Lunes antes de almorzar, una niña fue a jugar,  
pero no pudo jugar porque tenía que planchar  
así planchaba así, así  
así planchaba así, así  
así planchaba así, así  
así planchaba que yo la vi.

Marte antes de almorzar, una niña fue a jugar,  
Pero no pudo jugar porque tenía que coser  
Así cosía así, así  
Así cosía así, así  
Así cosía así, así  
Así cosía que yo la vi.

Miércoles antes de almorzar, una niña fue a jugar,  
Pero no pudo jugar porque tenía que barrer  
Así barría así, así  
Así barría así, así  
Así barría así, así  
Así barría que yo la vi.

Jueves antes de almorzar, una niña fue a jugar,  
Pero no pudo jugar porque tenía que cocinar  
Así cocinaba así, así

Así cocinaba así, así

Así cocinaba así, así

Así cocinaba que yo la vi.

Viernes antes de almorzar, una niña fue a jugar,

Pero no pudo jugar porque tenía que lavar

Así lavaba así, así

Así lavaba así, así

Así lavaba así, así

Así lavaba que yo la vi.

Sábado antes de almorzar, una niña fue a jugar,

Pero no pudo jugar porque tenía que tender

Así tendía así, así

Así tendía así, así

Así tendía así, así

Así tendía que yo la vi.

Domingo antes de almorzar, una niña fue a jugar,

Pero no pudo jugar porque tenía que pasear

Así paseaba así, así

Así paseaba así, así

Así paseaba así, así

Así paseaba que yo la vi.