



## **SOBRE EL SISTEMA DE ACTUACIÓN DE MIJAIL CHEJOV**

**Sol Garre**



Mijail Chejov<sup>1</sup>, al igual que muchos otros reformadores del teatro soviético, rechazó el naturalismo en el arte y por tanto también en la escena. No lo consideraba un Arte puesto que como tal, el artista no añadía nada de sí mismo a su obra, se limitaba a copiar la naturaleza con mayor o menor precisión. Consideraba que el naturalismo equipara la realidad de la vida cotidiana a aquella que surge en el escenario y hace al actor-actriz<sup>2</sup> *insignificante* en escena. Los actores se convierten en simples ilustradores de la existencia humana, carentes de verdaderas emociones o sentimientos artísticos, es decir, sin una auténtica motivación creativa.

Desde sus primeros años en el Primer Estudio del Teatro de Arte de Moscú, Chejov comienza a elaborar una teoría y práctica teatral propias, buscando siempre aquella técnica interior en la interpretación que mejor ayudase a despertar y desarrollar la creatividad. Partiendo de la idea de que el poder del teatro reside en su habilidad de comunicar a través del imaginario, Chejov llega

---

<sup>1</sup> Mijail Chejov (San Petersburgo, 1891-Hollywood, 1955), sobrino del famoso dramaturgo ruso Antón Chejov, dedicó su vida profesional a investigar y desarrollar un sistema de actuación que inspirara y comprometiera, en profundidad, la totalidad del actor como ser humano físico, psíquico, poético y espiritual. Se dice que fue el más dotado de los alumnos de Stanislavsky. Sin embargo, su personal acercamiento al trabajo le llevó a considerar la imaginación como la herramienta más poderosa del proceso creativo. Su sistema se centra en el cuerpo y el movimiento como fuentes de inspiración de las emociones artísticas. Mijail Chejov, aclamado como actor, director y maestro de teatro, logró crear un lenguaje práctico y accesible que habla directamente a la esencia artística y creativa del actor moderno.

<sup>2</sup> De ahora en adelante utilizaré de manera aleatoria el género masculino o femenino.

---

a un profundo conocimiento práctico de la conciencia y el intelecto del actor. La comprensión de su naturaleza artística le lleva a investigar sobre los mecanismos apropiados para su ejercitación. Los conceptos de “verdad” e “imaginación” aluden directamente a la capacidad de llegar a ser auténticos artistas, de poseer cada creación personal. Defiende enérgicamente la idea de que son los estímulos externos e imaginarios los que disparan las emociones y esto estará presente en su particular perspectiva psicofísica del proceso creativo de la actriz.

Para concebir y entender el complejo sistema de actuación de Mijail Chejov he considerado además de sus técnicas de interpretación, las ideas que se derivan sobre el entrenamiento de los actores. Este estudio paralelo pone de manifiesto dos realidades que cohabitan en su pensamiento y que van a ser prioritarias a la hora de materializarlo en un método y unas técnicas concretas. Por un lado, el empeño vital de este autor está en el desarrollo de las fuerzas creativas del actor. Nos explica que la fuerza creativa de la persona no sólo procede de su universo de sentimientos, su imaginación y espiritualidad, sino que también participa de su “voluntad”. La voluntad es, según Chejov, una de las tres funciones vitales del hombre: pensamiento, sentimiento y voluntad. Unida fisiológicamente al centro abdominal, se la considera el detonador y, al mismo tiempo, el motor de la acción. En el pensamiento chejoviano cobra mucha importancia la responsabilidad personal del actor sobre su interpretación; esto es, la formación y el adecuado uso de la voluntad. Por otro lado, el punto de partida de su sistema, y como veremos más adelante también de llegada, se encuentra en el mundo de la Imaginación Creativa, una realidad que Chejov considera objetiva, independiente de nosotros, con una vida y un movimiento que le son propios.

En las clases a menudo recordaba a sus alumnos que un punto muy importante en su método consiste en siempre tener plena conciencia de lo que se es siendo actor: un instrumento que transmite a través del propio cuerpo toda su propia vida interior<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> Citado por Deirdre Hurst du Prey en “The training sessions of Michael Chekhov”, *Theatre Papers, The third Series*, n.9, 1979-1980, p. 19. Todas las traducciones de los textos originales que aparecen en este artículo son mías.

---

Chejov explicaba que existen dos clases de técnicas; una que se aprende en las aulas a través de los ejercicios, y otra, mucho más sutil, que viene de nuestros esfuerzos por “erigir” nuestra existencia como actores. Esta segunda técnica es específica de la interpretación que hace el actor, su determinada caracterización o alocución. Constituye la forma personal de descubrir una voz única, una imagen particular o un movimiento concreto, que le permita crear en función de sus necesidades específicas. Sería su forma particular de abordar el papel. El actor, como artista que es, necesita que esta técnica sea propia y constituya una buena base en la que apoyarse. También debe estar abierto al mundo espiritual para poder constituir “su vehículo”; para permitir que su existencia como actor, su presencia en escena, se vea impregnada de todo un mundo interior. El reto consiste en desarrollar una técnica de creatividad e intuición artística que le permita encontrar su “Individualidad Creativa”. Para Chejov, es la voz de la Individualidad Creativa de cada actor la que inspira su interpretación particular. La diversidad en el arte proviene de la concepción individual que cada artista tiene del objeto de su arte, del juego personal con las imágenes que habitan en su interior.

Asumiendo la libre disposición del actor-artista, Chejov llega a afirmar que cualquiera de las partes, o incluso la totalidad de su método, no requieren una completa integración para la consecución de unos resultados predeterminados. Por el contrario, sitúa las necesidades artísticas y la intuición del intérprete por delante de la tensión y limitación que pueda producir la aplicación de cualquier técnica concreta. Chejov anima a cada actor a encontrar un método propio dentro de sí mismo, desarrollando privadamente aquellas técnicas que le fueran útiles, individualizando de este modo el método de actuación que él mismo propone. Del mismo modo, alienta al profesor y directora a sentirse libres de dar un sentido y significado particular a los ejercicios; a no agarrarse a la desesperada a unas fórmulas y principios que por su inamovilidad pudieran llegar a perder la vida o el espíritu que los mantiene; y, a sentir siempre esa libertad individual para

---

interpretar y aplicar este método<sup>4</sup>. Por último, apunta Chejov, es necesario aludir a esa peculiar característica de cualquier método o técnica que se elija para actuar; que primero debemos conocer para luego olvidar, “saber hacer” para luego “saber ser”.

---

<sup>4</sup>En sus clases y en la correspondencia con su ayudante Deirdre Hurst du Prey. Fondos de Dartington Archives, Dartington College, UK.



Mijáil Chejov (1891-1955).

Para desarrollar su aspecto creativo, su “yo” artístico, el actor necesita, por un lado, desarrollar su capacidad de concentración a unos niveles bastante elevados; y por otro, tener un ideal o

---

modelo con el que desarrollar su imaginación y fantasía. Cuando esto suceda, el espíritu creativo de la artista podrá vivir libremente y sentir a su alrededor interesantes “temas” dispuestos a ser interpretados. Chejov se refiere a las fuerzas creativas del mundo de la imaginación y la fantasía. Los denomina “temas” o ideas capaces de accionar el poder creativo que existe en el artista. Una vez que el deseo de crear se despierta y el proceso creativo se satisface, nos encontraremos con resultados evidentes y no sólo en el plano artístico...

### ■ 1. El concepto de concentración en Chejov

La verdadera concentración implica poder, un poder que puede ser utilizado en nuestro interés bien sea como individuos o como actores. Este poder es resultado de unir todas las fuerzas que existen en el interior del ser humano, siendo éstas físicas, mentales, emocionales y espirituales. Se traduce en un control completo de la acción, ya sea movimiento, gesto o caracterización, acompañado de una sensación de gozo y satisfacción. “Oriente conoce el secreto, pero Occidente no y debe aprender”<sup>5</sup>. Su concepto de concentración pretende acercar a los estudiantes a la profundización y ampliación de sus propias capacidades como instrumentos de comunicación.

De acuerdo con Chejov, existen dos formas de concentración. Una es inconsciente, no está dirigida y es involuntaria, como cuando por ejemplo nos percatamos de la belleza de un objeto. La otra es consciente, es esa concentración voluntaria y dirigida que aparece cuando nos esforzamos en percibir algo poco atractivo. Es esta última forma de concentración la que a nosotros nos interesa, que significa centrar toda nuestra atención en el objeto. Concentración equivale entonces al grado más alto de nuestra atención. Chejov llega a definir concentración en términos de identificación con el objeto, que quiere decir, hacer uso de todos nuestros sentidos (sensación de equilibrio, peso, tacto...) con la finalidad de estar atentos de una manera determinada que permita reconocer en nuestro interior ese determinado objeto. Define

---

<sup>5</sup> Michael Chekhov, *Lessons for Teachers of his acting technique* (trans. Deirdre Hurst du Prey), Ottawa, Dovenhouse Editions, 2000, p. 15.

---

Chejov: “Estar concentrado” significa estar “con” (y llegar a ser uno con) el objeto, percibir y sentir todo sobre el mismo, lo que implicará algo más que nuestros cinco sentidos. Por ejemplo: en el caso de estar “con” una imagen, deberemos ser capaces de sentir el alma de la persona o cosa en la que nos estamos concentrando. Algunos otros términos utilizados por Chejov para referirse a la concentración son:

#### INFINITIVOS

##### ACTIVOS:

Contactar con  
Fundirse  
Envolver  
Percibir  
Identificarse  
Comunicarse con  
Darse a

##### PASIVOS:

Ser receptivo  
Estar consciente  
Tener conciencia de  
Estar con  
Estar en armonía con  
Ser uno con  
Fluir hacia<sup>6</sup>

Chejov explica que la experiencia interna de la concentración es parecida a una sensación de expansión, de extensión más allá del cuerpo físico, y de un “fluir hacia” el objeto de concentración. Según el autor, esta especial relación que se establece con el objeto permanece en el plano de la visualización y es independiente de la conciencia de las cualidades físicas del objeto y/o del propio cuerpo. Es más, en el momento en que abrimos los ojos, esta relación se pierde porque nos volvemos conscientes de la cualidad física del objeto y del propio cuerpo. El término “fluir hacia” indica establecer una relación con el objeto, sea cual fuere la explicación que a esa relación se le quiera dar. Otra característica de esta conexión es que cuando se está concentrado, ya sea en un objeto físico o imaginario, toda una parte invisible de la persona se pone en movimiento. Chejov se refiere a esta parte invisible de la persona como a la experiencia de tener un deseo, una idea y un sentimiento que unifica ese “fluir” hacia el objeto. Esta experiencia se percibe de inmediato como si estuviera “por encima”, algo parecido a la sensación de un “ser

---

<sup>6</sup> Ibidem, p. 49.

---

superior” que surge de uno mismo. Entre los objetivos últimos de su sistema estaría el de desarrollar este ser superior dentro de cada individuo-actor.

Este ente invisible es como un gran ser superior –es nuestro ángel– que vigila sobre nosotros, que nos inspira, y a quien podemos acudir como centro de nuestro trabajo. Sin la sensación de que este ritmo [interior] es un ser vivo, no podremos alcanzarlo. Es un ser real. Nosotros lo creamos y él nos recrea a nosotros<sup>7</sup>.

Mijail Chejov confiaba plenamente en que, con el tiempo, el desarrollo de esta capacidad de concentración afectaría el carácter de los actores, que se podría observar claramente algún tipo de fuerza en su interior. Considerando necesario, por tanto, un entrenamiento para desarrollar este poder de concentración consciente, plantea una serie de ejercicios que llevan al actor a encontrar, relacionarse y sentir el “espíritu” de las cosas físicas; es decir, despertar su “habilidad de concentrarse en objetos espirituales”. Chejov considera que la concentración es el camino a la parte espiritual del objeto; y que esta forma de relacionarse y unificarse con las fuerzas espirituales creativas es lo que abre las puertas al mundo creativo espiritual<sup>8</sup>.

La concentración en el objeto es un proceso que se puede describir de la siguiente manera: primero, mirar; segundo, moverse internamente hacia él mientras tu cuerpo físico permanece quieto y relajado; y tercero, “coger” el objeto y guardarlo “dentro” hasta que no haya necesidad de mirarlo. Este procedimiento de “fundirse” con el objeto, de volverse uno con él, es la única manera de comprender verdaderamente las cosas. De esta manera conocemos y experimentamos las cualidades de la cosa u objeto de concentración. El proceso de concentración se asocia con esa fusión conjunta con lo que puede ser un objeto, una imagen, otro ser humano, el papel, personaje o compañero en escena. El objetivo imaginario (objeto de concentración) resulta ser además, el medio por el que ajustamos nuestro objetivo real (una determinada expresión, caracterización, o incluso un objetivo

---

<sup>7</sup> Ibidem, p. 24.

<sup>8</sup> Ibidem, p. 42-43.



---

pedagógico) para comparar y analizar lo que es inadecuado o lo que echamos en falta.

Respecto a la visualización, estar concentrado significa darse cuenta de que el objeto tiene vida propia y es un ser por sí mismo. Con el tiempo la estudiante-actriz cede su propio ser al ser del objeto, es decir, comienza lo que Chejov ha denominado el proceso de “incorporación” de imágenes: no se elabora una imagen o se adapta en función de las necesidades individuales de cada cuerpo o personalidad, sino que es el cuerpo cotidiano el que se supera y expande (“se dilata”, en términos de Eugenio Barba) para alcanzar la imagen diseñada, independiente de nuestra realidad.

Para ampliar la capacidad de concentración, Chejov recuerda que uno aprende más del esfuerzo de concentrarse, que de lo que ninguna otra cosa o persona le pueda enseñar. Únicamente la primera etapa del proceso de trabajo implica a la mente física. Después la mente no se utiliza. Concentración no significa tensión, no puede suponer cansancio o lucha mental. Uno no se concentra con la mente sino con todo su ser, con su cuerpo de actor. Para aplicar el método necesitamos absoluta libertad; no es posible si el cuerpo está rígido cuando se concentra. La verdadera concentración produce una sensación agradable porque es además responsable de aportar armonía a la totalidad. Se experimenta con placer, como cuando se está enamorado de alguien. En esos momentos uno siente que se “mueve hacia” la otra persona, y eso no tiene nada que ver con la cabeza. Chejov compara la concentración con el amor porque en ninguno de los dos casos tienes necesidad de pensar, simplemente está ahí.

Diferentes usos del poder de la concentración son; ser capaz de centrarse en una imagen y seguirla, sin perder el hilo y siendo consecuente, hasta el final; centrarse en “irradiar”<sup>9</sup> un sentimiento desde el escenario; en establecer “contacto”<sup>10</sup> con los compañeros; en adelantar sutilmente al público lo que le va a

---

<sup>9</sup> El concepto de irradiación presupone el trabajo de imaginación y concentración fuertemente arraigado en una sólida unidad y equilibrio psicofísico del actor.

<sup>10</sup> El sentido de contacto en Chejov no se refiere al contacto físico sino a una sutil y profunda comunicación entre los actores, esencial a la hora de crear un buen ensamble entre ellos.

---

sucedier al personaje al final de la obra. Ninguno de estos “trucos” de la interpretaci3n se puede lograr sin ella. Por ulti3mo, y no por ello menos importante, Chejov reconoce la capacidad de concentraci3n como la habilidad de ejercitar la “voluntad”.

En el trabajo de Chejov, conceptos tales como concentraci3n, imaginaci3n, radiaci3n, atm3sfera... son en realidad “hermanos y hermanas”, por no decir que son la misma cosa, cada uno de ellos puede hablar independientemente pero basta con apretar el bot3n apropiado en el interior del actor para que todos estos “hermanos y hermanas” dentro del sistema cobren vida. La concentraci3n es el medio de integrar todos los puntos del proceso. Unifica las ideas de “sensaci3n de



Mijail Chejov con sus estudiantes en Dartington (1936-1939).

facilidad”, “forma”, “totalidad y belleza”, “radiación”, etcétera. Todas se dan cita mientras uno permanece concentrado, en cada ejercicio. Por otro lado, el esfuerzo de aunar todas estas propiedades requiere mucha concentración, y será el medio utilizado para consolidar esta capacidad.

---

## ■ 2. La interdependencia con la imaginación

En 1936 Chejov comienza sus lecciones en Dartington Hall con ejercicios de concentración, que considera el punto de partida del actor; el fundamento de su trabajo. Dentro de su sistema, Mijail Chejov concibe la concentración como el camino para llegar a esa fuerza creativa que reside en el mundo de la imaginación. La concentración, dice Chejov, hace que la imaginación sea concreta, y la imaginación, si es lo suficientemente concreta, no puede intervenir si no es mediante una concentración de este tipo<sup>11</sup>. El estado de concentración debe ser máximo para poder imaginar y permitir que esa imaginación refuerce cada respuesta. La cuestión está en cómo despertar la imaginación por medio de la concentración.

El maestro Chejov compara la imaginación con una puerta vieja, cerrada durante largo tiempo, y con una llave herrumbrosa que dificulta el camino. Para despertar esa actividad y poder entrar en su mundo, es preciso crear imágenes que tengan vida propia. Creando imágenes vivas, el actor será capaz de penetrar en su vida interior. Ahora bien, este proceso sólo puede tener lugar mediante el fortalecimiento de su voluntad: el actor debe hacer ese esfuerzo por ver, por ser capaz de imaginar, para abrir esa puerta oxidada que es la imaginación. El éxito va a depender de la madurez de su poder de concentración. La concentración se encargará de afirmar, sostener y asegurar la imaginación. Mantenerse concentrado, por otro lado, también liberará los nervios y la tensión física del intérprete, facilitando con ello su actuación. Si profundizamos en el poder de la concentración, observaremos cómo el mundo de la imaginación se puede hacer tan cierto y concreto para el actor, que ya no necesitará recordar un episodio real de su vida privada, la fuente imaginaria será lo suficientemente precisa como para impulsar su actuación. Para Chejov, el punto de partida se encuentra indiscutiblemente en una descripción visual de la imagen, la cual tiene la capacidad de activar todo un complejo proceso psicofísico:

¡De las visiones del pasado relampaguean aquí y allá imágenes

---

<sup>11</sup> Michael Chekhov, *Lessons for the Professional Actor*, (Ed. Deirdre Hurst du Prey), New York, Performing Arts Publications, 1985, p.45.

---

totalmente desconocidas para ti! Son puros productos de tu Imaginación Creativa. Aparecen, desaparecen, y regresan de nuevo, trayendo consigo nuevos y desconocidos visitantes. Al rato entablan relaciones unos con otros. Comienzan a “actuar”, a “interpretar” ante tu vista maravillada. Sigues hasta aquí sus vidas desconocidas. Estás absorto, embebido en extrañas disposiciones de ánimo, atmósferas, dentro del amor, del odio, de la felicidad o de la desdicha de estos huéspedes imaginarios. Tu mente está ahora completamente despierta y activa. Tus propios recuerdos palidecen; las nuevas imágenes son más fuertes. Te divierte el hecho de que las nuevas imágenes posean su vida propia independiente; te deja atónito que se te aparezcan sin ser invitadas. Por fin, estas recién llegadas te obligan a observarlas con un patetismo superior al de los simples cuadros de la memoria cotidiana; estos fascinantes huéspedes que se aparecen sin venir de ninguna parte, que viven su propia vida, llena de emociones, despiertan tu sensibilidad. Te obligan a reír o a llorar con ellos. Como magos, provocan en ti un incontenible deseo de llegar a ser uno de ellos. Entablas conversación con ellos, te ves a ti mismo en medio de ellos, deseas actuar y lo haces. De un estado pasivo de la mente, las imágenes te han elevado hasta un estado creativo. Tal es el poder de la imaginación<sup>12</sup>.

### ■ 3. La imaginación creativa

La creatividad en Chejov existe en el nivel subconsciente, donde las imágenes tienen una vida objetiva independiente; y la inspiración artística creativa reclama que la psicología del personaje (entendida como sus impulsos psicológicos) sea creada en ese mundo subconsciente que es la imaginación. Creatividad es para este autor el resultado de un proceso de síntesis, no de análisis, y como afirma Kindelan “depende de una adecuada combinación del conocimiento/compreensión de la forma artística y la habilidad de confiar en el subconsciente (imaginación)”<sup>13</sup>. Para Chejov, “entender una forma artística” significa tener la conciencia artística de que lo que se está creando contiene un “sentido de totalidad”. Cuando además, se trabaja desde la imaginación se expande el nivel de conciencia del intérprete y se

---

<sup>12</sup> Michael Chekhov, *To the actor*, New York, Harper & Row, 1953, p. 22.

<sup>13</sup> Nancy Kindelan, *The Theatre of Inspiration: An analysis of the Acting Theories of Michael Chekhov* (Tesis Doctoral), Wisconsin, University of Wisconsin-Madison, 1977, p. 85.

---

produce lo que Chejov denomina una caracterización multi-nivelada, capaz de penetrar al espectador desde distintos planos.

Al comienzo de su libro *To the Actor* (1953) Chejov declara la importancia de desarrollar una armonía entre el cuerpo y la mente, como característica del estado creativo humano, por un lado; y por otro, como requerimiento básico para la expresión de ideas creativas. La sensibilidad artística es la habilidad de alcanzar un verdadero estado creativo: “la imaginación creativa es una de las principales vías a través de las cuales el artista encuentra en sí mismo el camino para expresar su propia, individual (y por lo tanto única) interpretación de los personajes que tiene que representar”<sup>14</sup>. De ahí sus palabras sobre la “extrema sensibilidad del cuerpo a los impulsos psicológicos creativos”, para lo que es necesario no sólo el ejercicio físico, sino también otro tipo de ejercicio que amplíe ese potencial psicológico de la creatividad. Por otro lado, el gran provecho que la actriz puede obtener de su imaginario, de todo el trabajo de visualización de imágenes, dependerá de su capacidad de despertar y perfeccionar (“purificar” en términos chejovianos) los canales que hacen que ese proceso de encarnación o “incorporación” de las imágenes sea posible.

La finalidad del entrenamiento psicofísico que propone Chejov está en liberar el cuerpo y las emociones del actor, dejar que su cuerpo y mente, emociones y psicología, se muevan libremente por el mundo de la Imaginación. El cuerpo necesita ser instruido para que ningún obstáculo pueda entorpecer o limitar esa libertad de movimientos, y es mediante el ejercicio de la imaginación como se van a destruir esos bloqueos y barreras a nivel psicofísico. El razonamiento chejoviano sigue así: para tener un cuerpo sabio y sensible, obediente a todos los mandatos de la voluntad, un instrumento con el que poder comunicar ideas artísticas, se han de explorar, descubrir y experimentar las infinitas posibilidades que el cuerpo ofrece “como si fuera la primera vez”. Para esto no hay mejor camino que el que nos ofrece el uso de la imaginación, por su capacidad de activar esa relación entre la parte física y psicológica del intérprete y facilitar, por tanto, su equilibrio mente-cuerpo. Entonces surgirá en el actor una caracterización

---

<sup>14</sup> Michael Chekhov, *op. cit.*, 1953, p. 28.

---

apropiada, con un estilo propio y eficaz; es decir, un estilo de actuación a la vez artístico y significativo. La finalidad de su sistema de actuación está en la imaginación creativa, como vía concreta especialmente útil para que el actor logre un estado creativo “psicofísico”.

De qué manera más poco imaginativa hemos concebido la imaginación. Bajo la influencia del dualismo cartesiano, muy a menudo, se considera a la imaginación simplemente como la “imagen” mental de algo. Desde el punto de vista de Yuasa y la fenomenología, imaginar es un acto psicofisiológico de la unidad cuerpo-mente<sup>15</sup>.

Existen técnicas corporales, especialmente aquellas que trabajan sobre y para la armonía entre mente y cuerpo, que pueden contribuir a entender el alcance que tiene la propuesta de Chejov sobre la psico-fisiología del actor. A menudo el autor llama la atención sobre la habilidad del actor de penetrar profundamente en la vida interna del personaje por los mismos medios que operan en la Imaginación Creativa, a través de los cuales el intérprete expresa su Individualidad Creativa. Es muy interesante el hecho de que Mijail Chejov defina Individualidad Creativa como la libre expansión de las fuerzas internas [creativas] del artista<sup>16</sup>. Esto apunta también a aquellas disciplinas en las que un objetivo similar dirige y controla la plena integración de las capacidades y potencial humanos.

El propósito de este estudio es la comprensión de las técnicas de interpretación de Mijail Chejov bajo el prisma de un entrenamiento psicofisiológico específico para el actor, basado en principios, procesos y técnicas propias de las artes marciales. Lo que pretende este entrenamiento es lograr “un cierto tipo y cualidad de la relación” que se establece entre la persona que hace y lo que está haciendo, en nuestro caso entre el actor y su partitura de acciones<sup>17</sup>. Es decir, mediante el establecimiento en el cuerpo-mente del actor de una “conexión” especial e individual

---

<sup>15</sup> Phillip Zarrilli (Ed.), *Acting (Re)Considered*, London, Routledge, 1985, p.195.

<sup>16</sup> Michael Chekhov, op. cit., 1953, p.94.

<sup>17</sup> Phillip Zarrilli, op. cit. p.190.

---

con la imagen, el ejercicio o la acción que esté trabajando en ese momento. Este vínculo tiene lugar a distintos niveles (fisiológico, psicológico, emocional y espiritual) interrelacionados a su vez mediante un entrenamiento globalizado del cuerpo (y mente).

Teniendo esto presente, me gustaría aislar dos aspectos del sistema de actuación chejoviano para poder desarrollar más adelante mis ideas. Uno de ellos considera el equilibrio y la unión psicofísica del individuo como la base para el establecimiento del estado creativo deseado para el artista. Esto significa hacer que los canales psicofísicos y fisiológicos a través de los cuales la Imaginación Creativa opera, estén disponibles. Según hemos visto, en esta propuesta de actuación las imágenes tienen la capacidad de despertar esos canales, y por tanto nuestro “yo creativo”. Sin embargo, sí es posible, y necesario, considerar la “independencia” de dichos canales para su posible futuro entrenamiento.

Un segundo rasgo que se debe destacar considera la importancia de la vida interna del intérprete en función de su objetivo psicofísico: la vida interna del personaje/imagen/idea/tema que quiera comunicar al espectador. “El artista debe ser capaz de ver dentro de la imagen y descubrir sus energías sutiles o su composición rítmica interior”<sup>18</sup>. Nos acercamos cada vez más a determinados “poderes sutiles” que surgen de esa unidad mente-cuerpo, que encontramos en determinadas filosofías orientales y en sus concepciones acerca del cuerpo. Las artes marciales de acuerdo con la filosofía que las sustenta, intentan de una manera u otra revelar estos poderes a aquél que las practica.

“En teoría”, el entrenamiento de Mijail Chejov se centra principalmente en despertar y reforzar la imaginación del artista, mientras que las artes marciales aplicadas al entrenamiento de la actriz, persiguen el despertar de su *cuerpo sutil*, abriendo los canales que hacen que la unidad mente-cuerpo se manifieste en ella y se desarrollen determinadas “fuerzas” en su interior. “En la práctica”, un buen entrenamiento psicofisiológico es necesario a la hora de fundamentar y sustentar con fuerza en escena el trabajo

---

<sup>18</sup> Nancy Kindelan, op. cit., p. 87.



---

de Mijail Chejov sobre la imaginación.