



**ACERCAMIENTO A LOS PRESUPUESTOS PSICOLÓGICOS  
QUE SUBYACEN EN EL CONCEPTO DE PSICOTÉCNICA  
DE KONSTANTÍN STANISLAVSKI**

*APPERTAINING TO THE PSYCHOLOGY WHICH UNDERLIES THE  
PSYCHOTECHNIQUE OF KONSTATIN STANISLAVSKI*

**Maria Dolores Puerta Agüera**

Escuela Superior de Arte Dramático de Córdoba  
(puertamarilo@gmail.com)

**Ana Belén Cañizares Sevilla**

Universidad de Córdoba  
(eolcasea@uco.es)

**Rosario Ortega Ruiz**

Universidad de Córdoba  
(edlorrur@uco.es)



**Resumen:** En este artículo expondremos la actitud teórica de Konstantín Stanislavski en la construcción de su sistema para la pedagogía de la actuación. Comprobaremos cómo se sirvió de las teorías psicológicas para cimentar su método de enseñanza y extraeremos los conceptos que fundamentan la psicotécnica. Lo estructuraremos a partir del texto el *Manual del actor*, para demostrar que no dejó de interesarse por las ideas que aportaba la psicología para hacer crecer su método y que su obra evolucionaba hasta el último momento, haciendo honor a su frase: «el arte y los artistas deben moverse hacia delante, o se moverán hacia atrás» (Stanislavski, 1963, pág. 6). Si consideramos que la práctica pedagógica de la enseñanza teatral tampoco debe dejar de mirar otras disciplinas para avanzar en la formación actoral, proponemos un acercamiento

hacia algunos conceptos actuales de la psicología de Abraham Maslow y Mihalyi Csikszentmihalyi.

**Palabras clave:** Stanislavski, *Manual del actor*, psicotécnica, teorías psicológicas, pedagogía de la actuación.

**Abstract:** In this article we will explain Stanislavski's theoretical approach to the construction of his system for the teaching of acting. We will show how he applied psychological theories as a basis for his teaching method and we will highlight the concepts behind them. We will demonstrate this based on what he calls 'psychotechnique'. Through which we will structure our work with the book: *The Actor's Manual*, to show that in his research Stanislavski was always interested in the current ideas of psychology to support the development of his method. It is well known that he was revising his ideas to the ultimate degree, doing justice to his famous quote, «art and artists should always move forwards otherwise they will go backwards» (Stanislavski 1963, pág. 6). Neither should we believe that research into theatre teaching should ever stop taking account of new contributions of Abraham Maslow y Mihalyi Csikszentmihalyi psychology, to the advances in the training of actors.

**Key words:** Stanislavski, *The Actor's Manual*, Psychotechnique, Psychological theories, System for the teaching of acting

MARÍA DOLORES PUERTA AGÜERA. Licenciada de Arte Dramático, en la especialidad de Interpretación Textual, y Licenciada en Psicología por la Universidad de Málaga. Fundadora de la cooperativa andaluza de teatro Adokín. Como pedagoga de la voz imparte cursos sobre el uso profesional de la voz en Centros de Profesores de Andalucía y compañías teatrales. Es profesora titular de técnica vocal e investiga la aplicación de principios de la psicología de Flow en la formación actoral.

ANA BELÉN CAÑIZARES SEVILLA. Profesora Superior de Canto y Doctora en Historia de Arte investiga sobre la aplicación del Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento de Fedora Aberastury en el uso liberado del cuerpo en diferentes contextos comunicativos y artísticos.

ROSARIO ORTEGA RUIZ. Catedrática de Psicología de la Universidad de Córdoba. Sus trabajos de investigación se han centrado en las relaciones interpersonales como ámbito de aprendizaje y desarrollo. Ha estudiado el juego infantil y la construcción social del conocimiento. Durante los últimos años, ha focalizado el estudio en la violencia escolar y juvenil.

Si pudiera enseñar geografía a la paloma mensajera, de pronto su vuelo inconsciente, que va derecho a la meta, resultaría imposible.

E.M. Cioran

Konstantín Stanislavski (1863-1938), como actor, director y pedagogo se interesó por las ideas estéticas y filosóficas de su época, por los avances el campo de la psicología en relación a la conducta humana. Hasta ese momento, los manuales de actuación se limitaban a describir los rasgos externos de los diversos estados de ánimo, personajes y caracteres. Su mérito, según Jiménez (1990, pág. 462), es que expuso como «no creíble» los manierismos de la generación de actores de una sociedad regida por fuertes códigos sociales y estereotipos. La desaparición de estas expresiones repetitivas y acartonadas, significaba que los actores tenían que encontrar un nuevo método de comunicarse en el escenario.

A este tipo de actuación, Stanislavski contrapone una interpretación basada en la verdad escénica y estructurada, no sobre el resultado final de la creación sino sobre los contenidos de un proceso que pudiera conducir al actor a una existencia orgánica y natural sobre el escenario (Ópsipovna, 1998, pág. 36). Efectivamente, desde su experiencia comprendió que el actor no estaba dotado por naturaleza de la capacidad para entregarse por completo al trabajo creativo y sincero en el escenario, y afirmó: «el actor deja de vivir las ideas y los sentimientos del personaje y es inevitable la tensión y la falta de naturalidad en la palabra escénica» (Ósipovna, 1998, pág. 26). Estudió el problema, buscó métodos que fundamentaran sus estudios de la naturaleza del actor y que pudieran conducirle a una actuación más natural para proveerle de un sistema estable que crease vida en el escenario y desarrolló la *psicotécnica*. En este artículo queremos aproximarnos a los conceptos y teorías psicológicas a los que Stanislavski pudo acercarse para apoyar teóricamente sus investigaciones, en sintonía con la investigación científica del momento. En su *sistema* para la pedagogía de la actuación, encontramos algunos supuestos y conceptos psicológicos que intentamos definir y desvelar el sentido en que los utiliza: inconsciente, consciente, estado creativo, y otros. Nos parece esencial ampliar la comprensión de su legado y, lo que es más importante, nutrirlo con las nuevas investigaciones de la psicología contemporánea que los desarrollan. Stanislavski no dejó de interesarse por las ideas de su tiempo, para hacer crecer

su método hasta el último momento, haciendo honor a su pensamiento: «el arte y los artistas deben moverse hacia delante, o se moverán hacia atrás» (Stanislavski, 1963, pág. 6). Para estructurar y acotar éste análisis vamos a examinar los presupuestos que fundamentan su concepto de psicotécnica extraído del libro el *Manual del actor*.

Antes de comenzar a analizar el texto propuesto, creemos necesario enmarcar brevemente este estudio en los ejes fundamentales que definen la psicología rusa del momento (Martín y Tortosa, 2006), caracterizada por el idealismo y el materialismo. En el siglo XVIII, autores de la ilustración mantuvieron la teoría que todo fenómeno psíquico era producido por el cerebro, incluyendo los procesos superiores de la conciencia. En el siglo XIX, la psicología objetiva se patentizó con una base teórica fundamentada en las ciencias naturales y en el materialismo filosófico. Surgiría una ciencia sobre la actividad nerviosa superior cuyo creador fue Iván Paulov (1849-1936), fundador de la escuela fisiológica rusa que más tarde se convertiría en una de las más avanzadas del mundo.

Tres grandes ejes caracterizaron la reflexión psicológica en los albores del siglo XIX en Europa: la idealista, de carácter racionalista e innatista; la empírica de carácter censista-asociacionista; y la fisiológica, basada sobre todo en el estudio del sistema nervioso. En este último campo el concepto de evolución desde el punto de vista biológico desarrollada por Charles Darwin impactó de una forma determinante y, junto a los avances realizados en el campo experimental físico-químicos de los procesos vitales, supusieron una auténtica revolución en Europa, en contraposición a todos los conceptos vitalistas propios del idealismo que estaban siendo erradicados de la ciencia. El vitalismo sostenía que los fenómenos vitales poseen un carácter singular y específico que les aleja de toda concepción que los reduce a fenómenos mecánicos o físico-químicos. En la segunda mitad del siglo XIX se produjeron debates enconados entre los vitalistas y mecanicistas. Las tesis bergsonianas (Henri Bergson 1859-1941), proponen una explicación al debate evolucionista que hasta ese momento había quedado circunscrito al ámbito científico-experimental. En definitiva, la ciencia natural se ofrecía como una ventana hacia el futuro y los biólogos de habla germánica influenciaron a los rusos en ese cambio brusco hacia lo objetivo. En este contexto, Stanislavski se esforzaba por elaborar una teoría desde su praxis.

## I. TRES PROPOSICIONES EN LA DEFINICIÓN DE STANISLAVSKI DE SU SISTEMA

En el texto que analizamos, el maestro se responde a la pregunta ¿Cuál es mi Sistema?:

Mi sistema es el resultado de investigaciones de toda mi vida (...) he buscado a tientas un método de trabajo para los actores, que les permita crear la imagen de un personaje, alentar en él la vida de un espíritu humano y, por medios naturales, expresarlo en el escenario en una forma bella, artística (...) los fundamentos de este método fueron mis estudios de la naturaleza de un actor.

*La primera proposición es esta:* No hay fórmulas de cómo convertirse en un gran actor, o cómo interpretar éste o aquel papel. Está hecha de pasos hacia el verdadero estado creativo de un actor sobre el escenario. Cuando es cierta, es el estado normal de una persona en la vida real. Mas para lograr el estado viviente normal, un actor tiene que estar: a) Libre físicamente, en control de una musculatura libre; b) su atención debe estar infinitamente alerta; c) debe poder escuchar y observar en escena como lo haría en la vida real, es decir estar en contacto con la persona que actúa frente a él; d) debe creer en todo lo que suceda en el escenario, que esté relacionado con la obra.

*La segunda proposición es:* Un verdadero estado creativo interior en el escenario hace posible para un actor ejecutar acciones que debe efectuar de acuerdo con los términos de la obra, ya sean psicológicas internas o físicas externas. En realidad, en cada acto físico hay un motivo psicológico interior que impele a la acción física, igual que en toda acción psicológica interna hay también una acción física, que expresa su naturaleza psíquica. La unión de estas dos acciones da por resultado la acción orgánica en el escenario. Entonces, esa acción es determinada por el tema de la obra, su idea, el carácter de cierto papel y las circunstancias establecidas por el autor.

Para hacer más fácil que usted, como actor, efectúe acciones en el escenario, póngase, antes que nada, en las circunstancias propuestas por el escritor para el personaje que usted está interpretando. Pregúntese: ¿Qué haría si me sucedería lo mismo que sucede en la obra al personaje que estoy interpretando? Descubra todas las razones que justifican las acciones de su personaje y después actúe sin reflejar donde terminan sus «propias» acciones y comienzan «las de él».

*La tercera proposición es:* En el escenario, un estado creativo interior, la acción y los sentimientos verdaderos, dan por resultado la vida natural en escena, en la forma de uno de los personajes. Es por este medio como se acercará más a lo que llamamos «metamorfosis», considerando siempre, por supuesto, que usted haya comprendido adecuadamente la obra y su idea, su tema y la trama y haya dado forma en su interior el carácter de uno de los personajes. El poder de este método reside en el hecho de que no fue inventado, está basado en las leyes de la naturaleza (Stanislavski, 1963, pág. 49).

## 2. LA FUENTE DEL ARTE ES INCONSCIENTE

Tras definir Stanislavski su *sistema*, continúa exponiendo su teoría estructurándola en tres proposiciones. Presentamos la primera de ellas: «No hay fórmulas de cómo convertirse en un gran actor, o cómo interpretar éste o aquel papel. Está hecha de pasos hacia el verdadero estado creativo de un actor sobre el escenario». Al leer estas palabras es lógico preguntarse qué entiende por verdadero *estado creativo*, y descubrimos en sus escritos referencias que muestran al subconsciente como agente creador, de modo que bajo su influencia el actor puede realizar acciones que parezcan ser ejecutadas por primera vez.

Cuando afirma que no hay fórmula para convertirse en un gran actor, cabría pensar que está anticipando un punto esencial para comprender su método de actuación, ya que hace referencia a que no hay ninguna técnica o medio mecánico (cómo él mismo lo califica) capaz de obtener control del subconsciente; lo único que el actor puede hacer es entregarse a él (Stanislavski, 1963, pág. 126). Por lo que parece que el *estado creativo* del actor está relacionado con el subconsciente y no con un control racional de la técnica. Pero al mismo tiempo, no es menos cierto que para que el subconsciente actúe el actor debe trabajar con recursos conscientes:

No siempre puede uno actuar de forma subconsciente y con inspiración. Un genio tal no existe en el mundo. Por lo tanto, nuestro arte nos enseña antes que nada a crear consciente y sinceramente, porque eso preparará mejor el camino para el florecimiento del subconsciente, que es la inspiración (Stanislavski, 1963, pág. 21).

Antes de pasar a ocuparnos del concepto de subconsciente que subyace en su sistema, es necesario clarificar cómo entiende Stanislavski la relación entre subconsciente y actuación, para lo que se hace necesario acercarnos al concepto de *psicotécnica*; lo define en estos términos:

Cuando un actor está absorbido por un objetivo patético, de modo que arroja con apasionamiento todo su ser a esa ejecución, alcanza un estado que llamamos inspiración. En él, casi todo lo que hace es subconsciente y no posee comprensión consciente de como realiza su propósito (Stanislavski, 1963, pág. 21).

Efectivamente, conviene subrayar la implicación que desde un punto de vista metodológico tiene el significado de «actuar de forma subconsciente»: que no hace referencia a que el actor se sirva de contenidos del inconsciente que reproducidos desde la emoción pasen del inconsciente al consciente, y de ese modo podría ser evocado a voluntad en un ejercicio actoral; sino más bien, que el actor debe actuar bajo el flujo del subconsciente, que es bien distinto. De ahí, que se pueda deducir que la técnica que propone está relacionada con la utilización de recursos que vayan encaminados a provocar en el intérprete ese estado de flujo de creatividad e intuición que le permita acceder a la organicidad. Y lo más importante para nuestro análisis, significa también que Stanislavski, dota de un poder creador al inconsciente, lo que supone una visión espiritualista o metafísica del mismo, que nos va a alejar del concepto de inconsciente freudiano (Saura, 2007, pág. 23).

Por tanto, aun cuando hay una amplia bibliografía que manifiesta el interés de acercar Freud a Stanislavski (Lee Strasberg, Sergio Jimenez, Seki Sano, entre otros) después de estudiar estos pasajes e intentar encontrar sentido al uso del término inconsciente en sentido freudiano, convenimos con otros estudiosos, como Mario Cantú (2013) en afirmar que el término inconsciente de ambos son incompatibles. En esta línea, encaja la afirmación de Rose Whyman (2008) acerca de que el sentido del inconsciente de Stanislavski es muy cercano al que describe Eduard Von Hartman, quien a su vez se basa en el concepto de Schopenhauer. Efectivamente, este último dispuso en el centro de sus pensamientos la idea de una voluntad inconsciente en la naturaleza y trató el entendimiento como secundario respecto de la voluntad subordinado a sus demandas. Al poner las bases del entendimiento, la voluntad «lo regula,

lo guía, le incita a ulteriores esfuerzos; en resumen, le insufla una actividad que no le era inherente» (Schopenhauer, 2001, pág. 13). Condujo a Schopenhauer, a la idea de que el entendimiento no era tan racional como se suponía anteriormente; la voluntad dictaba, de forma invisible, lo que la mente deseaba, creía y pensaba (Alonso, 1989, pág. 62).

Para comprender este planteamiento, delimitaremos los posicionamientos de Sigmund Freud y Eduard Von Hartmann sobre los procesos inconscientes. Siguiendo los estudios de Begoña Alonso (1989), advierte un punto que todo investigador debe tener en cuenta, que en ocasiones ha sido descuidado, como es el hecho de que el concepto de inconsciente va sufriendo remodelaciones en los estudios de Freud, siendo que su significado pueda tomarse de cuatro momentos de su teoría en los que reformula el concepto. Esos cuatro momentos se corresponden con las obras: *La interpretación de los sueños* (1915), *Trabajo sobre lo inconsciente* (1959), *El yo y el ello* (1923), y *Nuevas conferencias introductorias al psicoanálisis* (1933). En ésta última, aporta la firme concreción del modelo cuando plantea qué porciones del Yo y del Superyo son inconscientes en sentido dinámico, es decir, incapaces de conciencia, porque hay fuerzas que se oponen, con lo que queda claramente diferenciado de lo transitoriamente inconsciente. Por el contrario, los contenidos del preconscious sí pueden alcanzar la conciencia siempre que se satisfagan algunas condiciones. El modo de acceder a estos contenidos del inconsciente, según Freud, es a través de los *actos fallidos* y de los sueños.

Lo cierto es que no encontramos en la metodología de Stanislavski nada que tenga que ver con la metodología freudiana para hacer consciente lo inconsciente, aún teniendo en cuenta las revisiones que Freud fue haciendo del término. Por lo que no parece posible relacionar a ambos autores a través de este concepto. Si es más viable hacerlo desde el énfasis que ambos ponen en los recuerdos afectivamente cargados, entre sus recursos metodológicos, aunque hemos de puntualizar que Stanislavski abandonó progresivamente este interés y, como es sabido, apoyó su teoría en las acciones físicas a final de los años veinte. El énfasis presente en la verdad de las emociones se va a desplazar al de la verdad física.

Por otro lado, Hartmann había llegado muy lejos para explicar la actividad mental inconsciente del hombre, haciendo referencia a una clarividencia que se produce, tanto en las intenciones del impulso creador como en las del instinto (Alonso, 1989). Lo ejemplifica con la abeja que lleva en sí la representación inconsciente de la celdilla hexagonal exacta



a medio minuto angular sin haber visto nunca la vida. En esta línea, añade Cantú (2013), para Hartmann lo inconsciente no vacila ni se equivoca, la voluntad inconsciente tiene propósitos y clarividencia. Entonces, lo inconsciente es la suprema sabiduría y perfección del mundo: «identifica lo inconsciente con lo que ha llamado creador, gobernador del mundo, Brahma y naturaleza» (Cantú, 2013, pág. 63).

Si comparamos las cualidades que otorgan tanto Hartmann como Stanislavski al inconsciente, observamos que tienen una gran semejanza:

(...) nuestra técnica está dirigida...a poner a trabajar nuestro subconsciente en la creación de la verdad artística...y a aprender cómo no interferir con él, una vez que está en acción (...) vemos, oímos, comprendemos y pensamos en forma diferente, antes y después de cruzar el umbral del subconsciente (...) nuestra libertad en este lado está limitada por la razón y los convencionalismos, más allá, nuestra libertad es audaz, voluntariosa, activa y siempre se mueve hacia delante (Stanislavski, 1963, pág. 129).

Stanislavski caracteriza la libertad que confiere el inconsciente con cualidades como las de audaz, voluntariosa, activa, que siempre se mueve hacia delante y que piensa en forma diferente, antes y después, de cruzar el umbral del subconsciente. Hartmann lo hace con las cualidades: clarividencia, voluntad, acción y la de tener un propósito con un entendimiento que no es racional; las cualidades que ambos autores utilizan para definir el inconsciente son visiblemente similares (Cantú, 1963, pág. 3).

Por otro lado, Assoum (1982) aporta más claridad a este asunto cuando señala que Freud, ante las tesis sobre el inconsciente que se manejaban en ese momento, las de Eduard Von Hartmann y Franz Brentano, no da la razón a ninguna, (aunque sí hace suyo el punto metodológico del segundo). Esto se traduce, circunscribiendo el problema de lo consciente y lo inconsciente estrictamente en el plano del psiquismo y limitándolo al plano de lo mental. En este sentido, el psicoanálisis establece definitivamente la jurisdicción de su ciencia fundamentándola en el estudio del inconsciente. Hartmann, por el contrario, niega que los fenómenos inconscientes sean fenómenos psíquicos y lo convierte en una entidad metafísica (Assoum, 1982, pág. 41).

Stanislavski parece oponer lo subconsciente a la conciencia. Siguiendo las corrientes de su momento, la conciencia es asumida como sede de la razón, opuesta a lo subconsciente. Podemos afirmar que en la psicotécnica de Stanislavski no se accede al estado creativo por la razón, pero al mismo tiempo la técnica consciente va a ser necesaria para acercar al actor a ese flujo inconsciente.

### 3. SE ACCEDE AL INCONSCIENTE TRABAJANDO EL CONSCIENTE

Continuemos analizando la segunda parte de esta primera proposición de Stanislavski de su concepto sobre la psicotécnica, que dice así:

Para lograr el estado viviente normal, un actor tiene que estar: a) Libre físicamente, en control de una musculatura libre; b) su atención debe estar infinitamente alerta; c) debe poder escuchar y observar en escena como lo haría en la vida real, es decir estar en contacto con la persona que actúa frente a él; d) debe creer en todo lo que suceda en el escenario, que esté relacionado con la obra (1963, pág. 21).

En este fragmento Stanislavski expresa como condición para conseguir un estado orgánico la incompatibilidad entre el estado de creación y la tensión física, claro que esto no es tan simple en una situación de exposición al público como la que se vive en escena. Sin embargo, nos interesa focalizar que esta aseveración lleva implícita la suposición de que la mente y el cuerpo están íntimamente conectados y uno interfiere en el otro, por lo cual la conducta humana es un proceso psicofisiológico ininterrumpido. La influencia de las teorías del psicólogo ruso Iván Petrovich Pavlov (1927) se deja ver en este supuesto metodológico, quien a su vez tiene su antecedente en Gustav Theodor. Fechner (1801-1887), el filósofo y psicólogo que estuvo preocupado por la relación existente entre el mundo físico y espiritual, consideraba que debía existir, una ley general que gobernara esta relación, a la que llamó «ley psicofísica» (1860), de gran interés y punto de partida de la moderna psicología experimental (Alonso, 1989, pág. 68).

En esa búsqueda de la organicidad, la segunda condición que Stanislavski propone es su descubrimiento de que en los grandes actores se daban dos condiciones: un cuerpo cómodo y relajado y una gran

concentración en escena. Esa primera condición se da en un cuerpo entrenado y desde la memoria muscular. Este supuesto, sigue de cerca los trabajos de Thódule Ribot (1881) sobre la memoria, observando que existen tres memorias en el actor: intelectual, sensitiva y muscular. Esta última permite registrar ciertos mecanismos a los cuales apela el actor en el presente de la acción (Pelletieri, 2005, pág. 27). En la medida que el cuerpo del actor no es obstáculo para la acción, éste no derrocha energía ni atención en él y dispone de toda la concentración para la escena. Esta concentración consistirá en dirigir la atención hacia los objetos reales y/o imaginarios del entorno, para lo cual el actor deberá desarrollar su capacidad de observación. En un período final, empieza a considerar a la atención creadora como parte integrante de la acción escénica y de nuevo sus supuestos metodológicos están vertebrados por principios que van surgiendo en la disciplina de la psicología. Es el momento en que focaliza sus estudios en el fenómeno de la atención y, entre otros investigadores, William James (1890) señalaba, en sus *Principios de Psicología*, que la atención:

no es solamente la capacidad mental para captar la mirada en uno o varios aspectos de la realidad y prescindir de los restantes, es el tomar posesión por parte de la mente, de forma clara y vívida, de uno de entre los varios posibles objetos de pensamiento que aparecen simultáneamente. Su esencia está constituida por focalización, concentración y conciencia. Atención significa dejar ciertas cosas para tratar efectivamente otras (Williams y Broadbent, 1890, págs. 403-404).

#### 4. EL ARTE ES POR SU NATURALEZA MISMA UN PRODUCTO DE LA IMAGINACIÓN

Una tercera condición que establece Stanislavski para vivir orgánicamente en el escenario es que el actor debe escuchar y observar, para «creer todo lo que ocurre en la escena» mediante el fomento de la imaginación. Así lo expresa el maestro: «El actor debe sentir el desafío tanto físico como intelectualmente, porque la imaginación puede afectar en forma reflexiva nuestra naturaleza física y hacerla actuar. No debe darse un paso en el escenario, sin la cooperación de la imaginación» (Stanislavski, 1963, pág. 84).

Para ayudar al actor a acercarse a la ficción y sostenerse en ella con verdad, Stanislavski insiste en dos recursos esenciales: El primero de ellos, es el «si mágico», que es el «si» condicional. Ejemplo: «si» escuchara ese ruido en la noche... ¿Qué haría? Pues bien, ese «si» condicional es el encargado de enviar el primer impulso para que se desarrolle el proceso creador, despertando en el artista la actividad interna y externa. Es decir, que a partir del «si», el actor crea la ficción y comienza a actuar sobre ella. Pero si el «si mágico» es el encargado de dar comienzo a la creación, las «circunstancias dadas», es el segundo recurso encargado de desarrollarla. Sin ellas el «si» no puede adquirir su fuerza de estímulo.

En la propuesta de estos recursos hay implícito otro supuesto, como es el hecho de que el hombre reacciona a la imagen de la cosa de forma similar que a la cosa. En sentido estricto, una imagen es una representación interior de origen sensorial. De nuevo Paulov está presente en este principio (Lorenzo, 1992, pág.194).

Prosigamos en nuestro análisis, con la segunda proposición del fragmento:

Un verdadero estado creativo interior en el escenario hace posible para un actor ejecutar acciones que debe efectuar de acuerdo con los términos de la obra, ya sean psicológicas internas o físicas externas. En realidad en cada acto físico hay un motivo psicológico interior que impele a la acción física, igual que en toda acción psicológica interna hay también una acción física, que expresa su naturaleza psíquica. La unión de estas dos acciones da por resultado la acción orgánica en el escenario (Stanislavski, 1963, pág.21).

Este texto muestra las consecuencias de un verdadero estado de flujo creativo en el escenario, y, entre ellas la de ejecutar acciones que están de acuerdo con lo que propone la obra. Reconoce que «debajo de cualquier hecho y suceso hay un sentido interior», el misterio de la acción, como lo expresa (Ósipovna, 1996, pág. 66). Podemos observar, de nuevo, el principio psicofísico que subyace en este presupuesto.

Esta acción, en la concepción stanislavskiana puede ser tanto externa como interna, por lo que no necesariamente deberá manifestarse a través del movimiento físico. A su vez, toda acción deberá tener una justificación interna (un «para qué») y ser lógica, coherente y posible en la

realidad. Stanislavski enseñaba al actor a descubrir, tras cada réplica del texto, el sentido auténtico que lo impulsaba a una acción, que produjera en él un estímulo para expresar una u otra idea (Ósipovna, 1996, pág.67).

Saura lo explica del siguiente modo: «Stanislavski propone una sucesión de pequeñas acciones físicas creadas por un impulso emocional representativo, que a su vez ha sido creado por un objetivo, una tarea establecida racionalmente a partir de las circunstancias dadas» (Saura, 2007, pág.18).

Hemos apuntado que Stanislavski en su última etapa arranca con una investigación que, a primera vista, parecería contradecir toda su trayectoria precedente apoyada en la búsqueda de la verdad de las emociones. Por el contrario, viene a completarla con las *acciones físicas*. El interés radica en desplazar el centro de atención de lo emotivo al cuerpo del actor como base estable. En palabras de Richards (2005), el énfasis presente en la verdad de las emociones se va a desplazar ahora, al de la *verdad física*. Lo primero es establecer los objetivos físicos para lograr la vida física del cuerpo humano en el papel. La razón fundamental del cambio se debe a que para el maestro la emotividad no es susceptible a recibir órdenes en cualquier momento, mientras que el cuerpo sí lo es. Por tanto, su experimentación lo fue conduciendo a lo que al final de su vida, llamó el *método de las acciones físicas*:

Para un actor del método, una conversación desde el punto de vista técnico, jamás es una conversación: se trata siempre de una agresión, de una conquista o de una huida. Es la acción, la acción física para decirlo con palabras de Stanislavski, la que constituye el modo específico del trabajo humano, no la emoción como había expuesto anteriormente. Así pues, ser creador en este momento significa renunciar a los clichés, estar vivo, reaccionar ante las situaciones. (Opisovna, 1996, pág. 67)

## 5. LOS ELEMENTOS DEL ESTADO CREATIVO INTERIOR ACTÚAN SIMULTÁNEAMENTE CON LA ACCIÓN Y LOS SENTIMIENTOS VERDADEROS

La tercera y última proposición dice así:

En el escenario, un estado creativo interior, la acción y los sentimientos verdaderos, dan por resultado la vida natural en escena, en la forma de uno de los personajes. Es por este medio como se acercará más a lo que llamamos «metamorfosis», considerando siempre, por supuesto, que usted haya comprendido adecuadamente la obra y su idea, su tema y la trama y haya dado forma en su interior el carácter de uno de los personajes. (Stanislavski, 1963, pág. 21)

El concepto *sentimientos verdaderos* significa, en un primer momento de su metodología, el único medio con el cual realizar ese trasvase del que hablábamos para atraer la inspiración y, por tanto, el espíritu creativo al trabajo del actor. A lo que añade: «No debe minimizar el significado de los sentimientos repetidos extraídos de la memoria emocional, por el contrario, usted debe dedicarse completamente a ellos, porque son el único medio con el cual usted puede, en cualquier grado, influenciar la inspiración» (Stanislavski, 1963, pág. 125). De hecho, cuando hace referencia al material necesario del actor para la facultad creadora dice: «la experiencia interna de un actor, el círculo de sus impresiones y emociones vivas, debe ser aumentado todo el tiempo, ciertamente, porque es sólo bajo tales condiciones cómo un actor puede extender el círculo de su propia facultad creadora» (Stanislavski, 1963, pág. 96). Es pues, a través de la memoria emotiva, la vía por la que hacía el maestro revivir las sensaciones o sentimientos que el actor experimentó alguna vez. Igual que la memoria visual puede reconstruir la imagen interna de alguna cosa, lugar o persona olvidada, la memoria de las emociones puede hacer regresar sentimientos que ya hemos experimentado. Preocupado por encontrar una vía para la aparición de estados emocionales, planteaba al actor trabajar sobre recuerdos personales y luego mecanizarlo, para que, por un medio automático, mediante la simple conexión con las imágenes del pasado, apareciese el estado emocional en el escenario. ¿Pero en qué teorías se apoyaba el maestro para proponer este camino de acceso al trabajo creativo en el escenario?

El fundamento de la *memoria emotiva* la encontramos en las teorías del francés Théodule Ribot (1839-1916), investigador que planteó cómo a veces reaparecían los recuerdos con sentimientos incluidos, lo que denominó *memoria afectiva*. Explicitó la existencia de tres tipos de memoria (Carpintero, 2005, pág. 198): intelectual, sensitiva y muscular; siendo pionero en el estudio sistemático de la creatividad creadora por

la convergencia de tres factores: intelectual, emocional e inconsciente (inspiración).

Este autor presupone la existencia de huellas fisiológicas localizadas y la asociación entre ellas. Las asociaciones van edificando una estructura mental. En ella se muestra por los procesos patológicos, que lo más antiguo es lo más sólido y estable que lo reciente, lo biológico es más fuerte que lo intelectual. Esta visión estructural encuentra pleno sentido para Ribot. Es el plano de la «personalidad real el que contiene en sí los restos de todo lo que hemos sido y las posibilidades de todo lo que seremos» de la cual la parte consciente, es una débil parte (Ribot, 1912, pág. 248)

## 6. CONCLUSIONES

Finalizaremos con una breve síntesis de los conceptos fundamentales que venimos planteando. El objetivo era mostrar el interés del maestro por los conocimientos y teorías científicas que podían respaldar y explicar sus descubrimientos en la formación actoral. Comenzamos situando nuestras reflexiones en el contexto de las principales corrientes que participaban en la psicología rusa de ese momento, destacando las posturas enfrentadas que mantenían las corrientes vitalistas que están más cerca de una visión idealista que mecanicista. Sin embargo, estas dos posturas confluyen en Stanislavski sin dificultad, quizá porque su pretensión no era la adscripción de su teoría a un modelo o corriente psicológica en concreto, sino explicar y sustentarse sobre teorías conforme él estaba descubriendo en su práctica pedagógica.

Nuestros actos, aun los más simples y familiares de nuestra vida, se vuelven forzados cuando aparecemos frente al público. Esta es la razón por la que Stanislavski dedicó toda su vida a la búsqueda de la piedra filosofal que convirtiera en verdad la acción que el actor realiza en el escenario. Así, en su *poicotécnica*, expuso los principios fundamentales que encontró en su práctica inspirada por los conocimientos que iba descubriendo sobre los hallazgos de otras disciplinas, como la psicología a la que prestaba especial interés. Hemos podido comprobar que su trabajo se basa en una amplia gama de influencias, dado que el final de siglo XIX fue testigo de cambios científicos, sociales y filosóficos que marcaron necesariamente su obra y su pensamiento y acudió a la literatura científica que se publicó en su momento para fundamentar los

parámetros que tratan de dar cuenta de su sistema de creación teatral: «frecuentemente hacía referencia al conocimiento científico para darle mayor solidez a sus investigaciones» (Ruiz, 2008, pág. 80).

Stanislavski se inspiró en ideas y constructos como el de *inconsciente*. Hemos visto que su concepto está más relacionado con la teoría de Hartmann que con la teoría de Freud. La reflexión sobre el inconsciente es importante, hasta tal punto que una concepción freudiana o de corte más metafísico podría implicar el desarrollo de métodos en la práctica diferentes, como es el caso del método de Lee Strasberg y del sistema de Stanislavski. Del mismo modo, el maestro se interesó por teorías que estaban más cerca de un paradigma mecanicista. Así, se inspiró en la psicología conductista de Pavlov para explicar «el supuesto que mente y cuerpo están íntimamente relacionados en el trabajo creativo en el escenario», y el supuesto que señala que «reaccionamos a la cosa y a la imagen de la cosa de forma similar». En sus principios pedagógicos está implícito el principio psicofísico de Fechner, que argumentaba que «el impulso y la acción debía darse unidos». Stanislavski debió acceder a los estudios de Willians-James sobre la atención. Debió sentir curiosidad por las teorías de James-Lange, que explican que «las respuestas fisiológicas y motoras son las que producen el sentimiento y no al contrario»; y el supuesto psicológico que fundamenta la *memoria emotiva*: «a veces reaparecían los recuerdos con sentimientos incluidos» de Ribot. Igualmente, es conocido, que en su última etapa estuvo abierto a las aportaciones que podían ofrecer las técnicas corporales orientales, como el yoga, al crecimiento de su método.

Llegados a este punto, nos preguntamos acerca de los conceptos de la psicología actual que hubieran interesado a Stanislavski para potenciar un patrón psicológico en el actor que consiguiese acercarse a este estado de inspiración o flujo que se aleja del control racional. Siempre con el objetivo de ayudar a que la autenticidad y sinceridad del actor perduren en el escenario delante de un público. No estamos del todo seguros, claro está, pero podríamos aventurar que entrenaría una actitud que permitiera que el ego del actor no interfiera en su tarea escénica. Perseguiría entrenar un estado de olvido de sí mismo, contrario a la reflexión y a la preocupación, en el que no hay pensamientos distorsionadores pero sí un control extraordinario de lo que se hace (Trancón, 2006, pág. 352). Explicamos la misma idea enunciada desde la perspectiva de Maslow (1994), en que se trabaja con autenticidad e implicación personal



cuando el ego auto-observador y el ego experiencial están menos disociados de lo habitual. Se produce un olvido de sí, es decir nuestro crítico interno no tiene voz mientras actuamos: «Cuando estamos totalmente absortos en el no-yo, tendemos a ser menos autoconscientes. Somos menos propensos de autoobservarnos en actitud de autoobservador o de crítico. Es decir estamos más cerca de ser todo ego-experiencial. Esto a su vez, significa mayor unificación, unidad e integración de la persona [...]» (Maslow, 1994, pág. 98). También significa que criticamos, corregimos, evaluamos, juzgamos y analizamos menos la experiencia cuando la estamos realizando.

Pensamos que este *olvido de sí*, es uno de los caminos para trabajar desde la autenticidad e implica, intrínsecamente, una disminución del miedo e inhibición, de la necesidad de artificialidad, un menor temor al ridículo, o al fracaso. Todas estas características forman parte del *olvido de sí* y del olvido del público, porque estar absorto en la acción aleja del miedo (Maslow, 1994, pág. 94). Por otro lado, encontramos una conexión entre este concepto de Maslow para definir la autenticidad con el concepto de *flow* (fluir) propuesto por el psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi, que afirma que la preocupación por el uno mismo desaparece cuando se está fluyendo, igual que los agobios o los pensamientos negativos. Simplemente no hay atención sobrante para preocuparse de las cosas a las que normalmente en la vida diaria dedicamos tanto tiempo (Csikszentmihalyi y Jackson, 2002, pág. 45). En todos los casos, lo que está ocurriendo es que la atención se fija en informaciones que entran en conflicto con el objetivo de mantener la atención en la tarea. El concepto de *fluir*, puede sernos útil y valioso para fundamentar una técnica interna en la que el actor encuentre un modo de sentirse más libre de preocupaciones en el escenario y así flexibilizar su respuesta a la reacción que exige la acción dramática.

Por último, consideramos que es imprescindible trabajar con el miedo y la duda del actor para que pueda actuar desde la sinceridad. Stanislavski ya afirmaba: «El intérprete debe trabajar de algún modo sus miedos y las dudas sobre su capacidad, para no tener que invertir atención en el escenario en esas preocupaciones y pueda entregarse sin reservas a la tarea escénica» (1963, pág. 31).

De ahí que, entre otros campos de conocimiento, la formación actoral debería de abrirse a la experimentación educativa fundamentada en el desarrollo de las nuevas perspectivas psicológicas, eso sí, muy cerca de

esos supuestos metodológicos que conforman nuestro legado en la praxis teatral. Como señaló la pedagoga americana Uta Hagen, es un error considerar que Stanislavski se hubiera quedado aferrado inamoviblemente a las conclusiones que extrajo de su tiempo:

No podemos mostrarnos indiferentes ante los descubrimientos de todos los psicólogos que han llamado nuestra atención desde la muerte de Stanislavski ni, lo que es todavía más importante, ante las reflexiones de los filósofos, psicólogos y escritores contemporáneos que nos han ayudado a conocer nuestra especie en relación con el presente y a ahondar en la iluminación del alma humana (2002, pág. 85).

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Alonso, Begoña (1989). *Nociones sobre el concepto de inconsciente en las obras de P. Janet y S. Freud*. (Tesis doctoral). Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Assounm, Paul-Laurent (1989). *Freud. La filosofía y los filósofos*. Barcelona: Hogar del libro.
- Cantú Toscano, Mario (2013). Von Hartmann vs. Freud: lo inconsciente en Stanislavski. *Telefondo* (18), 55-77.
- Carpintero, Helio (2005). *Historia de las ideas psicológicas*. Madrid: Pirámide.
- Csikszentmihalyi, Mihaly y Jackson, Susan (2002). *Fluir en el deporte*. Barcelona: Paidotribo.
- Csikszentmihalyi, Mihaly (1990). *Fluir. Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- Csikszentmihalyi, Mihaly (1998). *Creatividad. El fluir y la psicología del descubrimiento y la psicología del descubrimiento y la invención*. Barcelona: Kairós.
- Csikszentmihalyi, Mihaly (1998). *Aprender a fluir*. Barcelona: Kairós.
- Hagen, Uta (2002). *Un reto para el actor*. Madrid: Alba editorial.
- Hardy, Thomas (1996). *Historia de la Psicología. Principales corrientes en el pensamiento psicológico*. Madrid: Debate.
- Hartmann, Eduard (2001). *Filosofía de lo bello. Una reflexión sobre lo inconsciente en el arte*. Valencia: Colección Estética & Crítica.

- Jiménez, Sergio (1990). *El evangelio de Stanislavski según sus apóstoles*. México: Grupo Editorial Gaceta.
- Lorenzo, José (1992). *Psicología del deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Maslow, Abraham (1994). *La personalidad creadora*. Barcelona: Kairós.
- Maslow, Abraham (1973). *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*. Kairós: Barcelona.
- Ósipovna, María (1996). *El último Stanislavski*. Madrid: Fundamentos.
- Ósipovna, María (1998). *La palabra en la creación actoral*. Madrid: Fundamentos.
- Ribot, Theodule (1911). *Las enfermedades de la personalidad*. Madrid: Jorro.
- Ribot, Theodule (1899). *Psicología de la atención*. Madrid: Fernando Fé y Victoriano Suárez.
- Richards, Thomas (2005). *Trabajar con Grotowski sobre las acciones físicas*. Barcelona: Alba Editorial.
- Rugiero, Ángel (1981). *Acerca del discurso stanislavskiano*. Primer Acto (188), 3-11.
- Ruiz, Borja (2008). *El arte del actor en el siglo XX. Un recorrido teórico y práctico por las vanguardias*. Bilbao: Arteblai.
- Saura, Jorge (2007). *La salida del túnel. La evolución del sistema pedagógico de Stanislavski*. Acotaciones (18), 1-25.
- Schopenhauer, Arthur (1966). *The World as Will and Representation*. New York: Dover Publications, 1966.
- Schopenhauer, Arthur (2001). *El mundo como voluntad y representación*. Madrid: Mestas ediciones.
- Schopenhauer, Arthur (1970). *Sobre la voluntad en la naturaleza*. Madrid: Alianza.
- Stanislavski, Konstantín (1963). *Manual de actor*. México: Diana.
- Strasberg, Lee (1990). *Un sueño de pasión. El desarrollo de un método*. Barcelona: Icaria.
- Tortosa Francisco; Cirvera, Cristina (2006). *Historia de la psicología*. Madrid: McGraw-Hill.
- Tracón, Santiago (2006). *Teoría del teatro*. Madrid: Editorial Fundamentos.
- Whyman, Rose (2008). *Stanislavski System of Acting: Legacy and Influence in Modern Performance*. Cambridge: Cambridge University Press.

Williams, Marc, y Broadbent, Keith (1986). *Autobiographical memory in suicide attempters*. *Journal of Abnormal Psychology* (95), 144-149.