



MISE-EN-SCÈNE

EL TEATRO
Y EL BIENESTAR EMOCIONAL

MANUEL ANTONIO RIVERA

MISE-EN-SCÈNE



MISE-EN-SCÈNE

*"La vida es como una obra de teatro:
no es la duración,
sino la excelencia de los actores lo que importa."*

Séneca

MISE-EN-SCÈNE

EL DRAMA COMO ALGO REAL

En la vida no sólo hay momentos dramáticos. La vida en sí misma es drama.

El drama no es algo enteramente negativo. Puede darse incluso en momentos alegres. No se da únicamente cuando hay problemas. Puede nacer del aburrimiento y el conformismo. ¿Esto es lo que hay?

Es una oportunidad para detener la marcha, evaluar lo que ocurre, revisar prioridades, recalibrar recursos y herramientas de manejo, plantear nuevas opciones para el camino y tomar las decisiones correspondientes.

Lleva a que la imaginación despliegue su energía creadora, la cual, en algunas ocasiones puede ser terriblemente destructora. Sin hablar de las consecuencias.

Junto a la imaginación, las decisiones a tomar, solos o en compañía de otros, desatan fuerzas difíciles de manejar ya que no se dejan encasillar sin más en patrones establecidos a lo largo de los años (“Tradición”).

Es así como surge el drama, una invitación al movimiento, la acción y el cambio para hacer algo en favor de uno mismo.

MISE-EN-SCÈNE

“Drama” viene del vocablo griego *δράμα*, el cual significa acción, denotando su cualidad dinámica.

No hay drama sin movimiento, aun y cuando éste pueda parecer o en efecto ser caótico. Tampoco puede haber vida sin movimiento.

Caos como la vastedad de la nada, del sin sentido.

El drama consiste en una serie de eventos o circunstancias que despiertan las más variadas emociones en quienes los presencian.

Pueden ser eventos esperados o no, ficticios o reales. Lo que importa es que, aun siendo esperados, pueden crear conflictos que deben ser resueltos, ya que por ser esperados no dejan de ser importantes o conmocionarnos de manera imprevista, y, por lo tanto, tienen una carga que llama a la acción y a la palabra.

MISE-EN-SCÈNE

Tenemos así movimiento, diálogo y autodiálogo, un intercambio de ideas expresadas verbal y físicamente.

No podemos limitarnos a ver desde fuera o desde lejos. Ese ha sido parte del problema.

Un exceso de positividad (falso optimismo) nos ha hecho caer en un estado de complacencia dañino, pensando que todo es bueno o estará bien y, de no serlo, si es algo que no nos concierne, les toca a otros resolver.

Pero nos concierne.

La ausencia de movimiento y la falta de acción son también gestores del drama.

No decidirse a favor del cambio y en ocasiones no provocarlo, evitarlo u oponerse, es condenarse a la entropía.

De manera parecida, no pronunciar su palabra, aquella con la que cada persona se hace presente en el mundo de los demás y los que comparte, lleva a un aislamiento con consecuencias físicas y emocionales nefastas.

MISE-EN-SCÈNE

La vida exige estar presentes. Esa presencia reclama participación consciente de lo que se está haciendo.

Es lo que en algunos círculos se conoce como *mindfulness*.

Los eventos dramáticos despiertan variadas emociones en quienes los presencian. Su manejo no es fácil.

El rol de espectadores puede resultar cómodo ya que crea la ilusión de que es posible mirar desde afuera, desde los márgenes, cuando en realidad no es así. Esto es sólo ilusión.

Tarde o temprano, darse cuenta de que uno mismo se ha marginado y no está viviendo plenamente, levanta ideas y deseos de cambio.

Poner bajo examen creencias, tradiciones y conductas no es algo sencillo y rápido. Tampoco está exento de dolor. No obstante, es una tarea necesaria.

Hay que cumplir con un proyecto de vida, **rindiendo** cuentas de lo que se hace, evitando en lo posible la opción de darse por vencidos y abandonar la lucha. Por lo tanto, hay que seguir moviéndose, ejecutando las acciones necesarias para alcanzar el estado de bienestar emocional.

MISE-EN-SCÈNE

EL BIENESTAR EMOCIONAL

El estado de la persona humana, en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica.

Es tanto un elemento como un paso imprescindible en la consecución y el mantenimiento de una vida mentalmente sana.

Armonía: la coherencia interna, la estabilidad, y la necesaria continuidad histórica... en medio del cambio.

Sanar: Poner orden.

Todas las personas tienen la capacidad para expresar lo que sienten y hacer el mejor uso posible de lo que viven superando y en ocasiones venciendo las adversidades más notables.

MISE-EN-SCÈNE

EL TEATRO CON FINES TERAPÉUTICOS

Como es algo humano, el drama se puede expresar mediante las artes, el medio de expresión más sublime, una manera de comunicarnos que va mucho más allá que las palabras.

Las artes escénicas, pictóricas, musicales, literarias y de cualquier otro tipo invitan a mirar la realidad, cuestionarla, plantearse posibles opciones o alternativas, proyectarse hacia otros espacios del pensar y saber humano y crecer. (Benito).

Llaman al espectador a cuestionar sus propios valores, creencias y posicionamientos. Se podrá no estar de acuerdo con lo **exuesto**, pero un diálogo sincero ayudará a que la postura adoptada sea el resultado de una reflexión honesta y seria y no meramente dejarse llevar por el momento

MISE-EN-SCÈNE

EL TEATRO CON FINES TERAPÉUTICOS

El teatro es un medio para la recreación y la re-creación; para explorar asuntos que tienen que ver con la vida diaria; examinar conflictos y buscar soluciones.

A la vez que entretiene, ayuda a procesar y transformar emociones difíciles, atender asuntos inconclusos que siguen impactando el presente, y afrontar situaciones delicadas, ya sea intrapersonalmente o interpersonalmente.

El teatro hace posible imaginar y hacer realidad esos escenarios y tantear respuestas satisfactorias, promoviendo cambios significativos en la vida y las relaciones de las personas. “Si fuera yo...”

A veces, la escena ya está puesta. Por qué fue colocado allí, cuál es su razón de ser y estar.

MISE-EN-SCÈNE

Drama y trauma van de la mano. Un trauma es un evento o situación que provoca algún tipo de daño a quien lo vive. En su definición más sencilla, significa golpe, y todo golpe deja huellas, algunas difíciles de manejar. Tiene efectos inmediatos y a largo plazo. Dependiendo de su gravedad, en ocasiones nuestras respuestas se limitan a reaccionar a lo ocurrido. En otras, podemos actuar proactivamente para que su alcance no sea mayor y el daño no se extienda.

El golpe -o los golpes- no son experimentados de la misma manera por quienes los viven. De ahí las diferentes interpretaciones y respuestas. El impacto de la socialización es enorme.

El teatro (Lugar para contemplar) provee un espacio en el que se puede reflexionar sobre los temas tratados y los traumas vividos y examinar la resonancia que provocan en lo que somos y hacemos. No es necesario estar en acuerdo o desacuerdo con el autor, pero sí importa estar seguros de lo que cada uno piensa, hace y es.

MISE-EN-SCÈNE

PERFORMANCE



RENDIMIENTO

MISE-EN-SCÈNE

EL ESCENARIO

La parte del teatro en la que se desarrolla la representación teatral.

Es el lugar en que ocurre o se desarrolla un suceso. (Pérez Reverte: Situación).

Cualquier acción puede dar lugar a varios escenarios posibles, no sólo en las narrativas mismas, sino en los lugares y las vidas en que se desarrollan.

El proscenio es la parte que se encuentra más cerca del público. Va desde el borde del escenario hasta el telón delantero o principal. La escena es la parte en la que se desarrolla la acción. De ahí que se diga que “está en escena”. Se divide en tercer plano (zona posterior), segundo plano (zona central) y primer plano (zona frontal).

Proximidad social: ¿Cuán cerca queremos estar de las demás personas? ¿Cuándo nos causa incomodidad su cercanía? ¿Cómo manejamos ese malestar?



MISE-EN-SCÈNE

EL ESCENARIO



El escenario no convencional, o simbólico, en el que casi hay que descubrirlo ya que puede estar escondido detrás de lo evidente a simple vista; el escenario con rampas, para comunicar la idea de niveles (no tanto de pisos).

Muchas veces no sabemos que estamos en escena.

En el escenario de empuje” (*thrust stage*), el proscenio se proyecta hacia la parte en la que está el público, dando la impresión de complicidad con éste, el cual ahora forma parte de la acción, aunque sea desde fuera.

Un gran reto para los actores consiste en que, con este tipo de configuración, se ven obligados a dirigirse a muchos puntos a la vez y no sólo hacia el frente. Desorientación ante este **tipo de orden**.

MISE-EN-SCÈNE

EL ESCENARIO

En ocasiones, sólo podemos atender un único asunto, dejando a un lado otros que puedan tener **injerencia** (intromisión) o **inherencia** (unión de cosas que sólo se pueden separar mentalmente) en lo que estamos viviendo o trabajando. Esto nos obliga a establecer prioridades.

Para tener éxito en esta tarea de priorizar, es preciso tener claro los objetivos que deseamos alcanzar y los criterios que usamos para asignar puestos o funciones.

En el escenario tipo arena, el público rodea totalmente a los actores y estos no se pueden escapar de aquellos ya que están inmediatamente en evidencia. a asignar puestos o funciones.

Escenarios no encontrados, espacios del teatro que en un momento dado pueden formar parte de la escena.

MISE-EN-SCÈNE

EL TELÓN

Mientras está desplegado, no ocurre nada; la acción no ha comenzado aún. Sin embargo, una vez abierto, todo cambia a un mundo de ideas posibles que chocan con nuestras vivencias, para afirmarlas, cuestionarlas o rechazarlas, a veces con violencia. Si se sube de abajo hacia arriba, de manera horizontal, se conoce como telón americano. De ahí que se dice: “Sube el telón” y “Baja el telón (telón guillotina)”. Si el movimiento es hacia los lados, se dice “Abre el telón” y “Cierra el telón”.

LAS BAMBALINAS

Tiras de tela colgadas a lo ancho del escenario. Tienen dos funciones; establecer la altura de la escena y ocultar la parte superior del escenario. Cuando decimos que algo se hace “tras bambalinas” se está llevando a cabo una acción de manera discreta o reservada, sin que se enteren otras personas, pero que de alguna manera influyen en el resto de la acción. Las bambalinas también tienen importancia en el proceso de ayuda ya que proveen un refugio temporero que permite sustraerse de la mirada de otras personas y obrar con mayor discreción.

MISE-EN-SCÈNE

LA CONCHA DEL APUNTADOR

En los teatros más antiguos. Da la espalda al público y suele estar cubierta de acuerdo con lo que ocurre en escena. Desde allí, el apuntador va recordando los parlamentos a los actores.

Puede ser esa figura que ocupa un lugar importante, pero casi imperceptible en nuestra vida.

EL ESCOTILLÓN

Viene de “escotilla”, una apertura que permite acceder a otras partes de la estructura. En el teatro, es la parte del escenario por donde entran y salen los actores.

Junto a las bambalinas, pueden ser vistos como zonas de seguridad.

MISE-EN-SCÈNE

PARA REFLEXIONAR

1. ¿Cuáles son los escenarios de mi vida? ¿Cómo son?
2. ¿Cuántas veces me he visto en un escenario forzado?
3. ¿Quiénes son mis apuntadores? ¿Les hago caso? ¿Cómo priorizo entre ellos?
4. Hasta donde sé, ¿soy apuntador en la vida de otra persona? ¿Cómo lo estoy haciendo?
5. ¿Cuáles y dónde están mis zonas de seguridad, las bambalinas y los escotillones en los que puedo refugiarme temporariamente?
6. ¿Cuáles son los escenarios posibles? ¿Qué siento ante ellos?
7. ¿Qué hace falta para que suba el telón?

MISE-EN-SCÈNE

LA ILUMINACIÓN

La luz es parte esencial de la vida. Dado que las artes son expresión de esa misma vida, la iluminación es también un elemento esencial en todas las expresiones artísticas.

En el cine, dado que se puede repetir una escena miles de veces hasta quedar al gusto del director o directora, es posible lograr una toma perfecta, contrario al teatro, en el que la inmediatez de la experiencia obliga a una mayor precisión en el uso del tiempo y el espacio disponibles. Nuestra vida es más teatro que cine.

Antiguamente, se llamaba candilejas a un tipo de iluminación instalada al borde del proscenio. Eran velas o candelas, de donde viene el nombre. Hoy se utilizan como efecto especial, cuando se desea resaltar los rasgos de algún personaje.

MISE-EN-SCÈNE

LA ILUMINACIÓN

Se han identificado hasta 13 tipos distintos de iluminación en el cine.

En el teatro se habla de iluminación frontal; cenital (de arriba hacia abajo); la nadiral (de abajo hacia arriba), especialmente el efecto causado por las candilejas; de contra; de fondo, y de efecto.

Hay una iluminación general que permite ver todo lo que hay en la escena y una iluminación específica, centrada sobre los personajes activos en un momento dado o sobre un objeto sobre el que se llama la atención ya que forma parte de la trama. Esta iluminación se logra disminuyendo la intensidad general o concentrando la luz sobre el personaje o el objeto.

MISE-EN-SCÈNE

LA ILUMINACIÓN

No hace falta que los actores estén hablando para ser iluminados de manera especial. En ocasiones su mera presencia, aun en medio de la oscuridad, llama fuertemente la atención, tanto de los demás actores como del público. Brillan con su propia luz. Están en escena. Es así también en la vida. Hay personas cercanas a nosotros que no suelen pronunciarse verbalmente, pero se dan a entender con sólo estar presentes.

La ausencia de luz es también iluminación. En el Teatro Negro, en el que se acentúa la expresión corporal, el uso de la luz negra resalta aspectos del escenario y de la escena que ayudan a contextualizar y entender la acción de los actores. No contar con la luz obliga a prestar más atención a fin de poder descubrir formas y fondos. Tal vez más importante, promueve la reflexión sobre lo que falta e incluso sobre lo que está de más y puede ser eliminado.

MISE-EN-SCÈNE

LA ILUMINACIÓN

La luz puede revelar las arrugas dejadas por el paso del tiempo, y todo intento de disimularlas o esconderlas será sólo algo pasajero. Más serio aún, la luz puede llegar a exagerar rasgos, aspectos o detalles de una persona o una situación. De ahí la necesidad de ser conscientes de ella a fin de convertirla en aliado y no enemigo, sin olvidar que las arrugas son señales de vida, luchas y victorias.

La iluminación disponible es la luz que tenemos a la mano y podemos usar. Puede ser la iluminación que nos brinda una persona cercana, un hecho histórico desconocido hasta el momento que clarifica nuestro presente, o un pasaje escrito que permite descubrir ángulos no contemplados previamente y que pueden originar nuevas acciones. Tal vez no sea la ideal, pero sí lo suficientemente fuerte como para no perdernos en la oscuridad. Iluminados por ella, damos un paso, aunque sea pequeño. Es así como adelantamos.

MISE-EN-SCÈNE

LA ILUMINACIÓN

En la vida, es posible descubrir contrastes impresionantes que por la misma iluminación “sacan a la luz” secretos escondidos, pensamientos no compartidos o acciones ocultas. En estos casos, podemos hablar de una iluminación simbólica ya que permite descubrir un significado más allá de lo que se observa a simple vista.

La iluminación puede poner al descubierto muchas cosas que preferiríamos quedaran en la oscuridad o en la inacción. Por eso, también es importante hablar de las sombras.

No nos gustan las sombras. Nuestro agrado sería tenerlo todo lo más iluminado posible, pero se nos olvida que más iluminación no necesariamente significa algo mejor. Son muchas veces las sombras las que nos permiten ver con mayor claridad lo que está pasando y desde ellas mismas plantearnos lo que podría pasar.

MISE-EN-SCÈNE

PARA REFLEXIONAR

1. ¿Qué domina en mi vida, los espacios de iluminación o de oscuridad?
2. ¿Qué personas han sido fuentes de iluminación en mi vida?
3. ¿Qué evento particular ha iluminado mi vida?
4. ¿Qué cosas de mi vida exagera la iluminación?
5. ¿Qué estrategias uso para encontrar claridad en la oscuridad?
6. ¿Cómo manejo la ausencia de luz y las incertidumbres en mi vida?
7. ¿Ha habido algún momento en que he iluminado la vida de otras personas?

MISE-EN-SCÈNE

LA ESCENOGRAFÍA Y LA UTILERÍA

La escenografía es un elemento ignorado, pero de mucha importancia.

Es el diseño y la decoración del espacio escénico que ayuda a crear el ambiente deseado mediante el cual los actores comparten su mensaje.

Comienza desde el momento en el que las personas encargadas de elaborarla entienden lo que el autor se propuso como tema de la representación.

Busca que el público entienda sin necesidad de mayores explicaciones en qué lugar o ambiente se está llevando a cabo la acción.

MISE-EN-SCÈNE

LA ESCENOGRAFÍA Y LA UTILERÍA

Intervienen la manera en que se concibe el espacio, los lugares abiertos o cerrados, el arte, el dibujo y el estilo de construcción que se usará en la producción.

Puede ser una escenografía fija, un solo espacio, o varias, lo que llevará a cambios de escena o a escenarios movibles. Puede haber escenarios yuxtapuestos, iluminados en el momento en que se usan.

El espacio escenográfico puede ser **realista**, si trata de reproducir el mundo conocido; **abstracto**, si el tiempo y el espacio son indiferentes al autor; **sugerente**, si presta atención a uno o dos elementos nada más; o **funcional**, si sirve como herramienta para los actores. En ese último caso, la escenografía se limita muchas veces a la utilería.

MISE-EN-SCÈNE

LA ESCENOGRAFÍA Y LA UTILERÍA

Realista, abstracto, sugerente o funcional sirven como metáforas para las escenografías con las que presentamos y compartimos nuestra vida.

Realista, abstracto y sugerente van de la mano. Por realista entendemos todo aquello que entendemos ser real y se da en un tiempo y un espacio específicos. Es lo que es y no cambia, o al menos, no acepta el cambio fácilmente.

Abstracto implica una nueva manera de ver lo que está ocurriendo, tal vez descubriendo otras perspectivas y significados igualmente válidos. Llegar a la abstracción es descubrir lo esencial y desde ahí, plantearse otras posibilidades.

MISE-EN-SCÈNE

LA ESCENOGRAFÍA Y LA UTILERÍA

Lo sugerente tiene dos dimensiones. La primera tiene que ver con poder discernir la imagen total de unos pocos rasgos: estos elementos sugieren esta imagen o idea. Si le añadimos la visión del futuro, lo contemplado sugiere otras posibilidades, abriendo así la imagen del futuro.

Funcional es todo lo que cumple una función y de hecho lo hace. No es únicamente que haya sido conceptualizado como apto para una tarea, sino que la pueda hacer. Una vez cumple su misión, pasa a ocupar un segundo o tercer plano.

NOS MOVEMOS EN LOS CUATRO. A VECES SOMOS MOVIDOS POR ELLOS.

Yo soy yo y mis circunstancias... y las circunstancias de mis circunstancias.

MISE-EN-SCÈNE

LA ESCENOGRAFÍA Y LA UTILERÍA

La utilería (en italiano, *atrezzo*), es el conjunto de objetos que aparecen en la puesta en escena, pero no son estrictamente parte del decorado.

Son los accesorios que los distintos personajes utilizan para interactuar entre ellos y que ayudan a comunicar un mensaje.

Son objetos *útiles*; sirven para adelantar el mensaje que se pretende comunicar. ¿Imprescindibles?

Se distinguen de la decoración en que ayudan a hacer la trama más realista, concentrando en sí mismos una idea relevante a lo que se está representando.

Props.

MISE-EN-SCÈNE

LA ESCENOGRAFÍA Y LA UTILERÍA

La utilería enfática es aquella sin la cual la trama no puede continuar.

Es utilería con voz propia, casi protagonista, precisamente porque su presencia es indispensable. Un ejemplo es la manzana que la bruja da a comer a Blancanieves.

La utilería silenciosa suele pasar desapercibida hasta que se da un momento clave en la acción. Es entonces cuando sale del silencio o la oscuridad y deja ver cómo influye en el desarrollo de la trama.

Cuando el mensaje principal es difícil de identificar o entender, la utilería sirve como referente importante para contextualizar lo que está ocurriendo en escena. De ahí que la utilería hace que el mensaje sea un poco más fácil de captar.

MISE-EN-SCÈNE

LA ESCENOGRAFÍA Y LA UTILERÍA

Útil no necesariamente quiere decir bueno. Puede haber un objeto útil, apto para el mal, como un arma de fuego o un frasco de píldoras. De ahí la importancia de saber entender su propósito y objetivos.

Igual de importante es saber distinguir los significados atribuidos al objeto y distanciarse de ellos cuando se descubre su toxicidad y peligro.

No es algo fácil de hacer, especialmente cuando el objeto puede tener otros fines, tales como contribuir a la cohesión social.

Entran aquí los momentos de cuestionamiento y duda, en los que las personas se preguntan si serán capaces de alejarlos de su vida ya que pueden pensar y creer que son imprescindibles.

MISE-EN-SCÈNE

LA ESCENOGRAFÍA Y LA UTILERÍA

El análisis de la utilería debe llevar a conocer cuánto tiempo y esfuerzo se ha dedicado a buscar y obtener eso que parece útil y hasta necesario, descuidando otros compromisos y obligaciones.

Es de gran ayuda descubrir cuánta fuerza la utilería ejerce sobre la persona o el grupo, al punto de llegar a condicionar y hasta decidir la conducta.

Se busca desmitificar tanto el objeto como el símbolo que comunica, dando lugar a otros conducentes a una vida más sana.

La identificación de las distintas utilerías incorporadas en la vida sirve para resaltar lo que en verdad contribuye al bienestar de la persona o del grupo. Un primer paso es ayudar a distinguirla de lo que es meramente decorado, el cual se puede transformar y hasta dejar a un lado.

MISE-EN-SCÈNE

PARA REFLEXIONAR

1. ¿Cuántas escenografías hay en el escenario de mi vida?
2. ¿Son fijas o movibles? ¿Cuesta mucho esfuerzo moverlas o cambiarlas?
3. ¿Se ajustan a mi vida y objetivos, o es al revés?
4. ¿Me ayudan a lograr las metas fijadas?
5. ¿Puedo distinguir entre lo que son el decorado y la utilería en mi vida?
6. ¿Soy yo la persona que es dueña de mis utilerías o es al revés?
7. ¿Cuánto tiempo invierto en perseguir lo que es meramente utilería?
8. ¿Cómo contribuyen mis utilerías a mi bienestar y al de mis seres queridos?

MISE-EN-SCÈNE

EL VESTUARIO, EL MAQUILLAJE, LOS ACCESORIOS

LAS MÁSCARAS: Antiguamente, su uso no se limitaba al teatro, ya que también eran utilizadas en ceremonias religiosas o festivas.

En los orígenes del teatro, eran un objeto usado para asumir una identidad y un estado emocional específicos, un signo que comunicaba un significado. El objetivo principal era provocar una respuesta en los espectadores, ya fuera de miedo, alegría, atracción o disgusto. Hoy día, la máscara es un recurso poco utilizado en el teatro, ya que ha sido sustituida por el maquillaje.

En la vida diaria, nuestra comunicación y relaciones han sido transformadas por las muchas máscaras con las que intentamos ocultar nuestra verdadera identidad. Mediante su uso, tratamos de vivir una intensidad social que parece distante y hasta inalcanzable si la dejamos a nuestro esfuerzo personal.

MISE-EN-SCÈNE

EL VESTUARIO, EL MAQUILLAJE, LOS ACCESORIOS

El vestuario, el maquillaje y los accesorios usados son una señal visual que ayuda a comunicar las ideas que se pretende compartir. Su importancia radica en la adecuación al proyecto seleccionado.

El vestuario es el conjunto de trajes, prendas, complementos, y el calzado utilizado para la representación. Permite identificar y definir los personajes, la posición social que ocupan, la profesión que ejercen y hasta el estado civil.

Las telas y los colores escogidos y la congruencia con el tiempo histórico contribuyen al desarrollo de la narrativa. No sólo son parte esencial de la propuesta, sino que ayudan a entrar en el personaje representado, **obligando incluso a una postura corporal específica mediante la cual se comunican aspectos psicológicos importantes.**

MISE-EN-SCÈNE

EL VESTUARIO, EL MAQUILLAJE, LOS ACCESORIOS

Los accesorios, entre los que podemos incluir el peinado, apoyan la representación de cada personaje.

Al igual que el vestuario, deben ser lo más fieles posibles al contexto y objetivo perseguido.

El maquillaje es un medio para acentuar rasgos y expresiones, revelar u ocultar emociones.

El uso correcto de estos tres elementos resalta la congruencia y la coherencia entre vestuario, maquillaje y accesorios con el tema representado.

También permite el uso de la imaginación. Habla de mundos y realidades posibles. El futuro no tiene que limitarse a algo lejano en el tiempo ya que puede referirse a un mundo mágico que transcurre en el mismo presente.

MISE-EN-SCÈNE

EL VESTUARIO, EL MAQUILLAJE, LOS ACCESORIOS

La manera en que nos vestimos y maquillamos, además de los accesorios que usamos, contribuyen a la realización o al fracaso de nuestro proyecto de vida.

Solemos vestir de acuerdo con el momento en que estamos, el estado de ánimo que atravesamos, y los fines que deseamos alcanzar. Si es así, el vestuario, el maquillaje y los accesorios serán herramientas poderosas en nuestra puesta en escena.

MISE-EN-SCÈNE

PARA REFLEXIONAR

1. ¿Sigo usando máscaras? ¿Cuándo y por qué?
2. ¿Cómo puedo dejar de usarlas?
3. ¿Qué dice mi manera de vestir y arreglarme de mi persona?
4. ¿Es congruente con la imagen que deseo representar? ¿Ayuda o desayuda?
5. ¿Sirven los accesorios que uso para comunicar algo muy personal o son solamente una moda pasajera?
6. ¿Cómo quiero presentarme a los mundos en los que vivo?

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

El teatro clásico (casi siempre el griego); el moderno, el contemporáneo, y el lírico.

En el teatro experimental, debido muchas veces a su montaje o contenido, entran el teatro del absurdo y el teatro negro.

El llamado teatro de vanguardia rechaza los modelos tradicionales de **secuencia cronológica lineal, realismo escénico y personajes unidimensionales**, escogiendo mejor un enfoque menos coherente incluso en el uso del lenguaje. En ocasiones, tanto la temática como la forma de presentarla son extremadamente chocantes, provocando a veces el rechazo del público.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

DRAMA: Es un término genérico para describir una obra de teatro o cine en la que se relatan asuntos serios, situaciones tensas y conflictos que desatan fuertes pasiones, como las cuestiones legales o morales. No tiene que terminar en una tragedia.

TRAGEDIA: El tipo de teatro más tradicional de todos. Los principales argumentos tienen que ver con la manera en que se responde a asuntos como las infidelidades, traiciones, maltrato, abuso, guerras, enfermedades catastróficas, la fuerza del destino, el mal y otros por el estilo. No es tan solo el tema principal el que da la connotación de tragedia sino las interacciones de los personajes.

Los objetivos perseguidos se ven impedidos de hacerse realidad por otros asuntos de igual o mayor importancia, resultando en una crisis imposible de manejar.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

TRAGEDIA: Los personajes heroicos suelen terminar mal, aunque en ocasiones son redimidos por el sacrificio de su vida o porque logran que otras personas sean felices. Invitan a reflexionar sobre asuntos cimeros y simeros cruciales para la vida.

COMEDIA: Su objetivo principal es crear alegría a través del humor. Los temas tratados no dejan de ser serios e incluso pueden ser muy parecidos a los que trata la tragedia, pero se atienden desde una perspectiva más liviana. Las maneras en las que los personajes responden a ellos suelen reflejar una visión más positiva de la vida. Resaltan el espíritu luchador de las personas, vencedoras de todo tipo de adversidad, y ayudan a relativizar lo que está ocurriendo. Peligro de trivializar.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

EL MELODRAMA: Comenzó en el siglo 18. Usa mucho la música de fondo (en griego, μέλος significa música). Acentúa los aspectos sentimentales o patéticos de un asunto, exagerando la participación de uno o varios de sus integrantes. Los malos suelen ser muy malos, además de contar con muchos recursos, mientras que los buenos son tan ingenuos al punto de ser tontos y lograr que los demás se aprovechen de ellos, terminando en situaciones increíbles, como la cárcel inmerecida. En nuestra cultura local, el mejor ejemplo son las radionovelas y las telenovelas. Bien desarrollado, puede tener valor educativo con los más pequeños ya que la exageración destaca conductas a evitar o a imitar. Conciencia del modelado.

Telenovelas mexicanas, brasileñas y turcas.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

EL MUSICAL: Una combinación de interpretaciones enriquecidas por el baile y el canto. Puede tener elementos de tragedia, pero estos suelen resolverse antes del final. La acción se interrumpe por canciones y bailes que refuerzan el mensaje central. Junto a la ópera, es el tipo de teatro más costoso de producir ya que hay que pagar compositores, directores musicales, coreógrafos, además de actores y actrices que sepan cantar y bailar. Dos tipos que parecen haber quedado atrás son el sainete y la farsa.

TEATRO EXPERIMENTAL: Busca innovar en los distintos acercamientos a situaciones o problemas sociales. Trabaja mucho con la improvisación y suele ir directo al grano. Incorpora nuevas formas de expresión y cuestiona no sólo los elementos del teatro, sino la configuración misma de la sociedad. Es casi indistinguible del teatro de vanguardia. Útil en los procesos de ayuda.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

TEATRO DEL ABSURDO: Busca una nueva visión del mundo y del lenguaje, para lo que tendrá que recrear la representación teatral misma, rompiendo con los esquemas tradicionales

Por “absurdo” se entiende aquello que no tiene sentido o no puede ser explicado por la razón. En el contexto teatral, el término hace referencia a la falta de conexión entre los distintos elementos de la representación, ya sea los temas tratados o las ideas que la autora desea comunicar. Su objetivo principal es llevar a los espectadores a una visión nueva del mundo, en la que todo es cuestionado y los apoyos de antes ya no son suficientes. Es una invitación a plantearse una realidad alterna. También útil en los procesos de ayuda.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

TEATRO NEGRO: Surgió en Praga, República Checa. Los actores están vestidos enteramente de negro y actúan sobre un fondo negro. Mediante objetos iluminados, algunos adosados a la ropa de los actores, se dirige y desarrolla la acción. Es un tipo de teatro que se vale de la imaginación y la sorpresa para ver con mayor atención y profundidad y así descubrir cosas insospechadas.

TEATRO BREVE: Consiste en la representación de obras sumamente breves, en ocasiones más de una en un tiempo determinado. De manera parecida al Teatro del Absurdo, rompe con el esquema tradicional de la representación teatral. Hay instancias en las que el público se mueve entre escenarios muy pequeños, otras en la que son los actores los que se mueven y otras en la que se invita al público a participar de la representación.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

OTROS GÉNEROS: Entre ellos está el teatro religioso, el político, el teatro foro, el de los oprimidos y el social.

El religioso es el más antiguo de los mencionados. Está asociado íntimamente con los auto sacramentales, presentados entre los siglos 16 y 18.

El teatro político puede ser tanto teatro de propaganda de los regímenes en el poder, como una contestación a esos mismos poderes. En este segundo caso es una propuesta llena de riesgos.

El teatro de los oprimidos y oprimidas es el más reciente. Pretende visibilizar situaciones negadas o ignoradas.

El teatro foro invita a la participación activa del público. Permite vincular el arte escénico con la intervención de la acción social. Se da espacio para que el público tome conciencia y se interese por los asuntos de la sociedad y su sociedad particular, promoviendo en ellos una participación más comprometida con el cambio social hacia una vida de mayor calidad en la que se pueda encontrar soluciones a los asuntos y problemas identificados.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

TEATRO SOCIAL: Busca la participación de los espectadores, moviéndolos de esa posición a la de actores, dejando atrás una manera de ser en la que son meros objetos para que puedan alcanzar el estado de sujetos.

Trata de crear conciencia del mundo inmediato sin perder de perspectiva el mundo mayor, del cual todos los pueblos forman parte y en la que muchos no pasan de ser meros figurantes o personajes secundarios.

No se trata únicamente de mirar la realidad e interpretarla, sino de transformarla.

Agrupación del feminista, el político, el emancipador y el histórico. Altamente transformador.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

EL MONÓLOGO: Aunque no es un género en sí mismo, el monólogo ocupa un lugar muy importante en muchas obras teatrales. Es una acción unipersonal en la que un actor comparte en voz alta lo que está pasando, resume lo ocurrido, reflexiona sobre ello y se plantea acciones posibles. Su naturaleza introspectiva lo carga de un valor psicológico de gran peso.

La palabra se convierte en la única herramienta utilizada y será la modulación del actor la que comunique el estado de ánimo que prevalece en el momento.

Nuestra vida está hecha de monólogos, conversaciones con nosotros mismos, que reafirman o cuestionan lo que somos y hacemos, nuestras relaciones con otras personas y las maneras en que estamos alcanzando nuestras metas.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

EL GUIÓN: En tiempos de Shakespeare, a los actores no se les entregaba el guion completo, sino un rollo (*roll*) en el que se incluían sus parlamentos y al menos dos palabras que servían como pie (*clue*) para su acción.

Del *roll* viene *role*, o rol. Muchas veces los actores llevaban estos rollitos en su persona para no olvidar las palabras que tenían que decir. La razón era puramente económica: no había dinero para pagar muchas copias de la obra entera.

En algunas ocasiones, particularmente en las que el propio autor coordinaba la escenificación, no había notas de actuación ya que se hacía en el momento. Fue más tarde que estas indicaciones se comenzaron a añadir. Quién sabe cómo sería la representación de nuestra vida si tan solo se nos dieran nuestros parlamentos, sin ninguna dirección escénica.

¿Dónde queda la improvisación?

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

EL GUIÓN: Uno de los postulados de la terapia narrativa afirma que vivimos a base de guiones.

Cada espacio tiene su propio guion.

Ahorran tiempo y energía. Bien usado, son un valor.

El problema está en que no siempre debemos ahorrar tiempo y energías. En ocasiones es necesario volver sobre los guiones y rellenar lo que han quitado a nuestras expresiones. Nunca es buena idea asumir que las demás personas entienden lo que decimos. Entre la transmisión y la recepción del mensaje pueden ocurrir muchas cosas y el guion no siempre reflejará con fidelidad y exactitud de lo que queremos decir.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

LOS ACTOS: Un acto se refiere a cada una de las partes en las que se organiza o divide la obra.

A su vez, cada acto puede subdividirse en cuadros en los que se va desarrollando la trama.

En el teatro clásico una obra podía tener hasta cinco actos.

También hay obras que solo constan de uno. Permiten la introducción al tema central, la creación del o los conflictos, llamados también “nudos”, la resolución de estos y el desenlace.

No tienen por qué seguir esta estructura tan lineal, ya que el final de un conflicto puede iniciar otro, dando la impresión de no haber adelantado nada.

MISE-EN-SCÈNE

GÉNEROS TEATRALES

LOS ACTOS: Junto a la sensación de continuidad expresada por cada acto vinculado a los demás, puede darse una sensación de discontinuidad, en la que no todo parece ser tan claro como se pretende.

Algo parecido ocurre en la vida, organizada por muchos teóricos en etapas.

En el proceso de ayuda podemos encontrar vidas desorganizadas y hasta caóticas. No parece haber continuidad en lo que se hace y no hay sensación de crecimiento o adelanto alguno.

Organizar la trama personal en actos, sean tres (pasado, presente y futuro) o más, e incluso cada acto en cuadros particulares, permite recuperar una sensación de orden y control que permita revisar lo vivido y, de ser necesario, hacer las correcciones necesarias para el camino que falta por recorrer.

MISE-EN-SCÈNE

PARA REFLEXIONAR

1. La tragedia no es sólo que el asunto sea malo, sino que la respuesta también lo sea. ¿Sé distanciarme de lo malo que hay en mi vida y obrar correctamente?
2. La comedia consiste en buscar el humor en todo lo que ocurre. ¿Cómo lo hago?
3. ¿Soy capaz de usar el humor negro en aquellas situaciones de mi vida que son dolorosas?
4. En la vida hay cosas que parecen no tener razón o sentido. ¿Sé manejar lo absurdo de ellas y no dejarme llevar por pensamientos o ideas fatalistas o derrotistas?
5. Si fuera a organizar mi vida en actos, ¿cuáles serían?

MISE-EN-SCÈNE

LOS PERSONAJES

Son muchos más que los actores y las actrices. Están el autor; el guionista, en ocasiones distinto al autor el director; el escenógrafo; el encargado de los vestuarios; el director de escena; los tramoyistas o utileros; los apuntadores; el coreógrafo (de necesitarlo), y el que hace de todo un poco.

En griego, la palabra actor es “hypocrite” (υποκριτής). Su significado más antiguo se refiere a un intérprete que habla desde lo profundo, desde lo bajo o lo que está detrás. Probablemente apunta a la máscara que usaba el actor y que lo obligaba a hablar desde atrás, desde lo hondo.

También es descrito como alguien que representa a alguien que no se es; esto es, el actor presta su cuerpo como vehículo para que alguien más, el personaje y el autor que se esconde tras él, pueda usarlo y expresarse.

MISE-EN-SCÈNE

LOS PERSONAJES

EL CORO: Un personaje colectivo que representa muchas cosas a la vez, tales como la conciencia del pueblo o los valores tradicionales. Ayuda a mover la acción, en ocasiones explicando lo que está pasando.

PROTAGONISTA: Procede del griego πρωταγωνιστής. Viene de πρώτος, que significa “primero” y de αγωνιστής, que significa “luchador”. En griego, άγών (agón), significa lucha, combate o partido. La palabra viene a señalar a la primera figura, el primer luchador, el que, entre otras cosas, tiene el deber de llevar adelante la trama, de empujar la acción. Su suerte es tremendamente importante para los demás.

En algunas ocasiones, lo identificamos casi de inmediato. En otras, nos sorprende cuando surge de lo menso pensando y hasta se resiste. Es algo que muy bien puede pasar en nuestra vida.

MISE-EN-SCÈNE

LOS PERSONAJES

PROTAGONISTA: Puede desempeñar un rol heroico, modelando la conducta ideal y animando a los demás personajes a observar una conducta ejemplar, a veces auto inmolándose en favor de los demás. También puede ser el consejero sabio el que sabe descifrar los enigmas del momento y el que ata toda la acción.

No tiene por qué ser el personaje principal. Pasa igual en nuestra vida: hay personajes principales que nunca han desempeñado un rol protagónico, pero sin ellos no sería posible seguir adelante. Son personajes esenciales.

ANTAGONISTA: Viene de ἀνταγωνιστής, el que lucha en contra. Los antagonistas pueden ser protagonistas también. No necesariamente tiene que ser una persona mala o un villano, pero es la persona que entorpece e incluso detiene (*foils*) los objetivos que los demás personajes persiguen.

MISE-EN-SCÈNE

LOS PERSONAJES

ANTAGONISTA: Presenta otras perspectivas. Defiende intereses que pueden no ser los mismos que los defendidos por el protagonista, pero no necesariamente son malos en sí.

Muchas veces, la lucha entre bandos se da por la diferencia entre percepciones y el atrincheramiento de posturas. En medio del fragor de los encuentros, es fácil perder de vista que las posturas antagónicas pueden tener algo de verdad y validez.

Encontrar ese punto de encuentro en el proceso de ayuda llevará a que el conflicto no escale más de lo necesario.

MISE-EN-SCÈNE

LOS PERSONAJES

PERSONAJES SECUNDARIOS: Ocupan un lugar menos central en el desarrollo de la trama. En algunas ocasiones intervienen una sola vez, mientras que, en otras, su participación en escena es mayor.

LOS FIGURANTES: Son aquellos personajes que aparecen en escena y tienen una presencia particular, pero sin palabra o acción alguna. Sirven como marcadores de eventos pasados, señales de asuntos sin resolver, o cosas por hacer. Los descubrimos en nuestra vida pues han sido y tal vez siguen siendo personajes claves en nuestra puesta en escena.

EL NARRADOR: En algunas ocasiones es un personaje dentro de la trama, y en otras un observador neutral. Mantiene la unión de la trama, contextualizando algunos datos que el público ignora, ayudando en las transiciones. Enfatiza algunos aspectos centrales de la acción.

MISE-EN-SCÈNE

LOS PERSONAJES

EL DIRECTOR: Es una persona que se ha sentido altamente motivada por la lectura de una obra teatral, una novela o un cuento y siente la necesidad de compartir su visión con otros, llevándolo a escena. En otras instancias, está impulsado a atender o responder a un asunto social que para él o ella encierra algo urgente y necesita ser comunicado a muchos.

Dentro de lo que en muchas ocasiones puede parecer un ambiente caótico, se esfuerza por mantener la continuidad de la acción y la coherencia de los personajes.

MISE-EN-SCÈNE

PARA REFLEXIONAR

1. ¿Cuándo soy protagonista en mi vida?
2. ¿Cuándo soy un personaje secundario?
3. ¿He sido o soy antagonista de alguien? ¿Por qué?
4. ¿Qué resultados obtengo con esa conducta?
5. ¿Quiénes han sido o son los figurantes en mi vida? ¿Cuál ha sido su aportación?
6. ¿Soy capaz de narrar mi vida a otros?
7. La narración de mi vida, ¿es ordenada y coherente, o desordenada y caótica?
8. ¿Dirijo mi propia vida o soy dirigido por otros? ¿Cómo me siento en ambos escenarios?

MISE-EN-SCÈNE

LA IMAGINACIÓN EN ACCIÓN

1. ¿Qué título le pondrás a la obra de tu vida?
2. ¿Cómo diseñarías el afiche de promoción?
3. ¿La trama refleja algo de tu pasado, presente o de lo que te gustaría fuera tu futuro?
4. ¿Será una tragedia, una comedia, una mezcla de ambos, un musical o...?
5. ¿Cuántos actos tendrá? ¿Qué pasará en cada uno?
6. ¿Quiénes serán los protagonistas, los antagonistas y los personajes secundarios?
7. ¿Habrá figurantes? ¿Cuál será su participación?

MISE-EN-SCÈNE

LA IMAGINACIÓN EN ACCIÓN

8. ¿Tendrá un narrador o narradora?
9. ¿Cómo estará decorado el escenario?
10. ¿Cuáles serán tus escotillas, tu zona de seguridad?
11. ¿Qué usarás como utilería?
12. ¿Cómo será la iluminación?
13. ¿Contará con un vestuario o maquillaje especial?
14. ¿Habrá participación del público? ¿Cómo será?

MISE-EN-SCÈNE

MISE-EN-SCÈNE