# Bitácora
## Sistematización de la experiencia

### Datos de contexto

Red: de artes escénicas
Énfasis (lote) : teatro contemporáneo
Laboratorio de Creación (Grupo): Base

Participantes (Comuna, Barrio, etc): comuna diez La Candelaria

Fecha: 02 al 30 julio Horario 6:00 a 9:00 p.m. Lugar: Casa del Teatro
JULIO 2, 9,16,24,30

Artista Formador: Diego Ignacio Casas Jaramillo

Observaciones del proceso.

Evaluación y caracterización.

Encuentro 1

https://lenguaje.com/actos-de-habla/

**Evaluación:**

Reflexión aspectos socio culturales del grupo y fortalecimiento de capacidades (imaginación, pensamiento crítico, disfrute, praxis ética, afiliación, sensibilidad, apropiación de la realidad del territorio y las formas de incidir en él, desde el arte …)

### Otras observaciones particulares

Encuentro 1: 02 de julio

Este día, 02 julio asistieron 12 participantes, las razones del número de asistentes es porque todavía hay algunos que están resolviendo asuntos personales de tiempo en sus labores, están organizando sus horarios.

Para iniciar se recordó la rutina de entrenamiento vocal-corporal, el saludo al sol, teniendo en cuenta la respiración, cuando y donde hay que inhalar y exhalar, este se realizó tres veces, como no recordaban la secuencia entonces hube de intervenir para que hubiese memoria didáctica, se aclara que estos ejercicios y rutinas son importantes en la medida que para el escenario es indispensable contar con un cuerpo flexible, resistente y con una consciencia de la voz para poder lograr una unidad completa de trabajo.

Se solicita a los integrantes que en cada sesión se haga esta misma secuencia y otras que se irán agregando paulatinamente.

La voz es un elemento importante en el trabajo teatral, se comenten errores de pronunciación, se omiten letras o sílabas al final de cada frase, las consonantes, que son el apoyo de las vocales, no se tienen en cuenta y esto hace ruido porque el sonido no llega con claridad si se tienen inconvenientes a la hora de pronunciar las consonantes. Este de la voz es un asunto que siempre se debe tener en cuenta a la hora de desarrollar un trabajo de creación escénica, sirve también para la vida cotidiana, la respiración que se ejercita allí es una ayuda para lograr la concentración y la atención reales, por lo tanto en cada sesión, reitero, se hará este trabajo de técnica vocal para la voz hablada.

Entonces hoy se presentó a Paula, la compañera de equipo del laboratorio, entre ella y yo llevaremos a cabo el proceso, ella se presentó, hizo indicaciones como: ¿quién tiene alguna condición física particular de molestia o enfermedad? esto porque el trabajo que ella va a adelantar tiene mucho que ver con la expresión corporal, para el baile y también para la actuación, yo me encargaré del asunto de expresión oral y técnica vocal para la voz hablada.

No negar, no pelear no juzgar, estas tres frases definen una manera de abordar los encuentros, constantemente nos estamos juzgando o juzgando a otros, estamos

peleando porque no nos gusta algo de alguien o nuestro, no negar equivale a buscar la manera de aceptar nuestras condiciones físicas o emocionales, aceptar las cosas y buscar una solución cuando sean negativas, negar algo de nuestro cuerpo, de nuestras emociones es ocultar eso que somos y que en el teatro sale a flote de muchas maneras, a través de los pensamientos, acciones o emociones, casi de manera incontrolable e inconsciente, por eso es importante tener en cuenta estas indicaciones, y todo porque una de las integrantes comentó algo acerca de la manera de leer, se sentía insegura y Paula aprovechó ese momento para hablar sobre esos tres conceptos.

Antes de ello, se hizo un trabajo corporal para promover la autoconfianza y la confianza en los compañeros/as. Consistió en probar los pesos y contrapesos, desplazarse por el espacio a caballo con una pareja, para experimentar el peso muerto y el peso activo, peso muerto del cual no se conoce mucho.

Viene después el ejercicio con la música y la capacidad de percibir el ritmo y seguirlo de manera individual, por parejas y en grupo, cada integrante desarrolla sus propias habilidades por eso es tan importante no juzgar, no pelear no negar, cada persona de este grupo está allí porque disfruta el teatro y le agrada compartir en esa medida se promoverá a través de los ejercicios y propuestas, las habilidades y destrezas de cada persona y en conjunto.

Seguido se propone la lectura de la obra Prometeme que no gritaré, de Victor Viviescas, una obra que trata el tema de la muerte, del suicidio en pareja, en un territorio donde habitan los jóvenes y proponen sus necesidades y anhelos, sus dolores y las relaciones, muchas veces dificiles en sus hogares, esto con el objetivo de readaptar la obra al tiempo actual, proponiendo el tema también de la diversidad, de la familia y los amigos, la tolerancia y el respeto, a la obra se le hará un tratamiento teniendo en cuenta las propuestas de la directora y el asistente de dirección, porque tal cual está escrita la obra presenta una estructura que se puede recomponer, a través del baile, el canto y los juegos escénicos.

Al final se conversa con el grupo y se asigna la tarea de escoger entre los muchos personajes aquel o aquellos que le gustan a cada integrante, hará un escrito proponiendo aspectos que le han llamado la atención, que pueda desarrollar de manera creativa partiendo del impacto que el personaje y la obra en su conjunto, produjeron en el/ella.





Encuentro 2: 09 de julio 2024

Este día, 09 julio asistieron 12 participantes, esta cantidad de asistentes se conserva en esta sesión, casi por las mismas razones desde la primera sesión.

Para iniciar se recordó la rutina de entrenamiento vocal-corporal, el saludo al sol, teniendo en cuenta la respiración, cuando y donde hay que inhalar y exhalar, este se realizó tres veces, como no recordaban la secuencia entonces hube de intervenir para que hubiese memoria didáctica, se aclara que estos ejercicios y rutinas son importantes en la medida que para el escenario es indispensable contar con un cuerpo flexible, resistente y con una consciencia de la voz para poder lograr una unidad completa de trabajo. Este mismo derrotero se llevó a cabo en esta tercera sesión, con el fin de establecer un hábito en la secuencia y que en cada sesión se haga al inicio.

En esta sesión se solicita, de nuevo, que se ejecute la secuencia, todavía no hay memoria corporal y vocal, bajo la orientación del artista formador, se recuerdan algunas cosas, otras no, entonces cuando finalizan se pide al grupo repetirla de nuevo, para que se vaya creando el hábito.

Después del aprestamiento y repetir la secuencia básica del entrenamiento, se pasó a elaborar un ejercicio de composición corporal y vocal con las combinaciones enviadas al grupo de chat.

(La llegada a la sesión debe ser a la hora señalada, hoy se inició a las 6:05 minutos para aprovechar el tiempo y además como parte de la responsabilidad en la llegada, se inicia con los que estén allí, cuando los demás integrantes llegan se encuentran con que ya ha iniciado la sesión).

Se pasa a la sesión de trabajo corporal, se trabaja con ellos el contact, primero caminando en parejas saltando cada uno a la vez, y sintiendo el cuerpo del compañero para ganar en confianza y seguridad en grupo.

Se lleva a cabo una sesión completa de recuperación de los ejercicios de la sesión anterior y agregando otros, para explorar autoconfianza, cuando se hace el contacto con los compañeros, algunos de ellos no han tenido esta experiencia y les da temor arriesgarse, aun con la ayuda de los compañeros y del artista formador.

Una de las integrantes se paró a observar con susto en la mirada, no se atrevía a iniciar el ejercicio, esperaba que pasaran todos y todas hasta que pasara desapercibida.

No obstante, después la directora la motivó para que hiciera el ejercicio, logra hacerlo, se paró a un lado y me acerco y le pregunto ¿cómo se siente?, -estoy temblando- efectivamente toque su espalda para calmarla y sentí el temblor. Esto denota una falta de trabajo corporal, de falta de reconocimiento de su cuerpo y su manejo en situaciones no cotidianas y que impliquen otra manera de ver y sentir el cuerpo.

No solo ella, otros integrantes tenían la misma sensación, sin embargo había mucho menos miedo, el riesgo de hacer el ejercicio se asume con susto, es natural, y lo llevan a cabo sin dificultad.

En seguida por parejas van a presentar su personaje, el que escogieron de la obra Prometeme que no gritaré, porque cada uno/a elige uno de los personajes, ha revisado sus características, su manera de hablar, de caminar, de acercarse a una entidad que tiene afinidades con quién lo eligió. Aparece el contexto territorial de cada integrante, se habla de sus puntos de vista y se devela la sensación que tiene cada sujeto con su espacio de acuerdo al rol que va a desempeñar.

Se pasa al centro del escenario y cada pareja va mostrando al grupo sus personajes, algunas parejas fluyen, otras se cohíben y se niegan a avanzar, allí la directora

recuerda las frases: no niego, no peleo, no censuro… porque según el entorno de muchos de ellos/as generan censura y duda de la manera como se enfrentan a algunos de los eventos cotidianos, al final van avanzando y se llega al final del ejercicio, estos momentos van dando cuenta de que poco a poco los ejercicios, las recomendaciones y sugerencias van fluyendo y se tienen en cuenta para el proceso experimental.

Retomando el trabajo de la voz, es necesario apuntar que este tema todavía no está bien comprendido, como lo dije en la bitácora anterior, la voz es un asunto que se olvida, solo se habla de una manera mecánica, porque la cultura de manejo del cuerpo es más tenida en cuenta, como esta propuesta se da porque se trabajará “la puesta en relieve y actos de habla”. El habla como parte importante en la vida cotidiana y se profundiza cuando se está en la escena, la voz debe ser clara, proyectada y flexible, y para esto es necesario que la rutina de ejercicios se tenga más en cuenta y se recuerde cada vez.

A esta parte vocal se agrega el cuerpo, la acción, la composición escénica, y otros elementos que irán apareciendo en el camino.






Encuentro 3: 16 de julio

Este día, 16 julio asistieron 12 participantes, esta cantidad de asistentes se conserva en esta sesión, casi por las mismas razones desde la primera sesión.

Para iniciar se recordó la rutina de entrenamiento vocal-corporal, el saludo al sol, teniendo en cuenta la respiración, cuando y donde hay que inhalar y exhalar, este se realizó tres veces, como no recordaban la secuencia entonces hube de intervenir para que hubiese memoria didáctica, se aclara que estos ejercicios y rutinas son importantes en la medida que para el escenario es indispensable contar con un

cuerpo flexible, resistente y con una consciencia de la voz para poder lograr una unidad completa de trabajo. Este mismo derrotero se llevó a cabo en esta tercera sesión, con el fin de establecer un hábito en la secuencia y que en cada sesión se haga al inicio.

En esta sesión se solicita, de nuevo, que se ejecute la secuencia, todavía no hay memoria corporal y vocal, bajo la orientación del artista formador, se recuerdan algunas cosas, otras no, entonces cuando finalizan se pide al grupo repetirla de nuevo, para que se vaya creando el hábito.

Después del aprestamiento y repetir la secuencia básica del entrenamiento, se pasó a elaborar un ejercicio de composición corporal y vocal con las combinaciones enviadas al grupo de chat.

(La llegada a la sesión debe ser a la hora señalada, hoy se inició a las 6:05 minutos para aprovechar el tiempo y además como parte de la responsabilidad en la llegada, se inicia con los que estén allí, cuando los demás integrantes llegan se encuentran con que ya ha iniciado la sesión).

Se pasa a la sesión de trabajo corporal, se trabaja con ellos el contact, primero caminando en parejas saltando cada uno a la vez, y sintiendo el cuerpo del compañero para ganar en confianza y seguridad en grupo.

Se lleva a cabo una sesión completa de recuperación de los ejercicios de la sesión anterior y agregando otros, para explorar autoconfianza, cuando se hace el contacto con los compañeros, algunos de ellos no han tenido esta experiencia y les da temor arriesgarse, aun con la ayuda de los compañeros y del artista formador.

Una de las integrantes se paró a observar con susto en la mirada, no se atrevía a iniciar el ejercicio, esperaba que pasaran todos y todas hasta que pasara desapercibida.

No obstante, después la directora la motivó para que hiciera el ejercicio, logra hacerlo, se paró a un lado y me acerco y le pregunto ¿cómo se siente?, -estoy temblando- efectivamente toque su espalda para calmarla y sentí el temblor. Esto denota una falta de trabajo corporal, de falta de reconocimiento de su cuerpo y su manejo en situaciones no cotidianas y que impliquen otra manera de ver y sentir el cuerpo.

No solo ella, otros integrantes tenían la misma sensación, sin embargo había mucho menos miedo, el riesgo de hacer el ejercicio se asume con susto, es natural, y lo llevan a cabo sin dificultad.

En seguida por parejas van a presentar su personaje, el que escogieron de la obra Prometeme que no gritaré, porque cada uno/a elige uno de los personajes, ha revisado sus características, su manera de hablar, de caminar, de acercarse a una entidad que tiene afinidades con quién lo eligió. Aparece el contexto territorial de cada integrante, se habla de sus puntos de vista y se devela la sensación que tiene cada sujeto con su espacio de acuerdo al rol que va a desempeñar.

Se pasa al centro del escenario y cada pareja va mostrando al grupo sus personajes, algunas parejas fluyen, otras se cohíben y se niegan a avanzar, allí la directora recuerda las frases: no niego, no peleo, no censuro… porque según el entorno de muchos de ellos/as generan censura y duda de la manera como se enfrentan a algunos de los eventos cotidianos, al final van avanzando y se llega al final del ejercicio, estos momentos van dando cuenta de que poco a poco los ejercicios, las recomendaciones y sugerencias van fluyendo y se tienen en cuenta para el proceso experimental.

Retomando el trabajo de la voz, es necesario apuntar que este tema todavía no está bien comprendido, como lo dije en la bitácora anterior, la voz es un asunto que se olvida, solo se habla de una manera mecánica, porque la cultura de manejo del cuerpo es más tenida en cuenta, como esta propuesta se da porque se trabajará “la puesta en relieve y actos de habla”. El habla como parte importante en la vida cotidiana y se

profundiza cuando se está en la escena, la voz debe ser clara, proyectada y flexible, y para esto es necesario que la rutina de ejercicios se tenga más en cuenta y se recuerde cada vez.

A esta parte vocal se agrega el cuerpo, la acción, la composición escénica, y otros elementos que irán apareciendo en el camino.





Encuentro 4: 23 de julio

23 julio el grupo se sostiene, van llegando y se inicia con la secuencia de trabajo vocal y corporal.

Es importante que esta secuencia de entrenamiento se haga cada vez, en cada sesión para formar el hábito de calentamiento en ambos aspectos, el vocal y el corporal, como no se tiene clara la secuencia definida, se repasa, cada parte y después se hace completa.

Posteriormente se retoma el trabajo corporal y se repasa lo que se hizo la sesión anterior, permitiendo la posibilidad de reforzar este trabajo, adecuando el cuerpo y sus potencialidades para el trabajo colectivo e individual.

Se toma la mano y del compañero, sosteniendo con firmeza, el compañero se deja ir hacia adelante, hacia atrás, hacia un lado, sosteniéndose con una pierna, soltando su cuerpo sin que sea pesado para el compañero, porque el peso muerto, el que se

ejerce para hacer fuerza no es el que se trabaja en esta parte, se trata de ser consciente del propio peso, de la fuerza compartida que se tiene con el compañero/a, de igual manera cuando se cambian los roles, se ejecuta el mismo ejercicio.

Después de este ejercicios por parejas se va a la parte de desplazamiento con movimiento y desde la propuesta dancística, es decir con secuencias de coreografías que se van ejecutando por partes. Se muestra el ejercicio, se repasa dos veces y después cada integrante va pasando algunos tienen dificultades con el manejo del espacio, hay cuerpos dúctiles y otros a los que les cuesta hacer el ejercicio, esto no es impedimento para ir, pues no son bailarines y sus cuerpos no están preparados para ello, se avanza y se termina la secuencia completa con el grupo completo, de este modo cada integrante tiene unos materiales que reconoce y se va depurando la parte corporal para el trabajo de experimentación.

Después con el ritmo de salsa se retoma el trabajo físico corporal, con movimientos y desplazamientos, ubicación en el espacio, por grupos, de manera individual. Después el grupo se organiza por grupos de a tres para llevar a cabo una improvisación, de este modo se inicia un proceso de exploración de los elementos constitutivos y que aportan al resto del grupo, estos elementos serán retomados más adelante para la construcción de las escenas y la experimentación como si fuera un rompecabezas, también se pide a los participantes que para la próxima sesión deben tener el texto memorizado y poder organizar los materiales vocales y corporales para incluir el texto directamente.

En la evaluación final se habla de los materiales que deben ir organizando, avanzar en la memoria del texto y la memoria de los ejercicios del habla y los de la expresión corporal, se pide que hagan propuestas de vestuario, de búsqueda y experimentación con el texto, buscar matices, intenciones, volúmenes, con el fin de que el proceso avance.

Finalmente se hace un ejercicio de cierre para que el cuerpo y los materiales trabajados en la sesión no se olviden.

Cierre de la sesión.







Encuentro 5: 30 de julio
En este día 30 de julio se va llegando al espacio de experimentación, el calor durante el día ha sido pesado y los integrantes van llegando ya más frescos.
Se inicia como siempre con la secuencia de calentamiento de voz y cuerpo, para establecer un hábito de entrenamiento inicial continuamente, durante el proceso, en este caso, para desarrollar la consciencia de la voz en el cuerpo.

Cada uno/a llega con sus cargas, con sus sensaciones, se les pide que se dispongan, porque al inicio se establece conversación cotidiana, es comprensible pues se vuelve costumbre antes del inicio de las actividades que se converse, que se comparta

acerca de esas cosas que nos mueven, que nos han impactado durante el día, encontrarse con los amigos/as, con los cuales apenas se ven cada 8 días.

Ya ubicados en el espacio, se inicia la secuencia, todavía hay dudas con algunos de los ejercicios y sus funciones y sus pasos a seguir.

Se pasa, después, al momento de recuperación de elementos corporales que hacen parte del proceso de laboratorio, sostenerse en el compañero, tomarse de las manos y hacer pulsaciones, uno tira para atrás el otro lo acompaña y lo sostiene, no es un peso "muerto" es un peso consciente, ni me recuesto tanto como para hacerme daño, ni me dejo ir como cuerpo inerte, es una situación de consciencia que ayuda a reforzar la autoconfianza y la confianza grupal. Es necesario hacerlo en cada sesión, no solo para recordar sino también para avanzar en el proceso de experimentación.

Viene el momento de la parte corporal dancística, donde se elabora un pequeña coreografía, encaminada a la formación de un espacio de creación sobre la obra, movimiento, desplazamiento, escucha, coordinación, todo lo relacionado con el espacio.

Cada participante sigue el ritmo propuesto por el artista formador, algunos/as, en su corporalidad presentan dificultades, el ritmo no es muy desarrollado, la coordinación es pobre y hacen un esfuerzo grande para integrarse en el movimiento y el desplazamiento con el resto del grupo, con quienes captan de manera inmediata el ritmo, la secuencia, los pasos, los cambios de dirección, porque esta obra "Prométeme que no gritare" tiene un componente fuerte de música salsa, con la cual va desarrollándose la secuencia y las acciones.

Cuando se hace el ejercicio de la lectura, en coro, el movimiento del cuerpo obedece de manera espontánea al estimulo vocal, cada gesto, cada movimiento se compagina con la voz y el tono que se asigna a cada palabra y cada frase.

El grupo se organiza en subgrupos, sardinas, tiras, traquetos, mamás. De este modo cada grupo tiene asignado un texto particular, cada grupo hará un nicho, con esquema de movimiento, un sistema de acciones y desplazamientos que se repetirán cada vez que se dice el texto.

Se explica acerca del sistémico, propuesta de movimiento, desplazamiento, acción, propuesta de actuación basada en el modelo de Sanchis Sinisterra, dramaturgo español, de este modo se va, con cada integrante del grupo, definiendo un movimiento, un desplazamiento que encuentra respuesta en los demás participantes.

Aquí se aplican los conceptos: no niego, no juzgo, no peleo, para poder resolver asuntos sociales de censura, negación, entre otros estilos de frases que coartan la expresión y la imaginación, es un asunto de resolver esas barreras socio políticas de emisión de textos y frases políticamente correctas que no dan paso a los sujetos de poder profundizar en sus propias experiencias y escuchar a través de la voz las de sus compañeros/as.

Después de que cada grupo se afianza en el sistema de movimientos, desplazamientos y acciones, se ensaya varias veces y se plantea, junto con estos movimientos y desplazamientos, los textos como salen del cuerpo con la voz, las intenciones, las emociones y las recciones de quienes escuchan y participan del momento.

Hoy llego una visitante a la biblioteca y estuvo indagando sobre un proyecto que tiene para desarrollar en su ciudad de residencia, está por acá de paso, conocio el espacio, el grupo y pregunto por el laboratorio y manifestó su deseo de participar en la sesión, se le permite y se integra a las actividades y ejercicios propuestos para hoy.

Tarea, repasar los textos, los sistemas de movimiento y desplazamiento, los textos memorizados, para comenzar a armar la estructura completa por partes, primer cuadro, primeros textos, así va generándose personajes, grupos, coros, se sugiere que los participantes visualicen vestuario.

Se llama la atención sobre la puntualidad, el llegar temprano y optimizar el tiempo de cada sesión, las faltas atrasan el proceso y dificultan el avance.

Para finalizar la sesión se hace un proceso de estiramiento y descarga de sensaciones y momentos que se quedan en la escena y que liberan tensiones.




