

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD  
CATÓLICA DEL PERÚ**

**FACULTAD DE ARTES ESCÉNICAS**



*Alguien adentro: los discursos de ansiedad y de la expulsión de lo distinto desde el uso de la voz en off en el teatro*

Tesis para obtener el título profesional de Licenciado en Creación y Producción  
Escénica que presenta:

*Jesus Angel Escriba Carrion*

Asesor:

*Mateo Chiarella Viale*


Lima, 2024

## Informe de Similitud

Yo, **Mateo Chiarella Viale**, docente de la Facultad de Artes Escénicas de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesor de la tesis de investigación titulada *Alguien adentro: los discursos de ansiedad y de la expulsión de lo distinto desde el uso de la voz en off en el teatro*, del autor **Jesus Angel Escriba Carrion**, dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de **3%**. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el **21-mar-2024**.
- He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: Lima, 01 de octubre de 2024

Nombres y apellidos del asesor: Mateo Chiarella Viale	
DNI: 10813460	Firma: 
ORCID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-0996-0177">https://orcid.org/0000-0002-0996-0177</a>	

## Resumen

Esta investigación *desde* las artes escénicas se propuso averiguar cómo el recurso de la voz en *off* puede plasmar los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto* en una obra unipersonal. La relevancia de esta investigación se debe a que expone y diversifica el uso de la voz en *off* en el teatro, un uso coherente y que dialoga con los discursos anteriormente mencionados. A nivel metodológico, se llevaron a cabo una charla con una psicóloga, un laboratorio de exploración y creación escénica, y un conversatorio. Dicho laboratorio estuvo guiado por varios principios técnicos, entre estos el *previo*, un concepto que deviene de la metodología de Jorge Eines. Como resultado de este proceso de creación, presenté la obra titulada *Alguien adentro* el 13 y 14 de julio del año 2023 dentro de las instalaciones de la PUCP. Con respecto a las conclusiones puedo mencionar que el recurso de la voz en *off* y el tratamiento sonoro que recibe, por un lado, son responsables de la creación del mensaje del autor y del conflicto escénico de un personaje con su voz interior; por otro lado, presentan y resaltan la figura *del otro* dentro de una obra unipersonal. Estas ejecuciones responden al discurso de ansiedad y al discurso de *la expulsión de lo distinto* respectivamente.

Palabras clave: discurso en el teatro, ansiedad, *la expulsión de lo distinto*, voz en *off*, unipersonal, investigación *desde* las artes, creación escénica.

## **Agradecimientos**

Quiero agradecer a mis familiares que me apoyaron durante la carrera de Creación y Producción Escénica, al equipo que me acompañó en este proyecto (Claudia Tuesta, Mauricio Linares, Daniela Hidalgo, Rodrigo Medina, Daniella Cruzalegui y Tino Zuñiga), a los colegas que me aconsejaron, a Mateo Chiarella Viale y a Silvia Tomotaki por su dedicación a esta investigación, a la psicóloga Miriam Mejía por su interés en el diálogo de nuestras disciplinas, a la Oficina de Soporte y Mantenimiento por su disposición y, finalmente, al público que conectó con la obra.



A esa voz interior siempre presente



## Índice

Resumen.....	ii
Agradecimientos .....	iii
Dedicatoria.....	iv
Índice de tablas .....	vii
Índice de figuras.....	viii
Índice de anexos.....	ix
Introducción .....	1
Capítulo 1. Marco conceptual y estado del arte.....	4
1.1. Marco conceptual.....	4
1.1.1. Ansiedad.....	4
1.1.2. <i>La expulsión de lo distinto</i> .....	6
1.1.3. Discurso.....	8
1.1.4. Voz en <i>off</i> .....	8
1.1.5. Unipersonal.....	9
1.2. Estado del arte.....	9
1.2.1. Según el diálogo entre forma y contenido escénico .....	10
1.2.2. Según el discurso de <i>la expulsión de lo distinto</i> .....	10
1.2.3. Según la relación entre voz en <i>off</i> , voz interior y ansiedad .....	11
Capítulo 2. La metodología.....	13
2.1. La investigación artística .....	13
2.2. Tipos de investigaciones artísticas.....	15
2.3. Diseño metodológico .....	16
2.4. Referente metodológico.....	19
Capítulo 3. Fase de exploración.....	21

3.1. La génesis .....	21
3.2. Lo descartado .....	21
3.3. La interacción entre la actriz y la voz en <i>off</i> .....	23
3.4. Exploración con el sonido de los objetos.....	28
Capítulo 4. Creación del libreto .....	32
4.1. Primeras líneas .....	32
4.2. Reunión con la psicóloga.....	33
4.3. Dentro del Módulo 1 .....	34
4.4. Escritura del libreto.....	38
Capítulo 5. Escenificación .....	40
5.1. Lectura de libreto y lectura dramatizada.....	40
5.2. Ensayos .....	41
5.3. Estreno y conversatorio .....	45
5.4. Los discursos de ansiedad y de <i>la expulsión de lo distinto</i> a través de la voz en <i>off</i> .....	47
Conclusiones .....	50
Referencias bibliográficas.....	54
Anexos .....	56

## Índice de tablas

Tabla 1 La matriz metodológica .....	17
--------------------------------------	----



## Índice de figuras

Figura 1 Secuencia sonora descartada .....	22
Figura 2 Actriz explorando con apoyo de una compañera .....	24
Figura 3 Actriz explorando sola.....	25
Figura 4 Misimimiu, el hámster.....	26
Figura 5 Escena empleando la consola de sonido y parlantes activos.....	27
Figura 6 Exploración con los objetos.....	28
Figura 7 Exploración con el sonido de los objetos .....	29
Figura 8 Propuesta de espacio escénico.....	30
Figura 9 Ejercicio llevado a cabo por un miembro del equipo.....	34
Figura 10 Lectura del libreto.....	41
Figura 11 La actriz en ensayo .....	42
Figura 12 Grabación de las líneas de La voz interior .....	43
Figura 13 Ensayo en el Tambo Actoral .....	43
Figura 14 Ensayo sin diseño lumínico.....	45

## Índice de anexos

Anexo 1 Link de grabación de la obra .....	56
--	----



## Introducción

La presente investigación desde las artes escénicas tuvo como fin descubrir las maneras en las cuales la voz en *off* pudiera plasmar los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto* en una obra unipersonal. Dicho proceso, me posicionó en los roles de autor, director e investigador. El resultado de ese planteamiento se concretó el 13 y 14 de julio del año 2023, fechas en las cuales presenté la obra *Alguien adentro* junto a un gran equipo creativo en el Tambo Actoral (una de las instalaciones de la PUCP).

Mi interés con respecto a la ansiedad, se debe a que vengo observando cómo esta ha parasitado el cuerpo social en el que vivimos. Pilar Varela (2002) comenta que la ansiedad es uno de los problemas psicológicos del mundo moderno y ha ganado un lugar predominante por encima de la depresión, el abuso de drogas y el alcoholismo. Su condición, con el pasar de los años, parece solo aumentar debido a los crecientes problemas sociales y otros desencadenantes imprevisibles como la pandemia. Según los datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), la tasa de personas que sufrían de ansiedad creció un 25 % desde que inició la pandemia, un porcentaje considerable y que augura un futuro lleno de problemas que tendremos que sobrellevar.

*La expulsión de lo distinto* es un ensayo del filósofo surcoreano Byung-Chul Han. Si bien en el primer capítulo haré una descripción vasta de su escrito, puedo adelantar que este texto habla sobre la tendencia humana cada vez más insistente por erradicar lo distinto (*el otro*, el dolor, el misterio, el terror) y las consecuencias que ello conlleva. Si posicionamos a la ansiedad como consecuencia, *la expulsión de lo distinto* podría explicar las fuerzas que la desataron. De todos modos, lo que me interesa precisar es que observo cómo estas fuerzas nos han moldeado. Pienso en cómo me han afectado a mí, a las personas de mi entorno y a aquellos que me resultan desconocidos. Creo que como artista soy testigo de mi tiempo y

tengo la tarea de hablar de los problemas de hoy y, si es posible, hacer un pequeño aporte para combatirlas.

Además, la relevancia de esta investigación para el repositorio de conocimientos artísticos yace en el ejercicio y el tratamiento de la voz en *off*. En la obra *Alguien adentro* este recurso no es usado a la ligera, sino que carga con un peso fundamental en escena. Su protagonismo se debe a la íntima relación que tiene con los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto*. Ambos discursos demandan el uso y un tratamiento particular de la voz en *off*. Esta sana dependencia ilustra diferentes maneras en las que puede ser empleada y, por ende, podría servir como referente para otros creadores que quieran explorar con este recurso.

Tras haber hecho esas precisiones, pasaré a detallar los cinco capítulos que conforman este documento. El primer capítulo desarrolla el marco teórico. Se concentra en la definición de la ansiedad desde el punto de vista de varios especialistas y en la noción de *la expulsión de lo distinto*, pero también hace una revisión de los conceptos de discurso, voz en *off* y unipersonal. Más adelante, presenta el estado del arte recolectado a lo largo de esta investigación. Los vínculos entre estos referentes y la obra *Alguien adentro* se dan según el diálogo entre forma y contenido escénico, según el discurso de *la expulsión de lo distinto* y según la relación entre voz en *off*, voz interior y ansiedad.

El segundo capítulo hace un repaso de las características particulares de una investigación artística, detalla los tipos de investigaciones artísticas que existen, presenta un referente metodológico y se enfoca en el diseño metodológico de esta investigación que consta de tres fases: la charla con la psicóloga, un laboratorio de investigación y creación escénica (dividido a su vez en Módulo 1, Módulo 2 y Módulo 3) y un conversatorio.

El tercer capítulo, nos habla sobre la génesis del proyecto, es decir, ofrece un atisbo de esas imágenes que inspiraron y concibieron la obra. Asimismo, describe los ejercicios y caminos descartados en el proceso de formulación del diseño metodológico y termina por

desarrollar el Módulo 1 del laboratorio de investigación y creación escénica, el cual se enfoca en la interacción de la actriz con la voz en *off* y la exploración de ella con el sonido de los objetos.

El cuarto capítulo muestra las líneas de un primer boceto de la obra escrito hace años. También, dando un paso hacia atrás, brinda los detalles de la reunión entre el equipo creativo y la psicóloga (y comenta las repercusiones que tuvo este encuentro en la escritura del libreto). No obstante, esta sección dirige su atención al proceso de escritura, es decir, al Módulo 2. Dicho proceso comenzó a la par del Módulo 1, pero una vez detenido este de manera imprevista contó con un tiempo propio en el que se analizaron los descubrimientos del laboratorio y se terminó de escribir la obra.

El quinto capítulo, ya contando con el libreto acabado, detalla el proceso de montaje de la obra pasando por la lectura y la lectura dramatizada. Asimismo, expone los pormenores del estreno y del conversatorio que tuvo como participantes al equipo creativo y a la psicóloga de nuestra institución. Este apartado cierra explicando cómo los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto* se hacen presente en la obra *Alguien adentro* por medio de la voz en *off*. Por último, este estudio finaliza al presentar las conclusiones de la investigación que buscó responder la siguiente pregunta: ¿De qué manera el recurso de la voz en *off* puede plasmar los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto* en una obra unipersonal?

## Capítulo 1. Marco conceptual y estado del arte

### 1.1. Marco conceptual

Las siguientes definiciones permiten un acercamiento y una mejor comprensión de los temas que abarca la tesis. Estos conceptos provienen de diferentes ramas de estudio como la psicología, la filosofía, las artes escénicas, entre otros.

#### 1.1.1. *Ansiedad*

Existen muchas acepciones del concepto de ansiedad. Para algunos autores como Alberto Merani (1979), la ansiedad tiene la misma definición que la angustia o puede ser percibida como su respuesta psíquica. La angustia se presenta como una espera llena de inquietud y temor ante un evento del futuro. A diferencia de este autor, Natalia Consuegra (2004) manifiesta que la ansiedad es la sensación de aquel que no puede enfrentarse a eventos o elementos peligrosos. Ello ocasiona en las personas una respuesta de tensión física. Esta autora también compara el miedo con la ansiedad y reconoce la siguiente diferencia: el miedo es una respuesta ante un elemento concreto y exacto, mientras que la ansiedad proviene del interior del ser, es decir, es el conflicto que surge por ser seres pensantes y conscientes.

Del mismo modo, la Asociación Estadounidense de Psicología (AEP, 2010) está de acuerdo con la tensión física que desata la ansiedad, pero afirma que esto sucede en el ejercicio de anticiparse a un peligro. También menciona que la ansiedad se diferencia del temor por la poca especificidad del factor ansiógeno y a ello se le suma la reacción desproporcionada del sujeto ansioso. Por su parte, Pilar Varela (2002) nos sugiere comprender la ansiedad como un mecanismo que hemos desarrollado los seres humanos y los animales superiores a lo largo de nuestra evolución y que se activa cuando nos vemos inmersos en una situación de peligro. Gracias a la ansiedad nuestro cuerpo puede reaccionar y ponerse en acción cada vez que tenemos que afrontar algún reto crucial o las dificultades del día a día.

En este desglose en torno a la definición de ansiedad, me gustaría resaltar las palabras «sensación», «mecanismo» y «anticipación» para poder conducir al lector hacia mi comprensión de este término. Desde mi punto de vista, la ansiedad es reconocida tanto en causa como en efecto, es tanto la sensación de malestar como este radar que se encuentra en constante evaluación de amenazas venideras. Sin embargo, como también menciona Varela (2002), este mecanismo puede atrofiarse y manifestamos comportamientos y respuestas desproporcionadas ante situaciones o cosas que no representan peligro alguno. En ese momento, pasamos de una ansiedad positiva a uno de los tipos de trastornos de ansiedad.

Un ejemplo de una ansiedad bien canalizada puede ser el siguiente. Un examen es un evento que comúnmente nos genera ansiedad a todos. Un día antes de la prueba nos encontramos revisando nuestros apuntes, consultamos más libros e incluso es posible que el día señalado de la prueba nuestro cuerpo se levante sin la necesidad de una alarma. Este comportamiento demuestra un estado de alerta, pero no existen señales de sobrecarga. Todo lo contrario, sería que la ansiedad nos sabotee impidiéndonos dormir la noche previa al examen, haciendo que nos hiperventilemos durante la misma o incentivando en nosotros la necesidad de huir. Estas características delatan un trastorno de ansiedad.

Cuerpo, conducta y pensamiento son los campos en los que se manifiesta la ansiedad. A nivel fisiológico, esta desata toda una serie de reacciones sobre el sistema nervioso central, vegetativo y endocrino tales como la evacuación de heces y líquidos. A nivel conductual, las personas con ansiedad tienden a evitar situaciones y objetos ansiógenos. De este modo, la permanencia de la ansiedad se extiende, pues es retroalimentada. Además, a la mente de un individuo ansioso le abordan inseguridades, pensamientos negativos y escenarios catastróficos. Estas ideas pueden variar desde un controlado «Tengo miedo, pero acepto el desafío» hasta un excesivo «Esto me va a matar» (Varela, 2002).

Quisiera profundizar en este último campo, ya que encuentro aquí un elemento muy importante: la voz interior. Marian Rojas (2021) señala que todos tenemos una voz guía en nuestro interior. Esta es el reflejo de cómo percibimos el mundo. Si nos apoya y halaga es que tenemos una actitud optimista. Si nos critica y agobia es porque el pesimismo está instaurado en nosotros. Esta voz tiene su origen en los mensajes que hemos recibido a temprana edad, ya sea por nuestros padres, hermanos, profesores o personas cercanas. Estas palabras se quedan inscritas en nuestras mentes, como si fuese una grabadora, y las repetimos en la edad adulta causándonos bienestar o perjudicando nuestra autoestima, seguridad en la toma de decisiones, etc.

Las personas con una ansiedad alta tienden a desarrollar, precisamente, una voz interior muy crítica, instigadora y dictatorial. Teniendo en cuenta esta relación como punto de partida, seguiré desarrollando los demás conceptos.

### **1.1.2. La expulsión de lo distinto**

*La expulsión de lo distinto* es uno de los ensayos filosóficos de Byung-Chul Han. En este libro el autor nos habla sobre esta tendencia, cada vez más presente en nuestra sociedad, por rechazar lo distinto y las consecuencias que ello ocasiona sobre nuestro ser.

Han (2022) afirma que hemos perdido contacto con *el otro*. *El otro* que es ajeno. *El otro* que nos contradice. *El otro* que piensa, siente y obra de manera distinta. *El otro* que en esencia es dolor. En otras palabras, hemos hecho todo lo necesario para rechazar el dolor de nuestras vidas. Lo igual no duele, lo distinto sí. Ante lo distinto, se generan defensas como si de células infecciosas se tratasen. En cambio, ante lo igual es imposible formar anticuerpos. Lo igual no genera rechazo. Ello se evidencia, por ejemplo, al estar en contacto de personas que piensen como uno en las redes sociales, en el consumo de noticieros que describen un único punto de vista, incluso en el contenido que las plataformas de series y películas nos muestran por recomendación.

*La expulsión de lo distinto* acorta nuestro horizonte de experiencias. Las experiencias solo pueden formarse en cuanto exista una fuerza opositora. A toda tesis se le contrapone una antítesis para generar algo nuevo: una síntesis. Sin embargo, hoy rehuimos de aquello que nos contradiga. De este modo, la exacerbada configuración de lo igual termina siendo nociva. La producción sobre la producción resulta desgastante. La información sobre la información deforma nuestra noción sobre la realidad. La comunicación más comunicación no nos hace sentir más relacionados. Pareciera ser que con la llegada de la era digital la lejanía entre las personas sería eliminada, pero la hipercomunicación ha terminado por erradicar la distancia en sí. Sin la distancia todo queda igual de lejos que de cerca, en otras palabras, podemos estar en contacto con todo el mundo, pero nos sentimos más aislados que nunca (Han, 2022).

De manera similar, la exacerbada configuración de uno mismo no nos lleva a ningún estado de complacencia, sino que engendra una conducta depresiva en nuestro ser. Hoy todos quieren ser distintos, deslindarse de las pautas externas y consolidarse como «únicos». Esta tendencia conduce hacia una referencia narcisista del yo, es decir, uno se observa, se reconoce y se vigila a sí mismo. En este ejercicio el yo se ahoga y termina por enfermarse. El narcisismo no tiene punto de comparación con la autoestima. Para la formación de un yo estable se hace necesaria la existencia *del otro* porque es *el otro* el que me ama, reconoce y valida mi ser. El narcisista, por su parte, ha rechazado el vínculo con los demás. Encerrado en sí mismo solo le queda una sensación de vacío y una reiterativa culpa por no cumplir sus expectativas autoimpuestas (Han, 2022).

Las palabras de Han son abrumadoras. Estamos construyendo una sociedad cansada, solitaria y plagada de depresivos mentales. Ante tal escenario, “solo un apocalipsis puede liberarnos, es más redimirnos del infierno de lo igual hacia *el otro*” (Han, 2020). En capítulos posteriores analizaremos cómo *la expulsión de lo distinto* se relaciona con la pieza *Alguien adentro* y el tratamiento escénico que recibe.

### **1.1.3. Discurso**

El discurso es un objeto de estudio que ha venido ganando relevancia en diversos campos de investigación, ya sea en la sociología, la historia, la lingüística o en las artes. Para Anne Ubersfeld (1989) existen dos tipos de discurso dentro del teatro. El primero puede ser entendido como una serie de mensajes que tiene por productor al autor de la obra; el segundo, como un conjunto de signos y estímulos generados en la representación, cuya producción está a cargo el equipo en general (autor, director, escenógrafos, actores, etc.).

El primer tipo de discurso hace referencia a aquello que el autor tiene en mente y desea transmitir por medio de su obra al público. Este discurso puede ser identificado de varias maneras. A veces, se esconde entre los diálogos de algún personaje. Otras veces puede ser hallado en la manera en la que se resuelve el conflicto. El personaje también puede ser comprendido como un tipo de tesis; el conflicto, como una antítesis; y el desenlace, como la síntesis. En esta nueva postura que expresa el final de una pieza yace el pensamiento del autor. El segundo tipo de discurso se genera gracias a todos los apartados que son ejecutados en el proceso de creación de una obra y que, si bien están a cargo de distintas personas, recae sobre el director. Él decidirá de qué manera el aspecto lumínico, sonoro, escenográfico y todos los demás recursos dialogan con la propuesta del autor o ayudan a la implementación de su propio discurso.

En síntesis, en escena todo comunica y lo que espero es poder plasmar los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto* desde los roles de autor y director en esta obra.

### **1.1.4. Voz en off**

Patrice Pavis (1998) explica que en el teatro las voces no solo provienen de los actores, sino que también pueden ser emitidas a través de los parlantes de sonido. A esta ejecución se la denomina voz en *off* y es utilizada, dependiendo de la propuesta artística, para traer a escena la voz de un narrador, invocar la presencia del director o dramaturgo, dar a

conocer los pensamientos de algún personaje, entre otros tantos fines. En esta investigación, la voz en *off* es el medio por el cual la voz interior de Abril (el personaje principal) se encarna en escena.

### **1.1.5. Unipersonal**

Para hablar del unipersonal es importante distinguirlo de otra expresión escénica con la cual se le suele confundir: el monólogo.

Nerina Dip (2010) comenta que ambos son llevados a cabo por un solo actor, pero se diferencian debido a que el unipersonal es la configuración de una pieza escénica en sí, mientras que el monólogo es un recurso y como tal es empleado para dar a conocer el mundo interno de los personajes o facilitar información sobre ciertos sucesos al público. Además, en cuanto al diálogo se refiere, la naturaleza del unipersonal es dialógica; es decir, hay un personaje que habla con otro, por más que siempre sea el mismo actor interpretando diferentes roles. Por su lado, el texto en el monólogo es de sentido monológico. El personaje se dice sus líneas a sí mismo o, en última instancia, hacia un interlocutor (llámese público, conciencia, algún dios, etc.) del cual no espera recibir respuesta.

La razón por la cual opté por el lenguaje unipersonal se debe a un sentido de intuición (o capricho) que no supe explicar en un primer momento, pero que más tarde llegué a comprender.

## **1.2. Estado del arte**

Los referentes que presento en esta sección me sirvieron como apoyo e inspiración para la creación de mi propuesta artística. Se relacionan con la obra según el diálogo entre forma y contenido escénico, según el discurso de *la expulsión de lo distinto* y según la relación entre voz en *off*, voz interior y ansiedad.

### **1.2.1. Según el diálogo entre forma y contenido escénico**

*4:48 Psicosis* es la primera obra a la cual me acerqué en este proceso. Profundicé en esta creyendo que encontraría un referente en cuanto a temática psicológica o psiquiátrica se refiere, pero terminé hallando aquí una propuesta estética que diversifica la relación entre forma y contenido escénico.

*4:48 Psicosis* es la última y más reconocida obra de su autora, Sarah Kane, en la cual podemos atisbar toda la influencia de Samuel Beckett, Georg Büchner y Martin Crimp. *4:48 Psicosis* expone a una mente atravesada por este trastorno mental, pero no a través de un hilo dramático ni acotaciones ni de sus personajes, incluso se pone en duda la existencia de estos en la pieza, pues no se señala a ningún hablante explícito ni a sus diálogos. Esta obra aglomera de manera poética y extremadamente caótica una serie de textos independientes, retazos de diálogos, números, extractos de manuales de psiquiatría, informes y registros clínicos. De esta manera, Sarah Kane crea un espécimen dramático muy particular que se reconoce a sí mismo tanto en forma como en contenido (Matamala, 2017).

Esta es la razón por la cual *4:48 Psicosis* ocupa un lugar en este apartado, pues la obra *Alguien adentro* también intenta crear un vínculo entre el tema que aborda y cómo lo presenta.

### **1.2.2. Según el discurso de la expulsión de lo distinto**

Obras y ejemplos que traten los temas de racismo, clasismo, persecución política podrían confundirse con referentes que abarquen el discurso de *la expulsión de lo distinto*. No obstante, como he explicado líneas atrás, las ideas de Han no solo hacen referencia al rechazo *del otro*, sino que también es una exacerbación y una enfermedad del yo. A continuación, comentaré un ejemplo que analiza el mismo autor: la película *Anomalisa*.

Michael Stone es un experto en el trato al cliente. Ha escrito un libro titulado *¿Cómo puedo ayudarte a que los ayudes?* Parece ser una persona de principios altruistas, pero esta es

solo una fachada que oculta su verdadera carencia. Michael solo tiene experiencias monótonas en su vida. Monotonía proviene de los términos *mono* ‘uno’ y *tonía* ‘tono’, en otras palabras, de un solo tono o que carece de variedad en estilo vocal (Cáceres, 2002). Y es que este personaje escucha a todas las personas bajo el mismo timbre de voz, ya sean hombres o mujeres, ancianos o pequeños. Sin embargo, su mundo sufre un giro radical cuando en un hotel, al estar preparándose para su conferencia, escucha una voz distinta: la voz de Lisa.

En el encuentro de Michael con Lisa acontece una genuina experiencia. Uno se enamora de la alteridad *del otro*, pero Michael no está preparado para dejar su narcisismo. Él quiere que ella se comporte según sus reglas y expectativas, y se lo hace saber mientras desayunan. Lo cual ocasiona que Lisa pierda sus rasgos distintivos y pase a escucharse como el resto del mundo. Ante esto, a Michael le retornan esos sentimientos de vacío y soledad que creyó haber dejado de lado por un momento. En este desenlace, podemos llegar a atisbar el discurso del autor para su obra. Este mensaje también encuentra soporte a nivel de dirección, pues la película está rodada bajo la técnica de *stop motion*. Con este formato logran conseguir una uniformidad, es más, una mismidad en la presencia y gesticulación de los personajes.

### ***1.2.3. Según la relación entre voz en off, voz interior y ansiedad***

La relación entre voz en *off* y voz interior no es muy reciente en el teatro. Si bien la implementación de aparatos eléctricos dentro de los mismos edificios en el siglo XX posibilitó la ejecución de este recurso, antes de que esto sucediera hubo otras maneras de dar a conocer el mundo interno de los personajes. Me refiero al monólogo, del cual hablamos líneas atrás. Teniendo en cuenta que el acto de hablarse a sí mismo tiene algo de similar con el hecho de sobrepensar, se podría decir que un personaje que monologa mucho tiene ansiedad, como Hamlet, pero eso dependería también de su tratamiento dramático.

Lo que puedo afirmar es que dentro de este proceso creativo se me vino a la mente un personaje que ejemplifica y encaja muy bien dentro de la relación voz en *off*, voz interior y ansiedad. Estoy hablando de Charlie de la película *El ladrón de orquídeas*<sup>1</sup>. En esta cinta, Charlie es un guionista casi calvo, subido de peso y con miedo de socializar. La voz interior de su cabeza, que podemos escuchar por medio de la voz en *off*, le recuerda constantemente sus inseguridades. Este atosigamiento contra sí mismo evidencia su cuadro de ansiedad. Este tipo de dinámicas es la que busco crear en la obra *Alguien adentro*, pero, como veremos en los próximos capítulos, esta pieza consiguió un tratamiento particular.



---

<sup>1</sup> Película escrita por Charlie Kaufman, quien también es autor y director de *Anomalisa*.

## Capítulo 2. La metodología

En el presente capítulo se expondrá el diseño metodológico elaborado para esta investigación y un referente metodológico de gran utilidad, pero antes se llevará a cabo una pequeña revisión de cómo el arte ingresa en la academia y los tipos de investigaciones artísticas que existen.

### 2.1. La investigación artística

Para comprender la investigación artística o el paradigma performativo es necesario tener conocimientos sobre los otros campos de investigación y sus presupuestos. Las investigaciones de las denominadas ciencias exactas tienen como objetivo la búsqueda de leyes universales bajo modelos matemáticos. Esta tarea se da cumpliendo con la uniformidad del objeto de estudio, la neutralidad del investigador, la práctica acumulativa de conocimiento, entre muchos otros postulados. Por su parte, el paradigma cualitativo investiga bajo el modelo de la antropología, y busca comprender las creencias y deseos de los seres humanos. Lo hace por medio de un investigador involucrado con su objeto de estudio, generando conocimiento variable y llegando a conclusiones probables. A pesar de sus diferencias, ambos campos comparten la noción de implementar un diseño metodológico para alcanzar sus propósitos (León, 2018).

Ante tal panorama, tendríamos que preguntarnos de qué manera el arte puede llegar a ser calificado como conocimiento académico, ya que, tradicionalmente, ha sido considerado una disciplina que escapa del concepto y la reflexión. Esta perspectiva se encontraba en el imaginario social desde los siglos XVIII y XIX debido a las corrientes filosóficas que legitimaron la figura del genio creativo que obra sin reglas y en búsqueda de la originalidad (León, 2018). Siguiendo estos lineamientos, el arte se presenta como un terreno hostil para el investigador, pues no puede ser comprendido, analizado ni conceptualizado, lo cual imposibilitaría desde un inicio la formulación de los objetos de estudio.

Sin embargo, esta postura no es más que una impresión difuminada sobre el trabajo del artista. Desde el punto de vista de la estética, se explica que para la creación de propuestas estéticas (y por ende arte) se hace necesario contar con dos elementos: la teoría y la práctica. Estos juicios también pueden ser comprendidos bajo los términos *studium* y *punctum*; lo universal y lo individual; o, simplemente, la técnica y el sentimiento. En otras palabras, un artista se forma con conocimientos concretos de su trabajo, pero la teoría es útil solo hasta cierto punto o no basta. Para cautivar al espectador requerimos de algo más: un acercamiento, una intimidad, una perspectiva personal del mundo. Ambos aportes hacen posible este cometido, pero si uno de estos juicios excede a otro, por ejemplo, la teoría a la práctica, la obra de arte resultará manida o redundante. En contraparte, si los sentimientos le ganan a la técnica el resultado no será entendido, pues habrá dejado de lado la mirada del público. El equilibrio es indispensable en este enfoque.

Con esta explicación podríamos comenzar a trazar un camino desde el arte hacia el pensamiento científico, pues se podrían validar investigaciones de carácter teórico que analicen la relación entre objetos de estudio históricos, sociales, antropológicos con una gran cantidad de aspectos artísticos. Sin embargo, ¿qué haríamos con la condición práctica del arte? ¿La ignoramos? ¿La dejamos afuera del pensamiento científico? Ante tal desconcierto, Henk Borgdoff (2012) afirma que el arte puede superar la división entre la teoría y la práctica. Los conocimientos artísticos se encuentran atravesados por la práctica y la teoría misma. Lo cual convierte al arte en un fenómeno reflexivo y, de este modo, es posible generar conocimiento a partir de la creación artística.

Esta configuración tan particular, entre otras características, nos llevan a pensar en la investigación artística como un campo independiente de lo cualitativo y lo cuantitativo, un paradigma con sus propios presupuestos, pero sobre todo con sus propios fines. Los números cuantifican el mundo. Las letras le dan un rango de importancia a las cosas. Alejandro León

(2018) señala que las artes se rigen bajo la noción de pensatividad, que es la capacidad de interpelar al espectador y presentarle una realidad que estaba oculta a sus ojos. A continuación, explicaré los tipos de investigaciones artísticas que existen.

## **2.2. Tipos de investigaciones artísticas**

Borgdoff (2012) cataloga las investigaciones que se dan en el entorno artístico en tres tipos. El primer tipo es la investigación *sobre* las artes. En esta, el arte es el objeto de estudio y permanece intacto ante la mirada del investigador. Asimismo, se considera que existe una distancia ideal entre el investigador y lo investigado. Sus aportes son de carácter reflexivo e interpretativo. Así suman nuevas perspectivas filosóficas, históricas, estéticas y otros tipos de conocimientos al repositorio de saberes artísticos. El segundo tipo es la investigación *para* las artes. En esta el arte, más que el objeto, es el objetivo de la investigación. Se explora a nivel práctico herramientas y técnicas que puedan aportar al campo de las artes. El tercer tipo es la investigación *desde* las artes. Esta no contempla una separación entre el investigador y el objeto de estudio, y a la vez no separa la teoría de la práctica.

Analicemos un poco más las características de este último tipo, pues son las que manifiesta la presente investigación. En las investigaciones *desde* las artes, la relación del investigador y lo investigado está atravesado por la relación entre el creador y lo creado. Este vínculo imposibilitaría la concepción de un investigador neutral. Ante tal inconsistencia, la crítica y la revisión de otros especialistas se presentan como un paso indispensable en la producción de conocimientos. Asimismo, en este tipo de investigaciones el objeto de estudio está sujeto a diferentes cambios durante todo el proceso. El creador tiene la libertad de reformular su propuesta, transformarla y hacerla avanzar según su intuición. Para finalizar, al comparar las investigaciones *para* y *desde* las artes podemos decir que una y otra afrontan su quehacer en la práctica misma. La diferencia es que, en esta última, toda la investigación está dirigida y culmina en la creación de una propuesta artística.

### **2.3. Diseño metodológico**

Investigar no se trata solamente de buscar conceptos y referentes artísticos, sino que es todo un recorrido que va a través de la experimentación, sistematización, comunicación, entre otros pasos. Este proceder genera un gran debate en la comunidad, ya que algunos aceptan la importancia de un diseño, pero otros creen que ello les resta capacidad creativa. A esto, se suma el problema de que no existe un conjunto de metodologías acreditadas para las artes. Por un lado, en la actualidad se aceptan algunas alternativas como el hecho de pedir prestadas metodologías de las ciencias sociales, naturales, etc. Por otro lado, existe la opción de que el artista cree su propia metodología. Esta última es la más alentada por la comunidad. Para estos casos, el artista deberá proponer una sistematización que guíe su práctica y la cual, a su vez, responda a la propuesta artística (León, 2018).

En esta búsqueda de coherencia, es decir, de vincular lo que se trata de conseguir y el modo de hacerlo, elaboré un plan que se ajustó a medida que avanzaba en la investigación. El diseño metodológico está conformado por una charla con una especialista en salud mental, un laboratorio de investigación y creación escénica, y un conversatorio. A continuación, ilustro el proceso mediante una tabla.

**Tabla 1***La matriz metodológica*

Herramienta		Objetivo	Sesiones	Instrumentos de recojo de información
Charla con la psicóloga		Comprender los conceptos de ansiedad, trastorno de ansiedad, ansiedad social, entre otros.	Una sesión	Ficha-bitácora Equipo de filmación Equipo fotográfico
Laboratorio de investigación y creación escénica	Módulo 1	Explorar la relación entre la actriz y la voz en <i>off</i> . Explorar la sonoridad de los objetos	Diez sesiones	Ficha-bitácora Equipo de filmación Equipo fotográfico
	Módulo 2	Generar un libreto a partir de las exploraciones llevadas a cabo	A lo largo de seis semanas desde el Módulo 1	Bitácora
	Módulo 3	Escenificar la obra	Cuatro semanas (2 a 3 sesiones por semana)	Ficha-bitácora Equipo de filmación Equipo fotográfico
Conversatorio con la psicóloga		Reflexionar y recoger las impresiones del público con respecto a la obra	1 sesión	Equipo de filmación

La presente investigación tuvo como fin investigar cómo la voz en *off* puede plasmar los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto* en una obra unipersonal.

La primera actividad que tuve que realizar dentro de esta investigación fue concretar una charla entre el equipo creativo (actriz, compositor, diseñador lumínico y yo) y una psicóloga de nuestra institución. Esta reunión tuvo como objetivo hablar y comprender las nociones de ansiedad, trastornos de ansiedad, ansiedad social, entre otros conceptos. No obstante, a ello se le suma una pequeña intención ética. La ansiedad es un tema delicado de tratar. En lo posible, me interesaba que estemos muy bien instruidos para poder llevar a cabo la investigación con respeto. Aproveché también un momento después de la reunión para recoger algunas impresiones sensibles del equipo sobre la ansiedad.

Después de dicha reunión, di comienzo al laboratorio de investigación y creación escénica. Para describir lo que aconteció durante el Módulo 1, tengo que mencionar que, dentro de la obra, La voz interior es un personaje más. Esta condición de personaje me llevó a plantearme como primer objetivo investigar la interacción entre la actriz y la voz en *off* pues era necesario crear la convención de conflicto de un personaje con su voz interior en escena. La segunda parte del Módulo 1 se concentró en buscar recursos para combatir a La voz interior. Debido a su naturaleza sonora, me percaté que podríamos hallar en el sonido que emitían los objetos una vía para callarla. Ambos objetivos se llevaron a cabo gracias a una serie de juegos, exploraciones y bocetos que escribía sesión a sesión.

En el Módulo 2 tuve como objetivo terminar de escribir la obra. Como acabo de mencionar, mientras se desarrollaba el Módulo 1, llevaba pequeñas escenas a las sesiones de ensayo para que la actriz pudiera explorar con estas en el espacio. Sin embargo, nuestro proceso de exploración tuvo que detenerse de imprevisto (las razones las explicaré más adelante). Este suceso me condujo a analizar el trabajo que veníamos realizando, enfocarme en el libreto y elaborar una propuesta dramática que terminó titulándose *Alguien adentro*. Fue durante este periodo que descubrí un subtexto más escondido en la obra. Había aparecido el discurso de *la expulsión de lo distinto*.

En el Módulo 3 el objetivo que tuvimos, en conjunto, fue escenificar la obra que había escrito. Esta labor también nos condujo a tomar una serie de decisiones con respecto a la voz en *off*, pues su tratamiento sonoro tenía que conducirnos hacia la lectura de los discursos de ansiedad y *la expulsión de lo distinto*. Con todas estas tareas completadas, la obra se estrenó el 13 de julio del año 2023. Al día siguiente, y para cerrar con la investigación, realizamos un conversatorio en el que estuvo presente la psicóloga. Este evento tuvo como fin reflexionar y recoger las impresiones de los espectadores con respecto a la pieza que habíamos presentado. La perspectiva instruida de la psicóloga fue de gran ayuda para este momento.

Cabe mencionar que durante todo el proceso conté con varios instrumentos siendo la principal la ficha de recojo de información. En esta ficha, que servía a la vez de bitácora, recopilé los objetivos que se llevaban a cabo en cada sesión, las preguntas para la actriz y/o equipo técnico, los comentarios acerca de los avances, entre otros descubrimientos que iban apareciendo.

#### **2.4. Referente metodológico**

Uno de los referentes que más tuve presente dentro de mi proceso de investigación fue al maestro y director Jorge Eines. Este teatrista cuenta con una vasta experiencia y forma a sus actores bajo un proceder técnico y estructurado que tiene como eje a las acciones físicas de los personajes. El método de las acciones físicas fue propuesto por Konstantin Stanislavski, quien buscaba en sus últimos años de vida un modo de actuar que no dependiera de los sentimientos, la conocida psicotécnica. Tras su deceso, esta postura fue retomada por Jerzy Grotowski, los alumnos de este mismo y otros tantos referentes más cercanos como Raúl Serrano y, por supuesto, Jorge Eines.

Sustentar el trabajo del actor en el método de las acciones físicas nos conduce a concentrarnos en una serie de presupuestos técnicos. El componente técnico más importante para Jorge Eines es el *previo*, que es la entrada que conduce a la exploración de las escenas y consta de cuatro partes. El primer paso es el autónomo. Este es un momento para que el actor se enfoque en sí mismo, identifique sus tensiones y trate de atenuarlas mediante un calentamiento activo. El segundo paso es la gimnasia emocional y llega cuando los actores se encuentran listos para el encuentro. Aquí juegan, saltan, se trasladan y llevan sus cuerpos hasta el límite del cansancio. La exigencia física es el pago que se tiene que hacer para entrar a escena. Un intercambio sostenido, pero más pausado, evidencia que estamos en el tercer paso: el ritual. Todo lo que está afuera deja de ser relevante. Por último, en el cuarto paso

tenemos el puente que consiste en armar el espacio, tomar la indumentaria de los personajes y comenzar a explorar.

La ejecución del *previo* no debería verse como un simple calentamiento. El juego que permite entrar un terreno creativo, la concentración producto del paso de lo cotidiano a lo extracotidiano, la escucha orientada hacia el trabajo con el compañero, entre otros tantos principios, deberían de pasar a formar parte de nuestra disciplina actoral (Eines, 2018). Por todo ello que desencadena y, también por el enfoque de las acciones físicas, opté por implementar el *previo* como un recurso para nuestro proceder diario durante el periodo de exploración. De ello hablaré en el siguiente capítulo.



### Capítulo 3. Fase de exploración

En este capítulo describiré la génesis del proyecto y los caminos descartados que tuvo el diseño metodológico para luego concentrarme en detallar todo lo que aconteció durante el Módulo 1.

#### 3.1. La génesis

Había una imagen que rondaba en mi cabeza desde hace mucho tiempo. Era la de un hombre que se levantaba de la cama. Se duchaba. Iba al trabajo y nosotros (el público) podíamos escuchar los pensamientos que le abordaban durante su día. Esa idea estuvo guardada en mi cabeza durante muchos años hasta que llegó la pandemia. Fue en esos meses de confinamiento que decidí volver a terapia y, entre tantas conversaciones, la especialista en la salud mental me comentó la definición de ansiedad. Una de las características de la ansiedad, tal y como la describí en el marco teórico, consiste en tener una voz interior crítica, instigadora, molesta, que no nos permite tener ni un minuto de descanso. Estas imágenes en mi cabeza representaban a una persona con un cuadro de ansiedad. Este descubrimiento marcó el inicio de mi investigación y, aunque atravesó por muchos cambios, siempre mantuve esta imagen como guía.

#### 3.2. Lo descartado

Como es normal en toda investigación, hubo ciertos planteamientos que fueron descartados y que sirvieron como un primer esbozo antes de completar el diseño metodológico. Uno de estos ejercicios planeados, se apoyaba en prácticas psicológicas que son útiles para combatir la ansiedad. Esta técnica consiste en tener a la vista mensajes que refuercen nuestra autoestima: «Vales mucho por ser quién eres», «No tienes que ser perfecto», «Las emociones son parejas», etc. Pretendía combinar el uso de estas frases y el paso por el *previo*. Tenía en mente que la actriz llevara a cabo el *previo* mientras reproducía dichas frases, a través de los parlantes, en un *loop* constante. Con ello, quería que ella creara



Además de estos dos planteamientos descartados, le dije no a otra ruta de investigación. Al entrar a la fase de exploración, me recomendaron abordar los ejercicios de los ensayos desde el material personal de la actriz, es decir, desde sus recuerdos, testimonios, sentimientos, etc. Yo ya había contemplado este camino y la razón por la cual lo descarté fue por el hecho de que en una propuesta testimonial o cercana al testimonial (aunado del formato unipersonal) ella se encontraría expuesta como ser humano, no como actriz. Razonablemente, esto me resultaba preocupante, ya que no sabía cómo actuar si sus emociones se desbordaban durante un ensayo. Con todas estas rutas apartadas, continué con lo que tenía planeado en mi diseño metodológico.

### **3.3. La interacción entre la actriz y la voz en *off***

La interacción entre la actriz y la voz en *off* fue el primer objetivo planteado dentro del Módulo 1, el cual a su vez da inicio el laboratorio de investigación y creación escénica. Para nuestro Ensayo 1 presenté un avance del libreto (dos caras escritas). Lo leí con mi equipo de trabajo y lo comentamos. Le expliqué a la actriz lo que era el *previo* y cómo se desarrollarían nuestras exploraciones bajo la metodología de Jorge Eines (afortunadamente ella contaba con ciertas nociones sobre este tema). En síntesis, toda esta sesión se concentró en presentar y resolver las dudas sobre la fase de exploración.

Para el Ensayo 2, pretendía que ella empiece trabajando con el apoyo de alguien más e ir adaptándonos con el pasar de los días a la soledad del lenguaje unipersonal. Así, se desarrolló en el siguiente ensayo. La actriz y una compañera leyeron la escena. Realizaron el *previo*, mientras ellas transitaban por el autónomo, la gimnasia emocional, el ritual y el puente, yo las apoyaba desde afuera. Les pedí que sostuvieran el ritmo, que jueguen y que se liberen de todo lo cotidiano. Tras pasar por el *previo*, comenzó la exploración de la escena (relación, objetivos, estrategias de los personajes, etc.). Ese día, ambas actrices se desarrollaron con una gran escucha. Comprendo la escucha en escena como la capacidad de

recibir las palabras y las acciones del otro actor para transformarlas en conveniencia de los objetivos de uno. A continuación, comparto una imagen de dicho momento.

## Figura 2

*Actriz explorando con apoyo de una compañera*



Terminada la exploración pasamos a tener un descanso y luego recreamos los momentos que tuvieron sentido. Estos momentos son aquellos en los cuales la palabra y el cuerpo se encuentran en concordancia o discordancia; por ejemplo, un cuerpo tembloroso y una voz que dice «Tengo miedo» dan un mensaje explícito de lo que siente dicha persona. No obstante, un cuerpo firme y una voz que dice «Tengo miedo» también da un mensaje, pero no es el mismo que el anterior. Este último es contradictorio y podría denotar cierto tipo de valentía por parte de una persona que obra por encima de sus miedos. Las exploraciones estuvieron abiertas a ambos tipos de contenidos.

Con esta experiencia y con una gran disposición por parte de la actriz, pasamos al Ensayo 3. Lo que pretendía en esta sesión era soltar los audios de La voz interior (aquellas líneas que estaban escritas en el boceto) por medio de los parlantes una vez que ella haya terminado con el *previo*. Así, la actriz podría jugar con La voz interior y explorar sus acciones físicas, estrategias y objetivo con esta, como si fuese una compañera. No obstante,

cuando comenzamos la exploración me di cuenta que ella requería de cierto apoyo. Por ende, desde afuera del espacio pasé a enunciar las líneas de La voz interior. Fue así que, en parte, tuvimos que postergar nuestro objetivo para el siguiente ensayo, pero no dejamos de trabajar.

Al llegar al Ensayo 4, lo primero que hicimos fue recrear las acciones que en la sesión pasada nos habían parecido significativas y luego retomamos la tarea que quedó inconclusa. La actriz enfocó sus energías en el *previo*. Pasado el *previo* dejé correr el audio de La voz interior que lanzaba frases sueltas a través de los parlantes. La exploración se dio con gran soltura, pero, una vez acabada la sesión, la actriz me comentó que la grabación no le afectó porque no estaba escuchando su timbre de voz. Fue mi error. Debido a un tema técnico había decidido que nuestro compositor y sonidista grabase las líneas de La voz interior con su propia voz. Para nuestro siguiente ensayo tuvimos que reparar este detalle.

### **Figura 3**

*Actriz explorando sola*



Otro aspecto que tuve que resolver estaba relacionado con la mirada. Me había percatado que la mirada de la actriz, de vez en cuando, se dirigía hacia afuera de la escena. Al iniciar el Ensayo 5 le hablé sobre esto y le pedí que fuera más consciente de a dónde observaba. Del mismo modo que los días anteriores, volvimos a recrear las acciones

significativas, luego la actriz llevó a cabo el *previo*. Pasada esta etapa llegamos a la exploración y esta vez la actriz sí podía escuchar su timbre en la grabación de La voz interior. Además, durante la exploración, su mirada estuvo dirigida hacia los elementos con los que estaba jugando y en relación a su objetivo que en ese momento era buscar al hámster. Cerca a cerrar la sesión, y como contábamos con cierta estructura gracias al libreto, tomé el rol de La voz interior y recreamos la escena.

Este ritual de recrear los descubrimientos al llegar al salón, pasar por el *previo*, explorar y, por último, hacer una pasada de la escena se fue asentando como nuestra dinámica de trabajo. Y el Ensayo 6 no fue la excepción, salvo por el hecho de que sumamos a nuestro proceso a un nuevo integrante: el hámster que, si bien ya se hablaba de él, aún no hacía su aparición. Producto de nuestros ensayos llegamos a tener una variedad de acciones físicas, traslados y matices vocales para componer la escena que había escrito.

#### **Figura 4**

*Misimimiu, el hámster*



Sabíamos que nuestro proyecto iba a requerir de una presentación así que a la par de los ensayos también nos dedicamos a pensar e identificar qué necesitaríamos para la muestra final. Para ello, debimos tener en cuenta la facilidad del traslado de los equipos, los *softwares*

para nuestras *laptops*, la corriente eléctrica, entre otros detalles. Una vez identificado lo imprescindible llegamos al Ensayo 7. Para este día, tenía en mente realizar la escena del boceto. Nosotros, el equipo técnico, estaríamos al mando de la consola de sonido y parlantes para poder reproducir las líneas de La voz interior mientras que la actriz estaría en escena involucrada con la situación de su personaje. Entre prueba y errores, y unos retoques de La voz interior más, logramos grabar la escena que luego compartí con mi jefa de práctica en clase.

### Figura 5

*Escena empleando la consola de sonido y parlantes activos*



Cabe resaltar que en este ensayo también quería explorar una característica del sonido estéreo. Quería que las líneas de la voz en *off* salieran en un determinado momento por el parlante derecho y luego por el izquierdo. Me hubiera gustado saber cómo esta atmósfera condicionaba y afectaba el comportamiento del personaje. No obstante, no pudimos programar los dispositivos para que funcionen de acorde a esta idea. Intenté en un momento futuro retomar esta tarea, pero se perdió en el ajetreo del montaje. Con estas exploraciones llevadas a cabo pasamos a la segunda etapa del laboratorio.

### 3.4. Exploración con el sonido de los objetos

Durante los días de ensayo tuve una experiencia muy singular. Acudí a un concierto que se caracterizó por su magnitud en decibeles. Entre tanto bullicio y estruendo, no tuve la oportunidad de escuchar mis propios pensamientos. La voz que tenía en mi interior, de repente, se había apagado. Esto me llevó a pensar en una serie de ejercicios que podría implementar en mi investigación y que comparto, a continuación, como la segunda parte del Módulo 1.

En el Ensayo 8 reunimos unos cuantos objetos. Los llevamos al salón y la actriz procedió a realizar el *previo*. Acabado este, introduje poco a poco los objetos al espacio para que ella pudiera explorar con estos bajo las pautas del ejercicio objeto transfigurado. Este ejercicio consiste en explorar con los objetos de todas las formas posibles menos para lo que fueron diseñados. Entonces un lápiz pasa a ser un arma; un peine, unas gafas; un paraguas, una antena, etc. Entre los descubrimientos que resaltaron fue el hecho de emplear una maqueta como si del hábitat del hámster se tratara. De esta manera, encontramos una metáfora muy potente. Abril es como un hámster, solo que vive en una jaula más grande.

#### Figura 6

*Exploración con los objetos*



Con esta introducción al uso de los objetos pasamos a la siguiente sesión. Para el Ensayo 9 lo que hicimos fue explorar la sonoridad de los objetos. De igual manera que la sesión pasada, la actriz llevó a cabo el *previo*. Después, comenzó a explorar con las ollas, las sartenes y los muebles para redescubrir los sonidos que estos originan. En un determinado momento, le pedí que intentara callarme solo haciendo uso de los objetos mientras yo pasaba a enunciar las líneas de *La voz interior*. De todo el material que obtuvimos, decidí conservar el recurso de la olla (que luego se convirtió en un recipiente) que ella usó para silenciarme.

### **Figura 7**

*Exploración con el sonido de los objetos*



Los ejercicios con los objetos también me condujeron a pensar en la escenografía de la obra: el dormitorio, el baño, la cocina y otros lugares que frecuentaba el personaje. En el Ensayo 8 (días atrás) la actriz me había pedido delimitar el espacio de Abril con cinta *masking tape* para que pueda reconocerlo mejor. Ese comentario volvió a mí unos días después y me hizo pensar en un tratamiento del espacio escénico. Con esta curiosidad en mente, y aunque se salía un poco de lo planeado, llegué al Ensayo 10 con la siguiente propuesta.

## Figura 8

*Propuesta de espacio escénico*



El trabajo que realizamos en esta sesión estuvo dirigido a hacer pasadas con el libreto en la mano teniendo en cuenta esta nueva propuesta de espacio escénico. Cada cuadrado de la cuadrícula simboliza un lugar del departamento de Abril. En un principio había objetos en estos, pero luego los fuimos retirando hasta quedarnos solo con lo indispensable. Lo que nos ofrecía esta propuesta sumaba al discurso de la obra, pues reducía el campo de acción del personaje. De cierto modo, le asfixiaba y le llevaba huir hacia un espacio seguro (que era el cuadrado del centro). Asimismo, el dejar de lado los objetos llenó de más sentido a la pieza, pues el personaje experimentaría su relación con los objetos del mismo modo que percibe la ansiedad. Todo está en su mente.

Después del Ensayo 10 tenía previsto realizar unos ejercicios de canto, pues, así como el sonido de los objetos, el canto también podría luchar contra *La voz interior*<sup>2</sup>. Sin embargo, tuvimos que detenernos de golpe. El motivo fue que la actriz tuvo un problema físico y necesitaba unos días de reposo. Frente a esta incertidumbre no me detuve. Dedicé mi tiempo a analizar los descubrimientos que habíamos obtenido y pasé a escribir el libreto, proceso del

---

<sup>2</sup> Considero que cantar puede reducir la ansiedad, no solo por el hecho de tocar nuestros estados de ánimo, sino debido a que condiciona al cuerpo humano a respirar con más calma y soltura.

cual hablaré en el siguiente capítulo. Aunque me hubiera gustado cerrar con lo planeado, también reconozco que el canto ameritaba un tratamiento especial, pues si un personaje canta sin previo aviso puede socavar la verosimilitud de la propuesta escénica, aunque ello nunca lo llegaré a comprobar.



## Capítulo 4. Creación del libreto

Este proceso tuvo un origen muy lejano, pero comencé a trabajar en el libreto debido al Módulo 1. Cuando las exploraciones se detuvieron abruptamente, continué con el análisis de los descubrimientos del laboratorio hasta la escritura de la obra. Todo ello comprende el Módulo 2.

### 4.1. Primeras líneas

Como lo había mencionado capítulos atrás, las primeras imágenes de este proyecto llegaron a mí hace mucho tiempo y como es de mi costumbre las apunté en un documento. Suelo guardar estas tramas o cuadros que no me atrevo a escribir porque considero que aún no cuento con la técnica suficiente para darles vida. Las siguientes líneas ilustran lo que hubiera sido una obra titulada *Discurso sobre diálogo*.

EL JOVEN despierta y se queda sentado en la cama.

LA VOZ INTERIOR: ¿Tengo que salir? ¿Por qué? ¿Por qué no solo me quedo adentro? Comida... Podría pedir... Ah...

EL JOVEN se levanta de la cama. Da unos pasos y entra a la ducha. Mientras lava su cuerpo se le resbala el jabón de las manos.

LA VOZ INTERIOR: ¿Si me resbalo moriría? No hay nadie más aquí. ¿Quién preguntaría por mí? ¿Mis padres? ¿Cuánto tiempo tardarían en darse cuenta?

EL JOVEN sale de la ducha y comienza a vestirse.

LA VOZ INTERIOR: ¿Metiste tus folders? Separa las hojas rojas de las hojas blancas. Separa las monedas en el bolsillo derecho y los billetes en el bolsillo izquierdo. Saca la camisa de tu casillero y mete otra. Perfecto.

En los días cercanos a Proyecto Final 1, era consciente de que podría generar el discurso de ansiedad con esta obra. Sin embargo, no contaba con todo el libreto y tampoco

comprendía cómo esta idea iría a encajar en una investigación *desde* las artes escénicas. Con más dudas que certezas llegó la fecha de la reunión con la psicóloga.

#### **4.2. Reunión con la psicóloga**

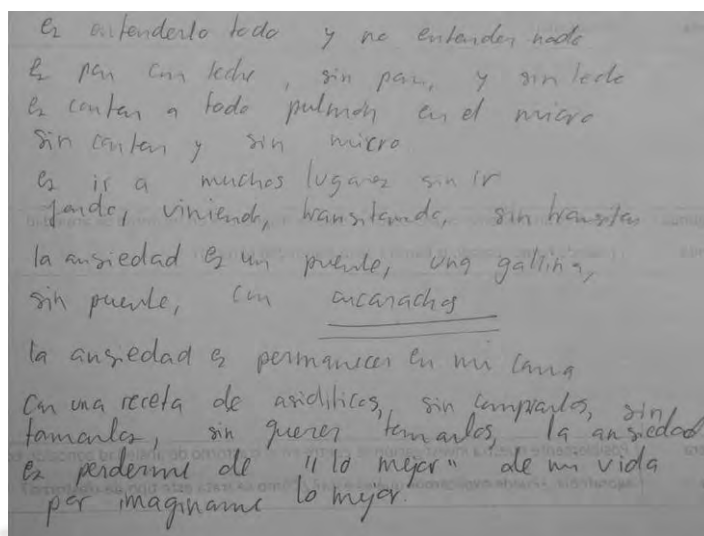
Para una mejor comprensión del fenómeno de la ansiedad, mi asesor me recomendó hablar con una psicóloga sobre este tema. Aproveché este momento también para establecer un punto de partida en la investigación e invité a todo el equipo creativo a la sesión.

El encuentro con la psicóloga Miriam Mejía, jefa de la Oficina de Bienestar Psicológico de la Dirección de Asuntos Estudiantiles de la PUCP, no tenía una función más allá de lo didáctico. No obstante, algunas ideas de nuestra conversación saltaron al plano creativo. En la reunión, ella nos mencionó que las personas con ansiedad social, es decir, individuos que tienen un miedo profundo de interactuar con otros hasta el punto de vivir reclusos, suelen recurrir a ciertas amistades de confianza. Estas amistades son sus únicos puentes de comunicación e información con el mundo exterior. Esta situación me llevó a pensar en un personaje que fuera el apoyo de Abril para los momentos más difíciles. Así nació la figura de Misimimiu.

Por otro lado, este encuentro también reforzó en mí una idea que venía sosteniendo desde hace tiempo: el hecho de que los personajes, dentro de sus mundos, vayan a terapia. Me agrada la idea de que estos seres sean conscientes de sus problemas y traten de resolverlos. Sitúa el conflicto tal vez no en la resolución de sus traumas, pero sí en el intento por sobrellevarlos. Indudablemente, tenía que añadir la figura del experto en salud mental a la obra. Al retirarse la psicóloga, quien nos atendió con gran amabilidad, me quedé un momento con mi equipo e hicimos un ejercicio de escritura creativa. Les di la indicación de que por un lapso de tres minutos escriban todo lo que tengan en mente y que empiece con la frase «La ansiedad es...». En la siguiente imagen podemos observar las líneas que escribió un miembro del grupo.

## Figura 9

Ejercicio llevado a cabo por un miembro del equipo



Al culminar esta reunión, debía de tomar una decisión con respecto a mi investigación. No contaba con el libreto y salvo que lo escribiera en menos de una semana (pues las fechas de ensayo ya se encontraban programadas) no podría abordar una tesis enfocada en el montaje de dicha pieza. Con este escenario descartado, opté por otra opción, una que consistía en llevar distintas escenas o cuadros a los ensayos para jugar con estos y una vez acabada la fase de exploración unir todos los momentos en una composición. Tomé ese segundo camino sin percatarme que una tercera opción me estaba esperando.

### 4.3. Dentro del Módulo 1

Con un plan trazado, comenzamos a trabajar en torno a la interacción de la actriz con la voz en *off*. Para el Ensayo 2, tenía previsto que la actriz realizara el *previo* con una compañera. Para este fin llevé un par de caras escritas. Estas hojas contaban un pequeño conflicto entre dos personajes, uno de estos tenía una actitud fatalista y cargaba con pensamientos catastróficos (característica distintiva de la ansiedad). Comparto un fragmento de esas caras a continuación.

A: No me voy a morir.

V: Te vas a morir.

A: No, no me voy a morir.

V: Te vas a morir sola en este cuarto y encontrarán tu cuerpo todo arrugado y-

A: No, no, tengo familia. Tengo amigos. Alguien preguntará-

V: ¿Tienes amigos?

A: Tengo...

V: Tienes una rata de mascota.

A: No le-

V: ¿Qué va a hacer por ti? ¿Inventar una radio? ¿Conectar el wifi?

A: Tengo familia.

V: Para cuando vengan ya será demasiado tarde.

Para el Ensayo 3, consolidé los personajes de Abril y de La voz interior e hice ciertos cambios en sus diálogos. Las líneas «Te vas a morir», «Tienes una rata de mascota» y otras tantas de La voz interior pasaron a ser «Me voy a morir», «Tengo una rata de mascota», etc. En esta configuración yace, precisamente, su carácter de pensamiento.

ABRIL: No me voy a morir.

VOZ INTERIOR: Me voy a morir.

ABRIL: No, no me voy a morir.

VOZ INTERIOR: Me voy a morir sola en este cuarto y encontrarán mi cuerpo todo arrugado y-

ABRIL: No, no, tengo familia. Tengo amigos. Alguien preguntará-

VOZ INTERIOR: ¿Tengo amigos?

ABRIL: Tengo...

VOZ INTERIOR: Tengo una rata de mascota.

ABRIL: No es-

VOZ INTERIOR: ¿Qué va a hacer por mí? ¿Inventar una radio? ¿Conectar el wifi?

ABRIL: Tengo familia.

VOZ INTERIOR: Para cuando vengan ya será demasiado tarde.

Estas páginas fueron de gran utilidad en la primera parte del Módulo 1. Para comenzar la segunda parte de esta fase, la cual se enfocó en explorar la sonoridad de los objetos, continué desarrollando dicha escena.

ABRIL: ¡Tengo familia!

VOZ INTERIOR: Pero no están aquí.

ABRIL: Van a venir a buscarme si no les llamo.

VOZ INTERIOR: Me buscarían en el grupo de refugiados. No aquí. No esperan que esté aquí.

ABRIL: Preguntarán.

VOZ INTERIOR: ¿Preguntarán? Ni siquiera conocen esta ciudad.

ABRIL: Como no van a-

VOZ INTERIOR: Estoy sola.

ABRIL: No estoy sola.

VOZ INTERIOR: Estoy sola.

ABRIL: Que no, que no estoy sola.

VOZ INTERIOR: A nadie le importo. A nadie le agrado. Estoy cerca de los treinta y nadie se fija en mí. Nadie querría salir con una rara. ¿Cómo voy a conocer a alguien? ¿Por qué pienso en conocer a alguien si estoy al borde de la muerte? Todo parece tan-

Con este boceto llevamos a cabo el ejercicio en el cual la actriz debía callar con los objetos mientras yo decía las líneas de La voz interior. Fue a partir de este ejercicio que

comencé a comprender un poco mejor las características de mi investigación. El proceso de creación de este libreto era abierto, es decir, tenía el trabajo de escuchar lo que acontecía en las exploraciones e ir sumando los descubrimientos a la obra (filtrando, obviamente, según el discurso y la temática de la obra).

Más adelante, y debido a que quería explorar con el espacio escénico del personaje escribí un nuevo cuadro. Comparto una parte de este a continuación.

Suena a lo muy lejos una alarma.

VOZ INTERIOR: Hoy sucederá una tragedia.

Las luces se prenden. ABRIL despierta y se sienta en la cama.

VOZ INTERIOR: Estoy gorda. ¿Cuántas *pizzas* tragué ayer? Ay. ¿Quién me va a querer con esta figura?

ABRIL se levanta y camina hacia la jaula de su hámster.

ABRIL: Hola, Misimimiu, ¿cómo estás? ¿Tienes hambre, bebé? ¿Tienes hambre?

ABRIL le da sus semillas y croquetas.

VOZ INTERIOR: Si sigo con estos atracones a fin de mes estaré tan gorda como tú.

ABRIL camina hacia el baño y se cepilla los dientes frente al espejo.

VOZ INTERIOR: Pero qué vieja. Ya me parezco a mi madre. Con estas patas de gallo incluso me veo más vieja que ella. Ni comiendo tres kilos de colágeno podría-

Suena la alarma de su celular. ABRIL camina hacia su dormitorio y toma el celular.

VOZ INTERIOR: ¿Ya son las diez?

ABRIL: ¿Qué?

ABRIL vuelve al lavadero. Escupe y se limpia la cara rápidamente. Sale del baño. Se pone una polera y prende su laptop.

ABRIL: Prende. Prende rápido. Prende.

La exploración de este cuadro se sitúa en el Ensayo 10. Como lo mencioné anteriormente, tenía la intención de continuar mis exploraciones con el recurso del canto, pero nos detuvimos en este punto abruptamente. Con cierta incertidumbre por lo que fuera a pasar, comencé a revisar los descubrimientos que habíamos obtenido en el Módulo 1 y me dediqué a pensar en un libreto para la obra.

#### **4.4. Escritura del libreto**

Para este punto de la investigación, mi hoja de ruta me indicaba que debía unir todos los cuadros que había escrito. Contaba con un boceto general que contenía los fragmentos con los cuales habíamos explorado y unas escenas más que le había presentado a la actriz. Mi trabajo habría sido simplemente parcharlos como si de un par de telas se trataran. Sin embargo, no procedí con lo planeado. En cierto momento, tras haber leído y releído todas las hojas, empecé a identificar un inicio, un nudo y un desenlace. Estaba observando el panorama completo de mi obra.

Me vi tentado, entonces, por la posibilidad de crear una obra de un solo acto con un conflicto, un detonante, un clímax, un arco de un personaje y otras tantas características más que las piezas de esta índole tienen, pero para ello necesitaba identificar la urgencia. Fue por eso que recurrí a mis, ya conocidos, esquemas de escritura.

HABÍA UNA VEZ una chica que le tenía miedo a salir al exterior.

PASABA SUS DÍAS encerrada en su casa, haciendo teletrabajo y con la compañía de su hámster.

HASTA QUE un día llega un ciclón a su ciudad.

DESDE DE ESE MOMENTO...

¿Qué iría a hacer el personaje desde ese momento? ¿Cómo reaccionaría? ¿Alistaría sus provisiones? ¿Ignoraría el fenómeno? Si se sentía aterrada e intentaba huir del ciclón entonces el ciclón marcaba un antes y un después en la obra, pero también venía a representar una cuenta regresiva. La configuración del ejercicio, luego de un análisis, quedó de la siguiente manera.

HABÍA UNA VEZ una chica que le tenía miedo a salir al exterior.

PASABA SUS DÍAS encerrada en su casa, haciendo teletrabajo y con la compañía de su hámster.

HASTA QUE un día llega un ciclón a su ciudad.

DESDE ESE MOMENTO tratará de salir de su habitación

PERO su voz interior intentaría hacerle sentir culpa por sus decisiones.

Con esta urgencia, detonante o hilo conductor identificado me dediqué a escribir el libreto. No fue una tarea sencilla. Se trató más de un trabajo de reescritura que una simple unión de escenas, pero unos días más tarde ya contaba con un boceto. Fue durante este proceso que pasaron por mi mente una serie de pensamientos en torno a las ideas de un filósofo que había leído hace poco. Su nombre era Byung-Chul Han. Con la intención de otorgarle más riqueza a la obra comencé a dejar ciertas metáforas a lo largo del texto que conectaban con la filosofía de este autor. No estaba seguro si de aquí se podría configurar un nuevo objeto de estudio, pero mi curiosidad no se detuvo. En el siguiente apartado, comentaré cómo *la expulsión de lo distinto* se hace presente en la obra *Alguien adentro*.

## Capítulo 5. Escenificación

En este capítulo describiré lo que aconteció en el Módulo 3, es decir, en el proceso de escenificación de la obra *Alguien adentro*. Asimismo, ofreceré detalles sobre el conversatorio y los comentarios que recibimos en ese evento. Por último, analizaré cómo los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto* se hacen presentes en la obra.

### 5.1. Lectura de libreto y lectura dramatizada

Teniendo ya el libreto escrito, reuní a todo el equipo para leerlo en un salón. Como la actriz se encontraba aún delicada de salud, ella nos acompañó en esta sesión de manera virtual. Le pedí a cada miembro del equipo que mientras realizábamos esta lectura tomen apuntes de cómo abordarían la obra desde sus respectivas labores: actuación, iluminación, espacio escénico y sonido. Evidentemente, hicimos hincapié en este último apartado. Una vez acabada esta parte de la sesión, la actriz se desconectó y pasamos a realizar la lectura dramatizada del libreto, es decir, una escenificación que tiene en cuenta algunos traslados y acciones generales del personaje en compañía del texto. Para esta labor una compañera tomó el lugar de la actriz y, del mismo modo que en la tarea pasada, las indicaciones fueron estar atentos a cómo abordar la obra.

## Figura 10

*Lectura del libreto*



La obra cuenta con un personaje principal en escena y Misimimiu, un hámster que es representado por un pequeño muñeco. Los demás personajes nunca son vistos, pero sabemos de ellos porque los escuchamos. Esta propuesta estética tan particular representaba todo un desafío. ¿Cómo podríamos hacerla realidad? La primera decisión que tomamos consistió en grabar todas las líneas de *La voz interior*; la segunda, en que las voces de los demás personajes aparecerían en vivo (con ciertas excepciones) y siendo emitidas por diversos miembros del grupo. De este modo, cada uno de nosotros tomó un rol. Una persona haría de la psicóloga; otra, del oficial y de Misimimiu; y unos cuantas más, de los periodistas.

Mientras nos enfocábamos en el tratamiento de la voz en *off*, comenzaba a pensar que se iba creando una configuración que respondía al discurso de *la expulsión de lo distinto*.

### 5.2. Ensayos

Como ya habíamos trabajado, significativamente, en la fase de exploración contábamos con cierta cantidad de traslados, movimientos, gestos y acciones físicas para algunas escenas, pero nos faltaba completar el resto de la obra. Para la Semana 7<sup>3</sup>, nos

---

<sup>3</sup> Durante el Módulo 3 tuvimos entre 2 a 3 ensayos por semana.

concentramos en terminar de desarrollar y fijar la línea de acciones físicas de la actriz. La dinámica de trabajo de este módulo fue similar al del Módulo 1. La actriz exploraba en el espacio. Yo hacía de La voz interior. Mis compañeros nos apoyaban con sonidos y el resto de personajes. Fijar para este punto de la investigación no implicaba dejar de jugar ni de buscar otras acciones, pero sí significaba que estas actividades no eran una prioridad. Por ello, en toda la fase de escenificación el paso por el *previo* no fue necesario.

### **Figura 11**

*La actriz en ensayo*



Para la Semana 8, nuestra tarea principal fue grabar los audios de La voz interior. Para realizar esta actividad reservamos toda una sesión. A pesar de que no contábamos con mucha experiencia en grabación, sabíamos que teníamos que otorgarle a La voz interior ciertos matices y carácter que denote el objetivo que tiene en escena. De manera pragmática e intuitiva, cuidamos estos detalles.

## Figura 12

*Grabación de las líneas de La voz interior*



La siguiente sesión pusimos a prueba la interacción entre la actriz y la voz en *off* en el Tambo Actoral, espacio que nos ofreció la Facultad de Artes Escénicas para que podamos presentar la obra. Una vez dentro del lugar de ensayo, me posicioné en la cabina técnica. Yo tuve el trabajo de manejar y enviar los audios de *La voz interior* hacia la consola de sonido. La actriz estuvo en escena y el resto del equipo nos apoyó desde la platea.

## Figura 13

*Ensayo en el Tambo Actoral*



Para esta fecha se nos presentaron algunas complicaciones con respecto al uso de la cabina técnica. Por un lado, no pudimos ingresar a este lugar los equipos que necesitábamos para modificar la voz en *off*. Por otro lado, el rango de visión que nos ofrecía la cabina era muy limitado. Este punto era crucial, pues si no podía seguir las acciones de la actriz no podía enviar los audios de La voz interior. Con el fin de solucionar estos contratiempos, compramos unos metros de cables para conectar nuestras laptops y el teclado a la consola de sonido desde el primer piso. Así, en los próximos ensayos, pudimos contar con una mejor visión y manejar el teclado.

Para la Semana 9 de trabajo, tuvimos la compañía de Mateo Chiarella. Además de verificar la labor que veníamos realizando nos hizo una recomendación luego de ver la escenificación de la obra. Debido a la estrecha relación entre Misimimiu y Abril, la actriz podría sumar a su actuación ciertos rasgos de su compañero roedor: podría moverse, despertar y caminar como un hámster. Con estas sugerencias, le otorgamos al personaje más complejidad. En las posteriores sesiones trabajamos los apartados de vestuario, iluminación, sonido ambiental y terminamos de completar algunos detalles de las voces en *off*. Quería que La voz interior pudiera expresar agonía en el momento más dramático de la obra. Para ello, era necesario editar uno de los audios. Además, deseaba que el timbre de voz de Misimimiu sea más agudo, y para lograrlo en vivo era indispensable el teclado

En la Semana 10 comenzamos a realizar pasadas completas en el Tambo Actoral con los recursos que habíamos trabajado. Con gran alegría, iba observando cómo los componentes de la obra dialogaban entre sí y la creación misma conseguía su propio ritmo. En esas fechas nos concentramos en pulir los detalles de la pieza hasta el día de la presentación.

## Figura 14

*Ensayo sin diseño lumínico*



### 5.3. Estreno y conversatorio

La obra *Alguien adentro* se presentó en el espacio del Tambo Actoral el jueves 13 y el viernes 14 de julio del año 2023. Contamos con diversos invitados entre amigos, familiares, profesores y la comunidad FARES en ambos días de función. Luego de la última presentación, llevamos a cabo un conversatorio entre una moderadora, la actriz, la psicóloga Miriam Mejía y el director (yo). Este evento tuvo la finalidad de reflexionar sobre la ansiedad de la mano de la especialista en salud mental y recoger las impresiones del público acerca de la obra. Este último paso era muy importante, pues nos permitiría saber si esos discursos que tanto habíamos trabajado se llegaron a comunicar.

A continuación, comparto un comentario realizado por la psicóloga frente a las preguntas ¿qué te pareció hablar de este tema (la ansiedad)?, ¿qué te pareció ver esto en escena?, ¿sentiste que faltó algo?, ¿qué sentiste que debíamos meter allí? realizadas por la actriz.

Psicóloga: A veces tenemos miedo de tocar estos temas. ¿Qué pasa si yo toco la ansiedad y disparo la ansiedad en el auditorio? ¿No? Por eso lo que a mí me

parece es que han demostrado una trayectoria, la trayectoria de la ansiedad [...] Se habla de las emociones como unas olas que suben y bajan. Entonces, eso es exactamente lo que tú mencionabas «No sé si voy a morir». Uno piensa que no va a acabar algo, ¿no? Pienso en las montañas rusas, que yo les tengo mucho miedo y tuve que aprender una técnica que era contar hasta quince. Esos “plops” duran solo quince [...] Entonces, saber la trayectoria me parece sumamente interesante en la representación. Y también esa voz adentro la pudiste apartar. Es verdad que tuviste ayuda del del amiguito, pero la pudiste apartar y ya no era una voz que te atormentaba, sino era una voz amiga. Y yo creo que ha reflejado también lo que uno quiere como psicoterapeuta de las personas que sufren ansiedad, que se lleven la voz con ellos. Lo más probable es que cuando salgas de la casa, un día despiertes y otra vez esté contigo [...] pero era necesaria la independencia, la autonomía, soltar, seguir adelante [...] Todos hemos pasado por una experiencia colosal de amenaza [...]. Dentro de esta amenaza colosal, la obra ha demostrado que hay una trayectoria, que hay una ola que sube y que en algún momento va a bajar, pero si hacemos cosas para evitar que baje, como quedarnos adentro, como no exponernos... Si hacemos cosas para evitar que baje, sigue subiendo y creemos que nunca va a terminar. Yo creo que el mensaje de la obra está en eso, ¿no? Hay una ola, pero llega un momento en que la podemos agarrar... No es un tema de valor. Es el momento de la calma que va a venir [...] No es una falta de valentía del personaje, sino es que en ese momento no era para salir. Pero cuando bajó un poco esta emoción, sí llega el momento de salir. Entonces me parece que el lenguaje teatral y el lenguaje escénico han alimentado la percepción que tiene el auditorio de la ansiedad.

No podría estar más satisfecho con respecto al comentario realizado por la psicóloga Miriam Mejía. Veo tantas ideas que tenía en mente plasmadas en su respuesta que me tomo la libertad de expresar que la obra transmitió los mensajes que quería comunicar. Asimismo, durante el conversatorio el micrófono estuvo disponible para el resto del público. No obstante, muy pocos de ellos se animaron a compartir sus ideas. Con este evento realizado, una parte importante de la investigación había concluido.

#### **5.4. Los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto a través de la voz en off***

Considero que mientras uno está dentro de un proceso creativo (sobre todo en la parte final) tiende a sujetarse de la técnica más que nunca. Todo se convierte en un trabajo en torno a cables, objetos, movimientos e instrumentos, y se hace fácil olvidar esos sentimientos que nos motivaron a crear dicho proyecto. Por suerte, tuve un tiempo para pensar respecto al proceso creativo. A continuación, comentaré aquellas reflexiones a las que llegué después de un tiempo de haber estrenado la obra.

Por un lado, el discurso de la ansiedad se hace presente en la obra tanto desde mi rol de autor como de director. Aunque pueda sonar complicado encontrar el discurso de un creador en su creación, después de un largo trabajo introspectivo puedo decir que el mensaje que quería transmitir gira en torno a liberarse de esos pensamientos fatalistas que trae consigo la ansiedad. ¿De qué manera esto es plasmado en la obra por medio de la voz en *off*? Gracias a un conflicto dramático entre un personaje y su voz interior, en el cual este (el personaje), durante la trama, logra liberarse de la voz interior dictatorial, apoyarse en una nueva voz amiga (la de Misimimiu) y dar un primer paso para enfrentar sus miedos.

Con respecto a la dirección, el discurso no es precisamente un mensaje, sino que es más un conjunto de sensaciones y signos que involucran a todos los apartados creativos. ¿Cómo la ansiedad se hace presente en escena? Eso depende de a qué apartado le pregunte: al espacio escénico, a la iluminación, actuación, etc. En esta investigación, nos enfocamos en la

voz en *off* y puedo afirmar que este recurso plasma el discurso de ansiedad en el conflicto escénico que involucra al personaje principal y a su voz interior. Para poder concretar esta convención fue necesario investigar la interacción entre la actriz y la voz en *off*, llegando a entrenar diversos aspectos de la actuación unipersonal como las acciones físicas, la escucha escénica, el uso de objetos, etc. Asimismo, para el tratamiento de la voz en *off* tenía un claro referente que seguir: *El ladrón de orquídeas*. Según este ejemplo, La voz interior y Abril tendrían que compartir el mismo timbre de voz para poder crear la idea de que el conflicto viene desde su interior.

Por otro lado, crear el discurso de *la expulsión de lo distinto* en la obra no estuvo planteado desde un inicio de la investigación. Ello simplemente brotó porque se creó la condición para que este naciera (aunque dejé ciertos indicios a lo largo de la obra). El discurso de *la expulsión de lo distinto* se presenta por medio de la voz en *off* de la siguiente manera. La era digital ha despersonalizado la comunicación. Vivimos en una época en la cual la comunicación se lleva a cabo sin mirada y sin voz. Voz y mirada nos hacen conscientes de la existencia de un *otro* porque ambos atributos solo pueden provenir desde afuera, no desde el interior que es el campo del ego (Han, 2022). En un unipersonal el actor se encuentra solo en escena. Por ello este lenguaje resalta la ausencia de voz y mirada. En esta situación, *el otro* irrumpe por medio de la voz en *off*.

¿Y qué pasa con el ciclón? Pues el ciclón vendría a representar *al otro* por antonomasia. En uno de sus textos publicados, Han (2020) menciona que “en el infierno de lo igual, la llegada *del otro* atópico puede asumir una forma apocalíptica” (p.22). Precisamente el ciclón es evento de esa índole. Este ciclón, este apocalipsis, esta catástrofe, esta descomunal amenaza es una metáfora *del otro*. Cuando La voz interior menciona en su primera línea «Una catástrofe está cerca» está haciendo referencia a que Abril tiene que encontrarse con *el otro*. La palabra catástrofe proviene del griego antiguo *καταστροφή* que está

compuesto por los vocablos *κατα* ‘en contra’ y *στροφή* ‘volverse’ (Arcos & Castro, 2015). Lo contrario vuelve.

A nivel de dirección, el tratamiento de la voz en *off* resalta *al otro* en escena. Abril y su voz interior tienen el mismo timbre de voz. Esto nos lleva a pensar en una saturada condición yoica del personaje. Ella solo se escucha a sí misma y está atrapada en sus pensamientos. *Lo otro* irrumpe en escena por medio de la voz en *off*, pero sobre todo se da a conocer porque suena distinto a su mundo. Los personajes que quieren ayudar a Abril o sacarla de su zona de confort tienen diferentes timbres de voz. Esta sutil distinción termina por configurar el discurso de *la expulsión de lo distinto* en la obra.



## Conclusiones

A lo largo de esta investigación se obtuvieron diversas conclusiones, descubrimientos y reflexiones que pasaré a describir a continuación.

La pregunta principal que tenía que responder era la siguiente: ¿de qué manera la voz en *off* puede plasmar los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto* en una obra unipersonal? Uno de los primeros descubrimientos a los que llegué fue percatarme que la generación de los discursos los podía hacer tanto desde mi rol de autor como de director. Por ende, esta pregunta cuenta con sus respectivas divisiones que paso a responder.

En cuanto a mi rol de autor y la ansiedad, identifiqué cuál era el mensaje que quería que el público se llevara después de ver la obra: «Dejar los pensamientos negativos atrás». En este sentido, la voz en *off* es muy útil, pues teniendo en cuenta este recurso creé un libreto en el que se desarrolla un conflicto entre un personaje y su voz interior. En este drama el personaje de Abril logra callar su voz interior instigadora, apoyarse en su amigo y dar un primer paso para enfrentar sus miedos.

En cuanto a mi rol de director y la ansiedad, logramos crear la convención de un conflicto entre un personaje y su voz interior después de un arduo entrenamiento técnico entre la actriz y la voz en *off*. Es precisamente este recurso el medio por el cual la voz interior se hace presente en escena. Asimismo, el tratamiento sonoro que recibe la voz en *off*, el hecho de compartir el timbre vocal con la actriz, es lo que produce la idea de un conflicto de un personaje con su voz interna.

En síntesis, el recurso de la voz en *off* y el tratamiento sonoro que recibe son responsables de la creación del mensaje del autor y del conflicto de un personaje con su voz interior. Ambos elementos permiten la lectura del discurso de la ansiedad.

En cuanto a mi rol de autor y *la expulsión de lo distinto*, logré crear una obra en la cual *el otro* se inmiscuye en escena por medio de la voz en *off*. Dentro de una obra

unipersonal el actor se encuentra solo. Esta soledad sumada a un conflicto entre un personaje y su voz interior permitía concebir la idea de que Abril estaba ahogada en sus pensamientos. La única forma de sacarla de su mismidad era haciendo entrar a *los otros* a la obra, y el recurso para hacerlo fue la voz en *off*.

En cuanto a mi rol de director y *la expulsión de lo distinto*, el tratamiento sonoro que recibe la voz en *off* dentro del unipersonal resalta la metáfora *del otro* en escena. *El otro* se presenta no solo por medio de la voz, sino porque suena distinto al mundo interior de Abril.

En síntesis, el recurso de la voz en *off* y el tratamiento sonoro que recibe son responsables de traer *al otro* a la escena. Esta realización dentro de una obra unipersonal en la que el personaje tiene un conflicto con su voz interior permite la lectura del discurso de *la expulsión de lo distinto*.

En el proceso de construcción de toda obra escénica participan diversos apartados creativos. Si bien estos no formaban parte del caso de estudio, también llegaron a comunicar los discursos de ansiedad y de *la expulsión de lo distinto*. Veamos, a continuación, de qué maneras fueron ejecutados para lograr estos fines.

A nivel escenográfico, la obra se presenta gracias a una cuadrícula delineada por cintas *masking tape*. Esta propuesta permite sofocar y encerrar al personaje de Abril. A nivel de código escénico, la actriz interactúa con objetos que no están. Ello tiene relación con la ansiedad, pues de la misma manera que la experimenta, percibe el mundo. Todo está en su mente. A nivel de iluminación, una luz tiende a enfocar el centro del escenario cuando La voz interior habla. Ello hace referencia al espacio seguro que buscan las personas cuando el terror los atrapa.

Otro descubrimiento que no está enfocado en responder la pregunta principal, pero que debería contar con una valoración esencial es la manera en la que se condujo esta investigación. Hablar y crear sobre la temática de la ansiedad no es fácil. Por ello, a lo largo

de este proceso se tomaron las medidas correspondientes para no llevar a la actriz a un estado de ansiedad. Nos enfocamos en estrategias y recursos técnicos como la voz en *off*, el previo, las acciones físicas, dejando de lado la psicotécnica y exploraciones sensitivas. Tanto el objetivo como el modo de hacer tienen que ser evaluados en las investigaciones *desde* la práctica.

Un proceso creativo trae consigo también la formación de conocimientos teóricos. A continuación, comparto unas reflexiones.

La psicología y la filosofía llegan a un punto en común en cuanto a la ansiedad y a *la expulsión de lo distinto*. Lo que nos dice la psicología es que las personas con ansiedad tienen largas y desgastantes conversaciones consigo mismas. Por su lado, el sujeto narcisista-depresivo que describe Han desata toda su violencia contra sí mismo. En ambas instancias se concreta una lucha interna que en la obra se ve reflejada como el conflicto de un personaje con su voz interior, es decir, una persona contra sí misma.

¿Qué significa que en una obra coexistan dos discursos? Por el momento no he llegado a una conclusión final frente a esta interrogante. Antes de comenzar esta investigación creía que por cada historia existía un discurso. Sin embargo, salgo de este proceso con una noción distinta. Posiblemente, al ser temáticas que tienen mucha afinidad, ambos discursos pueden convivir dentro de un solo cuerpo, pero ¿más siempre es mejor? Creo que no. Después de todo, algún discurso tendría que prevalecer y el otro estará allí para los que quieran profundizar.

Por último, comentaré algunas observaciones y recomendaciones. Dentro de la investigación, el conversatorio fue importante para llegar a saber si las ideas que queríamos transmitir se comunicaron al público. Lamentablemente, dentro del evento la participación del público fue muy discreta. Por lo que hubiera sido mejor tenderles una vía más confidencial para que puedan compartir sus opiniones. Asimismo, no se llevó a cabo un

conversatorio que girara en torno a la temática de *la expulsión de lo distinto*. Ello habría enriquecido la investigación. Sin embargo, este objeto de estudio fue añadido en el proceso y no contemplamos esta opción.



## Referencias bibliográficas

- Arcos G., P. & Castro D., R. (2015). La construcción y evolución del concepto de catástrofe-desastre en medicina pública de emergencia. *Index de Enfermería*, 24(1-2), 59-61.  
<https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962015000100013>
- Asociación Estadounidense de Psicología. (2010). *Diccionario conciso de psicología*. El manual moderno.
- Borgdoff, H. (2012). *The conflict of the faculties: perspectives on artistic research and academia*. Leiden University Press.
- Cáceres C., P. (Ed.). (2002). *Diccionario etimológico*. Ediciones científicas.
- Consuegra Anaya, N. (2004). *Diccionario de psicología*. Ecoe.
- Dip, N. (agosto 2010). Solo en escena. *Cuadernos de Picadero*, (20), 6-52.  
<https://inteatro.ar/wp-content/uploads/2022/10/cuadrno-picadero-20.pdf>
- Eines, J. (2018). *Repetir para no repetir: el actor y la técnica*. Gedisa.
- Han, B.-C. (2020). *La agonía del eros*. Herder.
- Han, B.-C. (2022). *La expulsión de lo distinto*. Herder.
- León Cannock, A. (2018). *El paradigma performativo. Anotaciones sobre naturaleza de investigación artística*.  
[https://repositorio.pucp.edu.pe/index/bitstream/handle/123456789/133148/LEON\\_CANNOCK\\_PARADIGMA\\_PERFORMATIVO.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://repositorio.pucp.edu.pe/index/bitstream/handle/123456789/133148/LEON_CANNOCK_PARADIGMA_PERFORMATIVO.pdf?sequence=5&isAllowed=y)
- Matamala P., M. E. (2017). 4.48 Psychosis, de Sarah Kane: Materialización de la experiencia. En Romera Castillo, J. (Ed.), *El teatro como documento artístico, histórico y cultural en los inicios del siglo XXI* (pp. 490- 498). Verbum.
- Merani, A. (1979). *Diccionario de psicología*. Grijalbo.
- Organización Mundial de la Salud. (22 de marzo de 2022). *La pandemia de COVID-19 aumenta en un 25% la prevalencia y la depresión en todo el mundo*. O. M. S.:

<https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>

Pavis, P. (1998). *Diccionario de teatro*. Paidós.

Rojas Estapé, M. (2021). *Encuentra tu persona vitamina*. Espasa.

Ubersfeld, A. (1989). *Semiótica teatral*. Cátedra.

Varela, P. (2002). *Ansiosamente*. La esfera de los libros.



## Anexos

Anexo 1 Link de grabación de la obra<sup>4</sup>

<https://vimeo.com/user/143397558/folder/20390814>



---

<sup>4</sup> El video fue grabado por Héctor Azaña Tavera.