

Soledad Garre

Real Escuela Superior de Arte Dramático de Madrid

sol.garrerubio@educa.madrid.org | 

Recepció: 17/02/2024, acceptació: 08/12/2024, publicació: 30/12/2024

Resumen: «Un pájaro, en efecto, sabe volar» (García-Delgado, 2022, p. 27). Una actriz, en efecto, «sabe actuar». Este artículo examina la influencia del entrenamiento «cuerpomente» y de la imaginación de una actriz en su práctica y relación con su saber hacer sobre el escenario, tanto en su rol de creadora (artista) como en su rol de ejecutora (actante). La cuestión central es discernir hasta qué punto un actor o actriz posee una conciencia de su saber actuar; y de qué manera activar esa conciencia favorece su buen hacer y bienestar profesional. Explora la profundidad a la que se puede acceder e indagar en este conocimiento práctico y la metodología adecuada para ello. Discute las consecuencias y relevancia en educación de esta conciencia del saber hacer: la influencia que tiene en la identidad, creatividad y relación con el teatro y la actuación.

Palabras clave: cuerpomente, creatividad, imaginación, presencia, relación consciente.

Territoris d'actuació, comunicació i vivència: el «saber fer» d'una actriu

Resum: «Un ocell, en efecte, sap volar» (García-Delgado, 2022, p. 27). Una actriu, en efecte, «sap actuar». Aquest article examina la influència de l'entrenament «cos-ment» i de la imaginació d'una actriu en la pràctica i la relació amb el saber fer sobre l'escenari, tant en el rol de creadora (artista) com en el rol d'executora (actuant). La qüestió central és destriar fins a quin punt un actor o actriu posseeix una consciència del seu saber actuar; i de quina manera activar aquesta consciència afavoreix la seva bona feina i benestar professional. Explora la profunditat a què es pot accedir i indagar en aquest coneixement pràctic i la metodologia adequada per fer-ho. Discuteix les conseqüències i la rellevància en educació d'aquesta consciència del saber fer: la influència que té en la identitat, la creativitat i la relació amb el teatre i l'actuació.

Paraules clau: cos-ment, creativitat, imaginació, presència, relació conscient.

Territories of performance, communication and experience: an actress' know-how

Abstract: “A bird indeed knows how to fly” (García-Delgado, 2022, p. 27). An actress indeed knows “how” to act. This paper examines the impact of “mind-body” training and the actress' imagination on her practice and relationship with her know-how, both in her

Territorios de actuación, comunicación y vivencia: el «saber hacer» de una actriz

© Soledad Garre Rubio (2024)

Llengua, Societat i Comunicació, núm. 22

<http://revistes.ub/index.php/LSC/>

ISSN:1697-5928

lsc@ub.edu

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0>

doi:10.1344/LSC-2024.22.3

role as a creator (artist) and as a performer (actor) during stage performance. The central issue is discerning the extent to which an actor or actress is aware of their acting know-how and in what way activating this awareness enhances their good practices and professional wellbeing. It delves into how deeply one can access and explore practical knowledge and the appropriate methodology for doing so, and discusses the consequences and relevance in education of this know-how awareness, namely, the influence it has on identity, creativity and one's relationship with theatre and acting.

Keywords: mind-body, creativity, imagination, presence, conscious relationship.

1. INTRODUCCIÓN: EL YO PSICOFÍSICO

Este recorrido en la interpretación comienza con el entrenamiento psicofísico de Jerzy Grotowski (1933-1999), una posible incursión en el terreno fisiológico de la actuación. El entrenamiento es intenso y riguroso tanto física como vocalmente. Lleva a los actores al límite de sus capacidades manteniendo un enfoque preciso y técnico. Esta metodología no solo enfatiza el trabajo con el cuerpo, la voz y la respiración, sino, sobre todo, la importancia de la voluntad; en concreto, el papel que juega en el compromiso físico y fisiológico con la acción. La voluntad es clave para que esa imaginación cause verdadera impresión en el *cuerpamente* y la actuación.

La imaginación actoral, por otra parte, se explora ampliamente en las técnicas de Michael Chejov (1953). Su acercamiento a la actuación consiste en hacer consciente el proceso de creación [a través] de las imágenes y [en] movimiento durante la formación actoral. Esta implicación del imaginario en la actuación no es anterior, posterior o separada de la práctica misma, sino simultánea y entrelazada con ella en el aquí y ahora, inmersa en la propia intuición artística y experiencia psicofísica de la persona.

El acercamiento y metodología de entrenamiento actoral de Philip Zarrilli (2009) continúa la línea del entrenamiento psicofísico abierta por Jerzy Grotowski y Eugenio Barba, profundiza en la exploración fenomenológica del «cuerpamente» en la actuación. Zarrilli apunta que el «yo» sobre el que uno trabaja no es el yo comportamental o psicológico que desplegamos en nuestro día a día, sino psicofísico; «the experiential/perceiving self constituted in the moment by sensory awareness, perception and attentiveness to one's bodymind in the act of doing and as responsive to the environment» (Zarrilli, 2009, p. 29).¹

Del solapamiento de estas formas de entrenamiento en mi propia experiencia como actriz surge la investigación que desde 2001 he llevado a cabo, primero en la Universidad de Exeter (Reino Unido), con el profesor Phillip Zarrilli, y en los archivos de Dartington, que albergan las transcripciones de las clases de Chejov en Inglaterra durante los años 1936 y 1938, y luego como docente desde 2001, buscando definir parámetros que caractericen un enfoque interpretativo propio del recorrido donde imparto clases, que sea independiente del código, estilo o poética gestual que utilice la actriz durante su actuación.

El enfoque psicofísico de Zarrilli en el entrenamiento actoral a través artes marciales infunde nuevas perspectivas al acercamiento de Chejov, abriendo nuevas dimensiones, promoviendo mayor claridad y fluidez en la imaginación y determinación a la hora de actuar. Comprender de manera consciente el proceso creativo y el papel de la voluntad en ello afecta no solo a la adquisición y desarrollo de la propia práctica, sino también a la vinculación de la actriz con su identidad y profesión. El conocimiento es palpable en la práctica inmediata, pero intangible en la teoría. Es un saber fáctico que, si llega, llega con

¹ «... el yo experiencial/perceptivo constituido en el momento por la conciencia sensorial, la percepción y la atención al propio cuerpo en el acto de hacer y respondiendo al entorno».

el tiempo, y que difícilmente podría utilizarse en la instrucción, como señala David Pears (en Nelson, 2006, p. 107).

El entrenamiento de este yo psicofísico y la búsqueda de un enfoque interpretativo que sea independiente de los lenguajes escénicos específicos en donde acontece, centrado en el cuerpo y el movimiento como vehículos primarios de expresión y comunicación, no solo enmarca una pedagogía, sino también la investigación-creación en «Voces Humanas» (2022-). Este proyecto se ha desarrollado con cinco actrices e indaga en el hacer de una actriz desde el punto de vista de la relación que establece con lo que hace, fundamentalmente, a través de su cuerpomente (o realidad psicofísica) y su imaginación.

2. PUNTO DE PARTIDA: LA RELACIÓN DE UNA ACTRIZ CON LO QUE HACE

But what, precisely, is «acquired» or «brought to accomplishment» through long-term bodily based training? First, to be «accomplished» is a *certain type and quality of relationship* between the doer and the done.² (Zarrilli, 1995, p. 190; énfasis original).

Lo relación de una actriz³ con su hacer define (igual que viene definida por) el conocimiento profesional que la caracteriza como tal; y la manera en que adquiere conciencia del mismo durante su formación y/o entrenamiento es un aspecto primordial de la misma. Las cuestiones fundamentales que guían esta relación son: (1) la actitud hacia aquello que se pretende, es decir, la conciencia que tiene o adquiere de la competencia a adquirir, esto es, su arte y profesión; (2) la aceptación de un tipo y cualidad de relación (entre otras posibles) de una misma con su hacer, esto es, respecto a su cuerpo, espacio y el otro/a (hacia y con quien dirige su actuación), y (3) el reconocimiento de una cierta distancia con lo que hace mientras está haciendo, la separación necesaria para poder entablar una conversación. Es decir, el conocimiento no sucede en la identificación, sino que se construye sobre la flexibilidad de una posible relación que se establece con la práctica escénica.

Actuar implica saber cómo establecer una relación. Comprender esta relación, al igual que cualquier otra experiencia de vida, depende de la claridad de las herramientas o técnicas empleadas para su examen, del lenguaje y los términos que emplean. Ellas, junto con su contexto cultural, social y político, enmarcan el punto de partida desde donde se mira: conceptos utilizados, implicación personal y artística y filosofía.

3. TRAYECTORIA

Phillip Zarrilli (2009) propone examinar el trabajo de la actriz a través de los conceptos de *presencia y energía*. La presencia se define como el reconocimiento del «estar presente» en el aquí y ahora, lo que implica ganar conciencia, control y modulación de la energía, del «cómo» (más que del «qué») se hace (Barba, 1995, p. 50) durante el movimiento y a lo largo de la partitura de actuación. El entrenamiento psicofísico concreta la disponibilidad de la actriz: a nivel consciente, física y corporalmente, pero también a nivel psíquico, sin referirse necesariamente a lo intelectual; a nivel emocional, pero no necesariamente apelando a sentimientos personales; y, por último, el espiritual, el espacio inmaterial donde, como dice Calonge, tiene lugar la batalla creativa en última instancia.⁴ Esta vulnerabilidad artística, sensibilidad estética a un tiempo, exige una disponibilidad plena y

² «Pero, ¿qué es exactamente lo que se «adquiere» o «lo que se logra» mediante un entrenamiento físico de larga duración? En primer lugar, lo «logrado» es *un cierto tipo y calidad de relación* entre el hacedor y el hecho».

³ Aunque la investigación fue llevada a cabo con actrices, obviamente, hago extensivo el trabajo actoral a ambos actores y actrices.

⁴ <https://laventanadelcdn.com/juan-ignacio-garcia-garzon-entrevista-en-directo-a-eusebio-calonge/> [Consulta: 16 diciembre 2024]

consideración holística, para ser capaz de regular tanto la presencia (y energía) de la actriz-*performer* en el escenario como su manera de alcanzarla.

Por otro lado, Michael Chejov (1953) anima a la actriz a experimentar con ejercicios y técnicas que él mismo ha articulado, explorado y validado, cuyo fin último es desarrollar su creatividad en y a través de la actuación. Su enfoque promueve la búsqueda y crecimiento de una individualidad creativa particular, tal y como se manifiesta en y para cada artista. Su método de entrenamiento se sustenta en una firme confianza en las imágenes como realidades objetivas y autónomas, como materia prima, esencial en el proceso creativo. Se trata de acercarse a la conciencia de la propia individualidad, la comprensión del «yo creativo» a través del propio juego con las imágenes. La interpretación, entonces, no viene definida por la psicología de la actriz ni del personaje, sino por la relación creativa, individual y consciente que la artista establece con las imágenes con las que trabaja.

En la convergencia de ambos sistemas y metodologías emerge la búsqueda de una técnica de entrenamiento y práctica escénica que permita a la actriz tomar conciencia de cómo la imaginación funciona de manera creativa como catalizadora de su interpretación, regulando su comportamiento en el escenario y articulando su presencia y energía en la partitura de actuación.

4. ETAPAS

Las etapas por donde ha avanzado esta investigación revelan áreas, perspectivas o enfoques específicos desde los cuales una actriz puede tomar conciencia de la sinergia entre su movimiento y su imaginación, adquiriendo así un mayor conocimiento de su arte y de la relación que establece con lo que hace cuando ejerce su oficio. Estas dimensiones críticas incluyen la concentración, la percepción y «el amor por la profesión» (Chejov, en Powers, 1992).

4.1. Concentración

El primer concepto esencial en la investigación es la concentración. Un actor está concentrado cuando deja de pensar y empieza a sentir. Se profundiza en esta experiencia, ese «estar con» del que habla Chejov (2018, p. 13), desde donde se explora su significado en la interpretación y las dinámicas mediante las cuales la actriz toma conciencia de la misma en escena (Garre, 2003).

La concentración trasciende la noción de un estado mental pasivo y se convierte en una activa disposición hacia el trabajo creativo. Esta se cimienta en el reconocimiento de la interacción cuerpomente, mediante la percepción consciente y la sensibilidad, el *experiential/perceiving self* que destacaba Zarrilli. Más que una habilidad mental, aislada de la experiencia física, la concentración entrelaza cuerpo y fuerza de voluntad, especialmente apremiante al trabajar con imágenes. En la práctica de artes marciales, voluntad y concentración se fusionan, convirtiéndose en una experiencia unitaria. La habilidad de canalizar esa concentración del cuerpo en el cuerpo hacia un único punto externo define el «foco» de la actriz, la capacidad de dominar su atención: es decir, saber dirigir la concentración de manera adecuada, sostenida y precisa hacia el objeto (objetivo) elegido. Esto es un conocimiento que precede a la actuación y resulta fundamental para el uso de la imaginación actoral. Gracias a él se puede capturar y dirigir la atención del espectador tanto como la propia actuación. El cuerpomente (la capacidad del cuerpo de concentrar la mente y viceversa) es el vehículo a través del que la actriz comunica su actuación, vista como expresión artística, como filosofía de creación. Esta «individualidad creativa» (Chejov, 1991, p. 16-19) se alimenta de sensaciones, emociones y percepciones

suyas, del entorno y de los otros seres humanos. El «foco» configura una mirada única, personal y distintiva en la interpretación.

El entrenamiento psicofísico, sea a través de artes marciales u otras disciplinas, invita a la intérprete a transformar su mentalidad y disposición respecto a su actuación; a entender la concentración como experiencia corpórea e integrada en su creatividad actoral, y no como preámbulo a ella.

4.2. Percepción

«Perception has its very starting point in the perceivers knowledge of the way movement affects sensory change, in how movement affects sensation» (Noë, 2004).⁵ Como atestigua Noë, el conocimiento tácito no es más que aquel conocimiento que subyace en la habilidad para comprender cómo el movimiento influye en las sensaciones; es, por tanto, un conocimiento sensoriomotor (2004). Al tomar conciencia de estas sensaciones y su manifestación a través del movimiento, la actriz capta la esencia de su actuación y fortalece su capacidad de comunicarse con efectividad en el escenario. Su percepción es acción manifiesta en la vivencia de su cuerpo, el entorno y la interacción con otros. Es un conocimiento que se hace presente en el aquí y ahora de una actriz, que se esconde en su maestría del manejo de la escena a través de las imágenes con las que trabaja, y que se manifiesta a través de su movimiento mediante un juego de sensaciones. Si la percepción es el proceso de toma de conciencia de nuestras sensaciones, la tarea de la actriz sería hacer consciente la inmediatez de su recreo.⁶

Lo que se necesita, explicaba Chejov, son ejercicios que restablezcan la confianza en nuestras sensaciones; es decir, en la forma en que el movimiento las altera y en cómo ellas influyen en nuestros sentimientos. La actriz desarrolla no ya su confianza, sino (me atrevería a decir) fe en la capacidad que tiene su cuerpo de recibir, discernir y producir a partir de ellas una obra de arte. En ese «acto de fe» interviene otro tipo de conocimiento en su saber hacer: el de su conciencia estética en el escenario.⁷ Esta conciencia estética se encargaría de conducir los sentimientos que aparecen durante la creación artística, de entender cómo impregnan la actuación y permiten la experiencia estética de quien observa.

Esta segunda fase indaga en cómo la claridad de la percepción augura una interacción efectiva con las imágenes durante la actuación. Es decir, hasta qué punto la percepción, al estar intrínsecamente ligada a la imaginación, se convierte responsable en última instancia de la resolución artística de la partitura de actuación ante un público.

4.3. «Amor a la profesión»

Este tercer ángulo de estudio estudia la vulnerabilidad de la actriz a los factores que obstaculizan el proceso creativo en su interpretación y aprendizaje. Entre ellos, cómo la precariedad y la incertidumbre que rodean la profesión afectan significativamente a la capacidad de identificar y tener confianza en el propio conocimiento práctico, conciencia estética y crecimiento creativo. Aspectos estos éticos y estéticos que fundamentan y

⁵ «La percepción tiene su punto de partida en el conocimiento del perceptor de cómo el movimiento afecta al cambio sensorial, en cómo el movimiento afecta a la sensación». *Dance as a Way of Knowing: Interview with Alva Noë* <https://www.youtube.com/watch?v=FbWVERm5bsM> [Consulta: 23 enero 2024]

⁶ <https://vimeo.com/227624313> [Consulta: 16 diciembre 2024]. *Das Leztze*. Realización: Guillermo Tejedor. Dirección: Sol Garre. Actriz: Ada Fernández. Asociación Vértico. Madrid, 2017.

⁷ Chejov describe la experiencia durante la creación y apreciación de una obra de arte mediante cuatro sentimientos básicos tal y como viven en el interior de cada artista: el sentimiento o sentido de “forma” con que el cuerpo se manifiesta en el espacio, la “facilidad” a la hora de desenvolver su presencia en escena, la “totalidad” que —como forma acabada— completa cada gesto y la “belleza” o armonía en el movimiento que les confiere su condición artística (Chejov, 1991, p. XXXIX-XL, 48-57). Estas cuatro sensaciones (*feelings*) instarían a pensar el cuerpo en el espacio teatral como lo haría un coreógrafo o bailarín (Powers, en Chejov, 1991, p. XXVIII).

enmarcan la relación de una actriz con ella misma, los demás y su entorno laboral, y por tanto también forman parte de su saber hacer.

El compromiso en el teatro implica dedicación, apertura y generosidad. Sin ese compromiso difícilmente se hace posible no solo el teatro, sino cualquier acto de comunicación humana suceda en el escenario o fuera de él. Este compromiso se hace especialmente patente en la conexión que la actriz establece con el público. Las sensaciones de expansión, generosidad y gratitud, propias de una vocación satisfecha, desempeñan un papel significativo en el ejercicio profesional y en la enseñanza. Saber darles la atención adecuada, dedicarles un tiempo de calidad, cuidarlas en y para la práctica exige un trabajo e implicación activa, en mi experiencia, cada vez más necesaria.

La creatividad ayuda a superar desafíos; sin embargo, también es extremadamente vulnerable y frágil a ellos. Esta tercera etapa de investigación cuestiona si la exigencia actual en el aprendizaje no radique tanto en establecer una fuerte y sólida conexión o adquisición de las técnicas (en vistas a un resultado determinado o su validación), sino más bien en profundizar delicadamente en el proceso, en reforzar el engranaje del andamio, la posición desde la cual se habla, se tiene voz, se habita el mundo y se origina la creación.

El amor no es un concepto sino una experiencia encarnada que da forma y sentido a nuestras interacciones en el teatro y la vida. Se convierte en la base para la estabilidad personal, la resiliencia y la actitud que alienta la supervivencia en la vida y el teatro. Si el teatro es el arte del «saber» ser humano, donde este saber adquiere forma tangible y definición posible, la actuación (como práctica artística interpretativa en la danza, el teatro y la música) sería un campo de estudio legítimo y propio de la relación humana con el entorno.

5. «VOCES HUMANAS»

¿Desde dónde observamos, percibimos y nos relacionamos? «Voces Humanas» es un proyecto que recapitula estas tres capas de investigación y profundiza en su punto de partida: ¿dónde nace la vinculación con aquello que se ejecuta en el escenario? Ya sea un texto, una coreografía, una partitura o una secuencia de acciones.

«Voces Humanas» parte de la premisa de que la actriz sabe encarnar un cuerpo que siente y percibe con una disponibilidad y apertura que trasciende la idea de ego; un cuerpomente que entiende y permite la transformación del yo, no su anulación (Chejov, 2018); que reconoce su interdependencia con el entorno físico, mental y emocional que ocupa, fortaleciendo la noción de *presencia* como un concepto inclusivo del entorno y del otro en los ensayos y en escena; que asume su experiencia dialógica como cuerpo en relación con otros seres humanos, que es percibido y reconocido por otra realidad, el público, y es capaz de percibir y abrirse a esa experiencia genuina con los mismos recursos con los que se abre a sí mismo.

Si interpretar es saber establecer una relación, se necesita enfocar en consonancia sus herramientas técnicas específicas y el vocabulario con el que profundizar en esa relación, principalmente porque ellas van a definir no solo el marco conceptual sino la misma experiencia. «Voces Humanas» es un proyecto de investigación que explora en qué medida las técnicas utilizadas y el lenguaje pueden precisar y enriquecer la relación de la actriz con su profesión, a nivel cognitivo, emocional, instrumental y creativo. No estudia cómo la actriz manifiesta o comunica qué, sino en cómo la pieza se manifiesta y articula a través de ella. Es, por tanto, el estudio de una interacción que no trata de evaluar la precisión con la que refleja una intención original, previa dada por un autor o directora. Por el contrario, plantea contemplar esta presentación escénica como resultado del estudio de una relación significativa durante la creación desplegada en el escenario, en el aquí y ahora de una actriz.

Territorios de actuación, comunicación y vivencia: el «saber hacer» de una actriz

© Soledad Garre Rubio (2024)

Llengua, Societat i Comunicació, núm. 22

<http://revistes.ub/index.php/LSC/>

ISSN:1697-5928

lsc@ub.edu

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0>

doi:10.1344/LSC-2024.22.3

6. DISCUSIÓN

Indagar en «cómo» se adquiere una competencia práctica, en lugar de intentar explicar «qué» define el conocimiento profesional *per se*, puede expandir nuestra comprensión del mismo (Schön, 1987). Permite abordar y descubrir algunos factores clave que intervienen en la adquisición y que pudieran, de otro modo, darse por sentados fácilmente en la propia definición. En consecuencia, al considerar la técnica como herramienta de autoaprendizaje y no como medio para la obtención de un resultado, la actriz obtiene una comprensión más profunda de su relación con la creación escénica, lo que le permite refinar su reflexión, mejorar la cualidad de su intuición y, por tanto, avanzar más y mejor en su práctica artística y saber hacer (Damasio, 2006).

Las artes marciales promueven una conciencia cuerpomente mediante una atención delicada a la respiración y las sensaciones que se generan en el aquí y ahora. Con ayuda de las imágenes se entiende el proceso psicofísico que subyace. Esta conciencia adquirida es, en última instancia, un conocimiento autodirigido, un proceso de autoconocimiento que como aseguró Grotowski (1995) solo es viable dentro de una estructura que puede ser repetida. Y aun así, no se pueden predecir sus resultados, sino tan solo crear las condiciones para que emerja. Esto lleva a que el conocimiento que el cuerpo adquiere *en y de* sí mismo es posible gracias a una disponibilidad previamente trabajada: la de «saber» aceptar, asumir y moldear una actitud, percepción e interacción con la realidad circundante. Esta predisposición se construye y cultiva con una participación consciente y compromiso de la voluntad, ¿susceptible de ser educada? Lo que sí parece cierto es que una vez comprendidas las reglas del juego —bases de la concentración, mecanismos de la percepción, la ética y respeto en la comunicación— es más fácil modificar el entorno, nuestra relación con él y, consecuentemente, nuestro aprendizaje y experiencia. El jugar/actuar se hace entonces más entretenido, y el arriesgar, más frecuente.

La práctica como investigación en interpretación busca entender y prosperar en aspectos del «estar presente» en escena, el sentir de la presencia y el uso de energía en el escenario y el potencial evocador del cuerpo, voz e imaginación en la actuación. Comprender estos territorios de actuación, comunicación y vivencia mejora la capacidad de respuesta frente a los desafíos que encuentran actores y actrices durante su formación y ejercicio de su profesión, celebrando la autonomía, determinación e independencia artística en escena.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARBA, E. (1995). Energy, or Rather, The Thought. *The Paper Canoe*, 50-80.
- CHEJOV [Chekhov], M. (1953). *To the Actor*. Harper & Row.
- CHEJOV [Chekhov], M. (1991). *On the Technique of Acting*. Harper Perennial.
- CHEJOV [Chekhov], M. (2018). *Lessons for Teachers Expanded Edition*. Michael Chekhov Association.
- DAMASIO, A. (2006). *El error de Descartes*. (J. Ros, Trad.). Crítica.
- GARCÍA-DELGADO SEGUÉS, C. (2022). *El yo creativo*. Arpa.
- GARRE, S. (2003). Sobre el sistema de actuación de Mijail Chéjov. *Acotaciones*, 11. <https://www.resad.es/acotaciones/acotaciones11/11garre.pdf>.



GROTOWSKI, J. (1995). Front the Theatre Company to Art as Vehicle. En T. Richards, *At Work with Grotowski in Physical Actions* (p. 115-135). Routledge.

NELSON, R. (2006). Practice-as-research and the Problem of Knowledge. *Performance Research. A Journal of the Performing Arts*, 11(4), 105-116.

NOË, A. (2004). A Note on Sensorimotor Knowledge. En *Action in Perception* (117-122). MIT Press.

POWERS, M. (Ed.). (1992). *Michael Chekhov: On Theatre and the Art of Acting – A Guide to Discovery with Exercises*. Applause.

SCHÖN, A. D. (1987). *Educating the Reflective Practitioner*. Jossey-Bass.

ZARRILLI, P. (1995). *Acting ReConsidered*. Routledge.

ZARRILLI, P. (2009). *Psychophysical Acting. An intercultural Approach after Stanislavski*. Routledge.