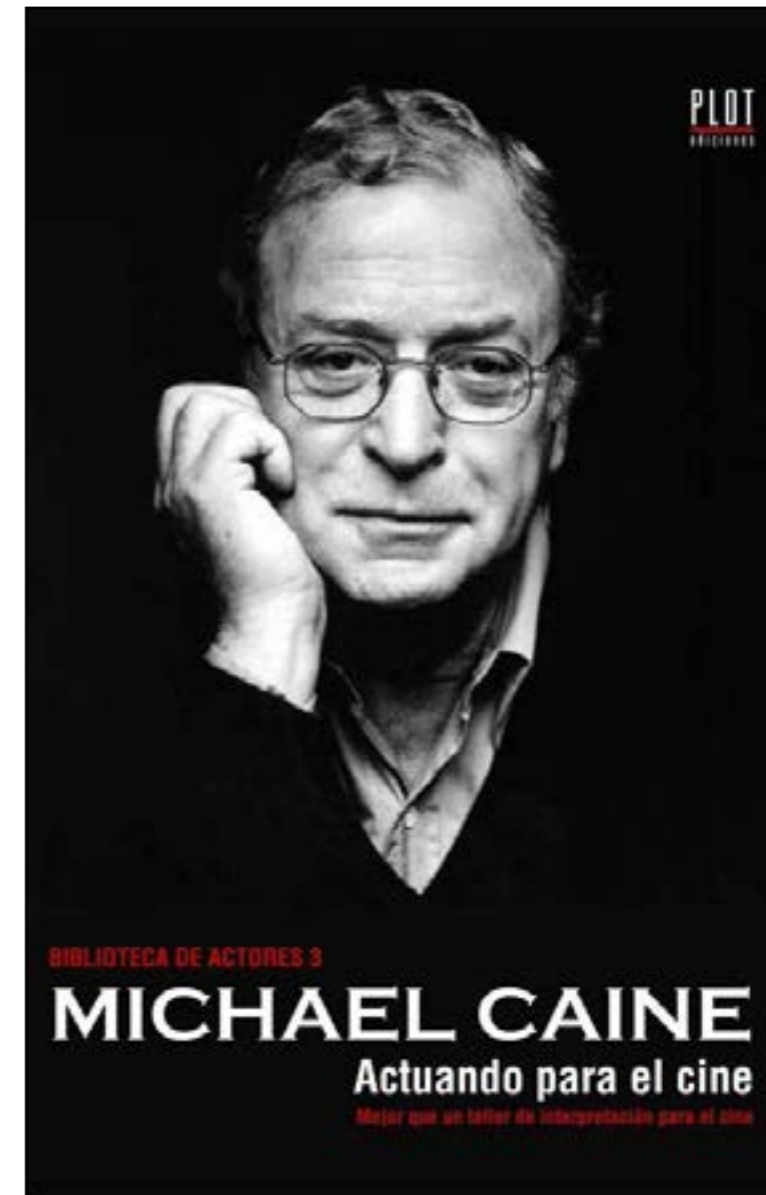


ACTÚA DE LIBRO



Cada mes, el reto que me propongo (y te propongo) es la lectura de un libro que trate sobre interpretación, del cual extraeré conclusiones, herramientas y claves que puedan ponerse en práctica y utilizarse bien en el trabajo con el personaje, bien en la vida y las rutinas del actor. Mi propósito es facilitar y acercar al mundo toda información útil e interesante sobre el universo y el arte del actor que aparezca en los libros que iremos revisando juntos.

ALBA CARRILLO



¿Cómo puedo potenciar mi interpretación ante la cámara? ¿Qué hay de diferente entre actuar para cine y actuar para teatro? ¿Qué pasos he de seguir para preparar mis personajes y mis textos antes de un rodaje? ¿Qué puedo hacer para controlar mis nervios antes de actuar? ¿Qué necesita un director de un actor? ¿Qué actitudes se valoran más y me harán destacar en un rodaje? ¿Qué hago para no pasar desapercibido en la industria y convertirme en una estrella de cine?

En **Actuando para el cine** (que también podemos encontrar con el título **Actuar para el cine**), el mítico actor británico **Michael Caine**, formado en el *Actor's Studio* y ganador de dos Oscars y tres Globos de Oro, nos comparte su punto de vista sobre el mundo audiovisual, así como anécdotas, trucos y curiosidades basados en su vasta experiencia. ¡Rodó 21 películas solo durante los años 80!

Este libro es una guía tanto para actores como para cinéfilos, que profundiza en todos aquellos aspectos que afectan y rodean al intérprete durante la creación de una película. Además, aporta claves para preparar un personaje, dominar la técnica de cámara y cultivar actitudes ganadoras.

Las obras de teatro se interpretan, las películas se hacen. El público detecta en seguida lo que es o no es creíble, por eso en cine no puedes “parecer”, en cine tienes que “ser”

Según Michael Caine, todo aspirante a actor de cine ha de comprender, en primer lugar, las diferencias que existen entre el arte de hacer cine y el arte de hacer teatro. Sobre las tablas, las emociones se proyectan hacia el público, mientras que, ante la cámara, lo que el actor siente por dentro siempre ha de ser más grande que lo que muestra por fuera. Además, en teatro, el proceso de ensayos permite al actor ser dirigido desde el principio y sumergirse poco a poco en la obra; sin embargo, el actor de cine tiene que llegar ya al rodaje con su propuesta clara y desarrollada, a veces sin haber tenido contacto previo con los demás actores ni con el director.

El autor nos comparte, a continuación, una serie de claves que aplicar antes, durante y después de un rodaje: preparación del papel, fortaleza física y mental (relajación, concentración y confianza) para trabajar bajo presión, buena técnica de cámara, actitud y, sobre todo, disciplina, porque **actuar no es solo un trabajo a jornada completa, es una obsesión a jornada completa. Si puedes imaginarte haciendo cualquier otra cosa, entonces dedícate a cualquier otra cosa.**

I | ANTES DEL RODAJE

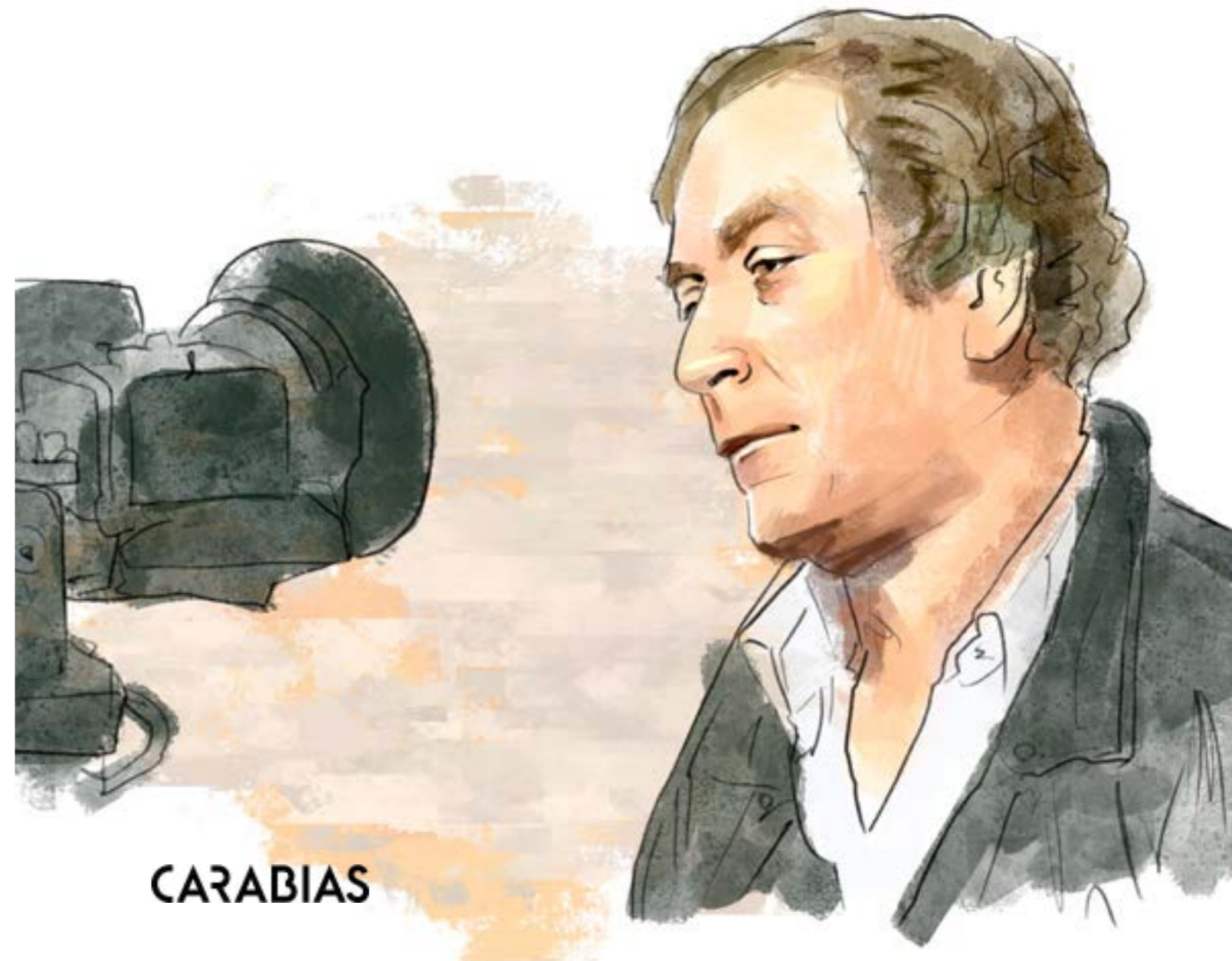
Cualquier decisión clara que puedas tomar de antemano será tu salvavidas: es más fácil cambiar una propuesta bien planeada por otra más específica que dar forma concreta a una propuesta de buenas a primeras en el momento del rodaje.

La **preparación** previa de su papel es esencial para que el actor aborde el rodaje con confianza y sustituya los nervios por concentración. Solo así podrá ofrecer una interpretación espontánea, es decir, observar, escuchar y reaccionar a todo como si fuera la primera vez.

Cuando vamos al cine, queremos ver y sentir que cada **personaje** es una persona real. Un actor es mejor cuanto más se transforma en su personaje y cuando, por tanto, menos se percibe su trabajo como una “actuación”. **Dale forma a tu personaje combinando aspectos de tu persona y tus experiencias con detalles que hayas observado en otros y que puedas hacer tuyos. Vive la vida de tu personaje hasta que puedas soñar sus sueños. No confíes en estereotipos, básalo en la realidad.**

El trabajo con el **texto** se resume en una palabra: **domínalo**. Apréndete todo tu texto antes de empezar el rodaje, repitiéndolo en voz alta hasta que puedas decirlo del tirón, como un acto reflejo. Para cada una de tus frases, elige la intención que más te convenza, pero prepara un par de variaciones por si el director quiere cambiarla. Para cada frase del otro, detecta y subraya las palabras que te hacen reaccionar y desencadenan tu pensamiento y tu siguiente frase (por ejemplo: OTRO: “Cogeré el autobús. Llego tarde”, TÚ: “Buena suerte. Hay huelga de autobuses”).

Además, es importante que las **acciones** que se realizan en cada escena se practiquen integradas con el texto. **Organiza el diálogo en torno a los gestos o movimientos que planees hacer. Procura que sean simples, lógicos y precisos para que puedas repetirlos en cada toma, no muy violentos para que la cámara pueda seguirte y no demasiado ruidosos cuando coincidan con una frase.**



II | DURANTE EL RODAJE

Los mejores actores son los que pueden escuchar la dirección, aceptarla, asimilarla y aplicarla de inmediato.

A pesar de toda la preparación previa del actor, es el director quien, en último término, moldeará su interpretación hasta la toma definitiva, para lo cual necesita de su **flexibilidad**. Familiarízate con el **plató** o la **localización** cuando llegues y prueba el **atrezzo** que vas a usar. En los ensayos, muestra tu propuesta (sin darlo todo, resérvate para las tomas), pero no te apegues a ella si el director no te la compra y te pide otra cosa (confía en que hay un **porqué** para cada una de sus decisiones).

Justo antes del **"¡ACCIÓN!"**, el actor ha de encontrarse en un **estado de alerta** que no parta de los nervios, sino de la **relajación**. Para relajarte, **inspira, cae hacia delante con los brazos colgando y enderézate lentamente mientras espiras**. ¡No estás en peligro! ¡Todos, incluso la cámara, están de tu parte para ayudarte a ofrecer y recoger tu mejor interpretación! Para activarte, **hiperventila un poco y llevarás oxígeno a tu cerebro**. Haz realidad las acciones de tu personaje (si empieza la escena cansado, cánsate de verdad). **Pregunta si tienes dudas y pide lo que necesites**.

Menos es más: el recurso más sutil del lenguaje corporal puede producir un gesto de enorme potencia en pantalla.

¡Ya estás rodando! Para que tu interpretación tenga más fuerza ante la cámara, enfócate solo en:

1. MIRAR: concentra tu atención en el otro actor (mira con tu ojo más alejado de la cámara solo al ojo del otro que está más próximo a la cámara, así la favorecerás). No parpadees demasiado.

2. ESCUCHAR: encuentra esas palabras o intenciones clave de tu compañero que desatan tus pensamientos y/o tus frases posteriores (siempre tienes cosas que decir aunque elijas no decirlas).

3. REACCIONAR: confía en tu escucha y tu rostro actuará espontáneamente. No exageres tus gestos ni fuerces las emociones (aguántalas hasta que se agoten tus defensas, como en la vida). Ante reacciones extremas, funciona no hacer nada (el público proyecta sus emociones en tu cara).

El mal comportamiento procede de la inseguridad. Las auténticas estrellas no son inseguras.

Las actitudes más valoradas en un rodaje son la **profesionalidad** (averigua qué cosas te favorecen más y ayuda a la cámara a captar lo mejor de ti), la **puntualidad** (en cine, el tiempo es dinero) y el **respeto** (sé amable con todo el equipo y responsable con el peinado, el maquillaje y el vestuario que te han preparado). **Preocúpate solo de tu propia interpretación y deja las del resto para el director (¡no sabes lo que tiene en mente para el montaje!). Haga lo que haga tu compañero, reacciona como si te hubiera dado justo eso que quieres y no te detengas hasta el "¡CORTEN!"**.

III | DESPUÉS DEL RODAJE

Actuar no es una competición. Yo soy lo que soy y, o me necesitan tal y como soy, o de todas formas no soy el actor adecuado.

Entre el final del rodaje y el estreno de la película está el proceso de montaje, durante el cual el director, que lo hace todo por el bien de la historia, puede tomar decisiones que afecten mucho a la interpretación de un actor (tanto a mejor como a peor). **Da siempre el máximo en el rodaje y probablemente te veas favorecido en el montaje. A la hora de elegir tus próximos guiones o papeles, busca siempre el reto interpretativo y crecerás como artista.**

Para Michael Caine, lo que de verdad te llena no es llegar a ser una estrella de cine, sino la aventura de convertirte en el mejor actor que puedas ser. **Conócete y averigua qué transmites y a qué diferentes tipos de papeles puedes aspirar. Para destacar entre tu competencia, créate tu propia imagen, combinando particularidades tuyas que formen un conjunto icónico y memorable.**

El éxito llega trabajando. La experiencia te da confianza y la confianza relajación, y solo desde la relajación puedes desplegar todo tu potencial. Recuerda que tu audición empezó el día que naciste: cualquier cosa que hagas, por insignificante que parezca, puede acercarte un poco más a tu gran oportunidad.



Alba Carrillo
@albacarrilloweb
info@albacarrilloweb.com
www.albacarrilloweb.com

WWW.ALBACARRILLOWEB.COM

Puedes ver todo el contenido publicado hasta ahora de *Actúa de libro* en la web.