

Asignatura: REALIZACIÓN AUDIOVISUAL  
Profesor: AURELIO DEL PORTILLO ([aurelio.delportillo@urjc.es](mailto:aurelio.delportillo@urjc.es)) (<http://www.despazio.net/reaudiovisual.htm>)

ROOT-BERNSTEIN, Robert y Michèle: El secreto de la creatividad, Barcelona, Kairós, 2002

### 9. El pensamiento corporal (comentario-resumen)

Acerca de la importancia de tomar conciencia del propio cuerpo y de su universo sensible como una forma de reconocernos e integrarnos en la realidad constituyendo de hecho un ámbito más del pensamiento. Es la base de multitud de trabajos creativos.

“Cuando caminamos, corremos o saltamos tenemos un registro continuo del modo como se siente nuestro cuerpo y también sabemos el lugar que ocupamos en el espacio. Éstas son sensaciones de las que generalmente ni siquiera nos damos cuenta”. Pg. 198

“En el momento en el que uno ya no tiene que recordar cómo y dónde debe poner los dedos puede comenzar realmente a disfrutar del hecho de tocar el piano. Los pianistas hablan de la existencia de una especie de ‘memoria muscular’, un recuerdo que parece almacenarse en sus dedos y, del mismo modo, los actores señalan también que las posturas y gestos que acompañan a la interpretación se almacenan en la musculatura de todo su cuerpo”. Pg. 199

“Mozart componía a menudo en público moviendo las manos y la boca, en un ejemplo sumamente ilustrativo de la relación existente entre la imaginación corporal –es decir, las sensaciones que acompañan al movimiento muscular y a las tensiones físicas– y el pensamiento creativo”. pg. 199

“Las sensaciones provocadas por el movimiento de los músculos, las sensaciones corporales y el tacto son poderosas herramientas del pensamiento creativo. De hecho, son muchos los investigadores que han dicho esto mismo con respecto al pensamiento cenestésico, es decir, el pensamiento que se basa en imágenes motoras o en el recuerdo del movimiento corporal”. pg. 201

“No es cierto que las comprensiones se articulen exclusivamente de un modo verbal. Las ideas de los pianistas, de los escultores, los músicos, los bailarines, los cirujanos o los artesanos, por ejemplo, irrumpen en su conciencia de un modo cenestésico y se abren camino a través de distintos tipos de expresión muscular”, (citando a Eliot Dole), pg. 201

“Como señaló el fisiólogo Walter Cannon hace ya más de cincuenta años, la propiocepción incluye también el modo en que nos sentimos *visceral* y *emocionalmente*. La postura y el movimiento reflejan nuestros estados de ánimo y éstos, a su vez, están relacionados con el modo en que nos sentimos en lo que Cannon denominó ‘medio interno’, es decir, nuestras vísceras y nuestra mente. En este sentido, las personas también pueden ‘pensar’ en sensaciones físicas no necesariamente musculares”. pg. 202

“Conviene saber que Pollock no trabajaba con el lienzo en el caballete sino que lo colocaba en el suelo y luego *bailaba* literalmente en torno a él lanzando la pintura, con lo cual cambiaba por completo la relación física habitual existente entre el artista y su obra. En este sentido, cada uno de sus lienzos representa un registro de sus movimientos, una especie de pintura en acción, y es por ello que el espectador que no experimente las sensaciones físicas implicadas en su proceso de creación artística difícilmente lo comprenderá”. pg. 203

“La escultura es la manifestación física de una experiencia corporal, y contemplarla sin mantener con ella una interacción propioceptiva es como escuchar una orquesta silenciosa”. pg. 204

“*El pensador* no sólo piensa con su cerebro, sino que también lo hace con su ceño fruncido, sus orificios nasales abiertos y sus labios apretados, con cada uno de los músculos de sus brazos, de su espalda y de sus piernas, con su puño apretado y con la tensión manifiesta en los dedos de los pies”, (citando Auguste Rodin), pg. 206

“Cierre los ojos, conserve la visión y trabaje a partir de su propia sensibilidad. Si está contemplando un modelo, asuma usted mismo su postura, pero debe tener en cuenta que la clave del movimiento reside del lugar del que proviene la tensión”, (citando a Henri Matisse), pg. 207

“El trabajo de los mecánicos, los carpinteros y otros especialistas requiere de lo que podríamos llamar ‘manos inteligentes’, es decir, manos que saben perfectamente el momento en que hay que dejar de apretar un tornillo para no pasarlo de rosca, cuánto puede doblar un metal antes de que se rompa, cuando el vidrio está a punto de fundir, etcétera, etcétera, etcétera, un conocimiento que no puede enseñarse en los manuales y que sólo puede aprenderse a través de la experiencia física directa”, (citando a Eugene S. Ferguson), pg. 210

“El actor debe poseer un sentido de la observación y una memoria muscular tan desarrollados que no sólo le permitan reproducir posturas y gestos, sino también articular de un modo armónico el movimiento del pensamiento y del cuerpo”, (citando a Constantin Stanislavsky), pg. 213