

GUÍA PEDAGÓGICA



«Lo peor que nos puede pasar es que no nos pase nada»

José Manuel Carrasco, director de *Miocardio*

SINOPSIS

Pablo está en crisis. Una mañana en la que toca fondo, su teléfono suena misteriosamente. Es Ana, la chica que le rompió el corazón hace más de quince años. A lo largo de una jornada, Pablo podrá resolver cuentas pendientes y terminar de escribir un capítulo de su vida... O puede que no...

FICHA TÉCNICA

País: España

Año: 2024

Duración: 77 minutos

Dirección: José Manuel Carrasco

Guión: José Manuel Carrasco

Producción: María del Puy Alvarado para Malvalanda

Dirección de fotografía: Alberto Pareja

Dirección artística: Ana Medina

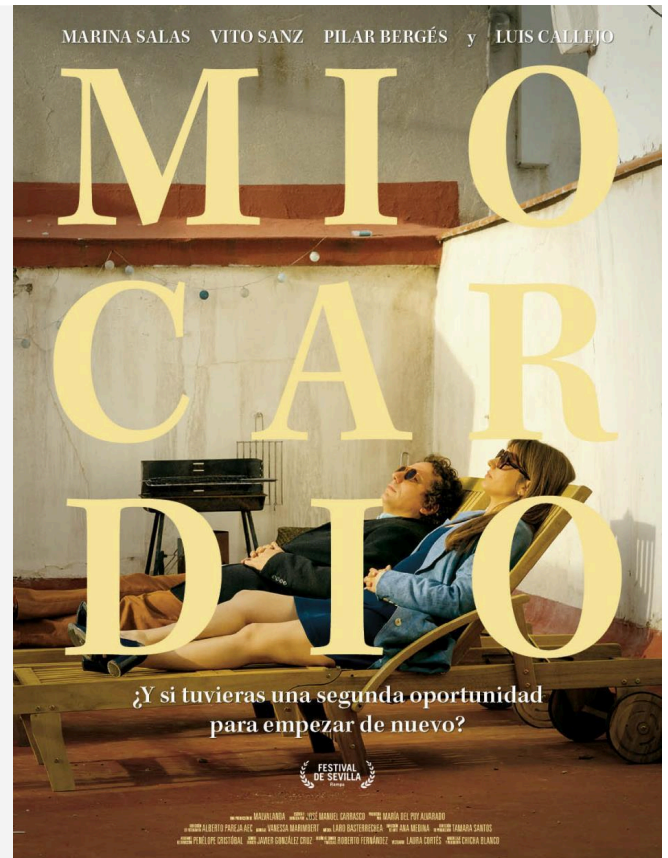
Vestuario: Laura Cortés

Montaje: Vanessa Marimbert

Música: Laro Basterrechea

Sonido: Javier González Cruz

Reparto: Vito Sanz (Pablo), Marina Salas (Ana), Luis Callejo (Autor), Pilar Bergés (Pilar)



ÍNDICE:

- [Sobre José Manuel Carrasco](#)
- [Primavera, verano, otoño, invierno](#)
- [Primer ciclo: desesperanza](#)
- [Segundo ciclo: rabia](#)
- [Tercer ciclo: honestidad](#)
- [Cuarto ciclo: aceptación](#)
- [Imaginar a Sísifo feliz](#)
- [Propuestas de actividades](#)
- [Relaciones con otras películas](#)
- [Bibliografía y otras fuentes consultadas](#)
- [Créditos de la guía](#)

Sobre José Manuel Carrasco

José Manuel Carrasco, nacido en Francia pero afincado en España, ha dedicado su vida por igual al cine y al teatro, al largometraje y al cortometraje, a la dirección, la escritura y la docencia. Diplomado en Dirección por la ECAM y titulado superior en Interpretación Textual por la Escuela Superior de Arte Dramático, desde que su debut en el cine, *Padam...* (2007), fuera nominado al Goya a Mejor Cortometraje de Ficción, su carrera se ha diversificado por varios caminos: director de dos largometrajes y numerosos cortometrajes, profesor de interpretación, guionista de televisión, autor y director de teatro... En todos esos roles, ha destacado siempre por su talento para el diálogo ágil, sacar lo mejor de los intérpretes con los que trabaja (y a los que es muy fiel) e interesarse por cuestiones como la salud mental, las relaciones sentimentales y la filosofía, siempre jugando entre la comedia y el drama, el patetismo y el absurdo.



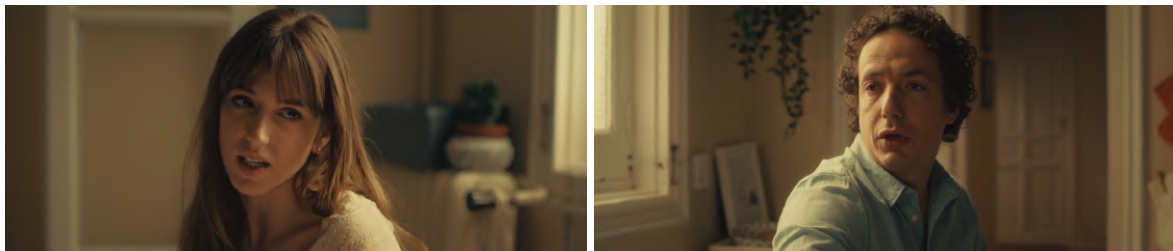
Primavera, verano, otoño e invierno

A primera vista, *Miocardio* es la historia de un hombre que, en un momento de crisis vital profunda, se pregunta si ha aprendido algo de los errores cometidos y las experiencias vividas. Y, sobre todo, trata de descubrir si lo aprendido le ofrece una segunda oportunidad, un nuevo sendero para seguir avanzando. Así, ese hombre, un escritor deprimido, sumido en el dolor de un matrimonio fracasado y una prolongada sequía creativa, recuerda a su primer amor y fantasea sobre cómo sería un reencuentro. Algo imposible, como se descubre al final de la película, ya que aquella mujer se suicidó recientemente. De hecho, es la llamada en la que le informan de la tragedia la que actúa como detonante de ese proceso de exploración interior. Sin embargo, su compleja estructura formal y las revelaciones de su último acto llevan a que, especialmente en un segundo visionado, *Miocardio* se revele como una obra con un enorme potencial alegórico.

De cara a plantear cualquier posible interpretación de la película, hay una serie de aspectos de su andamiaje narrativo que conviene tener en cuenta. El primero de todos es que se trata de una ficción que contiene otra ficción, o sea, es una obra con dos niveles diferentes de realidad. Por un lado, el mundo real, en el que el autor interpretado por Luis Callejo es entrevistado por una periodista. Por otro, todo lo

que sucede en el piso entre Pablo y Ana, que se puede entender como sueño, fantasía o recuerdo.

El segundo elemento a considerar es que tanto Pablo como el autor son escritores y que Ana fue, en el pasado, actriz. Por tanto, se trata de personajes con un conocimiento desarrollado de los mecanismos de la narración, como demuestran con frecuencia hablando sobre autoficción, actos, detonantes, personajes y conceptos similares. Siguiendo con los personajes, es igualmente importante valorar que Ana es una aparición, un fantasma que regresa de entre los muertos, y que el autor y Pablo comparten el mismo nombre y, como se va descubriendo a lo largo de la película, muchos otros aspectos biográficos, como la existencia de esa casa comprada con lo ganado gracias a su primera novela.



Y, por último, es fundamental interrogar a *Miocardio* sobre su estructura, construida en torno a ciclos que se repiten y en los que los personajes pueden aprender y cambiar su comportamiento con la esperanza de, en un futuro, ser capaces de hacerlo mejor. El autor lo explica refiriéndose a los días de la semana o las estaciones del año, conceptos naturales o culturales que establecen un orden y una lógica en lo que, de otra forma, podría leerse como un caos lineal sin fin ni comienzo. Por tanto, conceptos que plantean procesos que empiezan, se desarrollan, acaban y vuelven a empezar. En entrevistas, el director, José Manuel Carrasco, reconoce que lo que más le interesaba explorar era precisamente esta idea, la del eterno retorno tal y como la planteó el filósofo Friedrich Nietzsche en obras como *Así habló Zaratustra* (1885), con una pregunta en mente: ¿si volviera a vivir mi vida, qué cambiaría y qué permanecería igual? Como dicen los protagonistas de *Miocardio*, no tener miedo a repetirla es indicativo de que se ha vivido una vida digna.

Primer ciclo: desesperanza

La película comienza con un escritor que está a punto de grabar una entrevista con motivo de la publicación de su segunda novela. El autor le pregunta a la entrevistadora por dónde pueden empezar y ella responde, con total naturalidad, «¿Por el principio?». El entrevistado, riéndose, rebusca en su cabeza cuál podría ser ese principio y, entonces, la película salta a otra realidad, la de Pablo en su piso. Este pasar de un mundo al siguiente no se oculta, sino todo lo contrario: de un plano a otro cambia el planteamiento lumínico (más naturalista en la entrevista, más estilizado en el piso), cambia también el formato de imagen (más panorámico en el piso) y aparece la música extradiegética. Para remarcarlo aún más, la película introduce una serie de fundidos encadenados cuyo propósito, por ahora, no está del todo claro.



Durante los siguientes minutos, *Miocardio* presenta al personaje protagonista como alguien aburrido, desmotivado, incluso atrapado. José Manuel Carrasco no hace esto aprovechando la voz en *off* del autor. Por el contrario, el director opta por hacer una presentación puramente visual, que delinea muy claramente al personaje en unos pocos planos. Por ejemplo, resulta muy representativo el cenital en el que se muestra a Pablo aplastado sobre su cama, con la luz convirtiendo las cortinas en barrotes pintados por todo su cuerpo. El hogar, incluso la vida, entendidas como prisión. A esta le siguen otras tantas imágenes de hastío y desesperanza, hasta que, pocos minutos después y sin que haya proferido una sola palabra, Pablo intenta suicidarse ingiriendo una enorme cantidad de pastillas.

En ese momento, la película vuelve al autor, que explica cómo encontrar el inicio de una historia puede ser mucho más complicado que dar con el final, «porque las historias se repiten, constantemente, y cuando creemos que se han acabado, de

repente llega un detonante». Aquí destaca, como va a ocurrir a lo largo de buena parte del metraje, que el autor no verbaliza directamente lo que sucede en el piso, en esa ficción o ese recuerdo que parece estar narrando. Todo lo contrario, de hecho: sus comentarios están totalmente centrados en el arte de contar historias. O, quizá, en el de vivirlas. Ya desde el primer momento, resulta difuso qué tipo de ficción se le está presentando al público. ¿El autor recuerda algo que le sucedió en el pasado y que motivó la escritura de la novela o, por el contrario, está relatando el principio mismo de la novela? Quizá, como se descubrirá más adelante, ambas cosas pueden estar interconectadas y convivir en paralelo.

Regresando al piso, donde parece que la historia va a terminar en tragedia, suena un teléfono. Pablo, sorprendido, escupe las pastillas a medio masticar y se lanza en busca de su móvil, perdido entre los cojines del sofá (un sutil indicador de que su conexión con el mundo exterior está bajo mínimos). La llamada se muestra de forma fragmentada, tanto que resulta imposible (en un primer visionado) darle sentido a la conversación, pero de alguna forma se convierte en el detonante que hace que, como explica el autor, la historia vuelva a comenzar. Y, así, alguien llama a la puerta.



Cuando Pablo abre, se encuentra con Ana al otro lado. Se trata de su primer amor, a quien no veía desde hace casi dos décadas. Su aparición no parece alegrar a Pablo, sin embargo, que indica que le resulta «un poco raro» verla allí. «Pensaba que estas cosas no pasaban», le dice a Ana. Pese a todo, ella entra en el piso y comienza la conversación que va a dar forma al grueso de este y el resto de ciclos.

Ya desde el primer momento resulta evidente que el encuentro corre el riesgo de descarrilar. Pablo, incómodo, parece estar constantemente a la defensiva, mezclando frases que parecen ensayadas con gestos de desaprobación o irritación.

Ana, por su parte, deambula nerviosa por el piso, saltando de un tema a otro, como si no supiera exactamente por qué está allí. Esta incomodidad compartida se vuelve aún más patente cuando ambos se asustan entre sí al entrar en la cocina, como si hubieran visto un fantasma (lo que, en cierto modo, es verdad).

A pesar de que la conversación allí sigue marcada por la confusión y la molestia, Pablo se permite mostrar, no con poca ironía, una breve pincelada de su sufrimiento al reconocerle a Ana que se dedica a mantenerse «lejos de la humanidad», presentando así abiertamente uno de los ejes de su situación actual: el aislamiento. Ella, sin embargo, no le permite regodearse en su dolor e ignora el comentario, avanzando en la conversación hasta que sale otro tema fundamental: la separación de Pablo y Pilar, su exmujer. Una cuestión que se presenta mediante el primer *flashback* de la película *La cuestión*, sin embargo, queda sin resolver cuando el *flashback* se corta abruptamente y la película regresa a la conversación entre Pablo y Ana, que sigue discutiendo como si ninguno de los dos entendiese que hacen allí. Hasta que, finalmente, llega un nuevo detonante: Pablo menciona la ruptura entre Ana y él.



A partir de ese momento, el diálogo deviene en un sinfín de reproches y problemas de comunicación que ninguno de los dos parece capaz de resolver o interesado en evitar. Aquí, la película presenta una situación universal: la forma en que la rabia y el resentimiento pueden tomar el control de una conversación, con frecuencia en contra de toda lógica, hasta llevarla al absoluto descarrilamiento. Algo que ocurre a los pocos minutos y que lleva a que Pablo le pida a Ana que se marche.

Por tanto, en esta primera charla entre los antiguos amantes, lo que se presenta es un reencuentro marcado por la confusión y el rencor, en el que todo conduce inevitablemente a un nuevo desencuentro, un fracaso de comunicación. En una narración convencional, esta escena podría ser el primero de múltiples reencuentros (en diferentes momentos de sus vidas) o bien el final de la relación entre ambos. *Miocardio*, sin embargo, hace algo completamente diferente: repetir el ciclo, la conversación, una segunda vez, permitiendo a los personajes aprender de los errores del primer intento.

Segundo ciclo: rabia

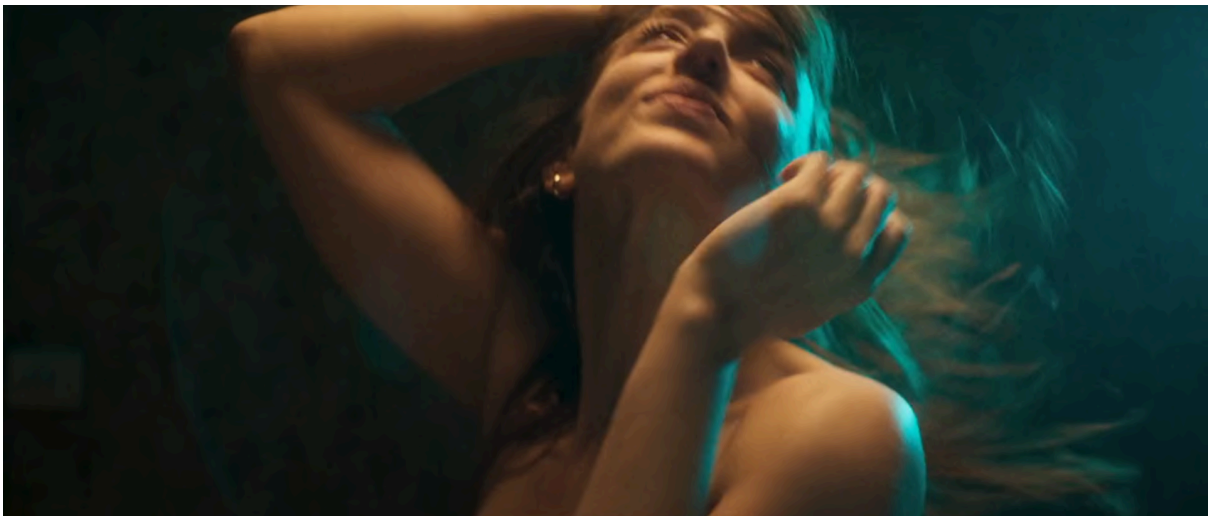
«Todo comienza, termina y vuelve a empezar», explica el autor justo antes de que el espectador, probablemente sorprendido, descubra que va a volver a vivir el mismo momento, empezando por el intento de suicidio de Pablo. «Entonces, ¿estamos condenados a vivir siempre lo mismo?», pregunta la entrevistadora, a lo que su entrevistado responde con una clave fundamental: «Condenados no. Tienes otra oportunidad». Por tanto, aunque Pablo y Ana vayan a pasar por el mismo trance, lo hacen con la posibilidad de mejorar gracias a la experiencia, evitando que se repita el desastre. «Cada repetición sirve para hacer las cosas mejor que la vez anterior.»

Un pequeño gesto con las manos y el cuello le indica al espectador atento que, esta vez, Pablo es plenamente consciente de quién está al otro lado de la puerta. Por eso, cuando la abre, ya no hay sorpresa, ya no hay confusión, sino deseo, quizá voluntad, de cambiar el resultado.



Sin embargo, a pesar del cambio de tono, de una mayor ligereza en la conversación (precisamente la misma ligereza que Ana echa en falta en la novela de Pablo), la partitura de la charla repite paso a paso los mismos compases. Esto hace que las variaciones resulten mucho más llamativas, como, por ejemplo, que Pablo le enseñe a Ana la casa. Es interesante aquí observar como la cámara recoge este momento sin enseñarle realmente las habitaciones al público, recalcando así que Pablo está mostrando sin mostrar, abriendo las puertas de su hogar, pero sin abrirse él mismo. Igualmente, llama la atención (al público y a la propia Ana) que, en esta ocasión, Pablo decide cocinar para los dos, lo que implica que está abierto a que la reunión se alargue y transcurra por otros cauces.

De hecho, durante unos instantes, parece que así va a ser. Recordando lo bueno que hubo en su relación, Pablo recupera también la emoción que aquel amor le provocaba. No lo verbaliza, sino que José Manuel Carrasco lo presenta como una visión, un recuerdo fugaz de Ana bailando que, acompañado de música extradiegética (un recurso al que la película acude con muy poca frecuencia), crece hasta convertirse en reflejo de su fascinación y su deseo, tanto sexual como sentimental. Durante unos segundos, ambos se relajan, sonríen y rememoran momentos hermosos de su juventud. Durante unos segundos, parece que el cambio es posible.



Tras sortear un conato de conflicto, la confianza alcanzada permite a ambos sincerarse como había sido imposible en el primer ciclo. En el caso de Ana, eso implica hablar de su fracaso matrimonial con un fotógrafo que le era infiel. Pablo, por su lado, se lanza a rememorar todas sus relaciones (haciendo especial hincapié en las razones de la ruptura), hasta llegar a Pilar. En ese momento, la película muestra el final de la conversación entre esta y Pablo, cuando Pilar le reconoce que está agotada de la amargura de él y necesita escapar de allí. Más concretamente, la película se lo muestra al público, pero Pablo no se lo cuenta a Ana. Por el contrario, Pablo sentencia que «me entregue a ellas sin guardarme nada y a cambio nunca recibí lo mismo».

Pese a los esfuerzos por parte de ambos, la conversación parece incapaz de desviarse del cauce previamente marcado. Como en el mito de Sísifo, obligado por los dioses a subir la misma roca por la misma montaña durante toda la eternidad, Pablo y Ana parecen destinados a llegar al mismo punto de desencuentro. Lo importante, sin embargo, es descubrir por qué, y para poder llegar a ese punto, este segundo ciclo introduce otro factor fundamental: la novela de Pablo.

Al volver a hablar de la ruptura, la conversación vuelve a hundirse en la rabia, hasta que Ana saca a la palestra los elementos autobiográficos de la obra de Pablo. Más concretamente, el personaje de Marina, en el que Ana encuentra dolorosas similitudes y aún más dolorosas diferencias con su realidad personal. Pablo no niega que Marina sea un trasunto de Ana, pero se resiste a que eso pueda ser negativo: por el contrario, considera que ha sido muy generoso con ella. Para Ana, sin embargo, la idealización de Marina resulta un reflejo muy cruel en el que ella no ve más que sus defectos y limitaciones. «Mi padre siempre me decía que yo era una fracasada, y que nunca llegaría a nada en la vida, así que me convertí en esto. ¿Sabes por qué? Porque siempre fui una niña obediente.»



Y así, la conversación regresa al mismo punto, con reproches volando de un lado a otro («¿En todos estos años no has aprendido nada?»), hasta que ahora es Ana la que decide marcharse, incapaz de encontrarle sentido a seguir allí. Pero, como insiste el autor en la entrevista, «las oportunidades siempre están ahí, solo tienes que permitirte las». Y, así, la película se adentra en el tercer ciclo.

Tercer ciclo: honestidad

La tercera repetición empieza con dos añadidos muy importantes: una sonrisa y un abrazo. Al abrir la puerta, Ana y Pablo ya no se reencuentran como dos personas que llevan quince años sin verse, sino como dos amigos que discutieron la noche anterior y hoy quedan para resolver sus problemas. Ya en la primera conversación, antes siquiera de que Ana pase al interior del piso, se desmontan algunas de las frases hechas y los torpes cumplidos de anteriores conversaciones. Así, la película evidencia la dirección que va a tomar este nuevo ciclo, en el que, por una decisión de montaje que puede pasar desapercibida, el intento de suicidio se ha convertido

en pensamiento suicida. De alguna forma, Pablo parece estar moviéndose en alguna dirección que aún no está clara.

Nada más entrar en el salón, cuando habitualmente ambos se quedarían hablando banalidades sobre la casa, Pablo aprovecha el momento para reconocer que no ha sido capaz de escribir una nueva novela. Es un paso fundamental, sin duda motivado por la experiencia del segundo ciclo: fue a través de la honestidad como consiguieron alcanzar un mayor nivel de cercanía. La estrategia parece funcionar: siendo sincero, Pablo logra esquivar los momentos de peligro y, sobre todo, que Ana pueda hacer preguntas y comentarios realmente valiosos para él, como «No te creas todo lo que pienses». También permite a Ana rebelarse contra Marina, su versión idealizada: «Pablo, nunca fui una de esas chicas mágicas, chifladas y burbujeantes cuya única meta en la vida es la de rescatar a hombres enfadados con ella. La realidad era mucho más dura». De esta forma, lo que antes era un espacio de confrontación, más o menos velada, se convierte en una posibilidad de aprendizaje y autodescubrimiento.

Otra variación: en el tercer ciclo, Pablo le enseña la casa a Ana mediante una elipsis. Sin embargo, sí que se muestra la última parada, la terraza. No es una decisión irrelevante, sino que dice mucho del proceso que está sufriendo el personaje. Al fin y al cabo, se trata de un hombre atrapado en una casa que simboliza tanto su primera y única novela (la pagó con lo obtenido con esta) como su relación con Pilar. O sea, un hombre atrapado en el pasado. En ese sentido, la terraza es un espacio intermedio, más en contacto con el mundo exterior que cualquier otra habitación de la casa. Él mismo reconoce, de hecho, que apenas la usa. Y, aún así, tras una serie de confidencias en la cocina, en las que ambos empiezan a reconocer todas las tristezas con las que cargan y a escuchar las del otro, regresan a la terraza.



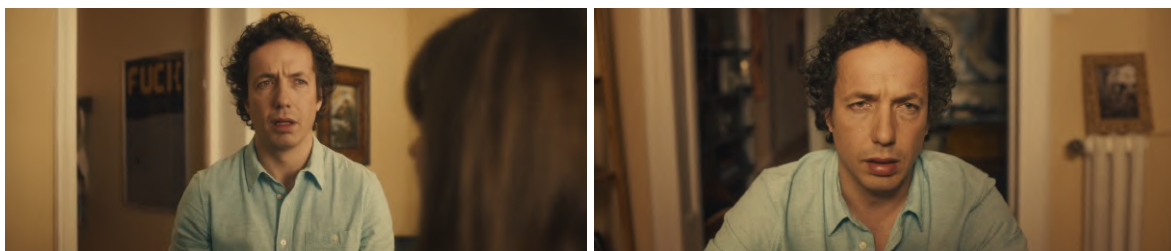
Allí, los dos tumbados bajo una cálida luz, se permiten hablar de cuestiones espinosas con humor y comprensión, demostrando que han dejado atrás el rencor.

En ese ambiente de relajación y confianza, Pablo se deja llevar y besa a Ana. En muchas otras películas, este sería el final del relato: los amantes se reconcilian, el amor les saca de su crisis existencial y viven felices y comen perdices. En *Miocardio*, sin embargo, este beso, rechazado por Ana, supone el fracaso del tercer ciclo. ¿Por qué? Porque la historia de Pablo no es la de un retorno al pasado, sino la búsqueda de un nuevo camino. También porque, aunque aún no se ha revelado al público, Pablo es plenamente consciente de que volver a tener una relación con Ana solo es posible en la fantasía. O sea, en la ficción.

Cuarto ciclo: aceptación

«La vida es eso, una constante reescritura». Antes de que se inicie el cuarto ciclo del relato, el autor lee en la entrevista los primeros pasajes de su novela. Como ha sucedido hasta ahora, lo que este cuenta sirve al público como clave de lectura del ciclo que está por llegar. El párrafo sobre el miocardio, el tejido muscular del corazón, sirve a la película para introducir una nueva idea fundamental: «Vivimos involuntariamente».

En el cuarto ciclo, Pablo está ausente. La conversación con Ana parece pasar por los mismos puntos que en anteriores ciclos, pero él se muestra desconectado de todo. Incluso de la vida. Mientras, la voz en *off* del autor se cuela en el ciclo, pisando los diálogos de los dos personajes (un recurso narrativo no usado hasta ahora), hablando del infarto de miocardio. Poco a poco, empieza a resultar evidente que Pablo está haciéndose consciente de su situación. Es un muerto en vida, su corazón está parado. Su existencia se ha quedado congelada en esa casa, en su primera novela, en sus antiguas relaciones. Por eso, no es raro que la suya se haya convertido en una historia de fantasmas.



Hablándole ya sin ambages, Ana reconoce que está allí para ayudarlo a salir de su estupor y actuar de una vez. «Sal de aquí, inténtalo. Fuera hace un sol maravilloso», le dice, explicando así también la constante luz de media tarde que ha bañado todo el rato el piso. Y finalmente se revela lo que se había mantenido oculto para el público: la llamada que ha puesto en marcha cada uno de los ciclos es de una

amiga de Ana, que informa a Pablo de que esta se ha suicidado. Esta revelación, que se presenta en paralelo en el piso y en la entrevista con el autor, va unida a otra que quizá no es tan sorprendente, pero que resulta igual de relevante: Pablo y el autor son la misma persona; uno, la versión ficcionada del otro.

Y, así, *Miocardio* llega a su epílogo, que se abre con una serie de planos del cielo, encadenados entre sí mediante unos fundidos que parecen rimar con la primera vez que apareció el personaje de Pablo. En aquel caso, el fundido encadenado era un trasunto del sueño (o la muerte, si se quiere), mientras que aquí parece hablar de vida, de ese sol maravilloso que le espera al protagonista (ahora que ya se le puede llamar así abiertamente) desde que ha decidido salir de casa.



Imaginar a Sísifo feliz

¿Qué es *Miocardio*, entonces? ¿Cuál es el propósito de una estructura narrativa tan poco convencional y tan compleja? ¿Es la historia de dos antiguos amantes que se reencuentran? ¿Un relato sobre cómo nos atormentan los errores del pasado y sobre lo difícil que es aprender de la experiencia, sobre todo de la sentimental? En parte, sí, sin duda, pero este texto propone que también es un ejercicio diseñado para sumergirse en el proceso creativo, entendido como herramienta para sanar el alma.

Si Pablo y el autor (que también se llama Pablo, aunque eso solo se revela en la última escena) son la misma persona, resulta también lógico pensar que el principio real del relato es la discusión entre Pilar y el protagonista, que aparenta estar ficcionada pero es muy real. Al fin y al cabo, la exmujer del protagonista es el único personaje interpretado por la misma actriz en ambos planos de realidad. Lo que desencadena todo lo que va a ver el público de *Miocardio*, ese juego narrativo con

los ciclos, es una frase demoledora: «¡El problema eres tú!». Convencido de que ese, efectivamente, es el caso, Pablo se hunde en la depresión. Incapaz de encontrar una forma de dejar de ser eso, el problema, su existencia va perdiendo sentido y empieza a vivir de forma involuntaria. Hasta que se da de bruces con el detonante, una tragedia que se convierte en posibilidad de huida para él: la llamada de la amiga de Ana.

En el imaginario de Pablo, Ana había quedado idealizada, convertida en Marina, esa chica «mágica» y «burbujeante» que marcaría las vidas de todas las personas que se acercasen a ella. La realidad, sin embargo, golpea al protagonista como un camión: la Ana real ha muerto sola y desesperanzada. El mismo lugar en el que él se encuentra ahora, a punto de tomar la misma decisión que ella.



Como último recurso, Pablo recurre a su habilidad como creador para invocar a Ana en forma de personaje de una (auto)ficción. De alguna forma instintiva, sabe que solo puede salir de su estancamiento si comprende qué ha llevado a ambos a esa situación. Y, así, lo que la película está mostrando es la forma en que el autor, igual que muchos seres humanos antes, usa la ficción como espejo para encontrar una salida a su dolor y a su parálisis existencial, como esas conversaciones que repasamos una y mil veces, buscando nuevos desenlaces. Mediante un relato que se repite constantemente, cada vez con diferentes permutaciones de sus elementos, Pablo puede ahondar, de forma relativamente segura, en todos los errores que le han conducido a la desesperación absoluta. También puede poner en valor todos aquellos aciertos que está dando por sentados. Un proceso de escritura y reescritura para dejar de odiarse a sí mismo y volver a vivir.

Por el camino, como a veces pasa en la ficción, los personajes se rebelan. Concretamente, Ana, que no solo se niega a ser una fantasía masculina, también se

niega a desaparecer: «Acuérdate de mí, por favor». Por supuesto, en ningún momento se trata de la Ana real, sino que lo que el público ve es a Pablo hablando consigo mismo. Pero, a través de ese diálogo, se responsabiliza también de lo que hizo mal en la relación con Ana.

«Hay una idea en filosofía de que este mundo es un infierno, de que el hecho de que la vida se repita es un infierno. Como el mito de Sísifo, que fue castigado a subir una pesada piedra por la ladera de una montaña y, cada vez que estaba a punto de llegar a la cima, la piedra caía y tenía que volver a subirla. Solemos enfocar la vida desde ahí, pero creo que también podemos enfocarla en el sentido de aprovechar las experiencias para hacer las cosas un poquito mejor, para no intentar quedarnos anclados en la rabia de creer que nos merecemos algo mejor. Evidentemente, hay cosas que no controlamos, es el destino y ya está, pero hay cuestiones que están en nuestra mano y tenemos que hacernos responsables de ellas.» Con estas palabras, José Manuel Carrasco expresaba la convicción con la que había planteado *Miocardio*, con su compleja estructura, su mirada al proceso creativo como medicina espiritual y su amor por todos los personajes. Una convicción que conecta directamente con la famosa frase de Albert Camus: «Hay que imaginar a Sísifo feliz». O, dicho de otra forma: vivir puede ser un acto voluntario.



PROPUESTA DE ACTIVIDAD 1

Del cine al teatro

Al tratarse de una película con muy pocos personajes e incluso menos escenarios, que se desarrolla en un espacio de tiempo muy breve y en la que el diálogo tiene más presencia que la acción, cabría pensar que *Miocardio* podría dar con mucha facilidad el salto de la gran pantalla a los escenarios del teatro. Sin embargo, preguntado por esa posibilidad, José Manuel Carrasco (que ha escrito y dirigido tanto cine como teatro) respondió en una entrevista que, en ese salto, se perderían aspectos fundamentales del entramado narrativo de la película.

El objetivo de esta actividad es analizar el papel que juegan diferentes recursos narrativos en el relato cinematográfico de *Miocardio* y hasta qué punto sería posible hacer una traslación de esos recursos al lenguaje del teatro.

- **Planificación:** *Miocardio* trabaja con abundantes primeros planos y planos medios de sus personajes. Un ejemplo de esto se puede encontrar en la conversación de la terraza, que se vale de una combinación de encuadres más abiertos y otros más cerrados para generar una sensación de cercanía, pero sin perder el potencial cómico del diálogo.



- ¿Se podría conseguir algo similar en el teatro? ¿Cómo?

- ¿*Miocardio* funcionaría de la misma manera, narrativamente, si estuviera rodada principalmente en planos amplios, como si fuera, por ejemplo, una *sitcom* televisiva de los años 90?

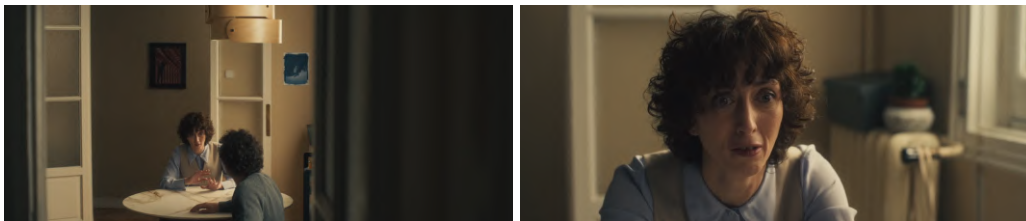
- **Fotografía:** Todas las escenas que acontecen en el piso de Pablo están bañadas por una luz cálida muy concreta, como si los personajes estuvieran atrapados en un atardecer infinito. La única excepción es la discusión entre Pilar y Pablo, que parece desarrollarse durante un día tormentoso.



- ¿Qué sensaciones consigue la película con estas decisiones de iluminación?
- ¿Sería posible replicar estas sensaciones en el teatro?

- **Montaje:** Aunque funciona mediante bloques narrativos concretos y lineales, *Miocardio* se permite algunos juegos con el montaje que tienen diferentes intenciones narrativas.

Para empezar, la discusión entre Pilar y Pablo se ha dividido en dos y distribuido entre el primer y el segundo ciclo, de forma que el espectador no descubre lo sucedido hasta la mitad de la película, aproximadamente.



- ¿Por qué se ha tomado esta decisión de montaje? ¿Por qué no mostrar toda la discusión en el primer ciclo? Para plantearos esta cuestión, no olvidéis de quién es el punto de vista en toda la historia.
- ¿Sería posible imitar este recurso en el teatro?

En dos momentos, la película se sumerge en el recuerdo de Pablo, mostrando instantes de su pasado de una forma muy claramente tamizada por la memoria. En el primero, Pablo rememora lo que sintió al enamorarse de Ana; en el segundo, repasa las emociones asociadas a sus posteriores relaciones.



- ¿Cómo se reproducirían estos momentos en teatro? ¿Es posible?

Durante el cierre del cuarto ciclo, cuando ficción y realidad empiezan a entremezclarse, la película recupera el recuerdo de Ana, insertándolo en su despedida en la puerta del piso de Pablo. O sea, conecta la Ana de la juventud (recreada mediante la memoria del protagonista) con la Ana “resucitada” para la ficción.



- ¿Qué idea o emoción busca transmitir la película con esta decisión formal?
- ¿Es posible replicar un recurso así en el lenguaje teatral?

PROPUESTA DE ACTIVIDAD 2

La dirección artística de Ana Medina

En una película como *Miocardio*, que se desarrolla principalmente en un único espacio, es fundamental que ese espacio esté constantemente aportando ideas y emociones a la narrativa. En el caso de *Miocardio*, además, la casa juega un papel clave a la hora de comprender al personaje principal: ese lugar es tanto su mundo íntimo como su cárcel.

En esta actividad vamos a observar algunos detalles de la dirección artística de la película y a analizar de qué manera definen al personaje de Pablo o cómo impactan en ciertas escenas concretas.

- **El salón**



- Si tuvierais que describir al dueño o a la dueña de este piso partiendo solo de estas imágenes, ¿qué palabras usaríais?

- **Señales sutiles**



- ¿Qué nos está diciendo sobre el personaje la elección de estos carteles?

- **La terraza**



- La terraza del piso de Pablo está enclavada entre tejados y totalmente al descubierto. ¿Por qué se ha elegido una terraza así? ¿Tendría el mismo efecto narrativo si fuera, por ejemplo, un balcón amplio con dos sillas?

- **El plano de la discusión**



- La discusión entre Pablo y Ana al final del primer ciclo se muestra en un plano lateral de ambos personajes con un cuadro que divide la composición. ¿Qué efecto dramático genera ese cuadro en la composición? ¿Sería el mismo efecto con otro cuadro, por ejemplo, una pintura figurativa?

PROPUESTA DE ACTIVIDAD 3

Empezar por el principio

Nada más empezar la película, el autor explica a su entrevistadora que lo más difícil, a la hora de escribir una historia, no es dar con el final adecuado, es encontrar el momento en que comienza la historia. Sin embargo, los principios tienden a darse por sentados, como si solo hubiera un único punto de partida posible.

En este ejercicio se proponen tres historias diferentes para debatir en grupo cuál sería el mejor momento para empezar a narrarlas y, de esta forma, reflexionar sobre el cambio sustancial que puede vivir un relato dependiendo de cuándo se empieza a contar.

- **Historia #1:** Tras tener un hijo, un matrimonio se muda de la ciudad al campo. Durante los primeros años, todo va bien, pero un día sus vecinos se mudan y llega una nueva familia. La relación comienza siendo amistosa, pero va progresivamente agriándose a partir del momento en que la hija de los recién llegados golpea al hijo del matrimonio protagonista durante una discusión. Finalmente, la policía toma cartas en el asunto cuando el hijo desaparece.
- **Historia #2:** Harta de su vida, una mujer decide romper con su pareja y abandonar su trabajo. Después, con todos sus ahorros, se lanza a recorrer el mundo para encontrarse a sí misma. En el camino conoce a otras mujeres en una situación similar y juntas deciden embarcarse en un loco proyecto marcado por el idealismo que, contra todo pronóstico, resulta todo un éxito.
- **Historia #3:** Durante tres años seguidos, un grupo de escaladores se reúne en verano para ascender una peligrosa montaña. En el primer año aprenden a trabajar en equipo y logran alcanzar la cumbre tras muchas dificultades. En el segundo, el ascenso les resulta mucho más fácil, pero la experiencia les sirve para conocerse mejor entre ellos. Por último, en el tercer año una repentina tormenta pone en peligro tanto la meta como sus propias vidas.

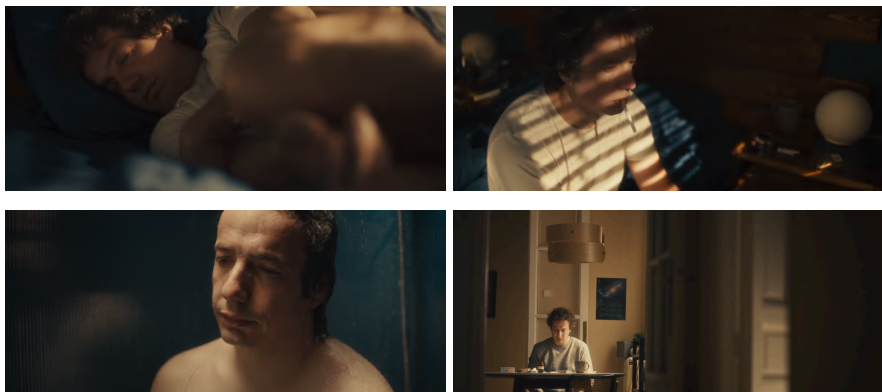
PROPUESTA DE ACTIVIDAD 4

El eterno retorno: ciclos y repeticiones

La existencia humana está llena de procesos y experiencias cíclicas, que se repiten una y otra vez, ofreciendo al ser humano la posibilidad de aprender y mejorar. Esta es la base de la peculiar estructura narrativa de *Miocardio*.

En este ejercicio se propone identificar, en grupo, diferentes aspectos de la vida que se desarrollan de forma cíclica, cuestionando además en qué casos ese desarrollo en ciclos permite el aprendizaje y, en esos casos, qué lo dificulta.

- Entre todos los participantes, realizad una lista de diferentes tipos de ciclos presentes en la existencia humana, empezando por los tres que se mencionan en *Miocardio*: los días de la semana, las estaciones y el proceso de enamoramiento y desenamoramiento.
- Una vez tengáis una lista lo suficientemente larga (diez o quince elementos, por ejemplo), marcad cuáles tienen un proceso de aprendizaje implícito y cuáles no. Por ejemplo, el ser humano aprende sobre las diferentes particularidades de cada estación mediante la constante experimentación y repetición.
- Por último, debatid qué cuestiones dificultan o favorecen ese aprendizaje. Siguiendo el ejemplo de las estaciones, es probable que una persona que se dedique a la agricultura sea mucho más receptiva a ese conocimiento que alguien que no.



Relaciones con otras películas:

- *Alta fidelidad* (Stephen Frears, 2000)
- *Atrapado en el tiempo* (Harold Ramis, 1993)
- *Descubriendo a Forrester* (Gus Van Sant, 2001)
- *Función de noche* (Josefina Molina, 1981)
- *Palm Springs* (Max Barbakow, 2020)
- *Más allá de los dos minutos infinitos* (Junta Yamaguchi, 2020)
- *Un dios salvaje* (Roman Polanski, 2011)

Bibliografía y otras fuentes consultadas

- Camus, A. (2012). *El mito de Sísifo*. Alianza Editorial. (Original publicado en 1942)
- Corradazzi, H. (2025). Reseña y algunos apuntes de la película “Miocardio” (2025), de José Manuel Carrasco. *Clínica Contemporánea*, 16(2), Artículo e15. <https://doi.org/10.5093/cc2025a15>
- Estrada, C. (26 de enero de 2025). José Manuel Carrasco y Vito Sanz «La rutina no lo es tanto si cada día trabajas para que sea un poco mejor». El patio de mi casa. <https://elpatiodemicasa.substack.com/p/entrevista-jose-manuel-carrasco-y>
- Gatrópolis. (24 de enero de 2025). José Manuel Carrasco: “Miocardio es una comedia sentimental sobre segundas oportunidades”. Gatrópolis. <https://gatropolis.com/cine/jose-manuel-carrasco-miocardio-comedia-sentimental-segundas-oportunidades/>
- La Estrategia Del Caracol. (24 de enero de 2025). Entrevista con José Manuel Carrasco y Marina Salas por «Miocardio»: «La estructura y el tono es lo que más he trabajado para esta película». La Estrategia Del Caracol. <https://laestrategiadelcaracol.com/2025/01/entrevista-con-jose-manuel-carrasco-y-marina-salas-por-miocardio-la-estructura-y-el-tono-es-lo-que-mas-he-trabajado-para-esta-pelicula/>
- Meana, A. (25 de noviembre de 2024). 'Miocardio': una comedia reflexiva sobre reencontrarse con una expareja 15 años después. RTVE. <https://www.rtve.es/noticias/20250124/miocardio-posibles-futuros-amor-frustrado-cines/16414977.shtml>
- Nietzsche, F. (21 de marzo de 2011). *Así habló Zaratustra*. Alianza Editorial. (Original publicado en 1895)
- P. Rodríguez, J. (24 de enero de 2025). 'Miocardio': primera persona del plural del pretérito imperfecto. Makma. <https://www.makma.net/miocardio-jose-manuel-carrasco/>

Créditos de la guía

Coordinación y edición: Aulafilm (Las Espigadoras)

Textos: Pablo López

Las imágenes de *Miocardio* son propiedad de Malvalanda.

Mayo, 2026

© Las Espigadoras S.L. 2026. Todos los derechos reservados.