

Clown en Vacaciones

Impulso y Presencia



Clown en vacaciones es una invitación a **estar** en un espacio natural en contacto con la naturaleza.

Estar en vacaciones desde el Clown propone quedarse en el momento presente, con lo que hay a su alrededor, haciéndose eco de lo que se experimenta a cada momento. Sin exigencias, sin expectativas más allá de vivir lo que ocurre, lo que veo, lo que oigo, lo que siento, sin escapar de lo que me pasa a mí, pero sí escapando de la elucubración mental, de esa zona en la que pasamos gran parte de la vida y que el clown desconoce. A medida que descubramos un poco de nuestro payaso

aprenderemos con el gran valor de estar presente.

Porque el clown vive el momento presente, en el aquí y ahora, no piensa en que pasó ni en lo que pasará... él cultiva el Arte de la presencia y confía en el impulso de ir hacia el placer, hacia la satisfacción.

“Nos guste o no, el payaso “viaja” todo el tiempo y negocia con lo desconocido”.

Vemos cómo siendo bien pequeños/as hemos sobrevivido creando una manera de sentir, de hacer y de pensar: hemos creado un personaje. Y a medida que hemos ido creciendo, en un proceso de identificación, nos hemos creído que este personaje “soy yo”, limitando nuestra libertad, nuestras potencialidades creativas y creadoras.

Es el Clown, por las características que intrínsecamente posee quien nos indicará el camino para volver a ser, utilizaremos la luz que desprende la nariz roja para ver cuál es el personaje que hemos creado y cuáles son aquellos que hemos alienado.

“El payaso sabe mejor cómo leer los ojos que las palabras.” Por medio del juego, de la risa, de la experimentación, en un espacio cuidado y respetuoso, mostrándonos para vernos y ser vistos, podremos acercarnos a eso que fuimos una vez, entrando en contacto con la espontaneidad y la capacidad de sorpresa ante lo que se nos revela a cada instante, cuando ponemos la atención en lo que sucede, en el momento presente, sin hacer caso al “ruido” mental que nos aleja de lo que verdaderamente está ocurriendo.... la experiencia en curso.

“El payaso vive segundo a segundo”

“El payaso convierte su miedo en juegos. Como los niños, lo desconocido le atrae y lo prohibido le estimula.”

“Dicen que los payasos están tristes. ¡Están completamente equivocados! Es solo que la tristeza no los asusta.”



José Antonio Ruiz: Clown y actor en activo desde 1986. Clown teatral, clown de hospital y Actor dramático. Formado en Gestalt, Bioenergética, eneagrama, Psicodrama, actualmente en formación en programa Sat. Fundador y creador de la Sala Triangulo (Ahora Teatro del Barrio de Madrid) y de compañías como Metamorfosis Teatro y Vagamundos Teatro.

Trabajo con compañías como Cuarta pared, Yokikana, RESAD...
Imparte cursos de Clown y Bioenergética.

