

El Clown como herramienta de auto-conocimiento

(Un camino con corazón)

Un curso de clown trasciende las fronteras de la profesión de actor y puede ser una herramienta para cualquier ser humano que busca una conexión con su corazón, con sus sentimientos, con el niño que llevamos dentro y hemos acallado. Una herramienta para ser felices. Para despertarnos a la realidad de que estamos vivos, de la magia de la existencia, de que la vida puede ser vista como un juego, de no tomarnos tan en serio. De asombrarnos por el mundo que nos rodea. De percibir de otra manera. De conectarnos con nuestros semejantes desde el afecto. Que cada cosa que hacemos es importante, y ninguna, es más importante que otra. De que todo es relativo. De que hay tantos caminos en la vida a seguir, como seres humanos. Y que cada uno debe seguir el camino que le parece correcto, el que lo haga feliz, aunque esto signifique tener que cambiar de forma de pensar o chocar con la sociedad que nos ha educado y los valores que nos han querido inculcar. Que cada uno de nosotros, y el mundo que nos rodea, es un misterio sin fin.

En un curso de clown podemos observar nuestros bloqueos, nuestros juicios acerca de nosotros mismos y de los demás, nuestras inhibiciones, nuestros miedos, nuestras rutinas, nuestra pesadez. Lo aburrido, certero y predecible que podemos llegar a ser. Al ser concientes de esto, podemos avanzar en una nueva conciencia y comenzar a crecer o meter la cabeza en el hoyo.

La clave está en no sentirnos importantes, en dejar nuestro yo social (darle unas vacaciones durante las horas en que realizamos el curso), para darle paso al juego, a nuestro niño interior.

Ignacio Maffi

LA INVITACIÓN

“No me interesa lo que haces para ganarte la vida. Quiero saber cual es tu dolor, y si te atreves a soñar que te permites encontrar lo que tu corazón añora.

No me interesa cuantos años tienes. Quiero saber si te arriesgarías a parecer un tonto por amor, por tus sueños o por la aventura de estar vivo.

No me interesan qué planetas hacen la cuadratura de tu luna. Quiero saber si has tocado el centro de tu propio dolor, si las traiciones de la vida te han abierto o si te has encogido y cerrado por el temor a sentir más dolor! Quiero saber si puedes sentarte con el dolor, mío o tuyo, sin moverte para esconderlo o para resolverlo. Quiero saber si puedes estar con el gozo, tuyo o mío; si puedes bailar, salvajemente y dejar que el Éxtasis te llene hasta las yemas de los dedos de las manos y de los pies, sin advertirnos que debemos tener cuidado y ser realistas, ni recordarnos las limitaciones de ser humanos.

No me interesa si es verdadera la historia que me cuentas. Quiero saber si puedes desilusionar a otra persona para ser auténtico contigo mismo; si puedes soportar la acusación de ser un traidor y no traicionar tu alma. Quiero saber si puedes ser fiel y por lo tanto confiable. Quiero

saber si puedes sentir la belleza aún cuando no todos los días son bellos, y si puedes encontrar la fuente de tu vida en SU presencia. Quiero saber si puedes vivir con el fracaso, tuyo o mío, y a pesar de ello pararte a la orilla de un lago y gritar "SI!" al plateado de la luna llena. No me interesa saber donde vives ni cuanto dinero tienes. Quiero saber si puedes ponerte de pie, después de una noche de dolor y desesperanza, agotado y golpeado hasta los huesos, y hacer lo que hay que hacer por los niños.

No me interesa quién eres, ni cómo llegaste aquí. Quiero saber si permanecerías conmigo en el centro del fuego sin echarte para atrás. No me interesa donde has estudiado, ni que has estudiado, ni con quién lo has hecho. Quiero saber que es lo que te sostiene desde adentro cuando todo lo demás falla. Quiero saber si puedes estar solo contigo mismo y si te agrada verdaderamente la compañía que buscas en los momentos vacíos”

Oriah soñador de la montaña

(Anciano Indio)

Camino con corazón

“Cualquier cosa es un camino entre cantidades de caminos. Por eso debes tener siempre presente que un camino es sólo un camino; si sientes que no deberías seguirlo, no debes seguir en él bajo ninguna condición. Para tener esa claridad debes llevar una vida disciplinada. Sólo entonces sabrás que un camino es nada más un camino, y no hay afrenta, ni para ti ni para otros, en dejarlo si eso es lo que tu corazón te dice. Pero tu decisión de seguir en el camino o de dejarlo debe estar libre de miedo y de ambición. Te prevengo. Mira cada camino de cerca y con intención. Pruébalo tantas veces como consideres necesario. Luego hazte a ti mismo, y a ti solo, una pregunta. Es una pregunta que sólo se hace un hombre muy viejo. Mi benefactor me habló de ella una vez cuando yo era joven, y mi sangre era demasiado vigorosa para que yo la entendiera, Ahora sí la entiendo. Te diré cuál es: ¿tiene corazón este camino? Todos los caminos son lo mismo: no llevan a ninguna parte. Son caminos que van por el matorral. Puedo decir que en mi propia vida he recorrido caminos largos, largos, pero no estoy en ninguna parte. Ahora tiene sentido la pregunta de mi benefactor, ¿Tiene corazón este camino? Si tiene, el camino es bueno; si no, de nada sirve. Ningún camino lleva a ninguna parte, pero uno tiene corazón y el otro no. Uno hace gozoso el viaje; mientras lo sigas, eres uno con él. El otro te hará maldecir tu vida. Uno te hace fuerte; el otro te debilita”.

Don Juan Matus

“Las enseñanzas de don Juan”, Carlos Castaneda