

Clown Esencial por Alain Vigneau

El Arte de reírse de sí mismo

Editorial La Llave 6ª edición 2020 (1ª 2016 – 7ª 2022) Barcelona

Resumen por Mg. F. Ramírez ArteHospitalario

Alain Vigneau es un Clown nacido en Francia en 1959, fundador de la compañía La Stravagante. Su obra Clown Esencial nos ofrece en sus trece capítulos un recorrido por los fundamentos de este arte expresivo que en su íntima relación con el humor es más que una herramienta de expresión teatral, un camino para la reconciliación y reencuentro con el propio ser y su historia, para habitar el mundo desde la más profunda honestidad, de allí su gran potencial terapéutico.

Comienzo disculpándome por las extensas citas textuales que encontrarán del libro, y es que resulta muy difícil recortar un trozo de poesía.

Prologado por el psiquiatra Claudio Naranjo quien comienza hablando de este retorno a casa por el sendero del humor acerca de Alain “ocurre en el mejor de los casos que aquello de lo que necesitamos para atravesar nuestro sufrimiento no solo nos sirve a nosotros mismos, sino que también a los demás y parecería incluso que por tal capacidad de servicio se justificara el mal por el que hemos atravesado” p. 11

“Cuando mi madre murió, yo era un niño y pensé que era un castigo de Dios. Creí en mi alma infantil que Él, que no me conocía personalmente, así me castigaba por comerme aquellos incipientes mocos que sacaba aplicadamente de mi nariz de siete años. En ese momento nadie me contradijo, y así es como por increíble que parezca, aquella creencia se quedó fijada en algún lugar de mí durante años...

... de alguna forma, ser culpable había sido más soportable que no ser nadie. Y si ante el dolor había elegido la propia acusación, fue porque aceptar que yo no había podido salvarla hubiese sido aún más terrible” p.13

Su madre que pintaba payasos muere asesinada un día de invierno. Alain cuenta haber buscado esconderse de su dolor y locura durante años refugiándose en la montaña, pero tras ser hallado no tuvo más remedio que volver al mundo. “Entonces me hice payaso con la esperanza de poder convertir mis tormentos en un arte que me devolviese mi infancia robada” p. 14

“La risa es la distancia más corta entre dos personas”

Las sociedades y culturas del mundo dan un especial lugar a ciertos personajes con el permiso de burlarse de la idiosincrasia de la comunidad que integran. “Personajes que, bailando en la estrecha línea que separa la locura de la cordura, la burla de la seriedad, la alegría de la tristeza, la sonrisa de la mueca y lo profano de lo sagrado, se volvieron espejos deformantes donde los seres humanos fueron reflejando su imagen más secreta, insignificante y ridícula de forma única y pública, cumpliendo así un eterno rito de humildad y consciencia colectiva” p. 24

Capítulo 1

La celebración de la tragicomicidad del ser humano

Una de las primeras reflexiones que comparte el autor es acerca de la universalidad del humor y como esto vuelve la risa una suerte de lenguaje universal, de allí lo transversal de la comedia y la tragedia. “Me di cuenta de que nos reíamos de lo mismo en todas partes y que lloramos por lo mismo en todos los lugares. De alguna forma todos reímos y lloramos en el mismo idioma” p. 29

Capítulo 2

Las herramientas del clown esencial

El payaso: la torpeza humana, la locura divina y la mirada del mundo.

El clown deambula entre la inocencia más pura y las vergüenzas más profundas del ser humano, lo crucial en él, es adueñarse de la propia tragedia. Finalmente, el público retribuye con la aceptación esa generosidad con que el clown ha mostrado su alma desnuda.

“Clown esencial es la sonrisa del corazón cuando este descansa más allá de cualquier emoción” p. 40

Capítulo 3

La mirada del otro

La conexión con el público derriba la cuarta pared generando un diálogo constante que marca el camino de la obra y que conecte el ser más íntimo del clown con esa parte escondida del espectador.

Sobre la mirada del otro Alain comparte el sentir de su infancia y como la vergüenza de ser huérfano era más dolorosa que el hecho de serlo. Era como si la expresión de los demás niños al salir del colegio dijera -él no tiene mamá, y esa sensación de verse abandonado frente a todos era un dolor mucho más profundo.

Capítulo 4

La pertenencia del inútil

Como si ser fuese suficiente

Comienza citando Vivir en el Alma de Joan Garriga “La grandeza humana y la verdadera compasión, no vienen de sentirnos buenos, sino de sabernos malos e imperfectos y amarnos y amar con ello. Es a través de lo imperfecto como nos igualamos con los demás”

El clown brinda la oportunidad de reclamar el derecho a la inutilidad, a no servir para nada sin ser condenados por ello, una suerte de derecho a la estupidez. Esa autenticidad tan honesta que el público termina por hacer suya. “No seremos nunca quien soñamos ser, si no celebramos primero quienes somos hoy” p. 56

Capítulo 5

El Eco del Mundo

En la risa del público el clown advierte su éxito y en el silencio el equívoco, pero es la mirada la que le indicará su pertenencia al mundo que comparten. El mundo repite y devuelve lo que le entregamos, si la risa es honesta a la hora de mirar la propia miseria, también lo será su eco multiplicado “La vergüenza de sentir lo que sentimos nos hace mucho más daño que lo que sentimos en sí” p. 65

Capítulo 6

El abrazo arcaico

“Lo importante no es que consigamos ser queridos, sino que logremos comprender y superar los obstáculos que nos impiden movilizar nuestro potencial amargo” Claudio Naranjo en Cosas que vengo diciendo. p. 67

Observaba a su hija de tan solo 2 años y el profundo contento con que abrazaba a su peluche, sin importarle en nada que este no le demostrara afecto o reciprocidad. Gesto que contrasta radicalmente con la adulta necesidad de retorno. Algo queda grabado de ese primer vínculo creativo simbólico, que permite reconectar al adulto con su propia inocencia, a veces simplemente con un muñeco de trapo y una nariz de payaso.

Capítulo 7

La poética de lo simbólico

“El payaso es el poeta en acción” Henry Miller

Acerca de la arteterapia, el psiquiatra francés Jean Pierre Klein dice “la representación del sufrimiento ya es parte de su curación”. Cita una frase escrita en una pared “La vida es tan bonita que parece de verdad” es como si implícitamente siempre supiéramos que esa belleza solo habita en algún rincón de la representación y no nos fuera a ser permitida realmente jamás.

El Clown simboliza en el escenario este dolor de lo humano “enfermándose finalmente con su infeliz condición de seres humanos perturbados y fragmentados, van recogiendo poco a poco, uno a uno, los pedazos de su dignidad, de sus amores vacíos o de sus infancias saboteadas, interpelando con su generosa mirada a su público, que apenas respira saboreando la delicadeza de esos corazones artesanos de un instante mágico, tan efímero en el tiempo como espléndido de eternidad en lo simbólico.” p 80

“La poesía de la imagen nos une intuitivamente cuando recalca en un lugar común a todos, armonizando las percepciones en un solo sentir, indefinido pero uniforme, en un mismo código, donde todo puede ser cualquier cosa y cualquier cosa un mundo diferente” p 82.

Capítulo 8

Las aguas claras de la infancia

Un adulto que restaura la relación con el niño que tiene dentro, no se vuelve infantil, sino más completo. La infancia es comúnmente una etapa que se da por superada

como si no tuviera más que ofrecer a la persona adulta, aun cuando contiene recursos fundamentales para la construcción del ser humano.

“Volver a beber de este manantial de imaginación que es la niñez, en lo que tiene de espontaneidad, despreocupación, contacto genuino, creatividad, capacidad de asombro y otras riquezas, Es nutrir con júbilo los campos secos y solitarios del adulto, a menudo malheridos de resignación y desconfianza, con las aguas vivas y claras de la infancia, ricas en fe e intuición, que corren montaña abajo sin preocuparse de saber dónde está el mar” p. 92

Capítulo 9

El ego en juego

“Quien ha superado su apego al ego, atraviesa una y otra vez los límites del mundo, y entra y sale del dragón como un rey que deambula por las habitaciones de su palacio” Joseph Campbell en Encuentro con la sombra.

No podemos reírnos de nosotros mismos sin renunciar de algún modo al ego, que es muchas veces lo que nos ofrece una plataforma sobre la cual pararnos, aunque sea encima de los propios temores y fragilidades “desapegarnos de nosotros mismos y poder reírnos de nuestra adicción a nuestros propios monstruos” es un fin que se alcanza con la nariz del clown en su profundidad y ligereza.

Capítulo 10

El cuerpo genealógico

“Somos un libro abierto. Solo hemos de ampliar nuestra percepción y observarnos con profundo respeto para reconocer la escritura que lo compone y descifrar en ella los códigos que nos delatan.” p. 119

No solo nuestra historia palpita escrita en nuestros cuerpos, es todo nuestro origen el que está escrito allí, nuestra genealogía completa. Mediante el ejercicio de representación en parejas en Clown Esencial “considerar al otro en su dimensión de personaje dramático y representarlo le da también a uno la facultad de representarse a sí mismo desde un lugar protegido. De la misma forma, el otro, encarnándome a mí, podrá tal vez decir lo que yo no me atrevo a dejar ver, a desvelar lo que mi pudor no me permite expresar abiertamente” p. 120

Capítulo 11

El contrato con Dios

“De forma instintiva en nuestra infancia hemos buscado responsables para explicar situaciones familiares dolorosas... comportamientos contradictorios, circunstancias incomprensibles que nos confrontan.” p. 134

El contrato con Dios sella el tipo de relación que se construirá con el mundo, muchas veces ese juramento que se escribe en lo profundo del alma para cobrar la revancha de la injusticia

que hemos sufrido. “En algún lugar de nuestro ser, el dolor se transformará en venganza” p. 139

Se trata del dolor por la promesa incumplida, ese Dios que ha arrebatado el padre a edad temprana y se lo llevó con sus angelitos a vivir en las estrellas y que por más oraciones que elevara su hijo, nunca se lo devolvió. “Si no me quieren ver viva... a mi entierro tendrán que venir” p. 140

Estos pactos impiden que nos vinculemos con nuestros pares y entorno desde el hoy, nos dejan solo el ayer y sus demonios. Hasta que aparece nuestro clown, lleno de valor y fe, tan útil como torpe en su aspecto se acerca sigilosamente al niño aún presente en su interior, sonríe sutil buscando honrar a esa alma infantil, sin enjuiciar aquello que desde sus carencias y fragilidad elaboró en aquellos tiempos.

El niño yo, intuye que lo reconocido y validado podrá ser deshecho por la consciencia del adulto y así deshecho el pacto. Alain dice de su propio pacto hecho a los 7 años “la vida es seria y si uno se descuida, esa seriedad se ofende y entonces se transforma en un monstruo oscuro que todo se lo traga, padres y madres incluidos y que deja a los niños solos en medio de un mundo muy grande y vacío donde los que se quedan solo lloran en silencio” p. 143

Se convirtió entonces en un adulto sumamente controlador, como un niño interior aterrado que no quiere dejar grieta alguna para que el monstruo pueda ingresar a estropear este mundo de fantasía. Suena contradictorio pensando en un artista cómico, pero ya aprendimos que el clown es mucho más que eso.

Capítulo 12

El consuelo del alma

“En lugar de buscar lo que no tienes, encuentra lo que nunca perdiste”

Nisargadatta Maharaj

El espíritu necesita reconciliarse con la vida, es un proceso lento y vital “un arroyo que poco a poco fluye nuevamente con entrega y alegría, portador de una prometedora creatividad y de la recuperación del entusiasmo instintivo de vivir << vivir es incomprendible, pero vivir es bueno>> canta la mirada del clown cuando alcanza nuestro corazón” p. 147

Reconectar con esa alegría primigenia de la infancia, esa sonrisa del existir es encontrar la fuente de nuestro propio contento en el sentir inicial de nuestras propias vidas “la bendita transparencia de ser nosotros mismos y descansar en ello” p. 157. Cierra citando a Chaplin y su frase “nunca es tarde para tener una infancia feliz”.

Capítulo 13

Bailando con las sombras

“Tal vez no se trate de expulsar los demonios, sino de convocarlos al servicio de la vida” Joan Garriga en Vivir en el Alma.

Una de las mayores sombras es la vergüenza, no solo la de la timidez y el temor, sino una mucho más pesada, la de no quedar bien, ese no estar a la altura, quedar en ridículo, ese recelo a desentonar.

Más que el daño que nos hace lo que sentimos, es la vergüenza de sentirlo lo que realmente nos limita. Sentimos que no está bien sentir como lo hacemos, cansancio, celos, arrojito, valentía. No se enseña a vivir en coherencia con el ser interno y sus impulsos, lo primero que aprendemos es a ponernos a tono con la generalidad que nos rodea.

Citando a James Hillman en Vivir en la sombra “Amarse a uno mismo no es una tarea nada sencilla, significa amar todo lo que hay en nosotros, hasta la sombra que nos hace sentir inferiores e inaceptables. La curación requiere del reconocimiento moral de los aspectos más despreciables de nosotros mismos y la aceptación amorosa y alegre de su misma existencia” p. 162.

La otra parte viene del juicio del mundo, se ha de recobrar la alegría de vivir devolviendo dignidad al dolor y al sufrimiento, legitimando su elaboración se puede extraer el potencial vital de la sombra, haciendo una diferencia en el recorrido del cambio.

Al dignificar lo que se siente, uno se puede hacer cargo “soltar los viejos contratos y dejar de hacer pagar a otros el precio de su ansiedad ...así he visto personas reamigarse con su sensualidad, creatividad, entusiasmo, fé en si mismos, los demás y la vida” “Convertir nuestro pasado en patrimonio nos devuelve dignidad y pertenencia al mundo”

“Que la celebración cómica de nuestra santa seriedad nos aporte calma y sosiego. Que podamos con una risa lúcida y sonora, arropar nuestro valiente corazón con la luz de la nariz roja y que esta brille siempre, hasta en las noches más oscuras, como un faro de fé y lucidez en las costas del alma y nos alumbre en nuestro camino de vuelta a casa” p. 167.

Sin duda Clown Esencial nos regala un camino enriquecedor para toda persona que quiera volver a conectarse con esa alegría primera del existir.