

## **Sobre el Estado payaso**

*Hay cuatro estados: sólido, líquido, gaseoso y clown*

**Diego**

*El Estado Clown es el estado de las puertas. Hay muchas y nunca encuentras la última*

**Alejandro Puerta**

*El estado payaso consiste en estar contigo mismo*

**M<sup>a</sup> Ángeles Valverde**

*Antes de hacer, ser y estar*

**Moisés Mato (Teatro de la Escucha)**

*En Clown, si no estás, te vas*

**Juan Vázquez**

*Estar clown es ser capaz de no hacer nada, pero lentamente*

**Itziar Ayala**

*Si no eres creíble, no eres gracioso.*

**Marcos Ordóñez (Comedia con fantasmas)**

*Los payasos no trabajamos para hacer reír sino para vivir en alegría*

**Slava Polunin**

*Lo importante del clown no son los gags sino estar en escena con el 100% de tu placer y de tu sentido de la diversión*

**Peter Shub**

*El clown siente y danza frente al público una danza de cortejo. Toma a la gente entre los brazos y la acuna. No danza para que le vean, danza con quien le mira.*

**Daniele Finzi**

*Ser payasa es sorprenderse todo el tiempo y no dejar de encontrar*

**Lila Monti**

*El estado payaso nos conecta con lo que fuimos, con lo que somos y con lo que queremos ser*

**Jesús Jara**

*El estado payaso no llega el primer día ni el segundo, pero aparece cuando confías y te entregas al juego, al público y a tus compañeros*

**Raúl Medina (Calvin Clown)**

*Estar clown es ser una misma sin pedir permiso y jugar con otras para que también lo sean*

**Núria Orts**

*Con el clown recuperamos la niña que fuimos, no la niña herida sino la niña feliz*

**Pilar Fernández**

*El Clown vive en paz con el niño que fue*

**Josep Silla**

*El estado payaso no admite paréntesis, pero requiere pausas*

**Jesús Jara**

*El clown es un estado de conciencia abierta, un estado de ser.*

**Jef Johnson**

## **Para quienes todo lo quieren resolver hablando**

*Existen palabras sabias, pero la sabiduría no es suficiente, hace falta la acción*

**Levy Moreno**

*Si lo piensas, quizá no lo harás, así que hazlo sin pensar*

**Jesús Jara**

*Me lo explicaron y lo entendí. Lo hice y lo aprendí*

### **Para alumnos que se plantean en exceso si tienen o no ya su payaso**

*Uno pregunta a otro:*

- ¿Tú sabes de escultura?
- Sí
- Pues sácame de este tronco un San José

*Al rato vuelve, lo ve con un trozo pequeño de madera, como un lápiz, y le pregunta:*

- Pero no me habías dicho que sabías escultura, ¿y el San José?
- No te preocupes, que si aquí dentro hay un San José, está a punto de salir.

*Descubrir tu payaso es como quedarte embarazado. Primero, notas algo nuevo, pero no sabes bien qué es. Luego, algo va creciendo y adoptando forma. Y después de nueve improvisaciones, lo sientes en tus brazos y ya no lo quieres soltar.*

**Pedro**

*El payaso no se busca, se encuentra*

**Javier Ciria**

*Si buscas a tu clown, tu clown te encontrará*

**Jesús Damián Fernández Solís**

*El clown ni se crea ni se destruye, el clown ya está ahí, esperando ser descubierto*

**Raúl Medina (Calvin Clown)**

*Ser y estar clown es como saltar al vacío y confiar en que las alas aparecerán*

### **Sobre el efecto cómico y la aceleración**

*Un buen efecto cómico tiene que ser, a la vez, uno, inevitable. Y dos, imprevisible. Va a llegar, llegará de todos modos, es como en la tragedia. Lo que no saben es cómo llegará. Por eso no hay que correr. No hay que correr nunca.*

**Etienne Decroux**

### **Para alumnos que se entristecen al despedirnos**

*Todo final es un principio luminoso*

*Sólo cerrando puertas del pasado se abren ventanas hacia el futuro*

### **Para ilustrar con humor la importancia de las dificultades en el clown**

*Detrás de cada buena intención hay una catástrofe y detrás de cada catástrofe, un buen chiste.*

**Marcelino Orbés**

*Dentro de cada gran problema siempre hay uno pequeño que lucha por abrirse paso. Y dentro de cada pequeño problema hay un gran problema a punto de surgir.*

### **Para situaciones de frustración por no avanzar en el aprendizaje**

*Si no estás preparado para equivocarte, nunca llegarás a nada original.*

**Ken Robinson**

*El fracaso es un episodio, nunca una persona*

**W. D. Brown**

*Da igual. Prueba otra vez. Fracasa otra vez. Fracasa mejor*

**Samuel Beckett**

*Hay que aceptar nuestra imperfección. El Clown es un ser imperfecto y, sin embargo, el público no sólo lo acepta sino que se identifica con él.*

**Jesús Jara**

*No debes tener miedo de tener miedo; si no, tendrás dos veces miedo*

**Paco Alegre**

*Hagamos como el payaso, que va de fracaso en fracaso ganando en entusiasmo*

### **Para entrar a improvisar**

*Entrar con ganas, escuchar y estar payasos*

**Jesús Jara**

*Salgo yo de la sala para improvisar y entra mi clown. Sale mi clown y entro yo*

**Blanca Imedio**

*Durante la improvisación, no te preocupes; simplemente, deja que tu clown se desespere*

**Jesús Jara**

*El clown adora ser visto, disfruta su momento. Irse es lo último que quiere, así que da lo máximo cuando le toca estar, pues tiene un espacio para ser grandioso. Sabe que su momento es único y que cuando termine tendrá que quitarse la nariz y salir de la luz.*

**Pablo Luengas (México)**

*Yo para hacer la payasa, me pongo la nariz, respiro profundo y me divierto*

**Shankara Gorrea, niña de 6 años**

### **Para situaciones de dudas y autoestima baja**

*Hagamos de lo imposible, algo posible. De lo posible, algo fácil. Y de lo fácil, algo agradable.*

*Nadie conoce sus propias posibilidades hasta que se somete a prueba*

**Publio Siro**

*Si no tienes voz, grita. Si no tienes piernas, corre. Si no tienes esperanza, inventa.*

*Porque recuerda que todo gran fuego empezó por una pequeña chispa y que no importa cuán alta sea la montaña, jamás tapaná el sol.*

*Amor. Disciplina. Paciencia*

**Cirque du Soleil**

*En el juego clown, más vale pedir disculpas que pedir permiso*

**Amaia Prieto**

*En toda actividad humana, unas pocas personas, mediante la concentración, la práctica y el deseo intenso, pueden alcanzar tanta destreza que sobrepasen a las demás*

**Jean M. Auel**

*La nariz de clown es un pasaporte a la desvergüenza*

**Jesús Jara**

### **Sobre los límites y las diferencias entre mi payaso y yo**

*Nosotros somos el recipiente del clown*

**Montse Capel**

*Un payaso es un amigo que vive dentro de mí*

**José Luis**

*Me pongo la nariz, me convierto en la sombra de mi payaso y voy donde él quiere*

**Juan Gabriel Sánchez**

*El payaso lo siente y lo expresa. La persona lo siente, lo piensa y lo expresa o no*

**Rosario**

*Con la nariz somos como nosotros cuando estamos con las personas que más queremos*

**Ana Belén Castilla**

*Mi payasa soy yo sin límites*

**Fany Salvatierra**

*El payaso es un continuo nuestro. Sus cualidades y defectos están en la persona, pero las muestra con transparencia y humor positivo.*

**José Luis Serrano**

*Dentro de mi payasa estoy yo, asombrándome de sus espontáneas ocurrencias y riendo como una espectadora más.*

**Nuria Nácher**

- ¡Toc, toc!
- ¿Quién es?
- Soy tu payaso
- No, no, eres yo

**Luis Herves**

*El otro soy yo, pero cuando no estoy*

**Bipolar, payaso (Rafael Martínez)**

*Soy más yo mismo, con una parte de mí, que siendo totalmente yo*

**Dani Trapero (Málaga-Ciudad Real)**

*Cuando la nariz roja no está sobre tu otra nariz es porque reposa en tu corazón*

**Usue Acebes**

*Yo creo que no es que yo tenga un payaso dentro de mi persona, sino que mi payaso tiene una persona dentro*

**Joan Montanyés “Monti”**

### **Sobre el clown y la infancia**

*Si hoy somos capaces de afrontar un reto es porque una vez, de niños, nos atrevimos a subir a una bicicleta.*

*Si hoy podemos admirar en silencio una obra de arte es porque una vez nos quedamos absortos contemplando el baile de una peonza.*

*Si hoy podemos ponernos en el lugar de otro es porque una vez jugamos a ser otro.*

**Inma Marín**

*Un niño iba en el coche haciendo el tonto. Hacía sonidos, repetía el final de las canciones, decía piiiir detrás del estribillo, cosas así. Su papá se hartó y le regañó, le preguntó por qué siempre hacía tantas tonterías y le preguntó si las iba a hacer toda la vida. El niño se puso muy, muy serio y le dijo:*

- Yo hago tonterías porque mis tonterías me hacen feliz.

### **Para las personas que dan demasiada importancia al Maestro**

*Tú mismo eres tu último maestro. Tu maestro exterior no es más que una señal indicadora. Sólo el maestro interior seguirá contigo todo el camino.*

**Sri Nisargadatta Maharaj**

### **En general**

*Solo pido dos cosas a un clown, que se haga querer y que nos haga reír*

**Jesús Jara**

*La mente es un siervo excelente, pero un amo terrible*

**David Foster**

*La diferencia entre un payaso y una aspirina es que el payaso es el doble de efectivo*

**Groucho Marx**

*Los únicos que dicen la verdad son los niños, los borrachos y los payasos*

**Ángel**

*Un payaso es una persona a la que te llevarías a tu casa*

**Maribel Campoy**

*Los payasos saben mucho de tristeza, por eso son alegres. Saben mucho de dificultades, por eso son entusiastas. Saben mucho de nosotros, por eso nos dan buenos consejos*

**Antonio J. Sánchez**

*Yo, desde que conozco a mi payasa, me quiero más*

**María Saida**

*Hay seis tipos de quarks, que son las partículas elementales de las que se cree está constituida toda materia. Un físico las clasifico en up (arriba), down (abajo), strange (extraño), beauty (belleza), charm (encanto), truth (verdad). Está claro que los clowns están constituidos por los tres últimos tipos de quarks, belleza, encanto y verdad.*

**María Cortés**

*La física nos enseña que todos los átomos más pesados que el hidrógeno se originan en las estrellas, es decir, todos los átomos que componen nuestro cuerpo se han creado en una estrella que ha desaparecido. Yo creo que los átomos que componen los payasos pertenecían al corazón de esa estrella. Por eso los payasos brillan en medio de la humanidad, al igual que las estrellas brillan en la oscuridad de la noche*

**José Manuel Amado**

*Los payasos saben que nunca se tropieza en la misma piedra, porque ellos son los mismos, pero la piedra siempre es distinta*

**San Fran**

*El clown se permite todo*

**Marina Sancha y Ana M<sup>a</sup> Durán**

*Un derrape de un payaso es como un orgasmo. ¡Y una se entera!*

**Susana Giner**

*Primero ponemos un corazón en la nariz y luego esa nariz se instala en el corazón*

**Miriam Álvarez**

*El juego es mágico, la magia es permitirse y permitirse es clown*

**Noelia Urbano**

*El clown es como levadura de la marca tigre*

**Mayte Segovia**

*El Clown siempre tiene un futuro brillante porque lo sustenta en un pasado olvidado*

**Jesús Jara**

*Lo que funciona no es sólo lo que haces, sino cómo reaccionas a lo que hacen los otros. El buen clown nunca es ridículo. Él cree que está haciendo lo correcto. La gente no quiere ver a un tío ridículo. Quiere ver a un tío como ellos al que le pasan situaciones ridículas, pero que no pierde la dignidad. Y nunca “hagas demasiado”. Siempre menos.*

**Marcos Ordóñez, Comedia con fantasmas**