

La scena come uno spazio sacro, dove si esprime l'Essere

CON LA VIA DELL'ESSERE® ILARIA DRAGO SFIDA IL CAMBIAMENTO DELL'ATTUALE PARADIGMA DELLE RELAZIONI: NON PIÙ COMPETIZIONE, MA CONDIVISIONE E COLLABORAZIONE

Ilaria Drago è attrice, autrice, regista, performer e pedagoga. L'ho virtualmente conosciuta al *Virtual Summit Change!*, organizzato nel weekend del 10 e 11 aprile da Daniel Lumera. Credo che il suo percorso artistico incarni perfettamente il focus che sto portando avanti da un anno, sul mio magazine, dedicato al benessere che viene dall'arte. Attualmente tiene seminari di teatro e crescita personale in tutta Italia..

Chi è Ilaria Drago? Quale il tuo percorso formativo ed artistico?

Chi sono? Forse lo scoprirò alla fine della vita, chi sarò stata! Posso dire che sono una ricercatrice e che questa ricerca si sia poggiata con forza e delicatezza sull'arte. Una ricerca spirituale.

Sono una delle poche allieve di Perla Peragallo, tempesta artistica degli anni '70, e forgiata in una scuola che chiedeva di non nascondersi, ma di mostrare la verità. Una scuola dura, con una vera Maestra da cui imparare o scappare perché non faceva sconti. Ho creato subito dopo la scuola la mia Compagnia e contemporaneamente fatto esperienza nella Compagnia di Leo De Berardinis.

Poi altre formazioni: due in Danza Sensibile®, (una pratica somatica che attraverso il movimento consapevole conduce ad una maggiore conoscenza di sé, del proprio corpo, delle proprie percezioni ed emozioni, creata dal danzatore coreografo Claude Coldy); l'incontro con la Roy



Tempo di fioritura

© Cristina Latini

Hart e Kaya Anderson per la ricerca vocale, e dieci anni con la cantante Rosanna Rossoni.

A fianco della formazione artistica ho portato e porto avanti la ricerca nel campo della crescita personale: diploma come counselor presso l'Istituto Gestalt di Lucca Arcobaleno; formazione in Riprogrammazione Esperienziale Sistemica con Giuliana Strauss; corso PSYCH-K® e la Scuola Internazionale del Perdono di Daniel Lumera con una formazione in *My Life Design*.

Quando hai capito di voler essere un'attrice?

In realtà non avrei mai voluto fare l'attrice! Da ragazza danzavo e volevo solo quello. Poi un giorno d'improvviso, parlando con mia madre: "*parto e vado a studiare teatro a Roma!*".

Non mi sento un'attrice tout court, mi sembra quasi limitante, mi sento di vivere la scena come uno spazio sacro dove l'Essere si esprime attraverso i personaggi che incontro o che mi abitano. Sono autrice di quasi tutti i miei lavori, per cui ogni cosa che riguardi la scena è parte di me dalla scrittura al gesto, dal suono alle luci, fino alla polve-

re e l'odore del palco! La scena intera diventa il mio corpo, ogni dettaglio è importante. Anche il vuoto. *"Riconoscere le nostre emozioni senza giudicarle o respingerle, abbracciandole con consapevolezza, è un atto di ritorno a casa"* Thich Nhat Hanh.

Come il teatro può aiutarci a fare esperienza di noi stessi?

Il teatro è capace di donare l'incontro con se stessi proprio perché grazie ai personaggi e alle loro storie si toccano emozioni che possiamo portare in luce. Per fare esperienza di noi stessi dobbiamo però uscire dai cliché e contattare la nostra autenticità; cogliere da noi, come da uno scrigno ricco del tesoro delle nostre memorie, quelle emozioni vive che tocchiamo o abbiamo toccato ogni giorno. La vita scenica quindi ci offre l'opportunità del coraggio: si fa esperienza di noi stessi estraendo da sé una verità che non teme la luce, l'essenza spoglia. Verità che nella vita spesso abbiamo paura di esprimere o anche solo accostare.

Cosa significa "essere consapevoli"?

Per me essere consapevoli ha a che fare con l'essere presenti. Presenti a se stessi... ora! Con-

sapevolezza dell'istante che viviamo adesso, senza la trappola di un futuro irraggiungibile o la gogna di un passato che tarpa le ali. Consapevolezza è anche un atto di grande responsabilità. Nella presenza di quello che ci accade dentro, delle emozioni e delle sensazioni possiamo diventare attori e veri protagonisti della nostra vita, senza delegare a nessuno la nostra felicità, senza lasciarci manipolare o deturpare dalla confusione forsennata di ogni giorno. Sentire cosa ci tocca, contattare quella sapienza che non riguarda la mente, ma qualcosa di molto più grande e misterioso e che ci permette di vivere una profonda connessione con la Madre Terra e con tutti gli esseri, con quello che siamo davvero in questo attimo di vita terrestre! Consapevolezza è iniziare a smettere di credere al falso e tentare la strada del vero:

arrendersi alla Vita, tagliare via le false credenze di cui siamo quasi totalmente impregnati, smettere di sognare i sogni degli altri e mettere a tacere l'infinita bagarre di pensieri fuorvianti che infesta la nostra testa.

La Via dell'Essere® è un percorso rivolto a tutti coloro che desiderino fare un viaggio alla scoperta di sé e delle proprie emozioni. Di cosa si tratta?

La Via dell'Essere® è una sinergia fra la mia ricerca artistica e quella spirituale e umana. È una sfida per il cambiamento dell'attuale paradigma delle relazioni umane e oserei dire che è un atto politico di felicità e di rigenerazione: non più competizione, ma condivisione e collaborazione; non più scontro, ma incontro con sé e gli altri.

Per fare questo occorre il meraviglioso coraggio e il grande desiderio di prendere in mano la propria vita rinunciando ad una comoda schiavitù e anche al vittimismo che tante volte ci contraddistingue. Tutti noi siamo pieni di condizionamenti e rinunce, giudizi velenosi e paure (il peggiore dei giudizi lo riserviamo a noi stessi!).



© Cristina Latini

© Andrea Macchia





Compassione

Tutti noi nella vita recitiamo uno o più copioni, ruoli in ogni diversa occasione. Sotto questa tempesta di maschere e illusioni siamo spesso attanagliati da tristezza e paura, non riusciamo più ad esprimerci, perdiamo il contatto noi stessi e il nostro Essere diviene un lutto costante. Mentre in teatro quando scendiamo dal palco, lasciamo andare subito quel dato ruolo, nella vita ci identifichiamo a tale punto da credere di essere quello e non lo molliamo più.

Per sopravvivenza? Per paura? Per essere riconosciuti e visti? Ne *Via dell'Essere*[®] non vogliamo più sopravvivere e vogliamo meravigliarci di ogni cosa! Andiamo a vedere con gentilezza, amorevolezza, collaborazione e forza cosa c'è dietro la maschera e come possiamo ricontattare noi stessi; come possiamo ricominciare ad accoglierci ed amarci. Come possiamo prenderci la responsabilità di tornare ad essere protagonisti e non comparse. Sperimentiamo cosa significhi onorare la nostra vita e quella degli altri in un abbraccio che

ci rende comunità poetica innamorata della vita!

Quanto può essere importante fare teatro in questo periodo di pandemia? Quanto può essere considerato "cura di sé"?

È fondamentale! Se lo capisse chi di dovere saremmo a cavallo! Ho incontrato tante persone e la necessità vitale di ascoltarsi, sentirsi, mantenersi vivi, non crollare nell'isolamento. Abbiamo riso, pianto, aperto le braccia per fare

danzare il cuore, chiuso i pugni come invettiva alle chiusure forzate, cantato. E siamo arrivati anche a comprendere come lo spazio apparentemente chiuso, potesse diventare invece uno spazio ampissimo e pieno di possibile libertà. Abbiamo gustato la gioia dell'altro, se pur virtuale, scoprendo che tutti siamo Uno e che l'altro è una par-

te di sé. Questo ha fatto unione, durante questa feroce distanza. Abbiamo fatto rinascere l'ascolto e l'incontro scoprendo che la misura della vicinanza non è data da etichette, carte di identità, curricula, status sociale, colori o generi, così come forse era prima, ma dal guardarsi davvero e oltre ogni pregiudizio. La capacità della solitudine è un conto, l'isolamento forzato un altro! Paradossalmente e seppure durissima, proprio questa chiusura ci ha portato a guardarci in faccia e soprattutto nel cuore. Il teatro è cura e resilienza pura.

E quanto il teatro può essere fondamentale per i giovani?

Il teatro, quello che è profondamente radicato nella sua origine di rito collettivo portatore di conoscenza di sé e catarsi è importantissimo. Ma è necessario praticarlo e trasmetterlo con l'attenzione e la consapevolezza di quello che si porta e si fa. Il teatro non è distrazione di massa, non è intrattenimento. È un percorso capace di aprire la mente e il cuore e soprattutto di accogliere e mostrare le necessità di ognuno. Non si può essere superficiali con i ragazzi, non lo si deve. È ascolto, prima di tutto, cosa di cui credo loro abbiano

Simone Weil



assolutamente bisogno, soprattutto adesso. Ho avuto modo di incontrare adolescenti che non avevano la minima coscienza del proprio corpo – pensa, oggi che c'è internet e che sembrano sapere tutto, avere tanta dimestichezza con i muscoli o con il sesso! - avevano paura anche solo di togliersi una scarpa, di sfiorarsi, figuriamoci di essere loro stessi! Erano spaventati, soli, senza direzione. E arrabbiati, molto arrabbiati!

Non è stato facile, ma quello che hanno riconosciuto è stata la sincerità e l'autenticità e da lì è nato il rispetto e l'accoglienza. Da lì è nato anche il coraggio di dirsi, di rivelarsi. La lotta con un virtuale inconsapevole è titanica e adesso nella lontananza si rischia di creare fratture spaventose dentro questi ragazzi. Il corpo è fondamentale! Il tocco, il respiro, la socialità sono crescita, consapevolezza, evoluzione.

So che anche tu stai portando avanti la formazione a distanza. Come si può declinare questo tipo di didattica, per essere davvero efficace?

Efficace è sapere che ogni cosa che facciamo dipende dalla qualità con cui la facciamo, non dalla quantità! Soprattutto adesso



© Marco Marron

so la qualità è decisiva. Per me la trasmissione necessita prima di tutto della qualità dell'ascolto profondo. Nel virtuale manca l'elemento fondamentale del corpo e delle relazioni vive che ci nutrono e tante volte curano e questa mancanza adesso va colmata da una attenzione totale per chi abbiamo davanti. Occorre essere presenti all'intenzione di ogni nostra azione. Perché lo sto facendo? Qual è il senso? Quale

il vero obiettivo? Cosa porto e offro? Cosa ricevo?

Il mio editoriale è dedicato al cambiamento. Cos'è per te e come il teatro può aiutarci questo?

La vita ci insegna che il cambiamento avviene in ogni istante, ogni giorno dentro e fuori di noi. Ed è questa una grande bellezza. Solo che possiamo decidere noi quale lettura dare ad ogni cambiamento e poi in che direzione orientarlo. Decidere se esserne vittime oppure giocolieri e funamboli pronti alla sfida! Cambiare e riuscire a stare nel flusso della vita. Avere il coraggio di lasciare andare – così come si fa con un vecchio vestito che non ci sta più - e osare lo sconosciuto radicandosi nella verità del nostro sentire presente. Il teatro ci riconnette fortemente a questo sentire e alle emozioni.

Ci permette di orientarle, trasformarle e non subirle. Non ci giudica! Non punta il dito! Nel momento in cui prendiamo coscienza di ciò che siamo possiamo offrirlo agli altri senza violenza. Con una dolcezza assertiva, centrata che parli delle nostre necessità ed esprima la



© Vittoria Fenati

nostra creatività. Il teatro ci ricorda che siamo molto, molto di più di quello che ci hanno fatto credere, quello che crediamo di essere. C'è una infinita bellezza in noi e la possiamo scoprire ed esprimere. Possiamo permetterci di scegliere da che parte stare, se nella disperazione o nell'amore concreto che si traduca in azione consapevole.

Come "educare" il pubblico al teatro?

Questa è una domanda che apre questioni parecchio intricate. Forse la prima domanda che dovrebbe essere fatta è se si voglia davvero educare il pubblico al teatro! Se si voglia davvero portarlo all'incontro con qualcosa che lo possa destare dal sonno quotidiano! Un pubblico addormentato, disinteressato, stressato e succube di tanta tv spazzatura è di certo più addomesticabile e manipolabile.

Siamo produttori di prodotti e siamo prodotti di consumo! Siamo numeri, percentuali. Il teatro non richiede consumo, chiama alla veglia, urla perché le anime si destino e facciamo continua vera esperienza di sé. Incita alla nascita della coscienza! Anela e si batte per la libertà. Prima di tutto libertà di essere umani e non replicanti, donne e uomini da rispettare e non da tatuare

come mucche da consumo.

Ho incontrato e incontro tanta gente e la gente ha fame di vita! Questo facciamo quando ci si vede: cerchiamo di nutrirci di vita! Non ci si può più aspettare che qualcuno educi il pubblico se quel qualcuno non sa neppure di lontano cosa sia l'arte! Se quel qualcuno conosce tutt'al più gli abbonamenti ai noiosissimi spettacoli di cui non ricordano nulla se non l'etichetta dell'ultimo tailleur alla moda visto nel foyer. In teatro bisognerebbe venire nudi o almeno uscire come tali! Ma il potere economico è ben lontano dall'offrire questo ed è riuscito a contaminare anche troppi spazi artistici. Per me serve fare prima una grande pulizia fra chi dovrebbe educare il pubblico e anche fra quelli che si dichiarano artisti. Se i media volessero metterebbero in luce più il teatro che il calcio! Ma si sa, l'economia è la padrona.



Antigone
Concert

© Giacomo
Saviozzi

Come sarà il Teatro del futuro?

Se il teatro non riprende contatto con la sua anima, la sua centratura, oserei dire la sua missione vera, non ha neppure senso che continui! Era distrutto prima della pandemia, ora è raso al suolo. La dimostrazione che a ben pochi interessi è che ora non si faccia una rivoluzione per poterlo andare a vedere. Guardiamo chiese gremite, centri commerciali pieni e le porte dei teatri chiuse. Il teatro è noia, è lontanissimo, questo arriva a tanti. Più della cultura è meglio finanziare la guerra ed esaltare come eroi i calciatori! Servirebbero invece persone lungimiranti che puntino i riflettori sui teatranti, giornalisti e spazi di visibilità che coltivino e nutrano l'interesse e la relazione fra il pubblico e gli artisti.

Non so come sarà in futuro e al momento non credo nel teatro in streaming (tra l'altro ci andrà solo quello finanziato, quello che gode di una grande forza economica), perché il teatro è uno scambio vero, un rito che si fa solo dal vivo! Il teatro è vita che incontra vita. •RS



Viriditas
Tornare Vivi

© Cristina Lorfini