

Intervista con Anna Diogène Fadini da Barcelona, Spagna

Date : April 14, 2019



A Merigar West per il 30° Anniversario

The Mirror: Sei un'attrice. Quando hai cominciato ad interessarti alla recitazione? Quando hai avuto i tuoi primi impulsi?

Anna Diogène: Sin dalla mia infanzia ero interessata alle arti visive, alla musica, alla danza, al cinema e al teatro. Dipingevo sempre e il mio gioco preferito consisteva nel confondere i miei amici e me stessa. A tre anni avevo un'amica speciale che nessuno poteva vedere. Parlavo e giocavo sempre con lei e i miei genitori hanno sempre rispettato questa relazione. Sono stata molto fortunata di aver potuto sviluppare ampiamente la mia immaginazione.

Ho studiato arte all'università e anche danza e musica. In seguito ho studiato recitazione in un teatro e in una scuola di cinema e ho deciso di concentrare su questo la mia vita professionale perché mi piace creare in collaborazione con altre persone.

M: Ci puoi parlare della tua vita e di come le tue esperienze di vita ti abbiano influenzato nel diventare attrice.

AD: Mentre ero a scuola ho deciso di seguire studi scientifici e volevo diventare una veterinaria. Amavo la matematica, la fisica, la biologia, ma ero anche interessata alla filosofia, alla letteratura o all'arte. Volevo anche diventare una astrofisica e studiare egittologia. Non volevo specializzarmi e rinunciare a tutto questo sapere che stavo scoprendo intorno a me, la mia curiosità era infinita. Avrei voluto vivere al tempo del Rinascimento e incontrare Leonardo da Vinci! Ebbene, essere attrice mi permette di vivere molte vite e professioni diverse, forse è stata la mia curiosità a farmi diventare un'attrice.

M: Ci puoi anche parlare della tua vita e della tua recitazione e di come questo ti abbia portato a Rinpoche e all'Insegnamento? Come hai incontrato Rinpoche e lo Dzogchen?

AD: Come tutti ho avuto i miei problemi da piccola e avuto esperienze traumatiche durante la mia adolescenza e gioventù. A causa di queste circostanze ho iniziato una ricerca personale e ho studiato filosofia, simbologia e buddhismo.

Abitualmente ricordo i miei sogni molto bene e a volte ne ricevo delle informazioni. Durante la mia adolescenza ho cominciato a scrivere i miei sogni, a volte ne ricordavo due o tre diversi. Avevo la sensazione che la vita fosse un sogno, anche meno 'reale' di un sogno.

Mi ha sempre interessato approfondire questo aspetto della mia vita. Allo stesso tempo dopo aver finito i miei studi universitari ho cominciato a seguire gli insegnamenti di diversi Maestri come S.S. il Dalai Lama, Gyalwang Drukpa Rinpoche o Shepen Dawa Rinpoche tra gli altri. Seguivo la via come una piccola ape e mi sono interessata sempre di più alla Mahamudra e allo Dzogchen.

Un giorno ho trovato un tesoro, il libro *Lo yoga del sogno e la pratica della luce naturale* scritto da Rinpoche. Ho iniziato a leggerlo e dopo poche pagine mi sono addormentata. Il giorno dopo ho ricordato il sogno chiaramente ed ero molto sorpresa di tutte le informazioni, i dettagli, la luce, dei dettagli, specialmente perché ero consapevole che si trattava di un sogno ed ero in grado di cambiarlo continuamente, di cambiarlo e di continuare. "Voglio incontrare Chögyal Namkhai Norbu" è stato il mio primo pensiero.

Alcune volte ho provato ad andare a Merigar ma le circostanze non erano favorevoli quindi nel frattempo leggevo altri libri di Rinpoche. Finalmente nel 2005 ho avuto il privilegio di incontrare Rinpoche di persona durante il suo primo ritiro a Barcellona. Ho avuto la sensazione che il Monte Kailash si fosse manifestato nello spazio, ero totalmente pervasa dalla Luce e dalla Saggezza di Rinpoche.



M: Com'è collegata la recitazione e in che modo alla tua vita?

AD: La filosofia e l'Insegnamento sono parte della mia vita. Tutto quello che facciamo è un'esperienza, integrato. Recitare è anche collegato alla mia vita. È la mia professione, non è solo un lavoro.

Un musicista è un artista e suona uno strumento, deve lavorare intensamente, sudare e sviluppare una tecnica della sua creatività con le sensazioni, l'armonia e la ricchezza dell'espressività ecc. e la comunica magicamente al pubblico.

Un attore lavora nella stessa direzione ma lui è lo strumento.

Come attrice devo conoscere perfettamente il mio strumento e ci devo lavorare insieme. Devo indagare, scoprire come lavorarci, aprire possibilità, padroneggiare e sviluppare il mio strumento sempre di più. Cos'è il mio strumento? Sono il mio corpo e la mia voce ovviamente ma non solo. Devo anche usare alcuni dei miei sentimenti, sensazioni, la mia energia e i miei pensieri. È una domanda interessante.

E qui comincia un affascinante mondo di ricerca con i miei strumenti, con me stessa. Per questo

ho bisogno di approfondire l'osservazione di me stessa e il mio ascolto.

Chi sono? Chi siamo? Questo si applica a tutti noi, come praticanti, come individui, come esseri umani su questo pianeta. Quindi sì, recitare coinvolge totalmente la mia vita che influenza totalmente la mia recitazione.

M: Le esperienze della tua vita come hanno formato la tua recitazione? Come l'Insegnamento impatta con la tua recitazione? Come la recitazione è collegata alle scoperte dell'insegnamento, aiuta o inibisce questo viaggio? In generale puoi parlarmi della recitazione, della vita e dell'insegnamento?

AD: Cos'è "recitare", è esibirsi? Possiamo dire molte cose ma non voglio dare una definizione. Cercherò di descrivere la mia modesta esperienza sul campo.

Per me recitare significa ascoltare più che "dare". Creare in collaborazione con altri, scambio, comunicare sentimenti, sensazioni, idee, valori, insegnamenti – crescita. Per essere una brava attrice devo separare il mio ego da me stessa e metterlo da parte. In questo modo posso essere qualcun'altro, avere un'altra personalità. Posso essere chiunque! Posso godermi ed farmi sorprendere dal "lei" (o da "lui"). Posso "recitare" e fare tutto e ovviamente la mia esperienza di vita mi aiuta a recitare determinate situazioni, facendo appello ai miei ricordi (memorie sensoriali, immagini ecc.) e alla mia immaginazione per crearli.

Faccio tutto con consapevolezza padroneggiando il mio strumento in modo rilassato e mi relaziono con le persone e gli elementi allo stesso modo.

La mia esperienza come attrice ha molto a che fare con l'essere una praticante Dzogchen sempre di più. Potrei anche dire che c'è così tanto in comune da non vedere alcuna differenza. Allo stesso modo non posso separare la vita dall'arte o la vita dalla via.

M: Qual è la tua principale forma di recitazione, cinema o teatro? Quale preferisci?

AD: Ho sempre lavorato in diversi media: TV, cinema e teatro. Lavoro con la mia voce per documentari, spot pubblicitari o nel doppiaggio. Ho anche fatto la regista in teatro e insegnato recitazione ai bambini e agli adulti.

Amo recitare sia al cinema che a teatro. Si usano tecniche diverse ma le amo entrambi. Nel cinema si può recitare in modo più sottile con il corpo, la voce e l'energia. Si possono offrire diverse tonalità e diversi colori con l'espressione del viso o delle mani, o un profondo, delicato e ricco sguardo con gli occhi.

A teatro si usano i propri strumenti in una gamma più "ampia", a volte in modo più "organico" a seconda del tipo di spettacolo che si recita. Può essere un tipo di teatro molto "fisico", con grandi movimenti, danza e musica o si recita maggiormente un testo in modo che le parole e la poesia sono più importanti quindi si enfatizza la musica o il linguaggio. Ci sono diversi tipi di recitazione di diversi modi di esprimerli. Dipende anche dall'approccio del regista. A volte si entra in sintonia con questo approccio ma cerchi di dare quello che ti viene chiesto in ogni

situazione. Quindi devi essere molto flessibile e devi adattare la tua recitazione alle circostanze, al resto della compagnia, agli altri attori, allo spazio, alle luci ecc. Ogni esperienza è unica.

Sul palco puoi sentire l'energia del pubblico e questo è qualcosa di molto speciale e magico. Ogni spettacolo è diverso perché le persone nel pubblico sono diversi ogni sera. Questo è una esperienza che chiede molto ma è anche molto ricca. Non le puoi vedere ma puoi sentirle e cambiano il tuo modo di recitare. Creiamo insieme lo spettacolo ogni sera. Ci sentiamo tutti diversi. Ci sentiamo diversi ogni giorno. Se cogli la sfida seriamente "come se fosse la prima volta che pronunci quella frase", puoi scoprire un mondo intero e persino essere sorpreso da te stesso, dal tuo personaggio, persino il tono della tua voce può cambiare. Raggiungere questo livello di creatività è uno dei miei obiettivi e mi piace molto. Mi sento libera e connessa alla "magia" quando succede. Ma se non correte alcun rischio e ripetete quello che già "conosci" recitare può essere noioso e il pubblico potrebbe addormentarsi!

Cerco di approfondire il processo di creazione attraverso l'esperienza dell'"ascolto" gli uni degli altri, gli attori sul palco con le persone del pubblico o tra gli attori in uno studio con quelli intorno a loro e la magia del momento. Cerco di essere presente. Recitare è una pratica della presenza.

M: Che tipo di recitazione fai attualmente?

AD: Sono fortunata perché ho avuto il privilegio di poter scegliere la mia professione e viverci. Faccio qualunque tipo di recitazione richiesta per poter vivere modestamente. Le mie scelte si basano sull'onestà, il rispetto e la creatività.

Amo le commedie e penso che il senso dell'umorismo sia una abilità importante da sviluppare e uno strumento molto utile e interessante per le nostre vite. Quando recito le tragedie greche classiche per esempio entriamo nel mondo simbolico degli archetipi, molto ricco e interessante da studiare. Recitiamo anche i drammi e la parola "giocare" – come la parola francese "jouer" – significa anche divertirsi come bambini che giocano. Questo è meraviglioso perché quando accadono cose difficili e drammatiche nelle nostre vite siamo capaci di prenderle con un certo distacco, come in un sogno.

A proposito nelle nostre vite quotidiane recitiamo tutti costantemente divertiti ruoli: la madre, il figlio, la sorella, il cliente, il viaggiatore – è interessante esserne consapevoli, sapere come ci comportiamo con persone diverse o situazioni diverse e osservare noi stessi.

Professionalmente sono sempre aperta a collaborare con diversi tipi di persone e squadre. Mi piace lavorare con giovani registi emergenti e aiutarli e scambiare con loro nuovi punti di vista. Possiamo imparare costantemente mentre scambiamo esperienze con diverse persone e generazioni, dal più saggio e più vecchio di grande esperienza, al giovane dalle idee fresche che sperimenta nuovi media e nuove tecniche.

M: C'è qualcos'altro che vuoi dire sulla relazione tra la tua arte di attrice e l'Insegnamento?

AD: Quando sviluppiamo e approfondiamo il campo della recitazione – o di qualunque arte –

abbiamo a che fare con diversi aspetti che sono totalmente collegati all'Insegnamento. Come comunicatrice sto cercando di condividere la mia esperienza limitata con altre persone. Da quando ero giovane mi sono chiesta come potessi aiutare gli altri. Questa domanda mi accompagna ancora ed è come un maestro per me. Cerco quindi di trasmettere un messaggio che possa essere utile agli altri.

Attualmente sto scrivendo una sceneggiatura per un film e sto collaborando con un amico per un'altra. Penso che sarebbe magnifico collaborare con altri artisti della Comunità Dzogchen per progetti futuri. Potremmo roganizzare una rete grazie alla quale potremmo collaborare anche con persone di diversi campi interessate a creare insieme qualcosa e a diffondere alcuni dei contenuti collegati all'Insegnamento.

Come nella vita ogni giorno è diverso e ogni momento è speciale e unico. Cosa ci può aiutare a vivere meglio? Cos'è importante? Amore, rispetto, essere presenti e felici, essere liberi in modo rilassato, ascoltare, collaborare, creare e sorridere. Sappiamo tutti che questi sono i consigli che il nostro Prezioso Maestro ci ha dato. Cerchiamo di applicare questi consigli nella vita quotidiana e nel lavoro, rispettando e amando gli esseri intorno a noi e la nostra madre Terra.

Mi sento fortunata per molte ragioni, per la mia famiglia e i miei amici, e sono molto grata a Rinpoche per la sua Compassione e Saggezza, per l'Insegnamento che ha condiviso con noi in modo così speciale e con tale dedizione. L'Insegnamento è qui con noi. È stato anche il più grande comunicatore, "attore" che abbia mai incontrato.

Grazie Naomi e Liz per questa opportunità di condividere con voi e con tutti voi un pezzo della mia esperienza.

M: Grazie a te Anna.

Biografia di Anna Diogène Fadini, attrice

Anna vive attualmente a Barcellona, Spagna

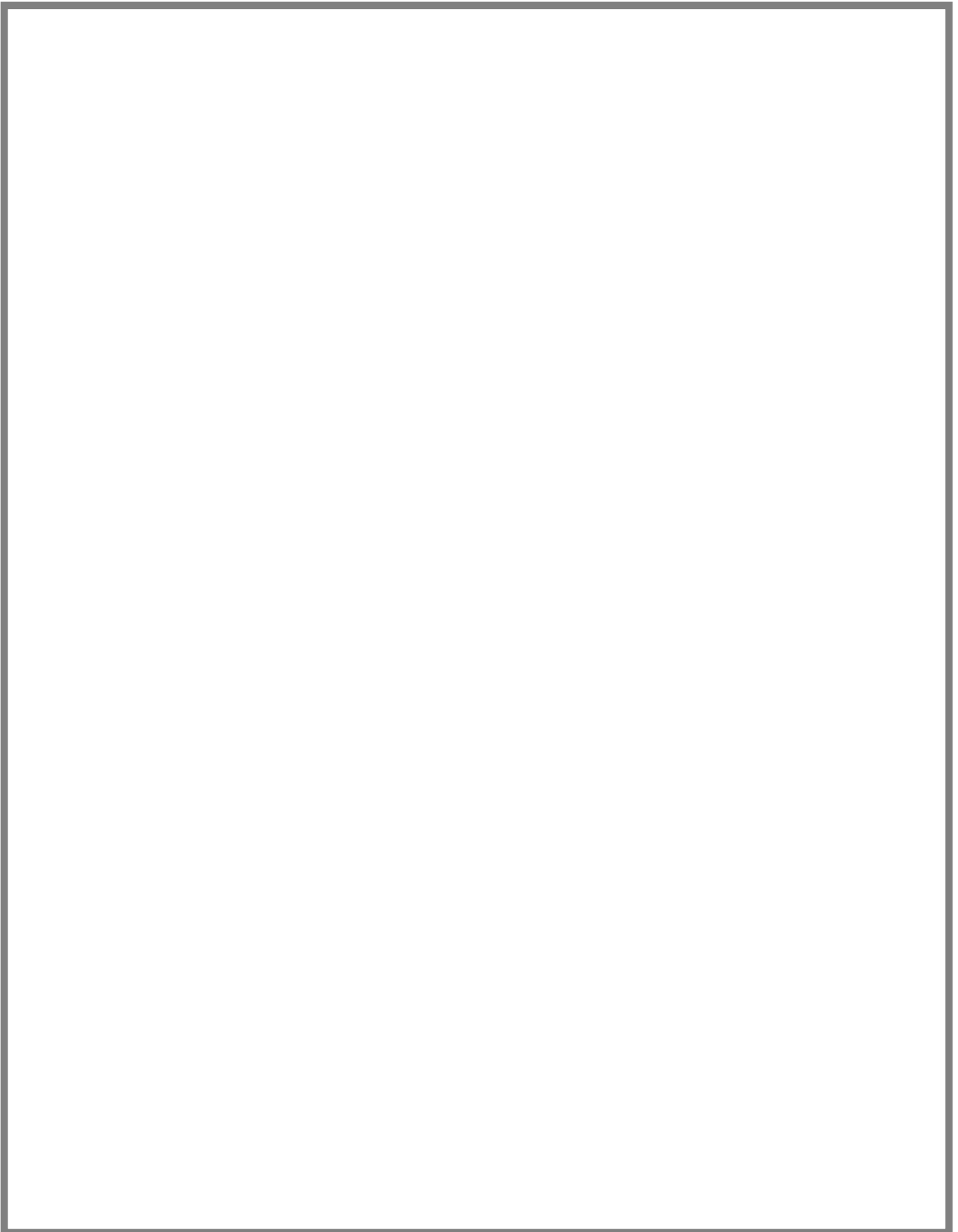
Ha studiato arte all'Università di Barcellona e recitazione con diversi registi in Spagna, a Londra e New York. Ha lavorato come attrice in TV, al cinema e al teatro in progetti internazionali europei.

A teatro si è esibita in diversi stili e con diversi autori come i classici greci, la commedia dell'arte, e tra gli altri Shakespeare, Hemingway, Molière, Edoardo de Filippo, García Lorca or Buero Vallejo

Al cinema e in TV ha lavorato con molti registi in Spagna, Francia, Italia, Inghilterra e Germania.

Attualmente sta sviluppando diversi progetti personali: sta scrivendo un sceneggiatura per un film, sta partecipando ad un altro progetto per il cinema e a una commedia teatrale di poemi in collaborazione con un pianista, un'attrice e un artista visivo.

Potete contattare Anna: annadiogene@gmail.com



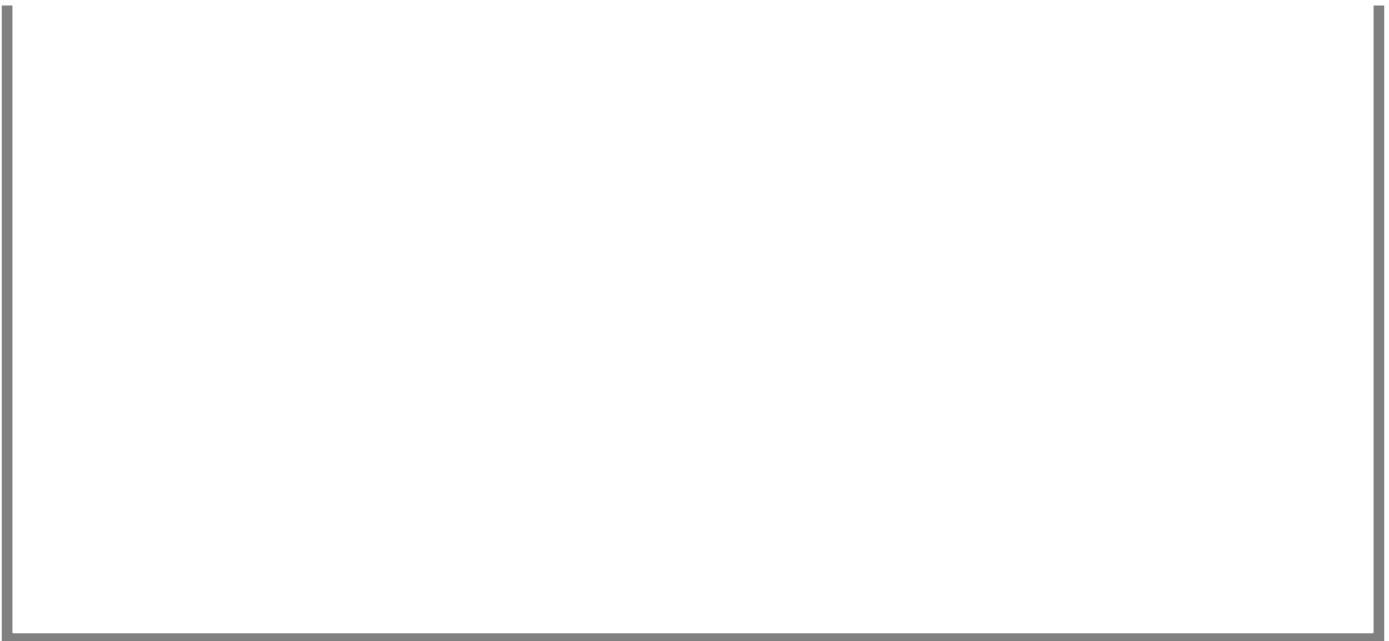
- Aggiungi al frasario
 - Nessuna lista di parole per Inglese -> Italiano...

- Crea una nuova lista parole...
- Copia

- Aggiungi al frasario
 - Nessuna lista di parole per Inglese -> Italiano...

- Crea una nuova lista parole...
- Copia





- Aggiungi al frasario
 - Nessuna lista di parole per Spagnolo -> Italiano...
 - Crea una nuova lista parole...
- Copia