

INTRODUCTION TO THE MEISNER TECHNIQUE

con **Irina Casali**

accreditata all'insegnamento dal True Acting Institute USA

The Meisner Technique che insegna "a vivere veramente in circostanze immaginarie", momento per momento.

I seminari affrontano l'origine e i principi della Meisner Technique dalle fondamenta fino alla completa applicazione pratica.

"The repetition exercise" si fonda sulla capacità di ascolto e allena ad essere totalmente aperti, vulnerabili, in contatto autentico, permettendo di rispondere a ciò che accade *qui e ora*, momento per momento.

Ogni azione è una re-azione a qualcosa che dipende dalla capacità dell'attore di ascoltare e rispondere in modo autentico e spontaneo a ciò che accade. Cruciale per un attore sono i riflessi: l'abilità di reagire prima che intervenga il pensiero a censurare la risposta vera. Seguendo l'impulso organico l'attore può liberarsi dalle maschere dei personaggi quotidiani per esprimere il vero Sé.

Il training radica l'attore nel corpo, nella verità del proprio istinto vitale. Aprendo i canali emotivi e percettivi, coinvolge l'attore totalmente, amplificando l'ascolto e la connessione autentica tra sé, il partner, il gruppo.

The Meisner Technique si basa sulla lettura del comportamento sotto le parole: se le parole mentono sempre, il comportamento non mente mai; Meisner afferma che "un grammo di comportamento vale un chilo di parole".

Esperiremo la differenza tra *illustrare* un'azione e *fare veramente*. In che modo si distinguono e cosa comporta essere *totalmente* coinvolti in ciò che si fa? Realizzando qualcosa che abbia un'intenzione e un significato profondo, le emozioni accadono senza forzare.

Così succede anche quando avviene un contatto autentico. Le emozioni non si possono comandare, sono legate al senso che qualcuno o qualcosa riveste per noi. Vedremo come collegarsi alla dimensione emozionale, conoscenza specifica dell'attore. Stanislavskij diceva che "per un attore conoscere significa sentire".

Lavorando sulle scene di un'opera tradurremo l'universale umano attraverso l'interpretazione personale, unica, del materiale proposto, illuminando lo sguardo irripetibile che si cela dentro ogni persona.

«La base del mio approccio consiste nel voler ricongiungere l'attore ai suoi impulsi emotivi e guidarlo a una recitazione fermamente radicata nell'istinto.

Tutto si basa sul fatto che quando un attore è bravo quello che fa scaturisce dal cuore: non c'è nulla di mentale»

SANFORD MEISNER