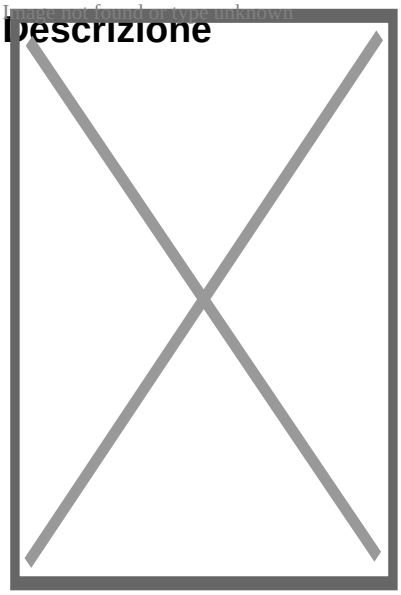
LA BURLESQUE TERAPIA DI CRISTIANA DE GIGLIO

Image not found or type unknown
Descrizione



Invio questa testimonianza perché la sento molto vera, spontanea,

comune nel mondo della danza….sei troppo magra, sei troppo grassa e così via, affermazioni rivolte a bambine ballerine, che non facilmente si superano, come in questo caso.

Quindi lasciamo la parola alla simpaticissima ***Blondy Violet*** che ha colto l'intento della nostra rubrica.

Fin dall'età di 7 anni ho dedicato anni alla danza contemporanea, affrontando già da piccola…intorno ai 10-12 anni audizioni con insegnanti esterni MOLTO RIGIDI.

L'aspetto positivo è che sono sempre stata nelle prime 5, l'aspetto negativo è che nella loro rigidità questi insegnanti non avevano alcun ritegno nel dire pregi e difetti.

Ecco vai a dire ad una ragazzina di 10-12 anni che ha la pancia…! Si vero..io ho sempre avuto la pancettina con gambe e braccia da deportato tanto sono magre…sproporzione che ho sempre ODIATO nel mio corpo. Questi giudizi rimangono impressi e cominciano a macinare nella testa…

A questo si è aggiunta in piena adolescenza una delusione amorosa…come hanno tutte/i…nulla di che: l'aggravante è stata che palesemente mi è stato detto in faccia che ero stata usata per scommessa e subito ho visto questo ragazzo andarsene con un'altra davanti a me con un corpo stupendo.

Io al tempo, ragazzina,…forse non ci crederete…ma ero in sovrappeso!

Questo mi ha fatto cadere nel baratro di seri problemi alimentari…in cui ho rischiato davvero tanto! Si sono arrivata ad un punto in cui la morte per arresto cardiaco (quando si raggiungono certe magrezze…il cuore cede!) l'ho vista davvero in fronte a me.

L'ossessione per il corpo e il peso a certi livelli…ti occupa 24h della tua giornata, il tuo cervello non ha spazio per altro e il corpo non ha la forza per altro.

Elimini TUTTO e TUTTI! Elimini anche quello che ti ha sempre dato soddisfazioni, nel mio caso la danza…perché comunque è più forte e IMPORTANTE (ovviamente in ottica malata!) occuparsi del peso e di come EVITARE di nutrirsi…

Le parole più dure, che in qualche modo mi sono cercata, sono state quelle che a 18 anni mi hanno fatto uscire dalla sala di danza: ero in piena maturità a scuola, si era accentuato un problema alle ginocchia (che avevo a prescindere…in questo caso non c'entrava il deperimento) e il mio aspetto era tremendo! Per chi mi conosce ora…vede che sono sempre magra (e sarò cosi sempre ormai…!) ecco immaginatemi con ben 12 kg di meno che aspetto avessi! In questa condizione è stato tremendo sentirsi dire: "TU NON PUOI PIU' STARE SU UN PALCO"!

Per me è stata la morte interiore…ma d'altronde avevano ragione! Dall'altra parte nonostante il mio amore per la danza e il palco…questo NON fu sufficiente per scuotermi! Ho preferito rifugiarmi ancor di più nella malattia!

Intanto gli anni passano, le terapie si susseguono e tra alti e bassi ho ripreso in mano la mia vita, avendo perso gli anni migliori, gli anni in cui si fanno esperienze e si sperimenta. Quindi io ho vissuto tutto in ritardo…compreso l'approccio alla sessualità e alle relazioni.

Negli anni ho fatto sempre qualche workshop saltuario di danza e man mano che stavo meglio ho cominciato ad allenamenti per recuperare la muscolatura che era stata depauperata in ogni fibra!!

La svolta è arrivata nel 2009 quando ho vissuto per 6 mesi a LOS ANGELES e dove mi ero iscritta in una scuola di danza davvero TOP a Hollywood (un sogno!) e dove per la prima volta lessi la parola "BURLESQUE" tra i corsi…oltre a tanti altri davvero super, compreso il mio primo amore, DANZA CONTEMPORANEA!

Mi sono detta: qui fuori dalla mia routine…ricomincio a ballare! Sì…! E tra i corsi ho frequentato quello di BURLESQUE per tutta la mia permanenza là!

E' stato magico: ho sgretolato tutte le mie inibizioni, mi sono sentita donna e non un essere informe orrendo, ho messo in luce la mia "io"!

Nel mio profondo sono sempre stata affascinata da certe movenze sensuali e provocanti…

A poco a poco mi sono resa conto che certe timidezze svanivano, che il mio carattere diventava sempre più socievole ed estroverso, mi era più facile dialogare e avviare conversazioni in modo spontaneo.

AVEVO RECUPERATO SICUREZZA, AVEVO RI-CONOSCIUTO la MIA VERA IO…LA LIBERTA' di ESSERE "IO"!

Da allora è stato un crescendo: nuove amicizie, nuove relazioni, esperienze divertenti e indimenticabili…

La mia vena di follia "buona" che si delineava…e che dentro avevo sempre represso nel buio della malattia.

E poi il desiderio e la voglia di TORNARE SUL PALCO a provare quella "paura" dietro le quinte, a quell'adrenalina della scena e l'energia del pubblico!

Da allora eccomi qui, Blondy Violet è certamente la mia identità più genuina in cui ho scoperto di avere una forte dose di ironia e comicità…che mai avrei pensato!

La LIBERTA' che lascia questo tipo di arte mi ha permesso di individuare alcuni aspetti del mio carattere, appunto, più comici che non conoscevo.

Ecco la parola magica per me è proprio LIBERTA'! Il Burlesque per me è questo! Libertà di sentire e sentirsi; LIBERTA' di mostrarsi con pregi e difetti; LIBERTA' di trasmettere il proprio pensiero a chi ti guarda senza preoccuparsi delle opinioni; LIBERTA' di trasgredire ed eccedere dalle regole del quotidiano…e poi LIBERAZIONE delle emozioni, dell'energia e TRASMETTERLE a chi ci sta di fronte per farlo divertire, sorridere o ancor meglio RIFLETTERE.

La prima parte di questa mia storia so che appartiene a tante purtroppo… e se si è oneste con se stesse, lo si sa che NON si GUARISCE al 100% ma che nel profondo l'ombra rimane sempre e le ricadute (certo, NON COSI DELETERIE) sono dietro l'angolo e che occorre uno sforzo QUOTIDIANO per SCEGLIERE di STARE BENE OGNI MATTINA!

Ad ogni donna che mi chiede informazioni dico che è TERAPEUTICO e che per "spogliarsi dei vestiti" bisogna prima spogliarsi nella mente dalle paure e dalle "paranoie" che ognuna di noi ha…ma che spesso non si può fare altro che accettare. A QUESTO PUNTO…il GIOCO E' FATTO!

LE VARIE "DONNE" CHE CONVIVONO IN NOI SI FONDONO e SI MOSTRANO nella DETERMINAZIONE, NELLA FORZA, NELL'AUTOIRONIA, NELLA DOLCEZZA e NELLA SENSUALITA' FEMMINILE…che tutte abbiamo per il solo fatto di essere donne!

Grazie per avermi dato questo spazio e spero di poter essere di stimolo per tante che non hanno ancora scoperto la grandezza che c'è nel nostro vissuto. Non pretendo di aiutare (non sono una psicologa), ma almeno di essere utile a chi legge…dare un po' di ottimismo! SE SI VUOLE POSSIAMO FARE TUTTO CIO' CHE VOGLIAMO A QUALUNQUE ETA'!

Cristiana De Giglio

Categoria

1. Archivio
2. CULTURA
3. LE CHERIES CERISES

Tag

1. blondy violet
2. burlesque
3. cristiana de giglio

Data
18/05/2024
Data di creazione
01/06/2018
Autore
redazione