

## E' la cucina il mio antistress

E' uno dei rari giorni di pioggia di questo inverno. Roma è assediata dal traffico, per strada la gente è nervosa, si spintono. Lei si avvicina leggera, sotto l'ombrellino, carina da morire con il cappello di lana beige in testa e il sorriso luminoso. Si dice che le attrici, nella vita siano tutte un po' nevrotiche. Forse del suo fascino, di quello sguardo serio e calmo, Sonia Bergamasco potrebbe convincere molti che le cose non stanno così. Alta, magra, bionda, molto più giovane dei 50 anni appena compiuti, cavalca la cresta dell'onda con serafica serenità. E' lei una delle protagoniste del momento, l'inflessibile ma comica dottoressa Sironi che vorrebbe mandare a casa Checco Zalone incollato al posto fisso nel Quo vado? Campione d'incassi. Il 29 febbraio, poi, entrerà a far parte di un altro cult nazionale, il Commissario Montalbano di Raiuno dove sarà la "nuova" Livia Burlando, la paziente e ormai celeberrima fidanzata di Luca Zingaretti-Montalbano. E poi c'è il cinema, il teatro. "E la famiglia, gli impegni privati", dice lasciando intendere che per il riposo c'è tempo. "Finisce che il vero relax lo trovi quando fai qualcosa per te, magari nello sfidarti in piccole cose, nel concederti il lusso per attività che non c'entrano con il lavoro. Io ho trovato il mio antistress nel fare il pane e la pasta in casa".

"Non che sia una massaia, forse non ho nemmeno il physique du rôle, e devo dire che sono abbastanza al grado zero in fatto di gastronomia, mi fermo all'uovo al tegamino e poco più, ma fare il pane è una cosa molto semplice, concreta, anche se a suo modo poetica. Impastare, mettere la pasta a dormire, aspettare che cresca, stendere l'impasto. Mi distende, mi calma". A beneficiarne, in tutti i sensi, sono Valeria e Maria, le due figlie adolescenti, e Fabrizio Gifuni, l'attore di tanto cinema e teatro, che ha sposato nel 2000.

Tutto è nato perché una volta Sonia Bergamasco era all'Aquila da alcuni parenti.

"C'era un forno in pietra - racconta - e una signora faceva il pane e tutto mi era parso un bellissimo rito: lavorava la farina, lasciava riposare per ore la pasta che cresceva e alla fine preparava questi filoni, anche venti, trenta per volta, che mandavano un profumo indimenticabile. Mi feci fare un pezzetto di pasta madre e la prima volta, ormai più dieci anni fa, fu un disastro. Dovevo aver messo troppa acqua. Perché poi alla fine quello ci vuole è solo un po' d'acqua, sale, olio e farina. Non mi sono data per vinta. Ho riprovato. E' andata sempre meglio. Con gli anni alla pasta madre ho sostituito il lievito secco più facile da usare, ha poco odore. Adesso sono veloce, faccio l'impasto in cinque minuti, aspetto che cresca e poi via nel forno ventilato. Io la lavoro a forma di filone perché così ci piace. Ecco il mio rito antistress".

Sonia Bergamasco deve avere due anime, un po' come le facce della sua carriera, oppure è un genio perché ha saputo scegliere storie diverse che toccano generi e appassionati diversi, il giovane e il vecchio, il popolare e l'intellettuale, il banale e l'artistico, Tutti pazzi per amore in tv e il raffinato Il Ballo, l'assolo di Irène Némirovsky che sta recitando in questi giorni al Teatro Vascello di Roma, il pane fatto in casa e la musica al pianoforte che suona benissimo. "E' che mi piace cambiare, ma senza fretta. Mi piacciono le cose che crescono lentamente, appunto come fare il pane. Sono una lenta, maturo tardi, mi sento un po' come quei ghiri che masticano le ghiande con le guance gonfie e poi mettono la testolina fuori". Nel 1989 quando era l'allieva prediletta di Giorgio Strehler e già "si provava" accanto a lui nel Faust si sentiva ancora una ragazzina che non osava neppure pensare cosa sarebbe diventata. "Non ero

felice. Era morto mio padre e mi sono trovata in un momento della vita in cui dicevo: ma dove sono? dove vado? Frequentavo il Conservatorio a Milano, dove poi mi sono diplomata, quando ho visto il bando della nuova scuola del Piccolo Teatro. Ci ho provato, ma quasi per caso. E' vero, uno vive la sua gioventù in un modo e poi negli anni ti ritorna indietro in un altro, ma io mi ricordo che mi sentivo una nuvola grigia senza identità, ma con un nocciolo dentro molto saldo che mi diceva di andare avanti. E il teatro mi ha molto aiutato. Io come attrice sono il frutto degli incontri che ho fatto". Dopo Giorgio Strehler, registi e attori come Massimo Castri, Glauco Mauri, più avanti Giuseppe Bertolucci, Gabriella Bartolomei con cui ha studiato canto e voce ma soprattutto Carmelo Bene per cui fu la Fatina nel bellissimo Pinocchio. "Il trait d'union fra me e lui fu la musica. Io ero musicista e lui mi amò da subito per questo. Carmelo è la punta di diamante della mia storia, ha sciolto l'incertezza se stare nel teatro o nella musica".

Confessa però che solo da qualche anno si gode la bellezza del mestiere di attrice. "Credo sia conciso con Tutti pazzi per amore, la fiction Rai molto ben scritta, divertente che all'inizio non volevo fare ma che invece mi è servita a mollare un po' la corda e farmi vedere che per fare l'attrice hai tanto spazio intorno. Ora, per esempio, sono contentissima di Quo vado? perché volevo fare una cosa comica e perché in un film che "si intitola" Checco Zalone è venuto fuori il lavoro di tutti, di attori bravi come Peppino Mazzotta, Ludovico Modugno, io...". E anche per misurare a se stessa quante cose si possono fare nel lavoro di attrice senza farsi segnare per sempre da un ruolo tanto meno dalla mamma altoborghese, nevrotica di La grande famiglia che tanto successo ha avuto, ha deciso di entrare nel Montalbano tv, nei panni della "nuova" Livia. "Quella fiction è un meccanismo così perfetto, un cast notevole, una regia che serve al meglio la scrittura, ci sono entrata in punta di piedi. Livia non diventerà una rasta, voglio dire, è sempre lei, ma ci sarà una maggiore consistenza nella relazione con il celebre commissario, sarà un corpo più presente e poi mi piace che parli italiano, che non sia più doppiata". Già si sa che Sonia lavorerà anche negli episodi che vedremo in autunno quando lei sarà a teatro, al Franco Parenti di Milano con uno spettacolo nuovo che le sta a cuore e di cui firmerà anche la regia, L'uomo seme da un racconto di Violette Ailhaud, "che mi ha preso il cuore": la storia incredibile di un villaggio dove a metà dell'800 rimasero solo le donne e i bambini perché mariti, fratelli, figli erano stati deportati o uccisi da Luigi Napoleone Bonaparte. Le femmine strinsero un patto: che il primo uomo che sarebbe arrivato, sarebbe stato di tutte. "Lavorerò con le quattro vocalist del gruppo Faraualla perché il modo giusto di raccontare quel libro è la forma della ballata".

Così spirituale, carica di un carisma nobile, come fa poi a rimboccarsi le maniche, infarinarsi le mani e fare il pane? "Ma il mestiere dell'attore è in realtà terribilmente concreto e pragmatico. Bisogna avere le spalle molto ben piazzate, respirare a un buon ritmo e avere muscoli buoni. Per fare teatro devi essere forte, l'ho imparato presto. Lavori col tuo corpo, le tue risate, la tua voce, è qualcosa di molto fisico, altro che spirituale. Mentre fare il pane è una magia: una cosa semplice che non esiste, diventa un bene quotidiano da condividere".

**Anna Bandettini, La Repubblica RClub - 30 gennaio 2016**