

Giulia Mengardo

Career Service, Università Ca' Foscari Venezia

conversa con

Violante Caburlotto

Ballerina

Violante

Hai iniziato a studiare danza molto giovane e, a 13 anni, ti sei trasferita a Budapest per una borsa di studio. Com'è stato vivere lontana da casa e cosa ti ha lasciato questa esperienza?

Ho iniziato danza a cinque anni, sognavo di diventare una ballerina 'per rendere docile un drago e portare bellezza nel mondo'. La mia prima ispirazione si chiamava June ed era una delle protagoniste del cartone animato *Little Einstein*. Questo è stato il mio primo approccio alla danza. Proseguito accompagnando mia mamma in sala prove, per assistere alla trasformazione coreografica delle sue parole in passi di danza (all'epoca era Eleonora Duse). Ha scritto biografie di donne per la danza. Ed è da qui che probabilmente è nata la mia seconda passione, la comunicazione legata alla danza. E che oggi rappresenta il mio progetto: il Metodo AXIS©. La danza per me è stata fin da subito il mezzo attraverso il quale potermi esprimere al meglio e l'Accademia rappresentava la possibilità di costruire questo straordinario percorso. Avevo tredici anni quando sono atterrata a Budapest per la prima volta. Era agosto, durante il periodo della pandemia, e l'audizione di quel mese era una data straordinaria, proprio perché c'era stato il lockdown. Non dimenticherò mai quei tre giorni di studio-audizione: le sale prove, il campus,

la biblioteca, il Dormitorio, la mensa. Volevo farne parte. E fu così: mi dissero che ero stata scelta, incontrai la mia insegnante di danza classica ed ebbi solo tre giorni per decidere. Ne fui entusiasta. Fu un sì convinto, ma non semplice, perché oltre alla lontananza dalla famiglia, il Paese chiuse una settimana dopo per via del Covid. Vivere per anni a Budapest, soprattutto nel periodo del Covid e per settimane da sola (senza compagni), mi ha fatto comprendere che era la mia strada. Sacrificio, dedizione e tantissima determinazione. In quegli anni ho sicuramente migliorato il mio inglese e imparato l'ungherese, ma soprattutto ho imparato il significato della convivenza con tantissime ragazze e ragazzi, dell'importanza delle regole e del rispetto reciproco. Crescere in un contesto internazionale è sicuramente arricchente anche se molto complesso.

Cos'è *Violantedanza* e da quale esigenza nasce l'idea di trasformare la tua espressione artistica in un progetto di comunicazione e darle un'identità definita?

Violantedanza è la parola che si trasforma in gesto. È sicuramente l'amore per la danza che vorrei trasferire. Perché la danza è grazia, musicalità, emozioni, passione, dedizione e disciplina e può portare bellezza ovunque.



E il fatto di essere cresciuta con mia mamma immersa nella comunicazione, nell'importanza della scelta della parola, nella creatività, tra aule universitarie e sale riunioni ha arricchito sicuramente la mia visione. È stato dopo un corso sulla comunicazione digitale che ho seguito con lei che si è delineato il mio progetto: *Violantedanza*. Ho compreso che la danza è il mio linguaggio e che comunicare la danza per farla arrivare è ciò che più mi rappresenta. Così è nato *Violantedanza*, la rappresentazione della mia essenza.

A chi si rivolge *Violantedanza* e come si sviluppano concretamente il dialogo e la collaborazione con le imprese, le istituzioni culturali e media e con i performer come te?

Violantedanza è la concretizzazione di ciò che amo: la danza e la comunicazione digitale attraverso tutti i suoi linguaggi. È esattamente un dialogo che non vuole escludere nessuna e nessuno. È iniziato come confronto con chi ama la danza e con chi si trova di fronte a scelte complesse come partire per un'Accademia giovanissima, o decidere se proseguire o lasciare. Moltissime ragazze mi scrivevano perché vedevano ciò che stavo vivendo e mi raccontavano le loro esperienze: concorsi vinti, piccoli traguardi raggiunti, ma anche richieste di consigli 'non so cosa fare, tu mi ispiri'. Non avrei mai immaginato di poter essere ispirazione; eppure, ricevo quotidianamente messaggi che mi raccontano come il mio profilo sia fatto di storia vera, di racconto leale, di cosa c'è dietro le quinte, di cosa significa portare le punte per ore. I miei canali nel 2025 hanno generato oltre 15 milioni di visualizzazioni, ma soprattutto centinaia di migliaia di interazioni che mi permettono di comprendere come anche chi è distante dalla danza può avvicinarsi e trarne beneficio. E qui appunto è iniziato il percorso di *violantedanza.it*: da una parte raccontare la bellezza della danza e del gesto come linguaggio per musei, imprese, professionisti e dall'altra aiutare a costruire il dialogo attraverso i social e il web a scuole di danza, performer, giovani che vogliono imparare a comunicarsi con consapevolezza e responsabilità.

Come hanno inciso la disciplina e l'allenamento sulla tua vita fuori dal palco? Quali competenze o valori della danza ritieni più utili nel lavoro e nella quotidianità?

Sono *Violantedanza* a tutto tondo, Violante che danza in ogni momento, in ogni luogo e a ogni ora. Spesso con mia mamma sorridiamo davanti ai fornelli, mentre aspetto che il caffè esca le mie braccia stanno raccontando un momento de *Il Lago dei Cigni*. Quando dico che sono una ballerina professionista la risposta è sempre la stessa 'non avevo dubbi, il portamento, i gesti, il sorriso'. Il mio sogno è esattamente questo: portare il linguaggio della danza a essere compreso, e riportare le persone nei teatri a riconnettersi profondamente con la danza. Penso che la danza come linguaggio universale di bellezza possa davvero costruire connessioni. Sicuramente la disciplina è ciò che ogni giorno porto con me in quello che faccio. Ma anche l'assertività, il rispetto e la capacità di apprezzare le critiche costruttive e di comprendere il valore o meno di una critica decontestualizzata. E a proposito di rispetto e riconoscenza non posso non menzionare la mia insegnante Clara Santoni che non solo mi è sempre stata accanto nei principali traguardi, come insegnante e mentore, ma anche amorevole presenza a distanza in ogni esperienza all'estero. Capita spesso che mi venga detto: "Ma hai solo diciannove anni", senza chiedermi la mia storia, e basando la percezione su luoghi comuni. A diciannove anni ho raggiunto traguardi che io stessa non avrei immaginato, oltre alle lingue, inglese, ungherese, spagnolo e giapponese (livello base, ma studiato al Centro Linguistico di Ateneo dell'Università Ca' Foscari), cultura che tra l'altro mi ha sempre affascinato e che ho avuto modo di comprendere meglio in Ungheria convivendo con i numerosi giapponesi in Accademia e che incredibilmente ho poi 'ritrovato' tramite compagne giapponesi al Corso di Perfezionamento dell'Accademia Teatro La Scala.





Durante audizioni e performance internazionali hai dovuto affrontare sfide importanti. Qual è stato l'ostacolo più difficile che hai dovuto superare e cosa ti ha insegnato? Hai notato differenze culturali nella percezione del ruolo della donna nel contesto lavorativo della danza e dello spettacolo?

Le sfide più importanti sono la gestione dell'ansia prima di un'audizione e di una performance e la stanchezza se parliamo di tour internazionali o repliche ravvicinate. Il giudice più impietoso per me sono proprio io, e questo sicuramente mi porta a voler dare sempre il massimo. Ho imparato a convivere, a non provare vergogna per la mia agitazione in certi momenti, e a chiamarla con il suo nome: ansia. Questa emozione, se la si riconosce, è una spinta a migliorare. E sicuramente la gestione della stanchezza e dunque raccogliere costantemente tutte le energie a disposizione, e utilizzare la propria disciplina per dare il meglio, che è quello che lo spettatore merita. Viene per vedere uno spettacolo. Ho fatto un video sul mio canale YouTube dove racconto proprio questo, perché come dicevo è il 'dietro le quinte' che esiste. Racconto dei cinquanta spettacoli in tutta la Spagna, comprese le isole da ottobre a gennaio, trasferimenti giornalieri, migliaia e migliaia di chilometri, aerei, autobus, navi, le partenze alle quattro di mattina o parte del trasferimento dopo lo spettacolo e dunque la valigia sempre pronta e la borsa di danza sempre perfetta, oltre al lavaggio degli indumenti anche di scena. E questa è la vita, oltre il palcoscenico.

Il tuo percorso formativo include istituzioni come la Royal Academy of Dance di Londra e l'Accademia Teatro alla Scala di Milano, di altissimo prestigio. Come si impara a convivere con la tensione verso l'eccellenza e a gestirla sul piano mentale e fisico, facendola diventare una risorsa?

Ti dico la verità, a volte io stessa sono incredula quando racconto il mio percorso. Perché questa è la parte pubblica, ma ci sono traguardi che ho raggiunto che non ho mai menzionato pubblicamente e di cui vado orgogliosissima. E come dicevo prima la parte emotiva è importante e impattante. Sicuramente due cose sono fondamentali e ti aiutano: la disciplina (perché arrivi dove il tuo corpo si fermerebbe) e dunque allenamento costante quotidiano anche a casa in salotto; e il confronto, la condivisione, la connessione, e dunque imparare ogni giorno a conoscere te stessa, le tue emozioni, a non avere vergogna di esternarle, e costruire confronto con chi hai accanto. Leggo tantissimo per migliorare costantemente queste competenze – saggi, filosofi, libri. E, a volte pare strano, ma anche tutti i messaggi che ricevo sui social in direct: le persone si confidano e condividono emozioni che tengono spesso per se stesse. Questo per paura del giudizio esterno. Il dialogo ti aiuta anche alle audizioni, conosci ragazze e ragazzi che come te hanno il sogno di entrare in Accademia, di essere scelte e scelti per una compagnia. E qui la 'distinzione' tra ragazzi e ragazze è in termini numerici. I ballerini sono molto meno delle ballerine.



Sul sito e sui social alterni coreografie e riflessioni su leadership, resilienza e gestione dello stress. Quali criteri guidano la scelta dei contenuti e quale messaggio vuoi trasmettere a chi ti segue? Da chi è composta la community dei tuoi follower?

Sul sito e sui social sono io, ambiziosa negli obiettivi, ma sempre molto 'reale', amo quello che faccio e amo gli obiettivi che mi pongo. Seguo il mio Ikigai, quel bellissimo concetto giapponese del senso della vita. Cerco di bilanciare razionalità, emozioni e azioni: le nostre tre intelligenze. Se non si agisce non si può sapere se ci saremmo riusciti, ovviamente dopo una riflessione razionale e considerando l'ansia e lo stress a cui si è sottoposti. La domanda che mi pongo sempre è 'sono in grado di gestire quello che potrebbe succedere'? Critiche, successi, fallimenti, haters. La mia Community online è fatta di persone che 'si connettono con me', poi, e questo lo sappiamo bene, arrivano commenti esterni di qualsiasi natura. Perciò il mio 'check' è sempre lo stesso: 'sono in grado di gestire quello che potrebbe succedere' e se l'opportunità che mi si potrebbe aprire è ciò che desidero, allora scelgo sempre di farlo.

Il mondo dei social network è spesso considerato nocivo per i ragazzi, perché spesso si propongono modelli di perfezione che creano fragilità e insicurezza. Come hai impostato la tua narrazione perché diventi uno stimolo positivo e di ispirazione positiva?

Come ti dicevo io sono esattamente *Violantedanza*. Se mi segui scopri le mie fragilità, i miei momenti complessi, il mio entusiasmo per la danza, i miei allenamenti quotidiani anche dal salotto di casa. Ti porto con me dove vado

(ovviamente è la parte che voglio condividere, non sono certo tra quelli che vivono online) e quello che amo fare. Mi vedi cucire le punte, i nastri, ti parlo mentre cucio, perché questa sono io. E penso che sia proprio questo che connette le persone, il percepirmi esattamente per ciò che sono. E non mi vergogno a parlare anche delle mie ambizioni, perché vorrei che il mio brand diventasse anche il mio lavoro.

Che messaggio vorresti lasciare per ispirare una giovane donna che ha davanti delle sfide da superare?

Non avere paura di fallire. Sembra una frase fatta, ma racconta esattamente un'opportunità. Il fallimento è crescita, e se dovessimo utilizzare un termine del business è 'win-win': a prescindere hai imparato. Non avere paura del giudizio degli altri, perché potrebbe condizionarti a fare scelte che non sono tue. Impara ad ascoltarti. Quello che ho imparato nel corso degli anni è che ci sarà sempre chi ti criticherà, che criticherà le scelte, il metodo, il modo, il cosa fai e come lo fai, ma queste critiche parlano più di loro che di te.





Violante Caburlotto

Ballerina classica professionista e Performer-in-Chief, Maria Violante aka Violantedanza incarna una nuova visione della presenza scenica applicata alla strategia di business. Formata tra la Hungarian Dance University (borsista dai 13 anni) e l'Accademia Teatro alla Scala, ha consolidato il suo rigore tecnico con il Diploma Royal Academy of Dance e il Corso di Perfezionamento all'Accademia Teatro alla Scala. La sua esperienza internazionale vanta oltre 50 performance in tour europeo e debutti precoci (all'età di 15 anni) presso il Budapest Operetta Theatre. Fondatrice di Violantedanza.it, brand e asse editoriale e posturale di comunicazione estetica, ha tradotto la disciplina della danza nel Metodo AXIS©, un approccio multidisciplinare che fonde estetica, biomeccanica e leadership. Per Violante, l'equilibrio è una lotta dinamica: la stessa tensione necessaria per guidare con 'autorità posturale' nelle boardroom contemporanee. La sua ricerca si estende all'intersezione tra umano e digitale: come redattrice per Digitale Popolare (Fondazione Italia Digitale), esplora l'impatto dell'IA sulla performance, promuovendo un 'umanesimo digitale'. Oggi l'obiettivo di Violante è collaborare con brand e istituzioni come Content Strategist e Leadership. Dalle coreografie site-specific ai progetti cinematografici, la sua è una narrazione di resistenza estetica: supportare manager e creativi ad abitare lo spazio – fisico e virtuale – restando verticali mentre il mondo oscilla.