



**Iron man**

Robert Downey Jr., 51 anni, è al cinema nei panni di Iron man, in *Captain America: civil war*.





Robert Downey Jr.

# IL SUPEREROE E MIA MOGLIE

La sua storia assomiglia a un film di redenzione: era una star caduta in un baratro di droga e depressione. **Poi l'incontro fatale: con la donna che ha sposato e che l'ha salvato, rendendolo l'attore più pagato di Hollywood.** E ora si gioca la sua seconda occasione. Senza sgarrare

di Roberto Croci - foto Yu Tsai

**A guardarle nella giusta prospettiva, le tappe della sua vita potrebbero essere lo spunto per un film di redenzione.** Nel 2015 Robert Downey Jr. è stato, per il terzo anno di seguito, l'attore più pagato di Hollywood, con un cachet annuo di 80 milioni di dollari. Ma questo è "solo" il lieto fine. Il suo film inizierebbe così: bello, dannato, talentuoso, cresciuto in una famiglia di artisti, tra l'intelligenza newyorkese, dopo esser diventato in breve uno degli attori più amati del cinema degli anni Novanta (*Chaplin, America oggi, Assassini nati-Natural born killers*), con la stessa disinvoltura, e con la robusta collaborazione di alcol, droga, bizzze sui set, rehab e galera (un anno), ha quasi demolito la sua folgorante carriera. Finché non ha incontrato, sul set di *Gothika*, la produttrice Susan Levin, della quale si è innamorato e che ha sposato subito dopo. Grazie a lei, e a cinque anni di lavoro su di sé (anche spirituale), la sua stella è tornata a brillare, alimentata da film cubitali: *Iron man, Tropic thunder, Sherlock*

*Holmes e The avengers*, il cui strascico, *Captain America: civil war*, è nelle sale. Nel cast, oltre a Downey Jr., Chris Evans, Scarlett Johansson, Elizabeth Olsen, Paul Bettany, Jeremy Renner e Tom Holland, il nuovo Spider-Man.

**Iron Man contro Captain America. Chi vince?**

Vi piacerebbe saperlo! Diciamo che questo film è *Il padrino* dei film di supereroi, qualcuno vince, qualcuno perde. Un thriller psicologico, complesso, articolato come una ragnatela, difficile da descrivere senza guastare qualche sorpresa. Le dirò solo che c'è molta azione, molta fisicità. Per questo, visto che ho appena compiuto 51 anni, ho dovuto allenarmi parecchio. Purtroppo anche le star invecchiano.

**Come si prepara a indossare le lamiere di Iron man?** Sono dieci anni che pratico il wing chun, un'arte marziale cinese derivata dal kung fu. Mi ha salvato la vita, non solo fisicamente, ma anche a livello mentale. Ti insegna a trovare equilibrio, concentrazione, determinazione, qualità utili nella vita. A me ha insegnato ad avere delle priorità, mi ha dato una base solida su cui ricostruire. Non sono certo diventato un bodybuilder per il ruolo di Tony Stark-Iron man: per lui forza e agilità sono più importanti.

**Segue anche una dieta particolare?**

Cerco di mangiare sano, 30 per cento di proteine, 20 per







## Il film

A sinistra, Robert Downey Jr. in *Captain America: civil war*, che mette in scena la sfida tra Captain America (Chris Evans, qui sotto con Downey Jr.) e Iron man. In basso, con la moglie Susan.

cento di carboidrati, frutta e verdura. Quello che mi salva però è il piatto di pasta che ogni tanto mi mangio di nascosto da Susan. Sono bravo, non sgarro più di una volta la settimana, ma ne ho bisogno, soprattutto dopo sette giorni di dieta del dottor Alejandro Junger.

### In cosa consiste?

È un programma che si chiama Clean. Fondamentalmente mangio un frullato a colazione e uno la sera, ricco di fibre, enzimi, vitamine, proteine, tutto quello che serve, a cui posso aggiungere latte di riso o di mandorla, mirtilli e lamponi, e poco altro. Per pranzo invece mangio quello che voglio, purché sia sano.

### Che sacrifici, ci vuole proprio una volontà d'acciaio.

Per me è questione di disciplina, essere disciplinato significa non solo rispettare me stesso, ma anche la mia famiglia. Ho avuto una seconda occasione per cambiare la mia vita, ragione sufficiente per non fare cose di cui potrei pentirmi per il resto dell'esistenza. Quindi no, non è un sacrificio.

### Sting ha dichiarato che per il bene dei figli non lascerà loro nulla in eredità. Lei, uno degli attori più pagati di Hollywood, cosa ne pensa?

Non sono così estremo, ma lo capisco. Molte volte i soldi hanno un impatto negativo su amici e familiari. È anche



vero che sono una persona generosa, mi piace fare regali, viziare i miei figli; grazie al cielo mia moglie Susan capisce il mio entusiasmo, ma mette un freno alle mie pazzie. Ho molto rispetto per i soldi, in casa mia ce n'erano pochi, ecco perché tendo a spenderli o investirli per le persone e le cose che amo. Odio buttarli via in cose inutili come una nuova automobile. Quelli che spendo per mia moglie invece mi rendono felice, se lo merita... Non è qui nei paraggi, vero?

### Oltre che moglie è anche sua socia nella compagnia di produzione Team Downey. Cosa vuol dire mischiare affari e matrimonio?

Ogni giorno ringrazio il cielo perché vado al lavoro con lei. Preferisco averla vicina, quando è altrove mi manca. So benissimo che a volte stare un po' separati fa bene al rapporto. Ma noi abbiamo un accordo: se litighiamo, ci siamo impegnati a passare la stessa quantità di tempo a fare pace, dialogare e divertirci. Entrambi abbiamo personalità molto forti, anch'io vorrei avere sempre ragione ed essere rispettato. Non mi piace essere né controllato né comandato! Ma questo non succederà mai... O al limite dieci minuti al giorno... Vabbè, tanto l'avrà capito: la verità è che in casa comanda lei!



«Ogni giorno ringrazio il cielo perché posso lavorare con mia moglie, preferisco averla vicina. **E se per caso litighiamo, abbiamo un piano: passare la stessa quantità di tempo a fare la pace»**