

Il muro di latta: tra ostacoli e baluardi

Storie che chiedono
di essere ascoltate

A cura di

Giulia Mazzone



VECCHIARELLI EDITORE

© Vecchiarelli Editore - 2025
Piazza dell'Olmo, 27
00066 Manziana (Roma)

Tel. 06.99674591

vecchiarellieditore@gmail.com
vecchiarelli editore@inwind.it
www.vecchiarellieditore.it

ISBN 978-88-8247-527-7

Associazione culturale

Sommario

Prefazione <i>di Tito Baldini e Maria Rosa Irrera</i>	p. 5
Presentazione <i>di Antonella Anichini</i>	p. 9
Premessa	p. 19
Introduzione	p. 21
1. Parole che diventano Poesia	p. 23
2. Scatti e rivelazioni	p. 25
3. Metaphorà: portare oltre	p. 33
4. Scritti liberi	p. 37
5. Canzoni con costanti cambiamenti corali	p. 47
6. Frammenti di Vita	p. 57
7. La forma che prendiamo: scritti a dieci mani	p. 59
8. Curriculum vitae	p. 63
9. Dalle immagini alle parole	p. 71
10. Legami: estratti di lettere per Greta	p. 79
11. Sogni, fantasie, desideri e superpoteri	p. 83
12. Lettere d'Amore, lettere all'Amore	p. 95
13. A voi, a noi	p. 103
14. Conclusione	p. 105

Prefazione

Tito Baldini e Maria Rosa Irrera

Accogliamo con piacere la proposta di Antonella Anichini - Neuropsichiatra infantile accademica e scienziata sociale, dedita ad interpretare da molti lustri la migliore psicoanalisi nell'aiuto istituzionale pubblico e privato-sociale agli adolescenti disperati, e co-coordinatrice della Sezione *Casi impossibili* di *P&S* - di pubblicare il presente, esemplare volumetto, sostenuto dall'ottimo lavoro di cura e coordinamento clinico, che si fa letterario, di Giulia Mazzone, psicologa e psicoterapeuta.

Con esso *Sallo, Ospite* del portale *Psicoanalisi e Sociale*, nella sua Rubrica *Scrittura adolescente*, dopo aver raccolto poesia e prosa poetica di ragazze e ragazzi letti e commentati, avvia la *Collana* dedicata ai libri: volumi scritti dagli adolescenti come autori singoli o in quanto gruppo, come in questo caso. Abbiamo pensato di chiamarla scherzosamente *Nina Colla/Collanina*. Lo scopo è di contribuire al percorso di cura dei giovani in difficoltà anche attraverso l'uso della scrittura letteraria, come la tradizione scientifica di *Psicoanalisi e Sociale* sostiene attraverso un lavoro oramai decennale di collaborazione istituzionale con la *Società*

Psicoanalitica Italiana e la Facoltà di *Lettere Moderne* di *Sapienza Università* di Roma. Tale proficua attività ha permesso la nascita di una nuova Sezione di *P&S*, ora in costruzione, che si chiamerà *Letteratura, Psicoanalisi e Sociale*, la quale curerà e raccoglierà il prezioso materiale prodotto e il successivo. Tutto ciò perché sia noi *Portale*, sia la *Società Psicoanalitica Italiana* che *Sapienza Università* siamo convinti che il produrre o il fruire di scrittura letteraria possa costituire un elemento non secondario della complessa, sinergica attività di cura di tali ragazzi lanciati spesso oltre il limite delle possibilità di tenuta, ed oggi alle prese col nuovo ‘nemico psichico’ che abbiamo, nei nostri articoli come negli eventi scientifici denominato: *Il tramonto di Eros*.

Quella della scrittura come esperienza laboratoriale ispirata alla psicoanalisi è una tradizione che affonda radici nell’opera illuminante dell’educatore viennese August Aichhorn, il quale proponeva già nel 1926 alla scienza e alle stampe la propria esperienza clinica con ragazzi ritenuti allora irrecuperabili e da lui salvati attraverso una teoria dell’intervento basata su quella freudiana. Freud stesso volle curare la *Prefazione* del suo volume *Gioventù travolta*, uscito in Italia nel 1950 coi caratteri di Valentino Bompiani. In detta *Prefazione* Freud introduce per la prima volta i termini e i concetti di *stato limite* della psiche e di *psicoanalisi*

applicata, registri fondanti e fogli di via epistemologici per le attività laboratoriali psicoanaliticamente orientate che il portale, con un'operazione nazionale, ha voluto raccogliere e sviluppare, realizzando un gruppo di studio e di lavoro che in anni di attività ha dato luogo al volume *Laboratori. Psicoanalisi applicata nel trattamento dei ragazzi* al limite, con più di trenta Autori, fautori, nel Paese, di tanta utile esperienza.

La *Prefazione* di Anichini e la *Premessa* di Mazonzone chiariscono l'importanza dell'esperienza prodotta nel e col gruppo ed esitata nella scelta di raccogliercela in volume; esperienza di duro e tuttavia creativo lavoro giornaliero di un *Day hospital* frequentato da adolescenti molto sofferenti.

Quella che vi accingete a leggere è la radiografia di anime in formazione, dal gruppo agli individui; giovani e giovanissime persone che non sapevano se fossero qualcosa, e che, anche grazie a tanto nobile lavoro di psicoanalisi applicata, hanno creato in sé la trama per sognare, definendo il mondo interno e, nei suoi simboli, la realtà.

Presentazione
Antonella Anichini

*Un giorno troverò le parole giuste,
e saranno semplici*
Jack Kerouac

*Ciò che racconterete su quanto è accaduto, non sarà
la vostra opinione, ma la vostra testimonianza...*

Con queste parole Emilio Locurcio, allora Direttore della Scuola di teatro *Maigret&Magritte* di Torino, tracciava la rotta del *laboratorio di scrittura* per operatori: un'esperienza (una tra le varie attività di manutenzione dello spazio di cura), a cui abbiamo partecipato durante la Pandemia, come gruppo di curanti. Un laboratorio di sopravvivenza psichica, per coloro che prestano la loro opera in *condizioni lavorative spesso impossibili* (non solo durante il tempo del Covid), il cui motore è ancora, nonostante tutto, la sfida di offrire una *possibilità di salvezza* ai ragazzi/e e alle loro famiglie. Da quel laboratorio ne uscì un libro intitolato *Dopo*: il titolo, scelto mirabilmente dal nostro maestro Emilio (che ci ha lasciato improvvisamente,

proprio a causa del Covid), voleva rilanciare la speranza, anche quando siamo nella tempesta, nell'oscurità. Da lì sono gemmate, infatti, nuove buone esperienze, tra cui quella descritta in questo libro.

Nel presentare il lavoro che andrete a leggere, ho scelto di partire dalle nostre menti, le menti di chi cura, perché in uno straordinario gioco di risonanze, si intrecciano a quelle dei nostri pazienti; noi dobbiamo riemergere da questi gorghi emozionali, possibilmente, restando vivi, se vogliamo costruire dei percorsi riparativi e vivificanti, all'interno dei quali i ragazzi ritrovino il senso del loro esistere e il valore dell'incontro con gli altri.

Faccio ora un passo indietro, per inquadrare il contesto entro cui si cala l'esperienza descritta nel testo. Ci troviamo nel *Day hospital* Psichiatrico dell'Ospedale Infantile Regina Margherita di Torino, che rappresenta il Centro di Riferimento Regionale per la Patologia Psichiatrica in età Evolutiva. Si tratta di un Servizio afferente alla Struttura Complessa di Neuropsichiatria infantile a Direzione Universitaria, fondata dalla Prof.ssa Di Cagno, creato nel 1994, al fine di fornire ai ragazzi/e con psicopatologia o disagio psichico, una modalità di presa in carico intermedia tra ambulatorio e degenza. Col tempo, a seguito del processo di aziendalizzazione del Sistema Sanitario, con la richiesta di riduzione dei tempi di ricovero, a fronte di un

aumento del fabbisogno di posti letto, il *Day hospital* è diventato un dispositivo irrinunciabile, per costruire traiettorie terapeutiche nel post-ricovero o come soluzione alternativa al ricovero, in una sinergia interistituzionale a ponte tra l'Ospedale e il Territorio. All'interno del *Day hospital* opera un'*équipe* multidisciplinare costituita da medici neuropsichiatri infantili, psicologi psicoterapeuti, educatori, insegnanti della Scuola Ospedaliera, infermiere pediatriche terapisti delle Neuropsicomotricità, volontari. La modalità di presa in carico è flessibile e personalizzata, consentendo di modularne l'intensità della frequenza (da 1 a 5 giorni alla settimana), a seconda della gravità del paziente e dei diversi momenti della cura. Il setting psicodinamico multiplo, come lo ha ben definito Biondo (2008) vede una integrazione degli interventi neuropsichiatrici, psicoterapeutici (individuali e di gruppo) psicofarmacologici, psicoeducativi, didattici ed espressivi.

Dal nostro osservatorio, da oltre quindici anni oramai, assistiamo ad un inarrestabile incremento del disagio emotivo in adolescenza con *esplosioni o implosioni sintomatiche* e richieste di aiuto, spesso in urgenza. Dalla crisi adolescenziale fino a veri e propri crolli psichici, i ragazzi vivono l'esperienza di sentirsi *andare in pezzi*, chiusi in silenzi pesanti *senza parole* adeguate per nominare i loro vissuti.

Come afferma Bion la mente di questi ragazzi, in mancanza di un contenitore interno capace di trasformare *l'angoscia senza nome* in un'esperienza condivisa e comunicabile, li spinge ad agire. Sorge così una domanda: *dove finisce il dolore non pensato e non comunicato?* la sofferenza esternalizzata o reclusa in corpi lesi o svuotati, prende la forma delle condotte devianti o di dipendenza, dei sintomi alimentari dei tentativi di suicidio o delle manifestazioni di ritiro sociale e di ansia. Spesso si innesca un meccanismo di anestesia, perché come ha descritto una ragazza in una seduta di gruppo, *le emozioni hanno una storia*, collegano passato, presente e futuro, mente e corpo, *portano dolore*, per questo vengono *respinte in dentro*, negli abissi dell'interiorità. Quando si riesce a strappare qualche immagine al silenzio della rappresentazione, ecco che escono metafore quali *il cortocircuito, il muro, il deserto e le zone desertificate* dove viene soppresso il dolore ma, con esso anche la sostanza di cui è fatta la vita psichica. Manca, a questi adolescenti, un'attrezzatura psichica che renda capaci di *digerire l'esperienza* emotiva, spesso connessa con aspetti traumatici. Il trauma inelaborato e inespresso, lo sappiamo, entra nelle fondamenta della personalità disconnettendo i legami fondamentali, generando vergogna che come un gas nervino si infila proprio nei centri vitali e uccide la vita mentale. Ma se tutto questo trova

una chiave d'ascolto, mediata da un adulto che ne favorisca il contatto e la risonanza, il dolore può farsi verbo e trasformarsi in dialogo: ecco dunque le ragioni della nascita di *Tra le righe*, il laboratorio espressivo di scrittura nel *Day hospital*, un posto sicuro in cui è possibile costruire legami di cura che si fanno prima incontro e poi racconto. Il laboratorio è solo uno dei setting di gruppo: dal gruppo terapeutico al gruppo di parola ai gruppi a mediazione artistica, si inserisce in una ricerca di espansione e di affinamento delle possibilità di cura, che la Neuropsichiatria dell'adolescenza è attualmente chiamata ad offrire, di fronte alle nuove problematiche emergenti.

Durante il laboratorio, lo scoprirete leggendo gli elaborati, i partecipanti hanno l'opportunità di imparare le tecniche e le forme di base della poesia, nonché di sviluppare la propria voce poetica, unica e preziosa. La scrittura è un potente motore espressivo che favorisce la riflessione circa i propri stati emotivi, permette che questi *prendano forma* attraverso la scelta delle parole, aiutando i ragazzi ad appropriarsi del ruolo di *autori o autrici dei propri vissuti*. Il compito evolutivo prioritario dell'adolescente è infatti la creazione di un'identità propria, che implica l'appropriazione soggettiva di sé, là dove spetta all'altro fornire delle possibilità di ascolto e rispecchiamento. In quest'ottica, *il foglio bianco* si fa contenitore e manifesto di tali vissuti,

garante del diritto di esistenza delle forme vitali che risiedono nel mondo interno.

La punteggiatura permette di tirare il fiato, di mettere spazio tra i pensieri, di riscrivere le parole al tempo desiderato, lasciarle in sospeso o gridarle tutte d'un fiato.

Tra le righe, ciò che è accaduto ha occasione di essere ripensato, ciò che ancora attende di realizzarsi ha lo spazio per essere immaginato, in uno scorcio che sovrappone realtà e fantasia, dove i tempi verbali fanno correre nel lontano passato oppure in avanti, in un futuro che può essere scritto di proprio pugno. *Tra le righe* è altresì metafora del divenire se stessi che è sempre un processo *tra* diversi aspetti di sé, tra realtà esterna e interna, corpo e mente. *Parlare di sé* ed *essere letti*, e quindi *ascoltati*, rappresenta inoltre l'opportunità di essere visti e riconosciuti.

A questo punto, è giunto il momento di presentare, con affetto e stima, la conduttrice del laboratorio nonché curatrice del libro, dr.ssa Mazzone, psicologa esperta in adolescenza e psicoterapeuta dell'età evolutiva, presente come figura educativa all'interno del *Day hospital* dal 2018 e precedentemente all'interno del reparto di degenza della Neuropsichiatria dell'OIRM. Nel tempo ha potuto maturare una lunga esperienza di accompagnamento degli adolescenti verso la ripresa evolutiva, fatta di gesti silenziosi, attenzione a cogliere

il momento giusto per mettere in parola i vissuti, disponibile a sfidare muri di diffidenza e ostilità, proponendo un contenitore più flessibile ma resistente nel tempo (*come latta*). La sua partecipazione al laboratorio di scrittura per operatori durante la Pandemia, corrispondente anche ad un suo specifico interesse e talento, le ha permesso di mettersi in gioco in questo progetto, con gli adolescenti. Nel testo si può vedere come la facilitazione delicata dell'educatrice, distante da ogni intento prestazionale, attraverso le proposte tecniche, permette di dare voce ai grovigli del pensiero, passando dai canali del gioco e del piacere, affinché nuove parole possano essere scritte ma anche ascoltate, in un buon clima gruppale. Con Bernabei (1998) si potrebbe dire che Giulia abbia svolto quella *funzione di testimone* che l'adulto svolge nel gruppo di adolescenti: a lei i ragazzi hanno raccontato, spesso per la prima volta, eventi di cui sono stati al centro, sentendo che le loro storie assumevano connotati più reali proprio perchè c'era un adulto interlocutore, interessato a loro al punto di essere lì proprio per ascoltarli. L'adulto testimone inoltre resiste nel tempo con la sua reverie, per *rendere testimonianza* del valore degli adolescenti, quando ancora questi ultimi non credono d'averne o quando sembrano disperdersi, spesso nella transizione all'età adulta. Andando verso la conclusione, vorrei spendere qualche parola sul valore del

gruppo nel processo elaborativo: il gruppo permette di trasformare la spinta ad agire e l'impulsività, in dialoghi a più voci. Si parte con adolescenti che ci parlano inizialmente di una impossibilità di vivere la dimensione della socialità, perchè *si sentono tutti gli occhi addosso*, si arriva poi ad accedere alla condivisione, alla koinonidia di cui parla Corrao (1986). Lo dice bene Sofia: *ho notato quante emozioni si hanno in comune e ho potuto ascoltare nelle parole degli altri cose che ho provato anche io, magari scritte come non avrei saputo fare. Mi sono sentita accolta, capita e meno sola.*

Il singolo cresce nel gruppo ed il gruppo a sua volta si espande, innescando elementi separativi e creando un suo linguaggio. La parola infatti, come un ponte, connette mondi lontani, dalle più taciute zone d'ombra del mondo interno - congelate e aride - al calore dello spazio del gruppo, verso l'intera Comunità.

Si ringrazia l'Associazione Linea d'Acqua che sostiene i laboratori creativi nel Day hospital di Neuropsichiatria infantile

Spazio ora alle coraggiose testimonianze di Ambra, Arianna, Cecilia, Greta Martina, Rose e Viola. Ascolterete *parole che toccano* (Quinodoz 2003), quelle che fanno contatto col dentro, si immergono nell'oscurità del mondo interno dei singoli, toccano le corde più profonde e vibrano all'unisono con qualcosa

di più grande che da un lato de-finisce il sé, dall'altro apre alla meraviglia dell'incontro con l'altro da sé.

*Combatte sempre con le malinconie,
Mette pietre ovunque, le porta con sè.
Allora dategli petali.
Altre cose leggere.
Anche se non sa il nome. Salvatelo*

Le giovani parole, M.Gualtieri

BIBLIOGRAFIA

- Locurcio E.(2020). *Dopo, diario corale in pandemia-Anno 2020*. Torino: Maigret&Magritte.
- Bion W.R (1965). *Trasformazioni*. Roma: Armando, 1973.
- Bernabei M. (1998). *L'adulto nei gruppi con bambini e adolescenti*. *Funzione Gamma*,10-11-2012.
- Biondo D. (2008). *Fare gruppo con gli adolescenti*. Milano: FrancoAngeli.
- Corrao F. (1986). *Il concetto di campo come modello teorico*. In: *Orme*, Vol 2°. Milano: Cortina, 1998.
- Quinodoz D. (2003). *Le parole che toccano*. Borla: Roma.

Premessa

Questo libretto nasce da un'attività laboratoriale realizzata all'interno del Day hospital Psichiatrico Terapeutico dell'Ospedale Infantile Regina Margherita, dove opero come educatrice dal 2015.

Il laboratorio si è svolto in una dozzina di incontri pomeridiani della durata di un'ora e mezza e ha visto coinvolte 9 ragazze, di età compresa tra i 12 e i 17 anni, in carico al Day hospital della NPI.

Ho scelto di privilegiare la libera emersione dei contenuti che avrete modo di leggere, guidando solo parzialmente il gruppo attraverso attività più strutturate, specie nella fase iniziale e quando ritenuto necessario. Troverete le eventuali consegne delle attività condivise nel testo per una maggior chiarezza.

Le pazienti hanno scelto di non distinguere le singole autrici dei componimenti, ma di considerarsi un'unica mano.

Solo una parte degli scritti è stata condivisa, a discrezione delle ragazze.

I nomi che leggerete sono nomi di fantasia scelti da ciascuna di loro, a tutela della privacy.

Ringrazio le giovanissime autrici per l'estrema serietà e fiducia dimostrate nei confronti di questo contenitore espressivo e per la generosità e il coraggio di condividere frammenti intimi e delicati delle loro esperienze di vita.

La maggior parte dei titoli dei componimenti sono tautogrammi creati sotto forma di gioco dalle pazienti e scelti arbitrariamente da me.

Giulia Mazzone,
Psicologa e Psicoterapeuta

Introduzione

Ci sono volte in cui le paure hanno forme tanto reali da farsi solide, massicce quanto mattoni
si stratificano in lunghe file.

I pensieri fanno da collante e li tengono assieme.
Allora, dove poco prima si vedeva una strada, sorge un muro.

Sebbene risulti spaventosa, la mole di quel muro,
con le parole abbiamo il potere di renderlo latta
e chissà, forse di abbatterlo. Un muro però, ad altri occhi può apparire anche baluardo che tiene al sicuro

da quel mondo ostile, feroce.

In tal caso, la latta ci si accartoccia attorno risulta inefficiente,
può piegarsi al primo colpo.

L'intento di questo libricino è di dare parola a quel muro nella sua imponenza
e insieme fragilità.

Di raccontare come si è formato e magari di sbirciare oltre

cercandone, con delicatezza, le crepe dove si respira il desiderio.

Quanto leggerete sono frammenti delle nostre vite, sospiri ed emozioni, che speriamo possano sfiorarvi, ma anche scuotervi forte, perché queste storie chiedono di essere ascoltate.

Fraresi, pensieri e piccole storie prodotte da battiti di cuori rattoppati, ma colmi di cose da dire.

Con la speranza di vincere
e l'augurio di non arrendersi mai.

1. Parole che diventano Poesia: dal singolo al gruppo

[La proposta è quella di presentarsi con una parola e poi di comporre una poesia che le comprenda tutte quante.]

Una gatta, un po' permalosa
gioca con le farfalle.
Poi la vita ci insegna
che certe volte si può essere testardi
come le radici che non si muovono,
ma sotto di esse
c'è un vuoto
nero
che anche nasconde
meraviglie e diversità
di una trama duratura e profonda.

2. Scatti e rivelazioni

[La richiesta è quella di scrivere a partire da una fotografia, raccontando il visibile, ma anche l'invisibile, che sta dietro allo scatto.]

Voglio vivere volando

Prendo il telefono, forse un po' assennata,
quella giornata a Marsiglia mi aspettava.
In una foto scattata all'improvviso
inaspettata
c'è mia sorella.
E se guardo meglio,
la foto ritrae anche me.
Rivedersi negli occhi di un'altra persona.
Quella crociera coi nonni,
per ritrovare il legame con lei.
Non avevo mai guardato quella fotografia con attenzione, fino ad oggi:
i suoi occhiali non erano scuri,
si coloravano
di me.
Allo stesso modo lei
molte volte
ha colorato il tempo insieme,
altre volte

colorate non lo erano affatto.

Una settimana dopo saremmo state di nuovo insieme,

per la scuola.

Avrei iniziato il liceo

non da sola,

con lei.

Certe cose creano calore

Casa di una mia carissima amica. Io, sdraiata sulle sue gambe mentre lei mostra il segno del rock sulla mia testa. Siamo sul suo letto, c'è un sole bellissimo. Si vedono i suoi piedi, con il pollice rovinato per colpa delle scarpette da danza. Io indosso una canotta corta, la mia migliore amica una maglietta azzurra e dei pantaloncini Adidas. Nella foto non si vede la sua faccia, ma solo un minuscolo ciuffo di capelli.

Dopo quel momento, io e Laura, la mia best, decidiamo di chiamare un bar di Napoli per ordinare due bomboloni alla crema d'asporto. Quando l'uomo al telefono ci chiede l'indirizzo, rispondiamo: "Sotto il duomo di Torino!" Dunque, il barista ci manda a quel paese e noi ridiamo a crepapelle!

NB: Ovviamente tutto questo è avvenuto con il numero privato (#31#, per chi non lo sapesse).

Sarò sincera se servirà

Una fitta parete interamente ornata da perline si affacciava sulla corsia di una fiera dell'artigianato.

Le mille sfumature di colori attiravano i passanti.

Le diverse tonalità cromatiche si suddividevano in tre file: i colori dell'argento in alto, che tendevano al grigio abbracciavano poi il ramato, fino ad un netto stacco, verso l'azzurro.

Un altrettanto fitta parete era piena di stranezze, i colori contrastanti richiamavano luci ammalianti.

Le tonalità di diversi colori,
ricordavano il cromatismo dei fiori.

I problemi venivano dimenticati,
lasciavano libera la mente dai peccati.

I loro trenta centimetri di lunghezza,
rappresentavano tutta la mia gradevolezza.

Anche i colori come marrone, bianco, nero,
erano piacevoli luci sul sentiero.

Un'esperienza memorabile ho guadagnato,
riscoprendo le emozioni che ho provato.

Le perline aiutavano il mio umore perché lo rappresentavano a pieno: vario

complicato

contrastato

ma per chi ama le stranezze può essere affascinante.

Quei colori in quel contesto mi fecero per un attimo

breve come un battito di ciglia
dimenticare tutti i problemi che causo
e l'impatto negativo che ho, secondo me.
E come quelle perline poi finivano,
così, anche il mio momento di pace.
Ripensarci non mi dà le stesse emozioni,
ma cercare quella calma è un bene,
quella pace interiore
che ormai nemmeno nei sogni ha spazio.

Voci veloci vanno e vengono

Nella mia mano un foglio,
Un foglio che segna l'inizio di un nuovo capitolo
dietro il foglio quell'edificio,
che separa la vita cittadina dalle file di banchi.
Cercano di mantenere l'attenzione sulle lavagne.
Tante persone e tanta felicità in quell'edificio,
ma io ho bisogno di ricominciare.
nuovi professori
nuovo ambiente
nuovi compagni
UN DISASTRO?
Non lo so,
ma da quel foglio
inizia un nuovo percorso.

Sono solamente solitaria

La donna dai capelli dorati poggiava con delicatezza il mento sulla spalla della figlia, un sorriso dolce e accogliente sul volto, finalizzato a nascondere il dolore che provava.

Abbracciava il suo corpicino come se avesse paura di romperlo, mentre l'altra era ignara della sua preoccupazione.

Nella piccola magliettina fluttuava come se fosse fatta di aria, ma gli occhi ridenti erano orgogliosi della propria opera.

In apparenza erano solo una madre e sua figlia, ma quella combinazione di sguardi e l'ambiente dal freddo color d'inverno rivelavano un dolore che nasceva dall'anima.

L'ombra opprimente del morbo velava i volti delle due: la prima attanagliata dal rimorso e dal timore della fine, la seconda spaventata di perdere ciò per cui aveva tanto lottato, che l'aveva fatta sentire viva, completa.

C'è forse maledizione di un mostro che chiamiamo amico?

Esiste una sofferenza più grande di doverci allontanare dalla linfa scura che ci nutre corrompendoci l'animo?

Perché dovremmo aver paura della fine? Io non ne ho mai avuta.

Bianco

Alla ragazza dai capelli color del fuoco non era mai piaciuto questo colore, o meglio, questa assenza di esso, il senso di vuoto dilagante, una nebbia che inghiotte ogni pensiero senza lasciare niente altro che un ricordo mesto e il rimorso di non aver fatto abbastanza per riempirlo.

Eppure quel luogo era pieno e lei se ne sentiva violata, come se potesse penetrarle sin nelle viscere.

Era confusa, spaventata, ma allo stesso tempo così estasiata da quel senso di dolorosa oppressione che sentiva giorno dopo giorno crescere in lei.

Eppure, nonostante quel nulla la scavasse dentro come un bruco, riducendola ad una scorza vuota, temeva anche che quella sensazione la lasciasse.

Era diventata una fedele compagna, parte della sua anima e desiderava affogare in quel dolce latte fatto di aria e tormento.

Sorrideva, ma dentro bruciava di rabbia all'idea che le persone che la circondavano volessero imbrattare la sua perfetta opera d'arte, la sua tavola bianca.

Forse quel colore non le era mai piaciuto, è vero, ma al tempo stesso ne aveva bisogno.

Una storia d'amore tormentata come la vita stessa che forse, un giorno, avrebbe finalmente avuto fine.

3. Metaphorà: portare oltre

[Le poesie di questo capitolo nascono da un'attività sulle figure retoriche, in particolare sulla metafora.]

Fuggi fluttuando, farfalla felice!

La noia è la cosa peggiore.
Porta a non fare niente
non ascoltare la gente
un'onda che ti butta giù
ma poi
non vuoi neanche tornare su.

Rompo radici che ricreo rallegrandomi

Un fumo bruciante mi avvolge le
Membra, toglie la vista
e il respiro.

Le vene mutano in canali di magma
e fiumi di scintille
mi tolgono i pensieri.

La luce, la lampada, la luminosità lava le lacrime

Sentirsi affranti dalla vita
perché c'è un peso che ti tormenta.
Sbaglierò
se non seguo la massa?

4. Scritti liberi

[Questo capitolo accoglie componimenti emersi liberamente nel corso dell'intero laboratorio, indipendenti dalle proposte strutturate.]

Arancione

Quel colore scarlatto ormai riempiva le mie giornate
insinuandosi nelle crepe
di un'anima da tempo ridotta
in frantumi.

Arancione

Violava gli anfratti privati
del mio cuore
leggendomi in modi che mi facevano sentire
piccola e inutile.

Arancione

Dinanzi a quel gigante silenzioso
ero disarmata
esposta
trascorrevo le mie giornate rinchiusa nel suo abbraccio
freddo e letale.

Arancione

Il nulla mi annebbiava la mente
togliendomi le poche lacrime che mi erano rimaste
e lo sconforto
mi fermava l'animo e i muscoli.

Arancione

Il suono d'una voce ferma e sicura smuoveva il mio
mondo
Era tavolozza
su una parete monocroma e
giorno dopo giorno
aggiungeva dettagli
all'arazzo della sua opera.

Arancione

Lui colorava,
io guarivo.
Lei parlava,
le mie ferite si ricucivano.
Il mondo mi annientava
ma il mio cuore gioiva
al solo pensiero della sua esistenza.

Arancione

L'essenza della persona che mi ha insegnato ad
amarmi.

Amica amati ancora, aiuta l'autostima!

Tic Tac

Tic Tac

Il tempo passa Ginevra,

Devi sbrigarti Ginevra,

Non vedi che tutti vanno avanti e tu invece sei sempre ferma?

Anni vissuti cercando di raggiungere gli altri

Non vedi che sei sempre indietro?

Diventi grande eppure nella tua vita non concludi niente.

Sei sempre la peggiore.

Cerca di non essere sempre un fallimento!

Ecco cosa mi rimbomba nella testa.

I Cinetti

Cari spettatori,
io Caterina Fernando Camanero e sono qui per presentarvi una scoperta da fare invidia ad Albert Einstein.

Tanti miei compagni di vita hanno riso quando ne parlavo, ma io ho continuato a credere nella ricerca scientifica e, signori e signore, vi presento i Cinetti.

La parola deriva da “cibo” e “nanetti”.

Sovente vi sarà capitato che la portata di cibo che state mangiando non finisca mai, loro sono la risposta alla vostra fatica di masticare continuamente, senza mai avere tregua.

Questi esseri, i Cinetti, sono ovunque: sul tavolo, sulla tovaglia e addirittura sotto il vostro piatto. Da lì, aggiungono cibo senza mai stancarsi.

Lavorano come in una catena di montaggio, portano instancabilmente il cibo da recapitare durante il vostro pasto.

Probabilmente questi esseri vengono anche pagati con uno stipendio mensile, ma di questo non sono certa, per cui le ricerche proseguiranno.

La libellula lavora, la luna luccica

La vita ti può portare
ad ostacoli
che non puoi superare.
Il cervello dirà:
“Non ce la puoi fare!”
ma tu, non ascoltare.
Riuscirai a saltare,
riuscirai a volare.

“Normale”

Quando sei ricoverata due mesi e mezzo, le dimissioni ti sembrano la cosa più bella dell'universo: respiri l'aria fresca, cammini sull'erba, senti i rumori di un mondo che ti è mancato così tanto da averti resa consapevole dell'importanza di ogni piccola cosa che ti ha sempre sembrata scontata e, per i primi giorni, ti basta quello per essere felice.

Poi, ti rendi conto che il mondo è andato avanti e che tu non puoi recuperare tutto ciò che ti sei persa, ma soprattutto che non puoi riavere la tua vita di prima, non subito.

Vorresti solo che la tua malattia diventasse un brutto ricordo e vorresti riavere la tua vita, non una vita piena di limiti dati dagli altri, una vita di cui non puoi essere padrone.

Continuano a ripeterti che da sola non ce la faresti, che ricadresti quasi subito nella difficoltà, ma tu vorresti solo che ti lasciassero riprendere le redini della tua esistenza e che smettessero di ripeterti che non è ancora tutto finito, ma devi essere ancora custodita e aiutata.

Quando guardi gli altri vorresti solo essere come loro, senza un'esperienza del genere alle spalle e una salita ancora lunghissima davanti. Vorresti solo risvegliarti

da un brutto sogno durato due mesi e mezzo e poter tornare a vivere spensieratamente e serenamente come prima, dimenticandoti di tutto.

Mi sento così io

e vorrei solo che gli altri sapessero cosa vuol dire avere una vita “normale” e quanto io desidererei essere come loro.

Rarità difficili

La fiducia spesso è qualcosa di scontato e insignificante.

Io invece la vedo come qualcosa di rarissimo, che non posso e non voglio dare.

Fidarsi vuol dire essere pronti a qualsiasi cosa ed accettare l'aiuto di qualcuno.

Io sono convinta che fidarsi di qualcuno che non sia me stessa, ora come ora, sia impossibile.

Vorrei volare via vorticando velocemente

Il ricovero non è stato così male, quando ripenso alle partite di Dobble con Lucia, alle chiacchiere con la dottoressa, alle “vasche” in orario di visita con papà, ai consigli di moda per le bambole, alle partite di Machiavelli con i ragazzi, ai professori ai quali imploravo di essere interrogata.

La mia mente:

5. Canzoni con costanti cambiamenti corali

[Dopo un incipit fornito da me (in corsivo), la suggestione è quella di proseguire liberamente.]

*Siedo lato finestrino
il vagone è stantio
ma a suo modo accogliente.
Lo sguardo è rivolto fuori
al paesaggio che scorre
ma anche dentro
dove non sento pace.*

Le voci mi tormentano
mi distruggono e mi agitano.
Ma trovo un sentimento che mi dà gioia:
pensare che tra poco sarò con i miei amici che non
vedo da molto tempo. Mi preoccupa, sì, ma la mia
forza c'è, è sempre qui con me, devo solo affidarmi
un po' di più.

L'ultima volta non stavo bene,
la testa mi girava e non riuscivo a stare in piedi
non so se erano i pensieri o qualcos'altro.
Oggi mi sento una persona diversa
che non deve essere sottomessa
da esseri invisibili, ma pungenti.
Devo tirare fuori le unghie ed essere
la persona che volevo essere da piccola.

Paste policrome piegate per pezzi di parete

[...] Penso sempre di più ai momenti felici che non finivano mai
la gioia nello stare con le amiche
addentare un gelato
non avere paura
correre libera nei prati
tuffi che mi sembravano alti dieci piani di un palazzo
le risate continue mentre con papà mostravamo un
ballo, preparato durante l'intera giornata, alla mamma
quando andavo dal parrucchiere e mi vedevo con le
treccine alla francese
andare al bar con mamma per bere un bicchierino di
acqua frizzante, fingendo che fosse caffè
la prima volta in cui ho imparato ad andare in bici
senza le rotelle vedere mia mamma che fingeva di tenermi, ma in realtà
facevo tutto da sola
imparare ad allacciarmi le scarpe
fare la danza del moscerino con nonna
cucinare migliaia di salatini insieme al nonno
giocare a carte con la bisnonna e vincere sempre.

Adesso
catapultata in un mondo che fino a qualche mese fa
neanche conoscevo: l'ospedale,
la tristezza,
la noia continua,
vederti dimagrire,
ma la cosa peggiore
la paura.
La paura di fare una mossa sbagliata,
la paura di non farcela
e una paura così stupida, ma la peggiore:
la paura di vomitare.

Vale veramente vivere vanificando la vita?

[...] Tanti pensieri corrono da destra a sinistra, in su e in giù.

Non si fermano, vanno e vengono, lasciando delle tracce dentro di me.

Nella mia mente sento caos

Tante urla si sovrappongono
ognuna cerca di prevaricare sulle altre.

Provo a distinguere il sentiero giusto,
ma trovo sia difficile mantenere la lucidità.

Le luci si offuscano, piano piano tutto inizia ad oscillare come se fossi in una barchetta in mezzo ad un mare profondo ed agitato.

Mi sento confusa
non distinguo ciò che mi circonda realmente
da ciò che è frutto dei miei pensieri vaneggianti.

Grido aiuto

ma nessuno se ne accorge
o perlomeno così mi sembra.

Alzo il tono di voce
ma è come se nessuno sentisse.
Nessuno può aiutarmi, devo farlo da me.

Ma come?

Mi lascio trasportare dalle onde del mare e mi abbandono a me stessa,
ai miei pensieri e alle mie angosce.

Chiudo gli occhi e penso ad un cielo colorato
macchiato di rosso, blu, viola e azzurro.

Una parte di me spera di contribuire a fare di quel
cielo una tavolozza colma di sfumature colorate.
Forse lassù mi sentirei più utile.

Inaspettatamente insegno illusioni

[...] Le sfumature dei pensieri si mescolano fra loro
le ombre delle parole perdono di pragmaticità.

Discorsi divenienti
effimeri

prodotti dalla mia mente confusa
mi sconvolgono l'animo e mi estraneo dalla realtà cir-
costante.

Il tempo è sospeso,
nel mondo non c'è nessun altro
al di fuori di me.

Non c'è più nulla di cui avere paura,
sono rimasta sola
con il mio intrico di fili
il desiderio di controllo assoluto.

Finalmente appagato.

Nessuno che mi possa impedire di fare alcunché.

Eppure

anche così, all'apice del mio successo,
non posso fare altro che sentirmi vuota.

Una vincente sconfitta,
altro che sentirmi altro che una statua bronzea piena
di piombo.

È questa la libertà che ho sempre sognato?

Quella solitudine imperiosa che agognavo nei miei
sogni più segreti? No,

manca qualcuno.

Un'assenza si fa largo dentro il mio cuore:

una risata, un sorriso,

manco io.

Chi sono io e perché non riesco a fare a meno di sentirmi così inutile e sporca?

Così sbagliata.

Eppure basterebbe così poco

per riempirmi

se solo capissi come,

se solo sapessi...

Cavolo che caduta!

[...] Sono sospesa con la mente,
ma per niente io mi sento potente.
Intrappolata in un gioco oscuro
che annienta e uccide il mio futuro.
Ciecamente ormai mi fido
della voce che è come un grido.
Il sorriso mi è stato spento,
come la candela con un soffio di vento.
A mio agio ormai sono,
in questo mondo senza suono.
Di andare avanti non me la sento,
perciò affondo senza sentimento.
Il mostro senza sosta
mi rincorre ad ogni sosta.

Nerina Nastrina nulla nasconde nella nuvoletta

[...] Immagino un bianco paesaggio
che scorre veloce
quella punta di stella
annuncia un villaggio di incanti.
Improvvisamente
il fischio del treno
e si torna al presente.

6. Frammenti di Vita

[La suggestione è quella del romanzo di Francesco Piccolo “Momenti di trascurabile felicità” e la proposta è quella di ripensare alle piccole cose quotidiane che danno o hanno dato gioia.]

Il sorriso di nonna.

Le fusa del mio gatto.

Vederlo che abbraccia la mamma.

Mi vedi stanca e mi dici: “caffettino?”

Mangio, mi sorridi e mi chiedi: è buono?

Due vecchietti che si tengono per mano.

“L’ho visto e ho subito pensato a te”.

Vedere che tutti mi salutano quando arrivo.

Il calore del termosifone.

Trovare un posto libero sul pullman.

L’odore del pane appena sfornato.

7. La forma che prendiamo: scritti a dieci mani

[I testi che seguono sono creazioni corali, realizzate lasciando circolare i fogli tra le scrittrici, che proseguivano liberamente il testo che giungeva da qualcun'altra.]

Paola porta palline ai piccioni per punzecchiarli

Un contadino mungeva la sua mucca nel prato e nel mentre pensava a cosa avrebbe dovuto fare quel giorno. Pensa e ripensa: alla piccola capra che aveva perduto la madre e che avrebbe dovuto svezzare, al tavolo di legno della cucina con il ripiano ancora da aggiustare, alla donna sepolta che non era stato capace di amare... Questi mille pensieri quasi lo distraevano dal suo compito, ma non ci poteva fare niente, ormai la sua mente viaggiava senza sosta. Voleva portare a termine i suoi lavori, eppure tutte quelle immagini erano fisse in lui. Non riusciva a smettere di pensare, allora prese il suo cavallo e si fece una galoppata nel prato, quasi come fosse dentro la sua mente. E mentre correva rapido tra le sue mille domande, si accorse che pensare al passato non aveva alcun senso, si faceva solo distruggere da ricordi che galoppavano troppo veloci per essere afferrati.

Lucrezia lambisce la luna di lacca lugubre

Durante quella notte d'estate, Luna splendeva alta nel cielo con il suo seguito di stelle. Irradiava con i suoi candidi raggi l'acqua cristallina sottostante conferendo al lago un'aura di socialità.

I raggi, intensi e luminosi di passione e il mio sguardo, rivolto verso l'alto. Penso a cosa nasconde quel cielo così vasto e cosperso di stelle.

Probabilmente un mare di fantasia, per me difficile da raggiungere. Chissà, riuscirò ad attraversarlo?

Ho deciso che nella vita non bisogna farsi spaventare, ciò che sembra un'enormità, forse è solo un ostacolo piccolo piccolo. Oggi, sono fermamente convinta di riuscirci.

Perciò, ti prego Luna, Dea della Luce, proteggi questi miei pensieri, custodiscili e, dopo la mia morte, donali agli astri, affinché possano diventare parte della tua grandezza.

Tutto tremava tra tortuosi testi

Una distesa di pensieri infiniti era simile ad un mare. Un mare agitato, dalle onde forti, che trascinano avanti e indietro i miei pensieri. Ad un certo punto, mi butta giù in un secondo e loro, i miei pensieri, finiscono in mare, sempre più giù, come in un vortice dove non puoi trovare la via d'uscita e dove ogni singola goccia ti tormenta. Nel pieno della tempesta, però, la consapevolezza della morte imminente cede ad un senso di serena rassegnazione e la mia mente si riempie di ricordi di istanti felici, in cui le onde cullavano dolcemente il mio vascello e il cuore si scaldava. Mi lascio affogare e mi accorgo che questo senso di paura quasi mi affascina e mi consola, ma a quel punto mi chiedo: è questo vivere?

Mai maneggio male la mente mentendoti

Mi sento confusa, come se mi trovassi in un mondo parallelo dove tutto è distorto in confronto alla realtà. Provo rabbia ma anche gioia, nel vedere pochi fiori che mi svolazzano attorno. Ogni petalo che cade è un respiro di felicità.

Cerco nella mente tracce di quei momenti di gioia in cui anch'io mi sono sentita libera, come una foglia che cade d'autunno.

Tuttavia, non trovo nulla fuorché un albero spoglio ed ornato da boccioli fantasma di un tempo remoto. Ormai i petali colorati non mi riempiono più le mani, sostituiti da manciate di pillole che mi intorpidiscono la mente e i sensi.

Ed è lì che capisco che tutto ha una fine e un inizio, ma soprattutto che siamo noi a poter iniziare un nuovo capitolo.

Noi possiamo farlo, se vogliamo.

8. Curriculum vitae

[Lo stimolo è quello di ripensare alle proprie competenze, non in chiave formativa o di aspirazioni professionali, ma in ottica umana e relazionale.]

Greta ~

A scrivere è la Greta di diciassette anni, una Greta che fatica a riconoscere le sue qualità e a riconoscere di essere brava in qualcosa. Così mi limito a riportare ciò che gli altri mi attribuiscono. Mi dicono che:

Sono brava ad ascoltare gli altri;

Faccio di tutto per far star bene le persone;

Sono determinata e se voglio ottenere qualcosa ci riesco.

Mi è anche stato detto che sono matura e che in alcune situazioni riesco a cogliere certi particolari che non nota quasi nessuno.

Beh, io mi sento più o meno un disastro, però ci sono dei momenti in cui una piccola parte di me si dice che magari, in fondo in fondo, qualcosa di questo potrebbe essere veramente riconducibile a me.

Forse vorrei tanto avere queste qualità, ma ancora non riesco a vederle in me.

Una cosa di cui sono certa è che sto cercando di essere più forte e di credere in me.

Quindi una cosa bella che vedo in me in questo momento è la forza di volontà, la capacità di faticare per essere felice.

Ah, quasi dimenticavo!

Sono molto brava a cucinare la zucca al forno!

Rose ~

Spunti.

L'arte: sono sempre stata brava a disegnare. Questa passione è nata da un semplice movimento della mano per disegnare un fiore. Da bambina, quel gesto mi ha affascinato e mi ha spinto ad andare verso la via della creatività, verso colori luminosi. Partendo dalla giusta forma, viene più facile creare nuove cose, scoprirle e comprenderle

Il disegno è anche un modo di espressione per me, che rappresenta il mio ordine e il mio caos. Il disegno è il mio modo di trovare una risposta. Come uno spunto per la creazione di un sogno, o più sogni, come quello, magari un giorno, di riuscire a mostrare ad altri i miei disegni.

Saper ascoltare: saper rimanere in silenzio ed essere comprensiva, essere come si è ora, grazie al fatto di aver assistito a degli eventi della propria vita, dare supporto alle persone ed ascoltarle ti aiuta nella crescita personale.

Attenzione: per essere artisti, si deve prestare molta attenzione ai dettagli, pratici ed emotivi, questo porta molti vantaggi, tipo notare piccole cose, magari insignificanti, ma importanti per qualcuno.

Tutte le piccole cose hanno un significato.

Margherita ~

Io sono Margherita. Se mai aveste bisogno di me nel fare qualcosa, io parto col dire che adoro studiare e mi sento veramente brava e realizzata nel farlo. Mi piace anche aiutare gli altri nello studio, per mettere a disposizione questa mia abilità. Sono brava a consigliare libri da leggere, perché ne leggo talmente tanti che ho una certa esperienza.

Sono stata ricoverata due mesi e mezzo in NPI e penso che questo mi abbia resa capace di ascoltare e capire le altre persone, se ne hanno il bisogno. So cosa vuol dire soffrire, o anche solo aver bisogno di qualcuno che ti stia accanto, ti conforti e ti ascolti. Vado in una scuola dove non c'è attenzione solo per l'alunno, ma per la persona. Questo mi ha insegnato a guardare dentro le persone e non fermarmi all'aspetto esteriore.

Ho una passione enorme per la cucina e trovo che cucinare sia un modo di dire agli altri "ti voglio bene". Penso di essere una persona attenta agli altri e a ciò che vivono e questo lo devo alla mia meravigliosa famiglia, perché è uno dei grandi e tanti valori che mi ha insegnato. la Neuropsichiatria mi ha fatto anche diventare una persona forte, ma soprattutto lì ho imparato a supportare gli altri e trasmettere energia positiva, anche quando io stessa sono in difficoltà.

Sono anche una persona determinata e brava a raggiungere gli obiettivi che mi pongo.

Ho anche tantissimi difetti e difficoltà, però una cosa che ho imparato a fare grazie al ricovero è la capacità di ammetterli e accettarmi per come sono.

Viola ~

A me piacerebbe saper fare

Molte volte mi è capitato
di chiedermi, anche la sera,
cosa della vita avrai meritato:
la bontà giornaliera,
la gentilezza avrei desiderato
l'empatia
e la simpatia avrei glorificato.
Manualmente non so tanto fare,
forse la gelosia ora si fa viva:
saper disegnare un ritratto senza fallire,
saper scrivere senza aspettativa
e saper parlare bene inglese vorrei esaudire.

Cecilia ~

Caro capo dell'azienda di poesia,
spero che con questo curriculum possa darle un'idea
di quali siano le mie abilità e anche di quello che vor-
rei imparare.

Spero di catturare la sua attenzione, per poi essere
prossimamente assunto, perché:

So arrampicare.

So cucinare.

So leggere le cose scritte sulle etichette anche se sono
scritte minuscole.

So volere bene.

So fare le bolle con la mia saliva.

So raccontare le storie.

So prendere le cose con i piedi.

So mantenere la pazienza con i bambini, anche quelli
piccoli piccoli.

Mi piacerebbe non avere ansia e paura.

Mi piacerebbe essere amica di quasi tutti e non essere
dimenticata (anche se per poco tempo) da qualcuno.

Mi piacerebbe saper fare almeno una cosa meglio de-
gli altri.

Ambra ~

So

Nuotare pattinare giocare a carte suonare la tromba
disegnare studiare imparare a memoria le canzoni
ascoltare chi ha bisogno aiutare la mia famiglia.

Mi piacerebbe saper

Andare a cavallo sorridere più spesso essere più socievole stare bene con me stessa andare molto bene a scuola non essere un peso essere meno diffidente inserirmi con i compagni di classe studiare cose che mi aiuteranno nel futuro, per non temerlo.

Conoscere.

9. Dalle immagini alle parole

[Lo stimolo visivo delle carte di Dixit, liberamente scelte, ha favorito l'emersione degli scritti che seguono.]

Tempo ti trascorro teneramente

Dopo ore di scale e fatica, l'uomo arrivò in cima a quell'infinita scalinata, con ancora il suo cappello a cilindro e l'abito elegante in ottimo stato.

C'era una porta. Ma dove portava?

Vide davanti a sé un riflesso, si vedeva tutto quello che c'era attorno, tranne sé stesso.

Oltrepassò la porta.

Portava ad un tempo:

un tempo di riflessione,

tranquillità

e riposo

che non aveva mai avuto.

Per mano

In un campo di rose
sono lasciata a me stessa
ed è lì che i problemi
prendono il sopravvento.

Tempo di rinunce

Il tempo scorre senza sosta ed io, da persona spaventata del futuro, cerco di rimanere ferma. Tutti mi impongono o vogliono che io agisca, che cambi, il problema è che quello che mi spaventa è proprio il dopo. Cambiare vuol dire rinunciare a qualcosa di me ed io non sono pronta a farlo. Vorrei avere più tempo per capire cosa io voglia o cosa io sia in grado di fare, il problema è che non ne ho. Questa sensazione di angoscia cresce senza sosta, perché nonostante io ci provi a godermi tutto, il tempo va.

Sfumature

Lo vedi quello?

Quello è un vortice.

Un vortice nero che non vede l'ora di approfittare di ogni tua debolezza per risucchiarti.

Tu ti senti così impotente

così stremato

da non avere nemmeno la forza di salvarti.

Ti lasci divorare da quel mostro e raggiungi il punto più profondo:

sei lì

e da lì non si fugge, è troppo tardi.

Sarebbe stato bello un appiglio per aggrapparsi anche un solo motivo per dirsi

“okay, io ce la metto tutta per rimanere perché il mio posto è questo”.

Io voglio vedere il mondo a colori.

Voglio vedere ogni sfumatura

voglio correre

voglio ridere

voglio ballare

voglio cantare

e fregarmene di essere stonata.

Invece quell'appiglio non c'è.

Ho guardato ovunque,
eppure non sono riuscita a trovarlo.
C'erano tante meraviglie,
eppure nessuna mi sembrava appartenermi.
Avrei potuto fare in tanti modi,
ma stare in quel vuoto sembrava la via più semplice.
Tutto intorno a me si è oscurato,
il mio corpo è diventato privo di consistenza,
tutto è finito.

Lo racconto per dirti che tu sei ancora in tempo,
tu puoi farcela.
Tu sei forte,
tu sei coraggiosa,
tu sei determinata.
Io credo in te e so che sei in grado di fuggire da lui.
Guarda avanti
e indietro il meno possibile.
Vola verso l'arcobaleno,
ce la fai.

Culle nel bosco

Volevo dirvi che non ci si può fidare di tutti.

Le persone all'inizio sembrano renderti felice, ma con il passare del tempo sembra che questo svanisca. Certe volte ti senti un ingenuo ad aver pensato che quelle persone potessero essere il tuo pensiero felice. Ti sembra quasi che sia stato tu a renderle così, che sia stato tu a creare loro problemi. E per quanto tu possa cercare di perdonarle, loro ti massacrano, sempre di più. Ti fanno notare ogni tua piccola imperfezione per fartela sentire enorme, minimizzano ciò che sei.

In quel momento ti senti come una culla in mezzo al bosco, sola, chiusa in te stessa e senza nessuno che si accorga di te e ti aiuti a rialzarti. Per quanto tu possa cercare impronte amiche nel bosco che ti circonda, ti accorgerai che sei sola e che ogni tuo sforzo è inutile. Le persone non si accorgono che ogni loro gesto può far soffrire veramente tanto qualcun altro.

Loro non possono sapere il tuo passato, cosa hai vissuto e di cosa avresti bisogno.

Tu devi resistere da solo, farti forze e continuare ad andare avanti. Devi capire che non è importante avere tante persone accanto, ne bastano poche, ciò che conta è che esse ti facciano star bene, ti aiutino e

ti supportino. Devi cercare di lasciare andare le persone che ti fanno soffrire, che esultano quando te ne vai e che sono felici quando tu non lo sei, che fanno il possibile per metterti i bastoni tra le ruote e che si alleano con altri per metterti in ridicolo.

È difficile abbandonare alcuni conoscenti, non perché sentirai la loro mancanza, ma perché ti sentirai di nuovo solo e ti farà paura cercare in qualcun altro la compagnia.

Ma tu devi farcela, devi dimostrare che tu sei più forte e che riesci ad andare avanti anche con il cuore incerottato.

10. Legami: estratti di lettere per Greta

[Nei mesi in cui si è realizzato il laboratorio di scrittura, una delle partecipanti viene ricoverata, il gruppo chiede di poter scrivere rivolgendosi a lei. Le diverse lettere sono state assemblate in un unico scritto.]

Tutto tranne te toglierei

Nessuno può capire il bene che ti voglio.

Tu non sei la tua malattia, sei tu.

Sei la mia migliore amica, la stella che sa brillare nelle mie notti più nuvolose (sì, lo so, sono una pessima poetessa).

Qualunque cosa accada, io sarò fiera di te, Greta.

Per me sei e sarai meravigliosa, brillante, super intelligente e ancora tanto altro.

La vita ti può far paura e talvolta devi toccare il fondo per capire che non tutto è come pensavi, che nella vita ci può essere anche qualcosa di bello, nonostante oggi sembri una catastrofe.

Ti sentirai un numero 0, qualcosa che non vale niente, ma sappi che lo 0 cambia il valore degli altri numeri, così come tu cambi e migliori la vita delle persone che incontri.

Forse ti senti triste e scoraggiata, ma non sarà sempre così e non appena lo capirai so che sarai ancora più forte di chi non ha mai affrontato un ostacolo come quello che adesso ti schiaccia.

Capirai che la vita va stretta in un pugno, senza lasciarla andare.

Ti voglio bene.

Il tuo pensiero, è nel nostro cuore.

Oggi in questo spazio di scrittura siamo tristi, ci manchi, teniamo a te e non sei sola.

Sei importante per le persone che ti circondano, anche se non lo pensi, ma cerca di esserlo soprattutto per te.

Le difficoltà non rendono meno validi o eccezionali. Starai pensando che sarebbe meglio essere perfetti, ma talvolta i difetti vanno amati e accettati. Non esiste gioia senza dolore, così come non esiste umanità senza difetti e fragilità, non pretenderlo da te stessa, Greta, ciò che ti rende unica è la somma di tutte le tue parti, anelli di un mosaico che forma un sap-
piano tutte quante di ciò che ti appena successo la notizia è arrivata di recente speriamo di rivederti presto e vederti stare meglio non so quanto possano esserti d'aiuto i miei consigli spero comunque di essere

riuscita a distrarti capolavoro.

Ora però bando alle ciance, troviamo come puoi occupare il tempo: ovvio, brava come sei nel disegno potresti usarlo per esprimere i tuoi stati emotivi (dicono che sia utile), però, sei vuoi leggere, ti consiglio qualche romanzo, altrimenti delle serie TV. Non so quanto tu sia appassionata di anime ma, qualora ti piacessero, ti consiglio di guardare “Blue period”: tratta di un ragazzo che scopre il proprio talento per l’arte e che affronta sua madre per entrare nella scuola dei suoi sogni e inseguire la sua passione. Un’altra cosa che sto rivalutando sono gli scobidoo, che non so come si scrive,

Credo in te fiorellino, vedrai quanto sarà bello sbocciare.

Ti volevo regalare questa canzone che ho scritto quando sono stata dimessa dopo il mio ricovero:
“Al Regina al secondo piano c’è un reparto alquanto strano
tutti hanno la cuffia in testa e non si apre la finestra
c’è chi disegna chi sospira
chi si abbatte e chi si adira
alle otto del mattino la serranda si alzerà
e con Patrizia, anche il tempo passerà

oggi toglierò il sondino
che gran felicità!”
Potresti scriverne una anche tu!

Tornerà il sole.

Con la tristezza, arriva anche il senso di colpa, il rimpianto che dice che forse avrei potuto fare di più. Vorrei averti sostenuto in quel momento che per te era così difficile, se fossi stata migliore... Se il mio sorriso avesse toccato anche il tuo... Forse tu saresti qui con me. Vorrei girare per Torino con te ancora mille volte.

PS: il letto è abbastanza comodo e la cosa più bella è che si può alzare lo schienale.
Mi raccomando riprenditi, che devo cercare di batterti a calcetto!

11. Sogni, fantasie, desideri e superpoteri

[Il tema emerge liberamente.]

Sogna solo se sorridi

Apro gli occhi, accendo il telefono ed è pieno di messaggi:

Cecilia come stai? Oggi vieni a scuola? Che fai? Oggi pomeriggio, se non fai niente, vieni da me. Ti voglio tanto bene. Spero di rimanerti amica.

Esco, raggiungo la scuola, quando apro la porta di classe i compagni si alzano e mi accolgono in un abbraccio.

Vogliono essere miei amici

non giudicano

capiscono, la mia paura e la mia tristezza sanno chiedere scusa,

Matematica non era noiosa.

Nell'intervallo poi,

mi sentivo integrata, parte di un gruppo.

Chissà, magari mi volevano bene.

La sera, prima di andare a dormire, di nuovo il telefono intasato di chiamate e messaggi.

Squilla, rispondo e sento: "Buonanotte Cecilia, ti voglio bene...".

Neanche il tempo di concludere quella telefonata che qualcos'altro suona:

la sveglia.

Ma alla fine meglio così.

Virgilio verso il vespro vaneggia volentieri

In bilico su una corda sospesa nel vuoto: un passo e sei morto.

Vuota

come una casa chiusa da troppo tempo
che conserva ancora ricordi di un piccolo fuoco acceso e delle manine che riscaldava.

Sola e persa

condannata a vagare in eterno nella tenebra
senza fine.

Scodelle di sangue fra le mani alzate a preghiera
verso un Dio che ignora la mia esistenza
la mente dedita alla mia unica padrona.

La pioggia primaverile gocciola lungo i miei palmi
che piano piano si imbattono in un liquido cremisi e
io li osservo e sorrido.

Percorro la linea del mio naso con gli indici le labbra
sottili con i pollici e una scia vermiglia attraversa le
mie carni,

un sogno di riconoscimento

purificazione

della pulsione primitiva del disgusto.

Pronto ad accogliere dentro di me questa tempesta,
osservo la macchia verdeggiante dinanzi a me
così piena di fiori
così cosparsa di resti.

Lacero una falange dal corpo di una ragazza distesa e
dormiente

me la porto alle labbra

succhio piano come farei con un lecca lecca

raccolgo l'essenza: il sapore dolce e amaro della mia
persona. Così,

con la morte negli occhi e nello stomaco,

non riesco a fare a meno di provare

Gioia.

Mi stendo accanto a lei

nel verde imbrattato

ebbra come un baccante

lasciva come un satiro.

Accolgo la fine dentro di me

persa nella mia dolce follia

nuotando in un oceano di puro piacere.

Mi nutro delle sue carni un pezzo dopo l'altro

e mi sembra di non essermi mai nutrita prima di ora.

Sono felice.

Apro gli occhi

tutto finisce

le pareti della mia stanza si ergono poderose sopra di
me non lasciandomi via di scampo.

Accarezzo con la lingua le mie labbra

dimentiche di quel dolce sapore

il cuore mi si stringe in una morsa.

Sarebbe così facile tagliarmi
assaporare ancora quel nettare
annullarmi nell'abisso del mio stesso piacere.

Lo escludo.

Prendo un libro:

le pagine profumano di casa
sono percorse da piccole note a matita, lasciate in un
tempo lontano

Eppure, se mi concentro

riesco a vedere su di esse piccole distese grumose del
colore del rame astratte
ma così incredibilmente chiare.

Poso delicatamente la bocca in quel punto
mentre leggo parole dolci, portatrici di ogni bene.

Poi tutto si annulla
e rientro nel sogno.

Velocemente va verso Venezia

Vorrei leggere nella mente delle persone, questo è il mio superpotere preferito.

A volte, non sappiamo davvero ciò che pensano e provano gli altri, ognuno mostra al mondo ciò che vuole di sé, si costruisce come una maschera.

A volte, non diciamo ciò che pensiamo veramente per paura che gli altri non siano d'accordo, o che ci giudichino, ma se potessimo sapere quel che davvero c'è nella mente altrui potremmo volerci bene e accettarci per ciò che siamo.

Mi piacerebbe anche che le altre persone potessero leggere nella mia mente, perché spesso è davvero difficile dire ciò che pensiamo e vorremmo che gli altri potessero saperlo senza dover essere noi a dirlo.

Ma non tutti i sogni diventano realtà, quindi, meglio trovare il coraggio di mostrare agli altri ciò che siamo, senza avere troppa paura.

Possibile passeggiata per pagare pegno

Oltre alle nuvole
lontano da tutti e da tutto
esiste una terra dove ogni desiderio può diventare
realtà e i sogni si avverano. Lì, tutto sembra più facile
e la malinconia è soltanto un ricordo. Fa sempre
caldo, la natura è colorata e florida, il canto degli uc-
celli assume una melodia piacevole e orecchiabile.

Ma come tutte le cose belle, nulla è per sempre.
Anche in quella terra i problemi sono arrivati, i desi-
deri si sono fatti contorti e irraggiungibili,
la malinconia è tornata.
Il caldo è divenuto torrido; quei colori tenui, così arti-
ficiali e accecanti che stordiscono la testa; quel canto
meraviglioso, un urlo assordante che ti ricorda che tu
non stai bene.
Proprio in quei momenti, hai due scelte:
restare lì e farti uccidere o rimboccarti le maniche e
cercare
un nuovo posto incantato
che nonostante i rischi e la paura
possa chiamarsi casa.

Nonno Nicola non nasce nonno

Vorrei una macchina, vorrei un pony, vorrei fare un viaggio, vorrei un telefono, vorrei avere i superpoteri, vorrei un cane: tutti questi sono desideri che uno normalmente può avere.

Tuttavia, per me, sono pensieri ormai lontani: molte cose avrei voluto, ma ora mi trovo a desiderarne poche: la felicità della mia famiglia, la salute delle persone a me care, una sottospecie di pace interiore che mi permetta di respirare, non essere più un problema.

Sospeso si sente il sentiero senza sentimenti

Un desiderio, una speranza, un'aspettativa. Vorrei tanto dire di averne, vantandomene a gran voce per la natura ambiziosa o delicata del pensiero. La verità, però, è che non riesco a trovare altro che ceneri all'interno della mia anima corrotta dai farmaci.

Vuota come un cofanetto che un tempo conteneva un vasto assortimento di gemme colorate, ma che ora giace inerme e consumato dal tempo in un angolo di una polverosa soffitta. I variopinti abitanti del mio cuore hanno traslocato da tempo se ne sono andati, portando così con sé lo stretto necessario e non si sono guardati indietro. Ora ogni parte del mio essere si strugge per quella perdita, fuorché la mente, precipitata nella tenebra di un abisso senza fondo. Il mio corpo è marionetta nelle mani del Fato, i miei gesti simili a una macchina senza pannello di controllo.

Fuori dalla finestra ha da poco iniziato a piovere: piccole gocce corrono lievi sulla superficie liscia del vetro, giocano e gareggiano su chi sarà la prima ad arrivare alla meta, invocano la morte come unica loro forma di realizzazione. Forse è proprio così. Nate dal vapore per perdersi nelle viscere della terra, generate con il solo intento di trovare con la loro morte e la pace. Apro il vetro e la mia pelle viene investita da un vento gelido; trattengo il respiro accogliendo dentro

di me la bellezza della fine. Quanto sarebbe più facile morire? Un momento e poi il buio, la fine dei travagli, il termine dell'apatia che più di tutte mi corrode. Quanto sarebbe più facile morire? Un attimo e poi via, un soffio, spenta come una fiamma di una candela. Luce tenue ed effimera portatrice di festa, un sogno.

Quanto sarebbe più facile morire...

Che cosa ci crea confidenza?

Per il 2024 desidero poter vivere un anno da ricordare come pieno di gioia, bellezza e momenti unici passati con la mia famiglia, ma soprattutto come una ragazza normale.

Il 2023 è stato segnato da tristezza, fatica e dolore, mentre spero veramente che l'anno nuovo sia ricco di felicità e spensieratezza.

Non voglio mai più vivere un'esperienza come quella che ho vissuto in reparto, voglio solo accettarmi e volermi bene per quella che sono, senza paranoie e senza guardare ciò che pensano gli altri di me.

Cosa cerchi di costante

Cosa desidero tanto per me? Vorrei riuscire ad essere di nuovo la vera me entro i diciotto anni, vorrei capire chi sono veramente, che cosa voglio diventare, passare i miei ultimi anni dell'adolescenza come una persona normale, che vive a casa propria con le persone che ama e che si dedica tutto ciò che la rende felice.

Mi auguro un futuro più sereno, vorrei vedere la mia famiglia unita, vorrei essere la preferita del mio gatto, vorrei viaggiare e conoscere ogni posto segreto del mondo, con le proprie tradizioni, la propria lingua e la propria cucina.

E poi che altro? Sarebbe bello se tutti noi ci sentissimo liberi di esprimerci, come in questo laboratorio, che più che un laboratorio è stato per me uno spazio in cui ho potuto esprimere il mio umore, le mie paure, i miei sogni e i miei sentimenti, attraverso la scrittura e il disegno.

12. Lettere d'Amore, lettere all'Amore

[Dopo aver nominato una dimensione di desiderio, nasce la proposta di scrivere una lettera d'amore, intendendo quest'ultimo in forma ampia e liberamente interpretabile.]

“Siamo angeli caduti dal cielo”

Una frase che mi piace dire quando sono un po' abbattuta.

Ho preso come ispirazione questa frase da un Tik-Tok che mi è apparso davanti tempo fa: un bambino chiedeva alla madre perché una persona si fosse suicidata e la madre rispondeva: “Sai, è un angelo caduto dal cielo, è finalmente tornato a casa ora, era troppo sofferente nel vedere questo mondo”.

Pensando a questo, voglio scrivere una lettera d'amore per noi stessi.

Ho conosciuto persone che non riescono proprio ad amarsi e trovano solo difetti guardando sé stesse.

Come si fa ad amare qualcuno, se non ci piacciamo noi in primis?

Caro Cupido, tu che scocchi le frecce dell'amore, perché invece di tirarle ad una coppia non la tiri a chi ha bisogno di amarsi?

Cara persona,

mi sento un'ingrata a chiamarti così
se penso a quanto hai fatto per me,
spero tu non ti offenda.

Ci sono stati momenti, in cui mi sentivo in un vortice
e la mia unica salvezza eri tu.

Avrei voluto fare di più per te, ma non ci sono riuscita.

I miei sforzi li sentivo insignificanti, rispetto ai tuoi
per me.

Tutte le volte in cui mi hai visto piangere e sei venuta
accanto a me, per consolarmi,

tutte quelle volte in cui anche tu piangevi
abbracciandomi,

tutte le sgridate che hai preso, per il mio bene,
tutte quelle volte in cui hai messo davanti me,
anche a te stessa.

Tu non puoi e non potrai mai essere come le altre
persone.

Accanto a te mi sento al sicuro,
sento che tutto andrà bene,

che la felicità potrà sfiorare il mio viso.
Non potrò mai ripagare quel che hai fatto per me,
ma spero che la nostra relazione non cambi mai
e che ci saremo
l'una per l'altra.

Grazie, sei il mio idolo e ti voglio bene.

Mamma mi manchi moltissimo

È difficile scrivere una lettera d'amore senza sapere esattamente che sentimento sia. Uno si ispira ai film e prende spunto da quei sentimenti tanto fantastici che la protagonista prova nei confronti dell'altra persona.

Tuttavia, ora che sono un po' cresciuta, mi rendo conto che esistono diverse e infinite forme di amore: l'amore per gli amici, l'amore per gli animali, l'amore per quelle sensazioni di pace che si provano a volte, ma soprattutto l'amore per la propria famiglia.

Se un anno fa mi avessero chiesto "Come vai in rapporto con la tua famiglia?" penso che avrei risposto con un "Come al solito... Alti e bassi...", ora invece posso dire che l'amore che provo per loro è il più forte è reale di tutti.

L'amore per il mio papà, che nonostante la mia ostilità mi dà tutto l'affetto che può, continuando ad incoraggiarmi, comprendendo le mie difficoltà e cercando di starmi vicino come solo lui sa fare.

L'amore per il mio fratellone, che vede quando sono giù ed è uno dei pochi che riesce ancora a farmi ridere, anche nei momenti meno adatti. Lui che, nonostante le difficoltà che sta vivendo, rimarrà sempre quello di una volta, pronto a farmi giocare al computer seduta sulle sue gambe, quello che oggi mi supporta nei momenti più ostili.

L'amore per la mia formidabile sorella, che è stata la prima con cui ho condiviso questo enorme peso che mi tormenta dentro. La persona che mi sprona a pensare al mio futuro, che anche quando sbaglio cerca di riportarmi sulla giusta via. La sola con cui sono sicura che in un futuro riuscirò a mangiare con il sorriso quei giganteschi mostri che ora mi sembrano quei piatti. Sempre lei, che da piccola mi trattava come fossi la bambina con le guanciotte più tenere del mondo, che mi faceva stare sotto la sua scrivania facendomi sentire amata e protetta.

L'amore per la mia mamma, lei che subisce la gran parte dei miei sbalzi d'umore, dalle volte in cui l'abbraccio forte per paura di perderla, alle volte che la allontanano, per paura di darle ulteriore tristezza e preoccupazione. La mamma forte che tutti meritano di avere, che con il suo affetto, la simpatia, la saggezza e molta molta pazienza, mi ha preso per mano e non mi ha più lasciata.

Ecco che cos'è per me l'amore.

Se mi chiedessero cosa desidero per Natale, risponderei la felicità per la mia famiglia, perché sono i miei quattro supereroi che mi hanno salvato la vita e forse nemmeno sanno quanto bene ora mi fanno.

Caro Lu, cara Lu,

Un giorno fa ripensavo alle parole che mi hai detto la prima volta che ci siamo visti dopo il mio ricovero: “Ho avuto la mia occasione e non l’ho colta, ora è troppo tardi”. “Troppo tardi”... Trovo sia ironico, detto da te, che mi hai insegnato a non mollare mai, nonostante tutto e tutti, che sei stata luce nelle giornate più nere. All’inizio, quando ci siamo conosciuti, non ci sopportavamo. Abbiamo litigato per una cosa di poco conto e non ci siamo parlati per mesi, poi mi hai scritto chiedendomi scusa e quel messaggio ha decretato l’inizio di qualcosa di meraviglioso. Abbiamo iniziato a scriverci tutti i giorni nonostante la mia esuberanza e la tua reticenza e, passo dopo passo, il tuo nome è stato impresso fra le cicatrici del mio cuore malato.

Grazie a te ho imparato ad accettare una parte di me che non avevo mai neanche voluto vedere e a dividerla con gli altri. Quando parlavo di te però, spesso mi consigliavano di arrendermi, perché seguire i battiti che nascevano dal suono delle tue risate non mi avrebbe portato altro che sofferenza. Eppure, in quel reparto, alle otto in punto di sera, eri tu a chiamarmi ogni giorno, a farmi sorridere in un luogo dove si udivano solo singhiozzi, a sgridarmi quando mi facevo del male. Gli altri, che parlavano di te

senza conoscerti, non c'erano, tu sì. E il mio cuore rideva. Non ti nascondo che ho provato tante volte, quando ancora pensavo di non avere speranze, a fermare quella pompa impazzita al centro del mio petto e a crogiolarmi nel calore di una pura e bellissima amicizia. Mi sono fidanzata, sai? Sono stata con una ragazza a cui volevo un bene dell'anima e credo di averla amata molto. Dico credo poiché lei sostiene di no, che non ti ho mai dimenticato. Ti confesso che facevo fatica a sentire le pulsioni del mio animo, con la malattia che mi annebbiava la mente, così mi ha lasciata e ho pianto molto per lei e per quello che significava per me. Avevo intenzione di tornare indietro e in parte l'ho anche fatto, ma sarebbe andata molto peggio se in quella giornata uggiosa non mi avessi aperto il tuo cuore. Nonostante i lacci con i quali avevo cercato di legarlo, di piegarlo alla mia volontà, sentivo piccole palpitazioni veloci colpire la mano sul mio petto: quel fuoco ardeva ancora dentro il mio corpo, distrutto da lesioni e pensieri, da gioia e dolori. In quel momento non ho taciuto, non sono stata ferma. Non era troppo tardi. Tutto è tornato a posto, il cerchio si è chiuso. Non siamo la classica coppia, non ci è concessa la dolcezza di un tocco o la consolazione di una presenza costante, ma a noi non serve. Spesso mi dici che hai paura, paura di non darmi

quello di cui ho bisogno, ma la verità è che io ho bisogno solo di te e di quello che puoi darmi. Ho capito una cosa in questi anni, dopo tante esperienze: io non voglio una storia d'amore, io voglio amarti, voglio viverti a prescindere da quello che dovrebbe essere e trascorrere con te gli attimi che ci sono concessi.

Ti amo e amo ogni aspetto del nostro amore, poiché reca incisi i segni della tua bellezza e forza. Se solo ti vedessi con i miei occhi!

Ti amo.

13. A voi, a noi

[I due testi che seguono sono stati liberamente scritti a conclusione del laboratorio, mi sembra racchiudano il senso di questi incontri e possano restituire il senso di quest'esperienza.]

Ciao, ci conosciamo?

Credo che qui lascerò le mie storie più intime, che hanno a che fare con quello che sono davvero. Spero che possano far capire a chi le leggerà che nella vita non è tutto rose e fiori, anche per noi giovani, ma che a volte è proprio quando vedi tutto nero, che capisci veramente chi sei. Sono state le esperienze più difficili, infatti, che mi hanno resa una persona migliore e che mi hanno insegnato di più sulla vita.

Vi auguro il meglio, vi auguro di sorridere.

Non lasciate nessuno da solo e cercate di essere empatici.

Ciao.

Storie d'altri che parlano di me

Quando sono entrata in ospedale, nel Day hospital, ero molto insicura e spaventata. Col tempo ho conosciuto delle persone e ho scoperto che avevamo molte cose in comune. La sensazione è stata quella di scoprire un posto dove ci si può sentire amati.

Con questo laboratorio di scrittura ho notato quante emozioni si hanno in comune e ho potuto ascoltare nelle parole degli altri delle cose che ho provato anche io, magari scritte come non avrei saputo fare.

Mi sono sentita accolta, capita e meno sola.

14. Conclusione

Le parole che restano, sono quelle che volano

Qualche giorno fa, un amico raccontava durante una cena che il detto latino “verba volant, scripta manent”, nel linguaggio comune, viene male interpretato. Diceva che il significato originale aveva l'intento di esaltare quanto più vive e dinamiche fossero le parole dette, raccontate e quindi condivise, a scapito di quelle scritte e taciute, magari dimenticate.

Per questo, a conclusione di ogni incontro del nostro laboratorio le ragazze hanno letto con coraggio i loro componimenti al gruppo, ascoltandosi con cautela e rispetto;

Per questo, non trovate qui riportati gli scritti dell'ultimo incontro, perché è stata una dedica che si sono scambiate, portandola via con sé;

Per questo, abbiamo scelto di stampare questo libro,

non per trattenere, ma per lasciare andare.

Questo è anche l'augurio che vorrei rivolgere a cia-

scuna delle autrici, che possa trovare un proprio spazio per esprimersi e spargersi, così come fanno le parole, che si mischiano e si trasformano, che sanno dire ed emozionare, proprio come loro.

Giulia Mazzone

Psicologa e Psicoterapeuta

Finito di stampare nell'aprile 2025
per Vecchiarelli Editore in Manziana (Roma)