

VOCE DEL VERBO ESERCICI: ESPLORARE MONDI POSSIBILI

Laboratorio di scrittura per il benessere interiore
Classe 3[^] A - indirizzo Linguistico -
Liceo Statale Leonardo - Brescia
"Nicolò Tartaglia" - Brescia

Anno scolastico 2018 - 2019



Promosso da: Associazione Il Chiaro del Bosco - ONLUS - Brescia
Progetto sostenuto da: Associazione Vincenzo e Itala Visenzi

1. IL MONDO DELLA SALUTE

Costituzione Italiana - Art. 32: "La Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo ed interesse della collettività, e garantisce cure gratuite agli indigenti...."

La salute secondo l'Oms (1948)

"Uno stato di completo benessere fisico, sociale e mentale, e non soltanto l'assenza di malattia o di infermità."

Salute mentale (Oms)

Stato di benessere emotivo e psicologico nel quale l'individuo è in grado di:

- sfruttare le sue capacità cognitive o emozionali,
- esercitare la propria funzione all'interno della società,
- rispondere alle esigenze quotidiane della vita di ogni giorno,
- stabilire relazioni soddisfacenti e mature con gli altri,
- partecipare costruttivamente ai mutamenti dell'ambiente,
- adattarsi alle condizioni esterne e ai conflitti interni.

*"... Perché anche la malattia ha un senso
una dismisura, un passo,
anche la malattia è matrice di vita... "
(Alda Merini)*

ESERCIZIO: LETTERA ALLA MIA MALATTIA (FISICA O PSICHICA) O A QUELLA DI UN CONGIUNTO

La nostra famiglia si era rimboccata le maniche ed eravamo tutti pronti a combattere e sconfiggere il nemico: TU, SLA, che però, velocemente, sei riuscita a distruggere un anello della salda catena che avevamo formato.(...)

Spesso mi sono domandata se tu affliggessi la mia famiglia per qualche ragione o se semplicemente tu sia una sventura che si è abbattuta su di noi, quante volte ho cercato di giustificare la tua presenza immaginando i motivi per i quali Dio abbia lasciato che tu intervenissi sulle nostre vite in modo così incisivo. Solo noi saremmo stati in grado di gestirti e supportarci a vicenda accettando tutti gli scompensi che tu, in quanto malattia, porti ogni giorno e questo Dio lo sapeva; questa è la conclusione a cui ero giunta quand'ero solo una bambina e nella quale ho creduto fermamente per molti anni.

Ora non penso più. Non cerco di capire perché tra tutte le famiglie tu abbia deciso di colpire proprio la mia, non mi interessa più sapere se l'universo agisce con una logica o se tutto ciò che capita in questo caotico mondo sia completamente casuale. Ciò che conta per me adesso è sapere che il mio odio per te cresce ogni giorno insieme alla mia gratitudine, perché anche se non era in alcun modo tua intenzione, tu, piaga della mia casa da oltre 30 anni mi hai reso una persona migliore. Grazie a te sono attenta al prossimo, aperta alle differenze e ogni giorno più innamorata della mia famiglia.
(Veronica)

Cara malattia ,

una convivenza con te non è proprio così impossibile..sempre considerandoti una MALATTIA...

(Alessio)

...Ti perdono per tutto. (...)

...
Non capisco perché con tutte le persone che esistono hai dovuto scegliere proprio mia madre, la persona più importante della mia vita. Non so perché, ne tanto meno come ti sia arrivata, ma spero che te ne vada al più presto.
(Beatrice)

...
Non si sa perché hai voluto restare così a lungo dentro di lei, ma la cosa che più non sopporto è che all'inizio ti sei nascosta, da tutti e poi quando sei stata trovata l'hai colpita ancora di più...
Sei arrivata così, senza preavviso, nessuno ti aveva invitato a cambiare radicalmente la vita della donna più importante per me...
Sei perfida, ingiusta e non posso credere che qualcosa di invisibile agli occhi riesca a distruggere lentamente e senza scrupoli una persona (...)

Cara malattia,
con il tempo imparerò ad accettarti ma per ora proprio no, non ci riesco.
sei una malattia forte, con due facce senza contorni;
sei una malattia dannatamente brava nel suo lavoro, cicli e cicli di medicine che da un giorno all'altro possono far sparire la cura di mesi;
sei come una pulce e ti infiltri in ogni pensiero, quasi ti diverti a rendere tutto negativo.
Ancora fatico a prenderti e staccarti, a tirarti fuori. Tu non sei lei ...
ma lo sei
È proprio per questo che non riesco ad eliminarti.
Con il tempo riuscirò ad accettarti ma per ora proprio no, non ci riesco.
(Chiara)

Ciao tu,

quella cosa orribile che tormenta tutti, e che ora sta tormentando tutta la famiglia compresa me. Tu che porti dolore, tristezza e strappi via la voglia di vivere e di andare avanti.

Tu sei quella cosa che rovina le persone, non ti dispiace nemmeno un po' presentarti alla porta di casa mia impossessandoti di lei, la persona che mi ha dato la vita, il mio punto di riferimento, la mia forza e la mia roccia.

Non ti importa nemmeno un po? Ti avevamo cacciato pensavamo fossi finalmente morto, e invece non ti sei arreso e hai voluto rovinarci. Tu che sei in grado di togliere il dono più grande di ogni essere umano: la vita.

Tu che porti in lei debolezza, paura, dolore, tristezza e bipolarismo...porti tutti i sentimenti che una persona non dovrebbe provare.

Lei dovrebbe essere felice, con il suo solito sorriso, amichevole felice di avere una famiglia, felice di vivere... e invece NO, solo perché tu sei tornato.

E io ti odio per questo: ti odio perché a causa tua tocca a me rialzare le persone e rimettere insieme i pezzi che tu hai frantumato.

Tutti hanno paura di te, si chiudono in se stessi come se tu comandassi su tutto e tutti ma con me no. Non funziona così, contro di me devi lottare e combattere, e se lotti contro di me allora lotterai anche contro di lei. Noi siamo una cosa unica, tutta la forza che ho e che per molto ancora avrò l'ho data a lei, la mia ragione di vita. Siamo in quattro contro uno, contro di te. Sappiamo tutti che tu sarai sempre più forte e che dominerai su tutto, ma nonostante questo cercheremo di farti rimanere in quel posto in cui ora ti trovi non permettendoti di girare per il suo corpo perché non è ancora tuo. (*Silvia*)

2. IL MONDO DI CURA

IL MITO DI CURA (II SEC. D. C.)

Attraversando un fiume e avendo trovato della buona argilla, Cura si arrestò pensosa e iniziò, con quella creta, a modellare le sembianze di un uomo.

Mentre si stava arrovellando su cosa fosse il risultato del suo lavoro, vide avvicinarsi Giove: Cura gli chiese di insufflare, in quella statuetta, un'anima, cosa che Giove fece volentieri.

Nacque tra i due Dei una disputa per stabilire chi avesse il diritto di dare un nome alla loro opera e alla discussione si aggiunse presto Terra che vantava i propri diritti, perchè era dal suo corpo che era stata presa l'argilla. Decisero di ricorrere a Saturno per un giudizio. Saturno così sentenziò: «Tu, Giove, poiché sei tu che gli hai insufflato lo spirito, [questo spirito vedrai tornare da te dopo la morte; e a te, Terra, allora tornerà il suo corpo]; ma poiché è Cura che, per prima, ne ha forgiato le sembianze, egli apparterrà a lei per tutto il tempo in cui vivrà.

E il suo nome, sul quale non trovate un accordo, sarà uomo, perchè è di humus che egli è fatto».

“...E guarirai da tutte le malattie,
perché sei un essere speciale,
ed io, avrò cura di te.” (*Franco Battiato*)

ESERCIZIO: RISPOSTA DELLA MALATTIA

Alla fine per te rimarrò sempre un mostro che ripudierai per tutta la tua vita, e fai bene, ne hai tutte le ragioni. (...)

Io sono la causa della vostra sofferenza ormai da molto tempo, accetto il tuo odio nei miei confronti: è giusto. Ti chiedo però di non far sì che io provi lo stesso per te. (*Veronica*)

Cara ...

sono entrata nella tua vita due anni fa un po' così, inaspettatamente e da allora continuo a portare delusioni. Lo so, sono una brutta cosa ma tu devi cercare di abbattermi, è inevitabile dire che non ce la farai perché sono destinata a risiedere fino all'ultimo giorno della tua vita ma tu dovrai cercare di ostacolare il mio percorso insieme a tutte quelle persone che hai al tuo fianco e che ti vogliono un bene immenso. Lo so: mi odiate tutti e mi odio anch'io, non so per quale ragione io stata affidata a te, una donna così grande e forte a cui però ho tolto la dignità. Ricordati sempre che come ci diceva quel grande uomo di tuo marito "la speranza è l'ultima a morire". Quindi combatti fino in fondo mano nella mano con tutti quelli che ti stanno vicino, voi riuscirete a farmi inciampare almeno per poco e sarà lì che vi godrete quell'istante in cui la mia assenza porterà gioia e felicità. (*Martina*)

Cara Ludovica,

mi fa piacere sentire che un po' ti manco, anche se sicuramente vivi molto meglio ora. Mi fa sentire meglio sapere che mi consideri come una compagna e sì, ho cercato di abbatterti all'inizio ma tu sei più forte di me e proprio per questo non sono mai riuscita a contrastarti. Ammetto di aver riso quando hai elencato tutte le cose belle dell'ospedale, non ho mai sentito dire a nessuno quelle cose, spero di non averti fatto impazzire io. Quasi tutti quelli che ti stanno intorno conoscono anche me e questo lo apprezzo molto. Ti ringrazio per avermi accettata fin da subito e per non avermi mai odiata o disprezzata.
ti voglio bene
la tua malattia
(*Ludovica*)

Mi dispiace di averla fatta stare male, cercavo solo un posto dove trovare pace, ma ho solamente fatto un casino...
Non sentirai più parlare di me, me ne vado per cercare da qualche altra parte un po' di pace, quella che per tanto tempo ho tolto a voi.
(...)

3. ESSERE NEI TEMPI DI VITA

DALLA CARTA DEI DIRITTI FONDAMENTALI DELL'UNIONE EUROPEA

Art. 24 «Diritti del bambino»

I bambini hanno diritto alla protezione e alle cure necessarie per il loro benessere.

Essi possono esprimere liberamente la propria opinione; questa viene presa in considerazione sulle questioni che li riguardano in funzione della loro età e della loro maturità.

Art. 25 «Diritti degli anziani»

L'Unione riconosce e rispetta il diritto degli anziani di condurre una vita dignitosa e indipendente e di partecipare alla vita sociale e culturale.

A tutti i giovani raccomando:
aprite i libri con religione,
non guardateli superficialmente,
perché in essi è racchiuso
il coraggio dei nostri padri.
E richiudeteli con dignità
quando dovete occuparvi di altre cose.
Ma soprattutto amate i poeti.
Essi hanno vangato per voi la terra
per tanti anni, non per costruirvi tombe,
o simulacri, ma altari.
Pensate che potete camminare su di noi
come su dei grandi tappeti
e volare oltre questa triste realtà
quotidiana.
(Alda Merini, *La vita facile*)

ESERCIZIO: LETTERA A UN BAMBINO O UNA BAMBINA OPPURE LETTERA
AI MIEI NONNI (O AD ALTRE FIGURE DI ANZIANI)

Perché non ridi più, nonno?

Perché stai lasciando che le debolezze del tuo corpo ti facciano soffrire? Il fatto è che non è poi così male essere vecchi, è solo un po' noioso. Voglio che tu non abbia più paura perché siamo tutti pronti a sostenerti. (...)

Mi hai vista crescere e sei cresciuta con me, ti ringrazio perché ci sei sempre stata. (...)

Purtroppo a volte succede di rincorrere qualcosa e poi trovarsi soli e rendersi conto di tutti quelli lasciati indietro. Per questo nonno, io tornerò indietro, ti stringerò la mano e cammineremo insieme.
(Chiara)

Cari nonni,
volevo ringraziarvi per tutto quello che fate per me, uno ad uno, poiché ognuno di voi gioca un ruolo fondamentale nella mia vita di tutti i giorni in ogni ambito...
(Giacomo)

Caro Mauro,

Ti scrivo questa lettera per ricordarti alcune cose che, dall'alto dei miei quasi 17 anni, ho capito essere molto importanti.

Primo tra tutti: ricordati di vivere la tua infanzia, senza pensare al futuro perché per quello c'è sempre tempo. Non chiederti di cosa parlano i tuoi genitori, perché in questo momento della tua vita è quasi meglio rimanere nell'ignoranza.

Seconda cosa: non smettere mai di sorridere. Ora potrai piangere e disperarti perché non hai il gioco che hanno tutti, ma in futuro ci saranno cose che davvero ti toglieranno il sorriso e credimi, essere imbronciati per cose inutili non serve, o meglio, serve a renderti infelice; quindi mostra sempre un sorriso a 32 denti.

Terzo: non badare ai pregiudizi. Forse questa è più una prospettiva per il futuro, ma non importa. Ricordati solo che le persone che giudicano non sanno cos'altro fare nella loro vita e per questo non sono degni di essere ascoltati.

Ultimo, ma non meno importante (anzi, forse il più importante di tutti): non smettere mai, e dico mai, di sognare. So bene che questo va in contrasto con quello detto all'inizio, ma è fondamentale perché nel mondo dei sogni niente e nessuno ti può scomodare. Continua a sognare il tuo lavoro ideale è tutta la tua carriera o di avere una famiglia ed essere felice.

Concludo ricordandoti di vedere la tua vita degnamente e a testa alta.

Con affetto,

la tua cugina preferita <3 (...)

Ciao Nonno,

è un po' che non ci sei, il mondo sta andando avanti e mi chiedo se sei fiero di quello che avete lasciato ai vostri figli e nipoti, non lo so, probabilmente no, hai sempre voluto il meglio per noi e probabilmente sapendo la direzione che sta prendendo adesso non saresti molto orgoglioso"

"Non abbiamo mai legato tanto, venivamo da generazioni troppo distanti, ma quello che non sono mai riuscito a dirti e che vorrei tu potessi sapere è che ho sempre guardato a te come una fonte di ispirazione, un uomo d'esperienza a cui collegare o i giusti valori e le giuste idee e soprattutto la vita, e chissà se forse lo facevi anche tu con me in prospettive diversa (Matteo)

Non nasconderti mai dietro qualcosa o qualcuno, ammetti le tue debolezze, guarda negli occhi con sguardo comprensivo chi ti giudica negativamente o non vuole ascoltare le tue opinioni. Troppe volte la fretta di giudicare qualcuno porta ad uno sbaglio. Il cambiamento può essere un sintomo della tua crescita, non lasciarti frenare da inutili paure.

(...)

Mi ha stupito la tua semplicità nel trovare in un'adolescente di fretta e presa da altre faccende, del tempo per starti ad ascoltare.(...)

Caro Giacomo,

voglio per te una vita piena di gioie, di felicità e anche un po' di tristezza, quanto basta per rendere i momenti felici ancora migliori. Spero tu ascolti tua madre e tuo padre, che fanno per te tutto il necessario per crescerti in salute. Ma soprattutto, ti consiglio di ascoltare i tuoi nonni, perchè credo che ti possono dare tanto. Vivi la vita con spenzieratezza, giocando sul prato, con i tuoi genitori e le tue sorelle. Innamorati completamente e fallo con passione, senza oaura, perchè è una delle cose più importanti della vita. Aiuta chi ne ha bisogno, chiedi aiuto quando credi di necessitarlo. Credi in qualcosa, punta sempre più in alto e combatti sempre per il bene, perchè siamo noi stessi gli unici a poter migliorare il mondo. (Alessia)

4. ABITARE MONDI DIVERSI

DICHIARAZIONE UNIVERSALE DEI DIRITTI UMANI (ONU)

Art. 1 Tutti gli esseri umani nascono liberi ed eguali in dignità e diritti. Essi sono dotati di ragione e di coscienza e devono agire gli uni verso gli altri in spirito di fratellanza.

Mio fratello che guardi il mondo
e il mondo non somiglia a te
mio fratello che guardi il cielo
e il cielo non ti guarda.
Se c'è una strada sotto il mare
prima o poi ci troverà
se non c'è strada dentro al cuore degli altri
prima o poi si tratterà. (*Ivano Fossati*)

ESERCIZIO: ESSERE DIVERSI - LETTERA AL (ALLA) MIO(A) VICINO(A) DI CASA O A UN MIO COMPAGNO DI SCUOLA O A UNA PERSONA VICINA MA CHE SENTO DIVERSA

Caro Enea,
non so come la nostra diversità abbia potuto farci incontrare : siamo così diversi che non condividiamo neppure delle emozioni o non abbiamo mai una volta dei pensieri comuni. Però, ora che ci penso, siamo riusciti a creare un rapporto fantastico, basato sul confronto e sul dialogo ed è bellissimo intrattenersi a parlare con una persona a lungo, perché solo così si può conoscere a fondo quest'ultima e scoprire parti nuove di lei ogni giorno che passa. (...)

Ti scrivo perché ti trovo diversa.

Sei diversa da tutte le altre mamme e nonne. Sei diversa dalle altre mogli e dalle altre sorelle. Sei brava in tutto ciò che fai, ricevi molti riconoscimenti e premi, ma non sei stata una grande mamma. Non sei stata carina ad abbandonare mia mamma. (...)

[...] e quindi ho capito che le persone non vanno cambiate ma semplicemente capite. (*Sveva*)

Le cose passate non si cancellano, magari non torneranno, ma rimarranno sempre in una parte di noi.
Spero di riuscirci a guardare con occhi diversi. (...)

Caro amico,

è da tanto tempo che non ci sentiamo , forse anche per il fatto che adesso abitiamo in città molto distanti tra loro. Mi piacerebbe incontrarci più spesso in modo tale da sapere cosa fai e come stai.
(Gianluca)

Caro Anonimo,

forse potremmo anche andare d'accordo, forse potresti essere amico di tutto il vicinato se solo dovessi fermarti un giorno e fare due chiacchiere con qualcuno; e invece no ti limiti a girare tra le vie senza rivolgere lo sguardo a nessuno tranne ai tuoi piedi. Magari sei una bella persona anzi io lo penso davvero, basterebbe solamente un piccolo gesto per far vedere che sei una persona vera e non "quello della casa all'angolo che urla i nomi dei suoi sei cani dalla mattina alla sera perché gli scappano". La prossima volta che ci incontreremo mi fermerò, proverò a parlarti e non importa se tu ti volterai dall'altra parte, almeno io ci ho provato. Ma non credo proprio sai succederà questo perché dietro un uomo così grande come sembri all'apparenza penso ci sia un cuore immenso e un grande desiderio di affetto che purtroppo non riesci a trasmettere.
(Martina)

Forse la paura di non sapere e di non conoscere qualcosa di diverso ci frena, ma alla fine da che cosa siamo spaventati se non pregiudizi fondati sul nulla se non la presunzione. Spezziamo per cui queste inutili catene e usciamo dal semplice saluto di cortesia del pianerottolo. (Matteo)

Caro...,

innanzitutto vorrei capire come stai, il tuo stato d'animo è sempre stato un'incognita per me. Non ho mai compreso cosa ti frulli nella testa ogni giorno. Ti ho sempre considerato una persona piena d'odio verso il prossimo, pieno di rancore. Hai sempre avuto questo strano modo di relazionarti con la gente, tu non hai bisogno di qualcuno al tuo fianco.
(Angela)

Forse non sei come tutti ti hanno sempre descritto, forse quello che gli altri dicono di tè è solamente un'etichetta che ormai non si toglierà più e nessuno vuole davvero provare a capire come sei realmente. (...)

Cara amica,

sarai stupita da questa lettera dato che non è mio solito cercare le persone, come tu ben sai. Se devo essere sincera, mi mancano i tempi in cui eravamo legatissime, non perché mi manchi tu ma perché forse adesso avrei bisogno di quel tipo di rapporto insano ma stupendo. Ci siamo conosciute totalmente per caso qualche anno fa e abbiamo scoperto fin da subito un'intesa pazzesca; in quei pochi anni di amicizia ci siamo messe a nudo e abbiamo condiviso ogni momento che consideravamo importante. Col tempo però, questa situazione è cambiata, tu sei cambiata e penso anche io. Siamo passate dal vederci ogni giorno a smettere di parlare completamente ma forse è meglio così, siamo troppo diverse per condividere qualsiasi cosa. (Ludovica)

Lettera alla mia vicina di casa

Pur conoscendoci da molti anni, non abbiamo mai avuto una conversazione vera e propria. Il fatto è che secondo me ignorarci solo perché abbiamo differenze sul nostro modo di fare o sulla nostra concezione di amicizia non servirà a niente. Preferisco mille volte avere una persona con cui parlare e ridere piuttosto che salutarla e nient'altro. Per questo ti dico che la nostra diversità potrebbe legarci e potrebbe nascere una bella amicizia. (Larissa)

Caro papà,

dovrei conoscerti molto bene adesso, passati 17 anni insieme, ma non è così.

Questo ci mette in contrasto sempre di più. Non riesco a capire come mi devo comportare. Certo ognuno ha un carattere differente, ed io essendo testarda, voglio arrivare fino in fondo e comprendere cosa ci rende così diversi.

Mi piacerebbe avere un rapporto più bello con te, non chiedo tanto, solo qualche grazie in più, qualche 'come stai?' per dimostrarmi che ci tieni e che la risposta la ascolti non con superficialità.

Odio il fatto che tu non riesci a capirmi e io non riesco a capire te. Forse perché siamo talmente uguali da non voler accettare la diversità dell'altro. (...)

5. ESSERE CITTADINI DEL MONDO

Dalla Costituzione Italiana

Art.2

“La Repubblica riconosce i diritti inviolabili dell’uomo, sia come singolo, sia nelle formazioni sociali ove si svolge la sua personalità, e richiede l’adempimento dei doveri inderogabili di solidarietà politica, economica e sociale”.

Art. 11

L’Italia ripudia la guerra come strumento di offesa alla libertà degli altri popoli e come mezzo di risoluzione delle controversie internazionali.

“[...]Vedi caro amico cosa si deve inventare
per poterci ridere sopra,
E se quest’anno poi passasse in un istante,
vedi amico mio
come diventa importante
che in questo istante ci sia anch’io.” (*Lucio Dalla*)

ESERCIZIO: LETTERA A UN/UNA AMICO/AMICA LONTANI NEL TEMPO E NELLO SPAZIO

Il fatto è che non sono riuscita a tenerti stretta anche se tu per me ci sei sempre stata.

Non sono riuscita a farti capire quanto valessi per me e questo mi rattrista molto.

Mi manchi tanto, da quando non ci frequentiamo più ho un vuoto incolmabile che continua a regnare dentro di me.

Spero che un giorno le cose possano tornare come prima anche se già so che sarà difficile, ma ci provo comunque perché non voglio avere rimpianti.

A presto.

Una tua cara amica (...)

Gli amici sono le persone che ti sostengono e ti aiutano nei momenti di difficoltà e che non ti lasciano da solo. (*Alessandro*)

Ricordo perfettamente quel giorno, non un giorno normale ma uno che avrebbe cambiato la mia vita ovvero il giorno che ci siamo conosciuti alla scuola materna...

La tua mancanza si fa sentire sempre di più e disturba i miei pensieri...

È da tanto, tantissimo anzi troppo tempo che non ci vediamo ma solo pensando a te divento più felice perché ricordo tutto ciò che abbiamo fatto insieme...

Tu sei lontano nel tempo ma io, nonostante ciò ti sento molto più vicino, forse per la tua mentalità forse per le tue azioni forse perché sei un ideale per me o forse perché siamo simili. (Alessio)

Caro amico,

non so cosa sia successo sinceramente, ci siamo persi di vista. Non eravamo così legati tra di noi da raccontarci tutto ciò che ci succedeva o da scriverci ogni giorno ma io ti sentivo vicino. Forse era solo una mia impressione ma pensavo che anche tu fossi vicino a me. Era un'amicizia strana, non come tutte le altre, però la consideravo importante. Un giorno abbiamo iniziato a non parlarci più e a non considerarci nemmeno. Così, dal nulla. Ora quando ci incontriamo ci salutiamo e basta, se siamo da soli nella stessa stanza c'è un silenzio inevitabile; nessuno parla e non ci guardiamo nemmeno. Penso che il nostro legame si sia spezzato completamente. Con questa lettera voglio farti sapere che adesso mi sento perfino in imbarazzo quando sto con te mi fai sentire addirittura fuori luogo, e non è una bella sensazione. Non so come siamo arrivati a tutto questo, però voglio solo dirti che mi dispiace, e ci sto male. (Sara)

Caro amico,

le nostre strade si sono separate anni fa, la mia vita è cambiata e con essa sono cambiato io, e posso solo immaginare come sarai diventato tu, nonostante io spero che il tuo carattere, la tua gioia ed allegria siano rimaste.

(Giovanni)

Le emozioni ci mutano, nel bene o nel male. Ci fanno evolvere, crescere e apprendere. Ci rendono più sensibili e più attenti al prossimo. Ci fanno sentire noi stessi. Allora, perché continuiamo a nasconderle? (...)

Un vero amico anche se non ha niente darebbe anche la vita.
(Alessandro)

Ti auguro che tu possa sentirti sempre a casa nonostante i tempi duri in cui viviamo, perché MI CASA ES TU CASA e non abbiamo barriere! *(Giacomo)*

La Storia siamo noi
Nessuno si senta offeso
Siamo noi questo prato di aghi sotto il cielo
La Storia siamo noi
Attenzione
Nessuno si senta escluso
La Storia siamo noi
Siamo noi queste onde nel mare
Questo rumore che rompe il silenzio
Questo silenzio così duro da raccontare...
(Francesco De Gregori)

6. ESSERE RESPONSABILI DI QUESTO MONDO

DALLA COSTITUZIONE ITALIANA

Art.3: “E` compito della Repubblica rimuovere gli ostacoli di ordine economico e sociale, che, limitando di fatto la libertà e l’eguaglianza dei cittadini, impediscono il pieno sviluppo della persona umana e l’effettiva partecipazione di tutti i lavoratori all’organizzazione politica, economica e sociale del Paese.”

Amate la vostra città come parte integrante, per così dire, della vostra personalità.

Voi siete piantati in essa, in essa saranno piantate le generazioni future che avranno da voi radice: è un patrimonio prezioso che voi siete tenuti a tramandare intatto, anzi migliorato ed accresciuto, alle generazioni che verranno. Ogni città racchiude in sé una vocazione e un mistero. (...)

Amatela come si ama la casa comune destinata a noi ed ai nostri figli. (*Giorgio La Pira, 1955*)

Se si insegnasse la bellezza alla gente, la si fornirebbe di un’arma contro la rassegnazione, la paura e l’omertà. (*Peppino Impastato*)

ESERCIZIO: LETTERA ALLA MIA CITTÀ

Cara Borgosatollo,

sei per me una casa: quando torno dopo una lunga giornata, so sempre dove andare. Mi piace vagare per le tue strade e ripensare alla mia infanzia. Quando in estate andavamo nei campi, oppure, i venerdì mattina durante gli scioperi, al mercato. Passare i pomeriggi nel campetto da basket accanto alle scuole medie o in piazza castello, dove in realtà non c’è un vero castello, ma una fontana che funziona soltanto d’estate. Certamente non sei perfetta e non tutti i tuoi cittadini sono cordiali, ma dopotutto non ho bisogno di una città perfetta.

Sei piena di ricordi ed emozioni e non vedo l’ora di crearne di nuovi. (*Alessia*)

Cara Monte Isola,

mi rendi fiera e orgogliosa di vivere in un luogo così. Sono cresciuta diversamente da alcuni miei compagni di classe e solo ora mi rendo conto di quanto io sia fortunata. Certo, è un impegno abitare qui, per tutti i cittadini e non solo per me. Ma tutte queste difficoltà sono ricompensate dal fatto che non tutti hanno la possibilità di vedere ciò che ammiriamo noi ogni giorno: l'alba dietro le montagne, il tramonto sul lago, le piante e i colori che mutano con le stagioni, la luna sull'acqua, i bambini che corrono liberi, il temporale che arriva dalla valle e divide il cielo, i pascoli, gli orticelli e così via...

Anche le persone sono diverse: ci conosciamo tutti e ciò è positivo perché siamo più uniti ed altruisti l'uno con l'altro ed è fondamentale anche per la sicurezza. Adoro vivere in questa società nella quale gli abitanti non sono solo un numero.

In 16 anni ho visto il tuo volto cambiare anche se di poco: negli ultimi 3 anni Monte Isola ha raccolto molta fama ospitando grandi eventi e opere d'arte e ottenendo importanti riconoscimenti. Grazie a ciò il turismo è aumentato notevolmente, ma io ti preferisco nei giorni tranquilli quando, passeggiando sul lago o tra i paesini fino alla cima, riesco ad apprezzare fino in fondo ciò che sei.

Potrei sembrare molto patriottica, ma siamo tutti così, fieri di abitare in un luogo così. Di sicuro ci sono anche aspetti negativi, come la scarsa illuminazione o i traghetti che non rispettano le coincidenze. Ma tutto ciò viene sempre superato perché, nonostante si viaggerà o ci si allontanerà da casa, si avrà sempre un occhio di riguardo al luogo delle proprie origini. (...)

Lettera alla mia città

È impossibile prevedere il corso delle cose, la vita ci fa percorrere mille strade, incontrare altrettante persone e culture ma una cosa certa c'è; esisterà sempre un posto dove si lascia il cuore e quel posto si chiama casa. (Chiara)

Caro Collebeato,

non siamo mai stati in stretti rapporti, forse per via della ripida salita che separa casa mia dal tuo centro, tuttavia vorrei prendermi la libertà di rivolgerti un ringraziamento così come un rimprovero. Ti ringrazio per avermi offerto una buona educazione fornita da scuole efficienti e vicine a casa, ti ringrazio perché le tue vie sono state lo sfondo del nascere di molte amicizie che ancora oggi sopravvivono, ma soprattutto ti ringrazio di ospitare casa mia che sempre ricorderò come il luogo immerso nel verde che mi ha concesso di vivere un'infanzia serena.

Mi scuso se i nostri rapporti sono sempre stati un po' freddi, è stato perché non sapevo di aver bisogno di te.

Ti rimprovero la poca accoglienza e ti ricordo che una mentalità chiusa non dà alcun profitto in un mondo così eterogeneo e moderno. Non parlo di poca accoglienza nei miei confronti, ma di coloro che sembri considerare "diversi" e che pare ti siano nemici. Gli episodi a cui ho più volte assistito possono essere perdonati ai tuoi bambini, ma non agli adulti. (*Veronica*)

Cara Brescia,

così bella e piena di storia e così in degrado.

Partendo per prima cosa dal fatto che sei forse la città più inquinata d'Italia, con l'inceneritore che non capisco perché venga usato anche da altre città: dovrebbero essere affari loro lo smaltimento dei rifiuti, non tuo.

Stando a questo non riesco ad immaginare una vita salutare per i miei figli, quindi credo proprio che me ne andrò...proprio in un altro stato (non che l'Inghilterra o la Germania siano meno inquinate, ecco).

Devo dire che sei anche piena di storia, la quale ti fa apparire meravigliosa ai miei occhi. Credo che bisognerebbe investire sulla tua storia e farla conoscere a tutti; io per prima dovrei informarmi maggiormente, lo ammetto.

Mi dispiace ribadire che potresti non essere nel mio futuro in quanto ho in programma di andarmene già da dopo il liceo (in fatti andrò a Torino a coronare il mio sogno), ma spero davvero con tutto il mio cuore che per quando sarò tornata, tu sarai più bella e più pulita. (*Caterina*)

Mi sarebbe piaciuto vivere in questo posto quando ancora erano presenti distese incontaminate di campi e il benessere del cittadino era la priorità.

(Giacomo)

Cara Brescia,

non so bene come rivolgermi a te dato che di solito non parlo con le città, quindi farò finta che tu sia una persona. Quando ero piccola non avevo molto rispetto per te ma col tempo ho imparato ad apprezzarti nonostante l'inquinamento, la mancanza di iniziative e le persone che definirei piuttosto chiuse e poco accoglienti. Mi auguro nei prossimi anni di vederti brillare ancora di più, con più parchi, più gente sorridente e felice e meno luoghi comuni. Sarai perfetta quando la gente sarà alla tua altezza. Se almeno tu puoi fare miracoli, rendici delle persone civili. Conto su di te.

(Ludovica)

Cara Brescia,

sei la città dove vivo e qui sto bene ; purtroppo sei anche una tra le città più inquinate d'Italia e questo è un grande problema per tutti i cittadini. Vorrei che la situazione cambiasse in modo positivo ma per far ciò non basta la volontà di un singolo individuo, ma di un'intera città. *(Gianluca)*

L'indifferenza è il peso morto della storia. L'indifferenza opera potentemente nella storia. Opera passivamente, ma opera. È la fatalità; è ciò su cui non si può contare; è ciò che sconvolge i programmi, che rovescia i piani meglio costruiti; è la materia bruta che strozza l'intelligenza. Ciò che succede, il male che si abbatte su tutti, avviene perché la massa degli uomini abdica alla sua volontà, lascia promulgare le leggi che solo la rivolta potrà abrogare, lascia salire al potere uomini che poi solo un ammutinamento potrà rovesciare. (Antonio Gramsci, 1917)

INTERDIPENDENZA

Nessuno di noi esiste separatamente.

È il tessuto vivo dei nostri legami a costituirci.

È in una famiglia che veniamo al mondo, in cui ben prima di nascere eravamo custoditi.

Poi è dall'amore che un'altra famiglia nasce, che a sua volta custodisce quella dei figli che verranno.

Noi siamo oltre noi stessi.

Siamo l'aria che respiriamo, il cibo che mangiamo, i nostri padri e i nostri figli.

Camminiamo in impronte già lasciate, lasciamo impronte in cui cammineranno altri.

Dove finisce la nostra individualità, dove inizia quella altrui?

Non è domanda che meriti risposta.

Noi siamo gli altri, gli altri sono in noi.

In noi sono pure le stelle del cielo.

Se così non fosse, non ci sarebbe amore, né amicizia.

Non ci sarebbe conoscenza, né bellezza.

Non ci sarebbe libertà, se non ci fosse interdipendenza.

(da: www.interdependence.eu)

ESERCIZIO: LETTERA A ME STESSO/A TRA VENT'ANNI

“Il mio più grande consiglio per te (o me), da ragazzino magri ingenuo e positivo, è di non dimenticarti assolutamente di non mollare mai; abbi sempre voglia di vivere mettendoti in gioco e non prendendo tutto troppo seriamente, ridi, scherza, sorridi, goditi tutto quello che accade, sii sempre pronto a tutto e vivilo al massimo con la fiducia che i sacrifici saranno sempre ripagati, cerca di rendere tutto energia positiva, soprattutto le delusioni e sarai sempre sulla giusta strada, magari non la migliore, ma sicuramente quella con il miglior paesaggio.”

“Spero che la tua vita sia stata costernata e continui ad esserlo di esperienze, positive e negative che siano, e che le persone con cui tu le condivida ti siano sempre vicine e sappiano riempire la tua vita così come quelle che frequento io oggi riempiono la mia” (Matteo)

Cara me futura,

ti scrivo a distanza di vent'anni per raccomandarti un paio di cose. Spero che tu abbia continuato a passare le estati nella “tua isola” e mi auguro che tu abbia imparato a guidare la barca del nonno, dato che ci teneva tanto. Vorrei tanto che la tua determinazione sia rimasta invariata a quella che avevi a 16 anni e promettimi che tu abbia imparato ad apprezzarti un po' di più. Spero che quello che dice la gente non ti importi più così tanto e ti prego, dimmi che hai smesso di essere permalosa come lo eri da piccola. Mi auguro che tu stia facendo un lavoro che ami e che il rapporto con tua sorella sia rimasto forte. Mi piacerebbe tanto sapere se sei rimasta in contatto con i tuoi amici del liceo e spero che tu non abbia smesso di suonare il flauto. Mi auguro che Lollo sia ancora essenziale nella tua vita, come lo è ora per me, e spero che tu l'abbia visto realizzato in tutti i suoi sogni da diciassettenne. Promettimi anche di essere maturata e di aver smesso di perdere chiavi, soldi e qualsiasi cosa di valore ti capitasse tra le mani. Detto questo, vivi, ridi e stai sempre a testa alta. Non ti far abbattere da niente, accetta i tuoi difetti e metti in mostra i tuoi pregi per brillare ancora di più. Sii felice e divertiti che la vita la vivi solo una volta. Prenditi cura di te e delle persone che ti circondano ma soprattutto ama. (Ludovica)

Da grande spero di trovare la felicità e avere una bella famiglia perchè alla fine è questo l'obiettivo dell'uomo. (Alessandro)

Ciao me dal futuro ,

è strano pensare che quando leggerò questa lettera avrò 37 anni. Chissà cosa avrai fatto in questi anni, se avrai trovato il lavoro dei tuoi sogni, ti sarai sposata o se avrai avuto dei figli. Sai in questo momento sogno un futuro meraviglioso ma so non sarà così. Spero che tu riesca a superare con forza ogni ostacolo che incontrerai nella tua vita e spero che tu diventi una persona, certamente migliore ma soprattutto con più consapevolezza in te stessa. Alla fine ti auguro di essere felice e di volerti bene perché queste sono le basi che servono per creare un bel futuro.

Ciao, un bacio (*Larissa*)

Cara futura me,

spero che l'energia che percepisci dalle persone diventi sempre più intensa e che non smetterai mai, per nessuna ragione, di incrementare la tua. Non smettere mai di imparare, di conoscere o di renderti disponibile. Cerca di non arrenderti e di non lasciarti mai coinvolgere interiormente dall'eccessiva negatività delle persone. Non sei il pensiero che gli altri hanno di te e non sempre il tuo volto, i tuoi capelli o il tuo corpo potrà esprimere ciò che sei. Solo ciò che riuscirai a creare e a dare agli altri conterà. (...)

Caro Gianluca,

come va? Spero bene. Mi piacerebbe sapere cosa fai nella vita e cosa vorresti fare. Io non ho ancora un'idea ben chiara di ciò che vorrei fare nel futuro, ma spero che la scelta che farò combaci con la mia passione. (*Gianluca*)

“Se ti dovessi immaginare in un futuro, ti immaginerei come una persona che non ha mai smesso di lottare per quello in cui crede...”

“Ciò che tutti cerchiamo alla fine sono Pace e Felicità.”

(*Giacomo*)

Spero che in questi anni sia riuscita anche piano piano a non fidarti troppo delle persone, non penso che la fiducia sia qualcosa di negativo, ma devi capire chi se la merita e chi no. Ti capisco se non ci sarai riuscita, ci stavamo lavorano molto su questo, ma spero che tu sia stata abbastanza forte da superare tutto questo. (...)

Mi viene difficile immaginarti tra 20 anni, spero davvero che tu non abbia sprecato nessuna occasione, che sia riuscito a goderti i bei momenti a pieno, e che tu abbia tratto insegnamento da quelli cattivi. (*Giovanni*)

SCRITTURA COLLETTIVA : LETTERA A UN AMICO O AMICA LONTANI NEL
TEMPO E NELLO SPAZIO

Lettera: un'amicizia in crisi ...

Se siamo soli nella stessa stanza c'è un silenzio inevitabile
Non ricordo esattamente il momento in cui il nostro rapporto si è
spezzato, ma so per certo che la mia vita da quell'istante non è più
la stessa

Non so più niente di te e tu di me, come se ormai fossimo solo due
sconosciuti che quando si vedono per strada abbassano lo sguardo
È incredibile come dei rapporti d'amicizia così stretti possano finire
da un momento all'altro

Mi piacerebbe sapere se anche tu alcune volte a me ci pensi o il mio
ricordo è rimasto nel passato

Quando si cresce, costruire amicizie diventa sempre più difficile
perchè non tutte le persone vogliono conoscere appieno la persona
con cui passano molto del loro tempo

Se avessi saputo che crescere significa guardare e andare sempre
avanti, ti giuro che avrei fermato il tempo

Ma riflettendoci ora capisco che, con la maturità che sono orgoglioso
di aver acquisito, quell'addio ha avuto molta più importanza di
quello che finì all'epoca

Nonostante questo mi ricordo ancora di te

Una tua telefonata rendeva le mie giornate luminose

Aspetto sempre una tua chiamata anche se non arriva mai. Forse
dovrei farlo io ma non ci riesco

So che probabilmente non te la senti più di parlarmi di te e dei tuoi
problemi, perchè è quello che sento anche io, sappi che su di me
potrai sempre contare

Credo che non sia mai troppo tardi per riprovare a far funzionare
questa amicizia perchè è la cosa più preziosa che abbiamo.

(La classe 3 A - indirizzo linguistico - del Liceo Statale Leonardo di
Brescia)

SCRITTURA COLLETTIVA : LETTERA A UN AMICO O AMICA LONTANI NEL
TEMPO E NELLO SPAZIO

Lettera: Una bella amicizia ...

Caro, cara ...

Sai, è sempre stato difficile averti lontana da me, non poterti vedere quando volevo semplicemente fare due chiacchiere

Sei come indelebile, forse è stato per quel primo sorriso, perchè ricorda che un sorriso è il gesto più prezioso per piacere e farsi ricordare

Ogni giorno avevamo qualcosa da dirci per tirarci su il morale a vicenda se era successo qualcosa di brutto

Mi rallegri, anche i nostri silenzi non sono imbarazzanti, e credo che questo sia indice di grande intesa

Non ti chiederò come stai, cosa fai, in generale nella tua infrenabile vita, dove ti sta portando il tuo spirito infrenabile?

Ora siamo lontane, in tutti i sensi, ma ti scrivo questa lettera per dirti che le cose passate non si cancellano, magari non torneranno, ma rimarranno sempre in una parte di te

Spero di averti trasmesso fiducia ed essere stata il tuo punto di riferimento, proprio come tu lo sei stato per me

Sono diventata una guerriera grazie a te e non te ne sarò mai abbastanza grata

Purtroppo la lontananza è l'unico fattore che ci separa, ma un giorno ci incontreremo ancora

Ora so solo che un posto vuoto nel mio cuore per te ci sarà sempre
Amicizia è fratellanza!

(La classe 3 A - indirizzo linguistico - del Liceo Statale Leonardo di
Brescia)

HANNO COLLABORATO:

*Alessandro A.
Gioia
Veronica
Anna
Francesca
Sveva
Chiara
Gianluca
Alessia
Caterina
Martina
Matteo*

*Angela
Giacomo
Ludovica
Alessio
Alice
Larissa
Silvia
Sara
Isabel
Beatrice
Alessandro Z.
Giovanni*

con

Mariella, Andreina, Nadia, Prof.ssa Caterina Loliva



A voi tutti e a ciascuno,

vorremmo rivolgere un 'Grazie' che tocchi davvero il cuore come voi l'avete toccato a noi. Abbiamo creduto in questo progetto con passione, abbiamo lavorato spinte da un desiderio di bene e di bello, abbiamo sentito l'impegno, la fatica e qualche volta il dolore, ma abbiamo raccolto doni inestimabili, parti di voi che formano quella perla che tutti quanti avete dentro e che con pudore solo talvolta osate mostrare.

Desideriamo ringraziarvi per l'autenticità, per la condivisione profonda, per averci permesso di entrare in punta di piedi nel vostro mondo, per avere potuto godere della bellezza dei vostri paesaggi interiori, per la fiducia che abbiamo respirato a pieni polmoni e che ha dato vita a nuovi mondi possibili, quelli che riescono a scavalcare le montagne dell'indifferenza, dell'odio, del pregiudizio, dell'individualismo, dell'isolamento, quelli che non hanno paura della diversità, del confronto, della condivisione. Le emozioni si sono sciolte, i sentimenti rinsaldati, le parole hanno preso spessore e nessuno si è sentito giudicato, tradito, deriso.

È il miracolo della relazione autentica, è una nuova luce con cui avete illuminato parti di voi che a loro volta sono state portatrici di luce per tutto quello che abbiamo di più prezioso in noi.

Avete camminato anche voi in punta di piedi, consapevoli della fragilità che caratterizza ogni persona e che ci rende allo stesso tempo unici e vulnerabili. E ce l'avete fatta: avete tolto il velo e ciascuno di voi ha potuto vedere con stupore e meraviglia la bellezza del compagno, della compagna, dell'amico, del diverso, dell'adulto, della nostra città, del mondo che ci circonda. Vi siete presi cura di voi e, contemporaneamente, avete diffuso pensieri e parole di cura nei confronti di tutto ciò che vi sta attorno.

È per noi la meraviglia, lo stupore sono stati ancora più grandi: questo vostro bel mondo, quello che è nascosto in ognuno dei vostri desideri, è fatto di bellezza, di autenticità, di rispetto, di partecipazione, di solidarietà e di fraternità. È questa la parte di voi che non dovete far invecchiare, è questo l'aspetto che vi aiuterà a mantenere la freschezza dei vostri anni da 'teen' e la consapevolezza che dovrete lottare per tenere insieme la bellezza e la bontà, la tenerezza e il coraggio, l'ironia e la serietà, la leggerezza e l'impegno, la giustizia e il perdono.

Grazie di cuore, ragazze e ragazzi, siete un grande motivo di speranza per tutti.

NON MOLLATE MAI ...VOCE DEL VERBO ESSERCI!

Mariella, Andreina, Nadia, Deborah



Questo libretto è una rassegna dei testi che le ragazze e i ragazzi della classe 3[^] A - indirizzo linguistico - del Liceo Statale Leonardo di Brescia hanno elaborato in occasione dei laboratori di "Scrittura per il benessere interiore" promossi dall'Associazione "Il Chiaro del Bosco ONLUS"