VOCE DEL VERBO ESSERCI:
ESPLORARE MONDI POSSIBILI

Laboratorio di scrittura per il benessere interiore
Classe 4^ B – Istituto Tecnico Statale per Geometri
"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.

"... Perchè 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

Cara malattia,
come stai? Spero male. Tu che hai fatto soffrire per anni una persona così cara a me. Tu che puoi togliere la vita, come ti senti? Te che per combatterti bisogna fare sacrifici, bisogna soffrire. Ci sono armi per opporti, ma riesci comunque a rovinare la vita ad una persona. Perché non puoi sparire e non farti più vedere? Non riesci. Tu continui ad invadere una persona dopo l'altra, a causare sempre più danni, sempre più sofferenza. (*Alessandro*)

Cara malattia,
oggi come stai? non so bene come definirti visto che è da oltre un anno che mi perseguiti e nessun medico sa definirti, e fidati che ne ho visti veramente tanti.
Ci sono giorni dove è difficile stare al tuo passo; ma la cosa che più non sopporto di te è che mi dai false speranze, infatti ci sono giorni in cui non ti sento ma il giorno dopo torni sempre come una spina nel fianco … (*Giulia*)

Cara malattia,
nessuno sa definire cosa sei, perché non vuoi rivelarti? Hai forse paura di essere odiata, giudicata, eliminata?
Stai veramente facendo del male a una mia amica. Il giorno prima sta bene e mi chiede se il giorno seguente possiamo andare a scuola insieme e la mattina si sveglia e non vuole nemmeno alzarsi dal letto, continuando a piangere ininterrottamente.
C'è stato un periodo in cui aveva persino paura di andare al supermercato, sia da sola che accompagnata perché aveva paura del giudizio degli altri.
Non è un comportamento che solitamente ha una ragazza di 17 anni. Perchè le stai facendo questo?
Se ti rivelassi potreste trovare un punto d'incontro, riuscire a convivere, senza eliminare te o fare star male lei.
Dimostra a tutti che non sei soltanto una cosa brutta e che sei anche capace di fare del bene.
Fai vedere a lei ciò di cui è capace, mostrale la luce infondo al tunnel. (...)

Lettera a una malattia

Sapere che ogni giorno cresci dentro e diventi più grande come un figlio, ma la differnza è che il figlio è voluto, tu no, perché crei dolore e sei portatore di odio e morte. La verità è che da quando cresci dentro di lei ho imparato a conoscerti, ma ciò che è davvero strano, ho imparato a conoscere lei. Sono convinto che sia grazie a te se lei si è riscoperta. Da quando ci sei ha imparato a vivere e a sognare, ha imparato a vedere l'azzurro del cielo, le stelle di notte, ha imparato a guardarsi allo specchio e vedere un bellissimo leone. Ha imparato a lottare già, lei ti combatte e io tifo per lei. La verità però, è che un piccolo grazie te lo dobbiamo, perché il tuo male ha svegliato il suo bene, la ragazzina piena di dubbi, insicura e timida ora è una donna, coraggiosa con dei valori e capace di insegnare a noi che siamo più "fortunati" come si guarda il mondo. Spero basti vederti come una cosa bella per farti andare via, spero che la positività possa combattere il tuo male, perché se rimani da solo magari non cresci più.vorrei chiederti di lasciarla solo con noi, con me, così che possa insegnarmi a vivere e a sognare, a credere in me e a credere nel mondo. Un giorno quando a scriverti sarà lei, sono certo ti ringrazierà e ti dirà che sei stato speciale, ma lei lo è molto di più, e dirti che ora il mondo è suo, di un leone capace di vedere sempre il sole. (*Samuele*)

[…] perchè sempre la nostra famiglia, cosa ti abbiamo fatto di male? […]

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 cosi, 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

Perché mi dici così? Perché mi insulti? Io ho fatto solo ciò che devo fare, dato che sono un parassita, questo è il mio mestiere. […] avete provato ad uccidermi , ma questa battaglia l'ho vinta io. (...)

Ciao Giulia,
so che sono una malattia un po' st****a e non ti svelo nemmeno il mio nome.
Mi dispiace ma io non posso farci niente; non so come aiutarti.
Le mie sorelle che arrivano ad altre sono state sconfitte ed uccise tutte; ma io sono più forte e continuo a resistere, non me ne vado.
Potrai prendere qualsiasi farmaco e non mi ucciderai mai, a meno che, tu non trovi il "veleno" che mi possa sconfiggere.
La cosa bella è che io e le mie sorelle, veniamo uccise da "veleni" differenti e sta a te trovare quello corretto.
Ah un'ultima cosa, molto spesso noi scompariamo come per magia; ma poi molto spesso ritorniamo quando meno te lo aspetti.
Ci piace giocare a nascondino, e tu Giulia lo sai molto bene.
Anche se non ti sto molto simpatica spero che tu possa farmi scappare per sempre; ma mi raccomando non uccidermi." (...)

Ciao, sono l'ansia..
ho preso in mano la tua vita e da sempre mi presento nei tuoi sogni facendoli diventare incubi. Forse, dopo tutto ciò che hai passato, vuoi un po' di tregua, una vita 'normale', una famiglia 'normale', tutto un po' più tranquillo.
Sta diventando tutto più grande di te e ti sto impedendo di parlarne, sto facendo in modo che tu ti chiuda sempre di più, fino a non riuscire più a trovare te stessa.
Hai paura che chi ti circonda non riesca più a capirti e sto facendo crescere sermpre di più la tua insicurezza.
Ma oggi ti dico che.. ho deciso di lasciarti andare. (...)

Cara Cristina,
finalmente ci conosciamo di persona. Vi ho sempre visto attraverso uno schermo, mai faccia a faccia. Eccomi, adesso sono qui che ti parlo, sono io, sono quello che ha portato questa sofferenza, quello che in pochi mesi ha portato a tanta disperazione. Lo so, ho fatto star male molti, ma più di tutti lui. Ogni persona ha il suo destino, e per raggiungerlo deve svolgere il proprio compito. Come per le persone questo accade anche per le cose e per le malattie. Tutti gli eventi, gli incontri, le tragedie, fanno parte di un piano più grande, che può portare gioia o dolore. Non l'ho scelto io, ma il compito che mi è stato affidato è quello di provocare sofferenza e dolore. Ad alcuni di noi piace creare disordine, ma non a tutti. Io vi vedo come esseri viventi, come ,o sono io , e non capisco perché bisogna fare tutto questo. Perché bisogna creare delle vite per poi distruggerle?
(*Cristina*)

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 costruivi 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)

Cara nonna,
Come stai? Ti voglio bene, ma non te l'ho mai detto chiaramente. Quasi ogni giorno ve ngo da te a mangiare. Mi chiedi ogni volta come sto e come vado a scuola, e io ti rispondo che va tutto bene, per non farti preoccupare. Pensi sempre a me. Vuoi che non vada in moto perché hai paura che mi faccia del male. Ogni giorno mi controlli gli occhi per vedere se assumo delle sostanze stupefacenti o mi guardi le braccia per vedere se ci sono buchi di siringhje. Ti ringrazio di tutto.quando ho bisogno ci sei sempre.
Ti voglio bene, (*Alessandro*)

Cara nonna,
mi ricordo quando nel 2010 ci siamo trasferiti a Gussago nella casa esattamente accanto alla tua per assisterti e farti compagnia. Quando la mamma ed il papà tornavano dal lavoro tardi, a pranzo venivo sempre da te, guardavamo il TG, sparecchiavamo, lavavamo i piatti e subito dopo, o andavamo a fare una passeggiata oppure ci mettevamo comodi sul divano e utilizzavamo i giochi in scatola. Adoravo giocare a dama o a briscola perché ti vedevo sorridere nonostante i tuoi forti dolori. […] Anche se stavi male avevi sempre il sorriso stampato sul volto, ti mostravi agli altri sempre forte e con voglia sfrenata di affrontare una nuova giornata. Con questa forza di volontà mi hai fatto capire quanto una persona per affrontare le difficoltà debba essere forte e con la voglia di vivere. Grazie Nonna (*Andrea*)

[…] mi fa davvero piacere poterti apprezzare di più in questi ultimi anni , perché crescendo ho capito del dono che possiedo ad averti ancora qui con me. Ti devo dire grazie perché ti preoccupi sempre per me[…] ciao e grazie ancora[…] *(...)*

Cari nonni,
vi scrivo questa lettera perché penso che voi siete e sarete delle colonne portanti nella mia vita. Mi posso ritenere fortunata perché posso ancora dirvi quanto vi voglio bene guardandovi negli occhi e abbracciarvi subito dopo.
Inizio da te nonna Rosa, sei una persona forte che sa quello che vuole, non ti fai mettere i piedi in testa da nessuno, se vuoi qualcosa te la prendi in qualunque modo. Mi ricordo che quando ero piccolina venivo a casa tua e mi facevi giocare tutto il pomeriggio e mi preparavi delle merende deliziose. Mi ricordo anche che, con il nonno Andrea, quando non sapevamo cosa fare, prendevamo degli oggetti e ricalcavamo il contorno per poi colorarlo insieme. Il nonno ha compiuto qualche giorno fa 85 anni e mi sono fermata a pensare a quanto tempo riuscirò a passare con voi. Questo non lo so, ma so con certezza che fino a quando ne avrò la possibilità starò sempre con voi.
Poi ci siete voi, la nona Tilde e il nonno Ermano, i nonni che abitano lontano. Aspetto sempre in grazia il sabato per vedervi, e quando magari non ci siete, ci rimango male… La nonna Tilde ha il suo bel caratterino, ma quando sta con me è come se diventasse il poliziotto buono, così da far diventare mia mamma quello cattivo. Mi hai insegnato tanto, sia ti che il nonno. Mi ricordo che quando venivamo a casa vostra o voi da noi, tutte le volte c'era sempre una storia nuova da raccontare. Il nonno che si vantava dei suoi capelli che non ha più, la nonna ch cucinava sempre cose che non voleva la mamma…
Penso che voi siete la cosa migliore che mi sia capitata e spero di passare più tempo possibile insieme a voi. Vi voglio bene. (...)

Lettera ad un bambino

[…] Ti auguro di crescere accompagnato dalla felicità, dalle persone giuste e con la consapevolezza di essere uico e fantastico. (...)

Cara Ambra,
ora sei ancora molto piccola, non hai compiuto nemmeno il tuo primo anno di vita, vedi il mondo con dolcezza e osservi la bellezza dell'amore che ti circonda. Guardi papà Davide e vedi un ragazzone che ti lancia e ti stritola, poi nel letto ti stringe forte e ti ripete che sei la cosa più bella del mondo. Vedi mamma Ari che brontola perché sporchi tutto, ma poi ti sorride e ti coccola, ti porta in giro e non ti fa mai mancare nulla. Poi vedi gli zii, Silvo, Sanu, Andrea, che quando entrano in casa ti si lanciano sul divano e ti coccolano per ore dimenticandosi di tutti i loro problemi.
Quando crescerai il mondo comincerà a sembrarti diverso, più grande, più scuro, più pericoloso. Nessuno di noi potrà mai evitarti la sofferenza, anche se lo vorremmo tanto, perché quando starai male staremo male tutti noi, nessuno potrà bloccarti prima di cadere o sbagliare, ne potremo difenderti dalle ingiustizie. Con questa lettera voglio augurarti di imparare che il mondo non ha confini, e questa è una cosa bella perché vuol dire che puoi solo puntare più in alto, ti auguro di imparare a lottare e non ascoltare il giudizio della gente, se mamma e papà lo avessero fatto noi non potremmo stringerti forte ogni giorno, ti auguro di sognare tanto e di provarci sempre anche quando ti sembra impossibile, perché l'unica cosa impossibile è (e deve esserlo) il porsi limiti. Ti auguro in fine di contiunare a credere in tutti noi, così che tutti noi saremo al tuo fianco in ogni momento e così che ogni tuo obbiettivo potrai festeggiarlo con noi. Ti auguro in fine di riuscire a capire che il bicchiere deve essere sempre mezzo pieno e non mezzo vuoto. Noi saremo sempre al tuo fianco anche e soprattutto quando non ci vedrai. (*Samuele*)

Caro nonno,
E' buffo il fatto che io ora ti stia scrivendo, perché ieri sera eravamo insieme sul divano ad abbracciarci e a guardare la TV. Sai che sei la persona più importante della mia vita, tu vieni prima di tutti. Non dimenticherò mai quando mi portavi all'asilo con la macchina bianca e sempre, prima di entrare mi salutavi dandomi un bacio in fronte. Non dimenticherò mai quando mi hai insegnato ad andare in bicicletta, quando ti facevo gli scherzi. Magari avessi ancora tutto quel tempo per viverti come prima, ma non importa, a me piace anche cosi. Mi piace stare con te ogni tanto il pomeriggio dopo scuola a giocare a carte. Ed è davvero stupendo che quasi tutte le sere io venga da te, mi metta nel letto ad abbracciarti dandoti la buonanotte. Mi sento fortunata ad averti, non so che farei senza di te da chi andrei a parlare quando litigo con mamma e papà, chi viene a farmi compagnia quando sono a casa da sola.

E ora più passa il tempo più mi rendo conto che diminuiscono i giorni che insieme possiamo passare, tu inizi a dimenticarre le cose ed è buffo come tu ti stia dimenticando di tutti ma non di me. Mi piace abbracciarti e baciarti perché voglio dimostrarti in ogni modo possibile quanto è grande il mio amore per te e quanto tempo infinito ancora vorrei passare insieme se soltanto si potesse. (Silvia)

Cara nonna,
forse non ti ho mai detto 'grazie'.
Forse a volte non ci capiamo così bene, a volte ci scontriamo...siamo così simili e fragili, che abbiamo paura di farci del male a vicenda.
Sei stata una madre per me..mi hai cresciuta da sola, con le poche risorse che avevi, e sopportavi ogni mio capriccio.
Non sapevi quando, e se sarebbero venuti a prendermi, e ogni giorno davi l'anima a quella bimba che stava crescendo con in mano due fotografie.
Mi hai raccontato più volte che ogni giorno ti chiedevo: Ma come sono i suoi occhi? Ma perchè se n'è andato? Ma non mi vogliono?
E tu mi rispondevi, dandomi coraggio, che lo facevano per me, e tutte le notti quando piangevo e volevo un loro abbraccio, tu mi dicevi di chiudere gli occhi, perchè sarebbero arrivati presto.
I giorni non passavano mai, ma una mattina una donna si presentò al nostro cancello che mi chiese: Sai chi sono?
Io ti guardai, cara nonna, e dalle tue lacrime, capii che una delle due persone delle tante foto che sfogliavo sempre, era davanti a me.
La abbracciai forte, e poi abbracciai te, perchè non ti sei mai arresa e mi hai sempre dato la forza di andare avanti. Anche oggi, che sei qui con me, non hai mai smesso di farmi sorridere, e adesso sarò io che asciugherò a te le lacrime.
Sei la donna più importante della mia vita.
Ti amo tanto (*Iana*)

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 traccerà. *(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

[…] non conosci la serietà e questo ti rende sempre allegro perché mai t'ho visto triste. Per ogni situazione hai sempre qualcosa di simpatico in serbo da dire. Pensi poco e parli tanto dicendo cose senza senso.
Sei la persona più buona che conosca non faresti male a nessuno. Mi chiedo cosa ti porterà il futuro e come ti comporterai di conseguenza perché sinceramente, come ti dico spesso questa tua mentalità e modo di fare dovranno adattarsi al cambiamento d'età, ma per ora resta così. (...)

Care amiche mie,
so che è banale scrivere a voi, però penso mi faccia bene. Ognuna di noi ha i propri problemi, ha fatto i propri sbagli,ha avuto le proprie cadute, ma come possiamo notare, siamo ancora qua, tutte e quattro sempre più unite.[…]
Sicuramente io mi fido di voi, e spero che anche voi contiate su di me.Vi voglio bene un bene dell'anima, e questo lo sapete, ma non fa mai male sentirselo dire una volta in più, quindi vi voglio bene, più di quanto immaginiate (...)

[...] Per me tu non sei diverso, tu sei il mio migliore amico con cui ho vissuto e vivo mille avventure. Quando usciamo la sera e la gente fa battute su di te o ti guarda in un modo tipo: "oh guarda un' alieno "; il primo ad arrabbiarsi sono io, tu mai, perché come mi dici sempre: "dopo anni di sguardi e battute mi sono abituato e non ci faccio più caso ". *(...)*

Caro amico,

Mi ricordo la prima volta che ci siamo conosciuti, attratti dalla stessa passione, su quel prato verde a rincorrere lo stesso pallone che ci trasmetteva mille emozioni.

Iniziammo a separarci all'inizio delle elementari perché eravamo in classi diverse, e questo significava passare la metà del tempo insieme al campetto, visto che dovevamo tornare a casa per fare i compiti e studiare.

Gli anni seguire il tempo diminuiva visto che la scuola iniziava ad occupare molto piu tempo e, per fortuna, giocavamo nella stessa squadra. Nello stesso anno arrivò il giorno che decise il nostro futuro: tu che inseguivi il tuo sogno divertendoti e, sopprattutto, senza fermarti di fronte alle difficoltà, mentre io feci l'opposto, mi arresi alla prima.

Ora, quando mii racconti che hai quasi raggiunto i massimi livelli, mi viene da dirti che ti sosterrò sempre se ne avrai bisogno e di lavorare sempre di piu in modo da rendere la tua carriera piena di esperienze fantastiche.

Anche se oggi ci vediamo solo cinque minuti sull'autobus e quindi vuol dire non fare grandi discorsi, per me essi sono molto importanti perché mi ricorda che a credere nei propri sogni porta sempre a qualcosa di buono, anche se nel tragitto avvengono fatti inaspettati e sgradevoli.

Finisco questa lettera dicendoti di non mollare mai che ti aspetta un grande futuro. (*Nicola*)

Cara amica,

E' da otto anni ormai che siamo inseparabili, come due sorelle. […] Siamo due poli opposti : tu chiusa, riservata, timida, e io sempre attiva poco vergognosa che parla sempre tanto, a volte anche troppo.[…] Hai aiutato me a parlare meno nei momenti poco opportuni mentre io ti influenzavo su come mantenere un rapporto ed un dialogo.Siamo riuscite a rendere le nostre diversità il punto di forza della nostra amicizia, e forse è proprio per questo che nulla con te è cambiato dal moment o in cui ci siamo conosciute fino ad ora, sperando per molto ancora. *(Silvia*)

Ciao,
sei diverso da me internamente ed esteticamente, cioè quello per forza a meno che non fossimo gemelli, ma comunque, non conosca la serietà e questo ti rende sempre allegro perchè mai ti ho visto trite. PER ogni situazione hai sempre qualcosa in serbo di simpatico da dire. Pensi poco, parli tanto dicendo cose senza senso. Sei la persona più buona che conosca, non faresti male a nessuno. Mi chiedo cosa ti portera il futuro e come ti comporterai di conseguenza perchè sinceramente come ti dico spesso, questa mentalità e il tuo modo di fare, avrà per forza una fine o si concluderà comunque. *(Diego)*

Caro Andrea,
siamo sempre andati d'accordo più o meno e , in questo periodo, ci stiamo avvicinando sempre di più. Siamo molto diversi anche se siamo cresciuti insieme. Sei una persona espansiva e che non ha problemi a relazionarsi con gli altri. Non hai paura di mostrarti per come sei, e per questo non ti nascondi da nessuno. In passato,quando eri piccolo, ti offendevi per ogni piccolezza e ,se bisognava dare la colpa a qualcuno , secondo te era sempre mia. Adesso, invece, siamo così uniti, nonostante tutte le nostre diversità. Io mi rifugio a casa, mentre tu cerchi sempre nuovi amici con cui giocare alla Play o parlare di calcio. Siamo così diversi, ma allo stesso tempo uguali.
(*Cristina*)

[…] Il mondo, un giorno, ricambierà i vostri sacrifici e i vostri sforzi per sopravvivere alla sua crudele realtà. (*Laura*)

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

Lettera a un amico
[…]Non saprei chi ringraziare, di chi è stato il merito del nostro incontro? I nostri genitori che ci hanno iscritti nella stessa scuola, oppure le maestre che ci hanno inserito nella medesima classe? Di chiunque sia il merito, beh, sono convinta che abbia fatto un gran bel lavoro.
[…]Se posso correggermi, non credo sia una semplice amicizia o fratellanza, ma piuttosto un legame indissolubile che con il trascorrere del tempo può solo che rafforzarsi: felicità allo stato puro.
(*Laura*)

Ciao amico,
amico da una vita! Sei per me come un fratello e ti voglio un mondo di bene.
Ogni tanto, quando non ho nulla da fare, ricordo i bei momenti che abbiamo passato insieme; momenti felici, molti, e momenti tristi, fortunatamente pochi. Ma sono proprio questi attimi di tristezza che hanno reso il nostro legame duro e stabile, come una roccia.
Ricordo che ogni settimana andavamo in montagna a fare una camminata e lì scavalcavamo il cancello della casa per entrare e sederci, ascoltando la musica, per sentirci più liberi.
Ora queste gite le facciamo meno spesso, perché tra la scuola e i vari impegni, non abbiamo più tempo.
Ma a me va bene così, a me basta vederti il sabato sera per essere felice e sorridente, per dire stupidaggini e sentirmi rispondere altrettante stupidaggini.
Questo mi ha reso felice fino ad oggi e spero che questa amicizia duri tutta la vita, perché l'abbiamo creata solida e compatta proprio per farla durare nel tempo. (...)

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***)

ESERCIZIO: LETTERA A QUESTO SECOLO

Caro secolo,
come in tutti i secoli precedenti stai e farai parte della storia.
Tutti ti ricorderanno e ti ricordano per il sostanziale passaggio dalla Lira all'Euro ma soprattutto per il notevole avanzamento in ambito tecnologico. In pochi anni auto, cellulari, computer e non solo, tutto ciò ha comportato un forte cambiamento nel modo di vivere ma soprattutto di ESSERE.
Purtroppo con questo avanzamento tecnologico i social network hanno preso il sopravvento sulla maggior parte della popolazione portando sì tanto aspetti positivi ma altrettanti negativi; purtroppo ora ci basiamo solo sull'apparire, di quanti like si fanno in poche ore, quanti follower abbiamo e di conseguenza la popolarità.
ESSERE NON APPARIRE. (*Andrea*)

Ciao
[…] non so come possa essere la tua vita, non ho questo potere, mi spiace. Posso immaginare, oppure sperare essendo ottimista. Anche se sei ancora giovane e dinnanzi a te dovresti avere ancora una buona parte della vita, spero che te la stia godendo a pieno, senza avere rimpianti. Magari ora sei nel letto, dopo una giornata quotidiana che pensi a tutto, a ciò che hai costruito e costruirai, e accanto a te c'è l'amore della tua vita che hai finalmente trovato e sposato. Spero tu sia realmente felice e in salute, e con te la tua famiglia, compresi i figli. Spero ti sia impegnato in ogni cosa che hai fatto in questi 20 anni di vita, studiato, trovato il lavoro che ti soddisfi. Un pensiero lo rivolgo anche alla mamma che prego stia bene e bella come ora. Fammi sapere appena puoi come realmente sei. (...)

Caro 2000,
il tuo secolo è stato rivoluzionario, possiamo dire che sia quello della tecnologia e degli avanzamenti informatici, ma cosa serve tutto questo se non ci importa più della Terra su cui viviamo?!?
Ci sono moltissime persone che tengono ancora ad essa, e fanno di tutto per prendersene cura, ma ad altri non importa nulla. Per non parlare della paura che si sta propagando sempre più velocemente in ogni dove. Spero sia un'epoca di cambiamenti, ma che resti la consapevolezza di rispettare il pianeta su cui viviamo.
(*Noemi*)

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 Corte Franca,
tu sei il mio paese d'origine e ti voglio molto bene. Tu sei molto avvantaggiato rispetto a molti altri paesi, anche se tu sei piccolino. Hai molte cose per cui vantarti, hai molti vini rinomati ed altrettante cantine molto importanti, poi hai il Number, un parco acquatico e a 2km hai il lago; certo non è il mare dei caraibi ma ci accontentiamo lo stesso. Inoltre tu sei ancora immerso nella natura, hai molti campi, un monticello, ma soprattutto hai delle enormi distese di vigne che creano un panorama mozzafiato.
Per non parlare delle Torbiere,è una riserva naturale dove puoi farti una passeggiata nella natura.
Spero che tu rimanga sempre cosi e che non ti rovini costruendo e abbattendo quella parte naturale che ancora hai e che ti distingue da molti altri paesi.
Non ti lascerò mai. Ti voglio bene. (*Giulia*)

Ciao Gussago;
sono cresciuta sulla tua terra, ho molti ricordi legati a te. La mia casa, i miei primi amici... Ho moltissime possibilità di svago, e per questo mi piaci ancora di più. Le lunghe passeggiate sulle tue colline, i giri in bicicletta nei tuoi campi, le chiacchierate con le amiche al parco...
Caro Gussago, non hai nulla da invidiare a nessun altro. Se dovessi cambiare città per studi o lavoro, penso che mi ricorderò di te e delle mie origini. *(Noemi)*

Cara città natale,
devo dirti che un po' ti odio, odio tutto di te, perchè hai costretto troppe persone a prendere e andarsene, per cercare una vita migliore. Ma pensandoci bene, non è colpa tua, ma delle gente che ci abitava, e che tutt'ora ci abita, distruggendola sempre di più. Cara città, devo ammettere che ogni tanto ti penso, penso a come sarebbe stato se i politici non avessero bruciato tutto ciò che c'era di bello. A volte mi viene nostalgia, perchè infondo, tu eri parte di me... ma quando torno da te, mi sale la rabbia, per la maleducazione delle persone, per la loro invidia, e per il loro mancato coraggio di dare una svolta alla loro vita.
Ma pensaci bene... anche loro vorrebbero cambiare tutto, ma allo stesso tempo si sentono traditi, perchè noi abbiamo tradito la nostra patria abbandonandola.
Tu cara città, sei arrivata a un punto di non ritorno, e piano piano, diventerai il terreno di nessuno.
Loro adesso stanno cercando di migliorare le condizioni di vita, ma a che scopo?
L'interesse personale è sempre e comunque maggiore del bene che si dovrebbe fare per te..città.
E sai, questo fatto mi rattrista, perchè un giorno, di te non rimarrà niente.. e io non avrò più un posto che potrò chiamare 'casa'. (*Iana*)

Lettera alla mia città
[…] e quando la sera ti illumini, sei incredibilmente romantica, culla di emozioni e sentimento, magia. *(Laura*)

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.interdipendence.eu)

Esercizio: Lettera a me stesso/a tra vent'anni

Potresti pensare che sia una cosa banale, nel quale vi sono scritte le solite raccomandazioni ed i soliti auguri per una buona vita ed una carriera di successo… ed invece no.
Non ti scriverò nulla del genere.
Da sempre la nostra vita è stata caratterizzata da tristezza, dolore, delusioni e d insicurezze, che ci hanno portato a dubitare del mondo,a sentirti un emarginato nella quasi totalità dei contesti sociali, ed a chiederci cosa ci stiamo a fare in questo mondo.
Per te,nella vita, ho un solo compito: Sii felice e sorridi.
Sii felice per ogni singolo sorriso ricevuto, sii felice per far vedere agli altri che non riusciranno mai a spezzarti. Sorridi quando i tuoi cari ti diranno che sei una delusione, un rimpianto, e che non raggiungerai mai nulla nella vita, sorridi a quei tuoi amici che ti son vicini da anni nonostante ti abbiano mai visto felice e sorridente, ma che hanno visto il vuoto dilagnante dentro di te.
Fa sì che quando ti svegli la mattina nel letto ci sia qualcuno accanto a te, che sia fonte di felicità ed orgoglio, allora lì potrai dire veramente: " Sono felice".
Esso non è un compito facile, anzi, è un percorso lungo ed alquanto arduo, ma del quale ti meriti tutte le sue ricompense:
A te, che non esprimi il tuo parere nel timore di risultare pesante, a te che ti senti sempre inadeguato, a te che hai subito le cattiverie altrui e non hai mai chiesto aiuto, A te che sei alla continua ricerca di un'unica cosa: La felicità. (*Alessandro*)

Cara Giulia del futuro,
Hai da poco compiuto 38 anni, non so cosa tu stia facendo in questo momento, non so se tu stia lavorando o no; e non so nemmeno dove.
Spero che tu abbia una bella casa, un cagnolino e uno o due bambini; anche perché se a quest'età tu non ti sei ne ancora creata una famiglia non l'avrai più; anche perché non sei più cosi giovane.
Inoltre mi auguro che in questi 20 anni tu sia stata felice e spensierata, ma che ti sia presa anche le tue responsabilità quando serviva.
Infine spero che tu non abbia perso le tue amicizie, che per me, in questo momento sono molto importanti.
(*Giulia*)

Cara ...,
sono trascorsi esattamente 20 anni da quando ti ho scritto questa lettera, spero che tu ora stia bene.
Hai trovato l'anima gemella?
Spero davvero che tu abbia trovato il lavoro dei tuoi sogni, quello che ti fa svegliare la mattina con la voglia di affrontarlo.
La salute però e la prima cosa che ti auguro, a te e a tutti coloro che ti circondano.
Tieniti stretti mamma e papà perché saranno gli unici ad esserci nonostante tutto e tutti, gli unici che saranno sempre dalla tua parte, qualunque cosa accada.
Tratta sempre tutti con gentilezza e rialzati sempre, ma non tanto per mostrare agli altri che sei forte ma per dimostrarlo a te stessa.
(*…)*

[...] Una cosa devi sempre ripeterti quando penserai al passato, sii fiero di quello che sei stato, pensa sì alle enormi difficoltà che hai vissuto nella tua giovinezza (scolastici, famigliari o di amicizia) ma pensa che se stai leggendo questa lettera vuol dire che hai vinto. Ringrazia ogni volta le persone che ti sono state vicine nei momenti difficili. E soprattutto rimani sempre quello che sei stato. Non cambiare. […] (...)

Cara Noemi,
tra vent'anni ne avrai esattamente trentotto e spero cambino un po' di cose... Spero di avere una famiglia con la quale affrontare molte avventure, spero di non aver abbandonato la mia passione, e magari fare qualche congresso in giro per il mondo. Ad una me del futuro posso solo dire che la mia vita è stata, fino ad ora, piacevole e divertente, a parte questo brutto periodo in cui mi sento un po' persa, ma bisogna andare avanti, non piangersi addosso. Posso augurarti soltanto felicità e amore, e spero che non avrai perso di vista i tuoi amici più cari, perchè sono stati loro a supportarti e sopportarti, quindi vedi di non allontanarti! L'ultima cosa, scusami se a volte sono stata dura con te, ma questo a fatto si che io sia la donna che sono.
Baci. (*Noemi*)

Cara me,
come vanno le cose? È filato tutto liscio o si sono verificate delle particolari complicazioni? Lo so, non dovrei chiedere cosa mi, anzi , ci ha riservato la vita, ma è quasi impossibile non porre queste domande in tali circostanze. Hai 37 anni ora, quasi 38 e ormai la tua vita starà seguendo una certa direzione. Ovviamente non mi apsetto che tu mi risponda, ma spero che, nonostante siano già passati 20 anni, tu noon sia cambiata, ma rimasta quella di sempre. In futuro, non voglio perdere chi sono ora, anzi mi piacerebbe rimanere chi sono, con qualche aggiunta dovuta ad anni di esperienza. Non conosco le scelte che hai preso e la strada che hai deciso di seguire perché, per ora, non ho ancora capito cosa fare nella mia vita. Credo che decidere sia complesso, anche perché una volta intrapresa una direzione non si può tornare indietro senza incasinare tutto. Ma come si può riuscire a scegliere, sapendo che in tal modo si segnerà completamente la nostra vita? Conto sul fatto che tu sia riuscita a prendere decisioni delle quali non ti sei mai pentita e spero che tu sia riuscita a creare una tua famiglia, realizzando tutto quello che desideravi. (*Cristina*)

Ciao [...]
non so come possa essere la tua vita, non ho questo potere, mi spiace. Posso immaginare, oppure sperare essendo ottimista. Anche se sei ancora giovane e dinnanzi a te dovresti avere ancora una buona parte della vita, spero che te la stia godendo a pieno, senza avere rimpianti. Magari ora sei nel letto, dopo una giornata quotidiana che pensi a tutto, a ciò che hai costruito e costruirai, e accanto a te c'è l'amore della tua vita che hai finalmente trovato e sposato. Spero tu sia realmente felice e in salute, e con te la tua famiglia, compresi i figli. Spero ti sia impegnato in ogni cosa che hai fatto in questi 20 anni di vita, studiato, trovato il lavoro che ti soddisfi. Un pensiero lo rivolgo anche alla mamma che prego stia bene e bella come ora. Fammi sapere appena puoi come realmente sei. (...)

[...] ormai sei una donna in carriera, con una casa, una meravigliosa famiglia e tutto l'amore del mondo; non farti mangiare dalle tue vecchie paure, di non essere abbastanza o di non essere all'altezza: sii te stessa, in qualunque circostanza. Ridi, sorridi e sii felice, sempre. (*Laura*)

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

Caro/cara,

prima la nostra amicizia non faceva che salire, mentre adesso sta scendendo velocemente, come in discesa. Io credo che questa situazione sia inevitabile.
Tu non eri una vera amica, perchè i veri amici non dicono costantemente delle bugie per non vedersi, anzi, fanno di tutto per vedersi, anche solo per una sigaretta.
Un pezzo del mio cuore è dedicato a tutti voi, miei migliori amici, e un pezzo se ne era andato...
A te che sei … così vicino e così lontano …
A volte ti fai vedere nei miei sogni e sai … mi manchi tanto
Eri in grado di farmi sorridere anche quando era l'ultima cosa che avrei voluto fare. Sono quattro anni che non ci vediamo e sentiamo e questo a volte mi fa stare male
Ti dico grazie, perchè mi hai insegnato cosa significa la parola sacrificio
A me basta vederti il sabato sera per essere felice
… passare un po' di tempo con te come ai vecchi tempi
Spero che questa amicizia duri tutta la vita
Sono felice che la vita ci abbia fatto incontrare così presto, sembra quasi che ci tenesse che vivessimo parallelamente, sempre insieme, una persona e un'anima unica.
L'amicizia si presenta sempre, rimane, cambia magari il modo di farsi vedere, si traveste e poi la riconosci.
Ti ho detto ciò per dimostrarti tutto l'amore che provo verso i miei amici.
Fortunatamente questo volersi bene è reciproco.
Sei il mio arcobaleno dopo la tempesta, sei stata la mia salvezza.
Mi sono innamorata e l'ho ammesso, so che questo è reale...
Vorrei che fosse un giorno di primavera solare e ventoso, i miei occhi nei tuoi e i tuoi nei miei e che ci sia più ossigeno nell'aria per avere tutto il fiato che mi serve per riuscire a dire che TI AMO!!!

(La classe 4 B dell' Istituto Tecnico Statale per Geometri "Nicolò Tartaglia" - Brescia)

Hanno collaborato:

Alessandro Z.

Wild

Cristina

Wisdom

Iana

Love

Noemi

Tranquility

Alessandro

Sunrise

Nicola

Tranquility

Andrea

Star

Lucrezia

Forgiveness

Giulia

Destiny

Samuele

Fortunate

Diego

Gold

Francesco

Friend

Laura

Happiness

Silvia

Courage

Simone

Joy

喜

Matteo

Fortunate

Con Deborah, Andreina, Mariella e Prof.ssa Simonetta Zani

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.
E 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 4^B dell'Istituto Tecnico Statale per Geometri Nicolò Tartaglia di Brescia hanno elaborato in occasione dei laboratori di "Scrittura per il benessere interiore" promossi dall'Associazione "Il Chiaro del Bosco ONLUS"