VOCE DEL VERBO ESSERCI: ESPLORARE MONDI POSSIBILI

Laboratorio di scrittura per il benessere interiore
Liceo Scientifico Copernico - Brescia
Classe 3^ O
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 vecchiaia,
ogni giorno rubi un po' che è mio, ogni giorno fai affievolire la fiamma dei miei cari, ogni giorno mi rendi consapevole del fatto che niente dura per sempre.
Guardo le vecchie fotografie per ricordarmi di mio nonno prima che tu lo logorassi.
Quando ero piccola andavo al mare con la mia famiglia e mio nonno faceva i trucchi di magia per intrattenere le persone che alloggiavano nell'albergo, non chiedeva nulla a nessuno, lo faceva per passione. Ora non riesce a tenere nemmeno un mazzo di carte in mano. Mi ha regalato il libro che spiega i trucchi che faceva, per lui era sacro, nessuno era autorizzato neanche a toccarlo, ma siccome sapeva quanto mi piacesse me l'ha regalato; così la magia è svanita come i suoi occhi vispi.
Un po' di tempo fa sono andata a salutarlo: non mi ha riconosciuta. Mi si è spezzato il cuore.
Guardo mio nonno, vedo un uomo stanco e indifeso, stordito da tutte le medicine che prende. Perché vecchiaia mi ha rubato mio nonno? Sono la più piccola dei nipoti, perché a me non è stato concesso più tempo? (*Ginevra*)

Cara depressione,
perché entri nella vita delle persone? Non capisco perché tu godi cosi tanto facendo stare male gli altri. Hai fatto soffrire una mia amica, che adesso, per colpa tua, deve spendere addirittura i soldi per combattere contro di te. Volevi entrare anche nella mia vita, eh? Però non sei riuscito. Devi capire che le mentalità possono cambiare da una persona all'altra. Io posso trovare alternative per sconfiggerti. Farò in modo che la mia amica trovi il coraggio per allontanarti dalla sua vita, perché cercherò di essere sempre disponibile a lei quando a lei serve il mio aiuto. Tu, a volte, sembri un mattone pesante, perché ogni volta che faccio un lavoro sento il tuo peso. Mi serve una grande forza conoscitiva per allontanarti. Poi non so quali siano le tue intenzioni, ma c'è gente che impara molte cose da te. Tu, a volte, fai in modo che le persone diventino forti nella loro vita. Quindi, secondo me, fai male a te stessa perchè le persone sapranno come sconfiggerti dato che stanno diventando forti. Quindi, avrai meno possibilità di entrare nelle loro vite (che poi è un bene). Perciò, secondo me, fai un lavoro inutile entrando nelle vita altrui. (*Raine*)

Caro disturbo,

Cosa mi hai fatto passare? Ora ti stai calmando un po' ma sei sempre dentro di me e magari per sempre ci sarai, però ne sono sicuro che Luca1 vincerà sul nuovo Luca2 che si vuole imporre ed è arrivato così, senza alcun motivo.

La prima volta, quella paura di avere qualcosa di serio e invece no, solo fobie, ansie e paure di star male.

Bisogna che io ti superi una volta per tutte e metta fine a questo periodo che mi stai facendo vivere; un periodo poco felice e pieno di tristezza.

Ti chiedo una cosa con il cuore in mano, non attaccare più perché le difese di Luca1 sono fortissime, ma non è imbattibile. (*Luca*)

Cara malattia,

ti sei presa dei miei cari senza aspettare senza chiedere permesso, ma non c'è da stupirsi, fai così con tutti, entri in casa senza bussare. Ma non ci posso fare niente, tu esisti e il tuo unico compito è portare via le persone. Non ti odio, perché se ti odiassi ti dedicherei troppo tempo, semplicemente ti ignoro e spero di non avere mai più a che fare con te. (*Edoardo*)

Cara..

Chi sei tu per decidere della vita delle persone? Non puoi arrivare e togliermi le persone a cui voglio bene senza preavviso. Hai rovinato tutto. Io volevo solo avere più tempo, sapevo che prima o poi sarebbe successo, solo che sei arrivata troppo presto.

Quel giorno dovevo andare da lei per salutarla e tu non hai lasciato nemmeno che le dicessi addio.

Mi sento così in colpa, non ho potuto dirle quanto le volevo bene e quanto fosse importante per me. Non smetterò mai di pensare che sei egoista e non ti importa se rovini la vita alla gente, tu vuoi essere temuta e odiata. Io non ti temo ma ti odio, perché mi hai cambiata e ne risento molto. (*Chiara*)

Cara malattia di m. tra tutte le persone che potevi scegliere hai colpito chi di malattie ne aveva già fin troppe. Hai reso difficile una situazione che di per sé lo era già abbastanza; […] spero solo che tu te ne vada. (*Penelope*)

Cara depressione,
ti hanno già incontrata tre persone della mia famiglia. Sono arrabbiata con te perché a causa tua ho rischiato di perderne due, prima una zia e poi un cugino. Quando mio cugino ha tentato di togliersi la vita ho iniziato a pensare e a pormi delle domande. Mi sentivo in qualche modo responsabile perché credevo che, essendo sempre stati molto legati, avrei dovuto rendermi conto che qualcosa non andava. Fortunatamente mio cugino è ancora con noi e spero che tu la smetta di giorcargli brutti scherzi.
Spero anche che questa terribile esperienza lo abbia aiutato a riscoprire il valore della vita. Ovviamente la tua presenza ha avuto un notevole impatto anche su tutte le persone che gli vogliono bene. Io stessa, nonostante sia passato più di un anno, non posso fare a meno di vivere nel terrore che l'episodio si ripeta. Da un altro punto di vista, però, ho imparato a guardare le persone (me compresa) con occhi diversi. Ho capito che basta poco per rendere la giornata di qualcuno migliore, e che fare del bene investendo tempo facendolo, fa stare bene e fa guadagnare tempo all'anima. (*Benedetta*)

Cara malattia,
attacchi senza pietà, colpisci esternamente ma soprattutto internamente, azzeri la volontà e i desideri delle persone. Ma sai una cosa? Le persone sono più forti di te. Combattono per se stessi, per le persone che gli stanno accanto, per poter vedere il Sole ogni giorno, per la loro vita. (*Enrico*)

Cara malattia,
perchè hai dovuto colpire mia nonna? Perchè sei stata così cattiva? Dimmelo! Ora per colpa tua mia nonna rischia di morire a breve, ti rendi conto?
E' da più di cinque anni ormai che ci sei, ma perchè hai deciso di colpire seriamente questa volta? Non ti sopporto, ti odio, vorrei che te ne andassi perchè non riesco a pensare che mia nonna potrebbe non esserci più; con lei ho trascorso tanti momenti felici della mia vita, soprattutto da piccolo, e non voglio che tutto finisca. Ti prego, te lo chiedo per l'ultima volta, vattene! (*Andrea*)

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

Mia cara, perché mi odi così tanto? Io faccio solo il mio lavoro, invecchiare fa parte della vita. Non si può fermare il tempo come non lo si può far scorrere più velocemente. Tutto ha una fine, nulla dura per sempre. So che vedere qualcuno invecchiare può far soffrire, io cercherò di far addormentare i tuoi cari dolcemente. Spero tu possa imparare ad apprezzarmi, per ora lasciami lavorare. (*Ginevra*)

Ciao Raine,
sono la tua conoscente, depressione. Lo so che ciò che sto facendo non è bello, però non riesco a smettere. So quanto ti sei sforzata per combattermi. Ti accorgi che non vado mai via? Ti dico che sei una ragazza molto forte. Ti lodo per questo. Però non smetterò mai di invadere te stessa e le vite altrui. (*Raine*)

"E sai una cosa? Io, a differenza tua, starò con loro per sempre" (*Luca*)

Putroppo sono una di quelle malattie che non ti lascia mai; ci conosciamo bene ormai, sei capace di gestirmi ora; prima avevi troppa paura da me, avevi smesso di ridere, di fare tutte quelle belle cose che ti piaceva tanto fare; ora sei contenta e spero che tu riesca a controllarmi sempre cosi.
(*Nav*)

Cara vittima,
mi dispiace di averti fatto stare male e mi dispiace di farti star male tuttora.
Posso rassicurarti dicendoti che non ti ho scelta ma mi sei semplicemente capitata.
Non sono sicuramente una bella cosa ma ormai ci sono e dovrai trovare la forza di combattermi.
Non lasciarti andare perché sarà allora che mi impossesseró definitivamente di te.
Se sarai forte non ci incontreremo mai di persona e te lo auguro perché ti meriti davvero tanto di continuare a vivere. (*Beatrice*)

Esercizio: Lettera a un operatore della cura

A te che ci stai accanto, a te che metti la tua mente e il tuo cuore in gioco per farci stare bene, a te che non sei indifferente.
Che tu possa guarirmi o no, mi aiuti lo stesso, perciò Grazie, perché, anche se non curi il mio corpo, curi la mia anima. (*Enrico*)

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)

Caro Bimbo,
Spero che diventi più forte andando avanti negli anni. Nella vita imparerai tante cose anche dopo la scuola. Affronterai tanti problemi, conoscerai nuova gente, esplorerai tante cose.... Però devi tenere in mente una cosa: il coraggio. Non avere paura di affrontare nuove situazioni. Esci dalla tua zona confortevole ed esplora. Non rimanere mai impalato su un unico mondo. Prenditi coraggio.
(*Raine*)

Lettera al nonno
In quella casa solo tu non ci sei, ma i tuoi ricordi, i nostri ricordi, le nostre risate, il tuo corrermi dietro per la casa, c'è e ci sarà per sempre, nonno . Mi manca vederti , prenderti la mano, ascoltare le tue storielle prima di dormire, ridere insieme, mi manchi tu, nonno. Mi manchi (*Nav*)

Cara nonna,
È da un po' che non ci sei e sento molto la tua mancanza. Le cose sono cambiate notevolmente da quando te ne sei andata, tutti ne risentono parecchio.. a volte il nonno la notte piange.
Dentro di me si è formato un vuoto che tu eri in grado di colmare con i tuoi sorrisi, le tue risate e con il tuo volermi così bene. Mi manchi. Mi manca non poterti vedere e abbracciare, mi manca essere viziata da te che mi consideravi un dono visto che sono la tua unica nipote.
Ti ringrazio per avermi voluto sempre bene e per esserci stata nella mia vita, senza di te oggi probabilmente sarei diversa.
Avrei soltanto voluto avere più tempo da passare con te. Ti ho voluto bene e te ne vorrò sempre.
(Tua Chiara)

Cari nonni,
vi voglio bene e mi mancate.
È assurdo che mi possa mancare qualcuno che non ho praticamente mai conosciuto. Eppure mi mancate davvero tanto.
Forse lo sento ora più che mai perché mi sento abbandonata anche dall'ultimo nonno ancora in vita, che da quando è nato Giacomo, il suo nuovo figlio, non ha più tempo di pensare alle nipoti.
Molti si lamentano della vecchia ma credo sia molto meglio vedere i propri nonni invecchiare piuttosto che esserne privati dalla nascita o a pochi anni. Io purtroppo non ho mai conosciuto la nonna Maria e il nonno Fausto, che da come mi hanno raccontato erano persone fantastiche. E ben poco mi ricordo della nonna Rita. Gli unici ricordi di lei sono in ospedale.
L'unico che mi resta è il Nonno Beppe, che però ora deve pensare al suo bambino.
Cari nonni, pagherei tutto l'oro del mondo per potervi conoscere, voler bene e persino per vedere invecchiare.
Pagherei tutto l'oro del mondo anche per vedervi invecchiare perché perlomeno potrei starvi vicino, stringervi le mani e sussurrarvi che vi voglio davvero tanto bene.
E invece no questo non lo posso fare. Tre nonni su quattro mi sono stati portati via dal cancro e ormai non mi resta che poter sostenere l'ultimo nonno che mi è rimasto.
Sappiate che anche se non ci siamo mai conosciuti davvero vi amo profondamente e vi sono riconoscente per tutto quello che avete fatto. (*Beatrice*)

Esercizio: Lettera al mondo degli adulti

Caro mondo adulto,
in questi tre anni ho pensato molto al mio futuro, tuttavia ultimamente sono talmente preso dalla scuola e tutto il resto che non ho più tempo di pensare a quello che farò. Eppure prima o poi dovrò decidermi e quest'ansia mi opprime. Da bambino pensavo che solo i supereroi e le loro imprese fossero le vere avventure, ora invece penso che l'unica vera impresa sia riuscire a realizzarsi, e sotto questo punto di vista, tu, mondo adulto, rappresenti la porta di ingresso. Talvolta penso: riuscirò mai a decidermi? Ho talmente paura di sbagliare tutto nella mia vita! Ho troppi sogni, troppe aspirazioni, certo alcune predominanti rispetto ad altre, ma comunque troppe. E tu, mondo adulto, certo non sei qualcosa di facile, ma ti prego di aiutarmi, non pretendo di avere tutte le vie aperte, facili e accessibili, ma cerca almeno di accogliermi, di aiutarmi a diventare ciò che voglio, una volta che avrò capito cosa voglio fare veramente. Altro non desidero, altro non pretendo, solo questo. Spero che tu capisca, o almeno provaci. (Giovanni)

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

Caro compagno di classe,
sto imparando a conoscerti, anche se non abbiamo parlato molto insieme quello che ho conosciuto di te mi piace: sei gentile ed educato, più forte di quanto si possa pensare e più intelligente di quanto immaginassi. Penso di essere molto diversa da te: tu sei più razionale mentre io mi faccio guidare principalmente dal cuore; metti sempre te stesso al primo posto, come dovrebbe essere, io mi faccio mille problemi per paura di far qualcosa di sbagliato nei confronti degli altri; tu non hai paura di far sentire la tua voce mentre a me spaventa molto farlo. Comunque sia penso tu sia davvero una bella persona con cui è facile parlare. Spero di riuscire a conoscerti meglio. (*Ginevra*)

Tempo fa sei entrata nella vita di tante persone importanti per me, con loro hai passato momenti belli e brutti, hai riso e scherzato, hai pianto e hai trovato una spalla su cui piangere. Hai cambiato amicizie come si cambiano i vestiti, hai preferito la popolarità e la massa al posto di fedeltà e vera amicizia. Non capirò mai perché l'hai fatto, ma soprattutto non capirò mai la tua indifferenza. (...)

Non puoi capire le persone che hai davanti se non hai capito quelle che hai dietro. (*Enrico*)

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***)

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

Caro amico,
è dura senza di te, a questo mondo manchi, manchi a me.
Te ne sei andato... lo so non è stata una tua scelta, i tuoi genitori hanno deciso per te come sempre succede ormai alla nostra età finchè non raggiungiamo la maturità.
Quando mi dicono di fare gli esercizi nello sport o a scuola in coppia penso sempre a te, al fatto che potrei farli con te e invece non ci sei. Manchi nei momenti dove serve il tuo appoggio, la tua forza e coraggio per spingermi e fare io il passo in avanti nelle situazioni dalle più semplici alle più complesse.
Ti vorrei far vedere tutte quelle cose che ti sei perso come il cambiamento della nostra scuola, quella che ci ha unito e non ci avrebbe "staccato" ma è successo lo stesso e non per colpa nostra.
Spero che un giorno tornerai e ti mostrerò tutte le cose che sono cambiate in meglio ma anche in peggio. Manchi,
A presto. (*Francesco*)

"La sincerità è difficile da trovare di questi tempi. La limpidezza non esiste più; sotterfugi, bugie, ciascuno ha le proprie e alla fine si diventa persone che non si è."
"Tutti hanno aspettative e devi soddisfarle, altrimenti sei una delusione; la superficialità e l'apatia regnano sovrane." (*Luca*)

Ciao, come stai? Io tutto bene grazie.
È da un po' che non ci si vede e mi manchi sai?
Mi manchi davvero tanto.
Mi mancano i tuoi grandi occhi blu che mi facevano sentire bella. Mi mancano le tue mani grandi e sempre calde.
Mi manca il suono della tua voce e il rumore dei tuoi passi stanchi.
Mi manca sentirmi come quando sentivo il rumore del campanello e sapevo che a suonarlo eri tu.
Mi mancano quelle discussioni stupidissime che finivano tutte allo stesso modo.
Mi mancano i sorrisi, le lacrime e le farfalle nello stomaco.
Mi manca l'imbarazzo e la paura di poter sembrare sbagliata nei tuoi confronti.
Mi manca il rapporto che avevamo.
Ma non sono stupida. Mi sono accorta che ormai le cose sono cambiate, purtroppo o per fortuna.
E ora che siamo così lontani nello spazio e nel tempo tutto questo è solo un bellissimo ricordo.
Rimarrai per sempre nel mio cuore, tu sai! (*Beatrice*)

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,
non penso tu sia né migliore né peggiore dei tuoi predecessori e successori, sei semplicemente più recente, sei la novità: i problemi sono gli stessi e le soluzioni faticano ad arrivare. Le innovazioni che hai portato hanno reso la vita più semplice ma meno viva: guardiamo uno schermo invece che gli occhi di qualcuno, ascoltiamo musica invece che le parole di chi ci sta attorno, ci nascondiamo da ciò che ci fa paura: vivere. Queste novità ci hanno resi schiavi, i bei fili intrecciati che legavano le persone si sono trasformati in catene invisibili che ci legano agli smartphone, ai computer o alle televisioni. Sei diverso dagli altri secoli? Non penso proprio: le guerre persistono, come le discriminazioni, come la violenza, come il mancato rispetto dell'ambiente, delle leggi, delle persone, come tutto quello che critichiamo ai nostri antenati. Hai tanto potenziale, caro secolo, fai sentire la tua voce, sii diverso, sii il secolo del cambiamento.
(*Ginevra*)

Ciao XXI secolo,
Non sei partito molto bene. Non è bello esordire con uno dei più grandi attacchi terroristici della storia, che ha sporcato una religione che si basa su sani principi.
Devo dire che ti sei ripreso. Hai portato molte innovazioni tecnologiche infatti siamo pure arrivati su Marte. Con te abbiamo aperto gli occhi su problematiche reali, importanti, come la tutela del nostro pianeta, la povertà e le guerre.
Sono fiducioso, quando te ne andrai saremo sempre più vicini a quel mondo ideale che esiste solo nelle favole.
(*Omar*)

AL XXI SECOLO
Questo mondo tagliato e spezzato ha bisogno di fondamenta nuove per non crollare, ha bisogno di pace, rispetto e libertà; ha bisogno di queste cose che stanno scomparendo sempre di più.
(*Enrico*)

Caro XXI secolo,

Sei iniziato qualche anno prima che io nascessi, quindi possiamo definirci "coetanei". Per avere solo 19 anni, hai portato con te molte innovazioni, partendo dal cambio della moneta (dalle lire agli euro), gli smartphone, fino alla robotica, macchine in grado di svolgere il lavoro al posto dell'uomo.
Per non parlare delle grandi innovazioni in campo scientifico e medico!
Riflettendo su tutto questo, per esempio, con i miei nonni o anche solo con i miei genitori, non credo si sarebbero mai immaginati un cambiamento del genere, soprattutto in così poco tempo.
Le nostre condizioni di vita sono molto migliorate: noi giovani abbiamo l'obbligo e la possibilità di continuare gli studi, anche universitari, quando circa 50 anni fa i ragazzi della nostra età già erano integrati nel mondo del lavoro. Grazie per tutto questo!
Da una parte, però, penso che i tuoi straordinari cambiamenti abbiano anche degli aspetti negativi, come i nostri telefoni cellulari, che ci permettono di visitare in tempo reale anche i luoghi più inesplorati e nascosti del mondo, ma, allo stesso tempo, ci rubano tempo con i social network, tant'è che ormai si comunica quasi esclusivamente attraverso essi, perdendo il contatto umano.
Infine, credo che nel secolo scorso ci si sentiva più sicuri nella società e ci si riusciva a divertire con molto poco a propria disposizione. Oggi forse queste abitudini, che, per esempio, i miei genitori ancora ritengono importanti, sono un po' svanite.
Caro XXI secolo, continuerai a introdurre sempre più novità, che sfrutterò a mio favore e da cui attingerò per poter evolvermi sempre di più anche io; ma, nonostante questo, proverò incessantemente ad aggrapparmi a quegli "antichi valori" di solidarietà, di onestà e soprattutto di integrità che mi sono stati tramandati, in modo tale da non abbandonare la mia umanità facendomi sopraffare dalla tua superficialità e dai tuoi pregiudizi, cercando invece di divertirmi spensierata e libera, in compagnia delle persone che più mi stanno a cuore, e condividere con loro i miei momenti più belli!
Mi stai dando molto, vorrei solo che ti perfezionassi sotto alcuni punti di vista. Spero che tu un giorno ci riesca, saresti ancora migliore!
Buona fortuna,

Silvia

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 Brescia,
sei tanto bella quanto superficiale. I tuoi palazzi storici sono fermi nel tempo, quando sono illuminati dalla luce della luna e dei vecchi lampioni sono suggestivi tanto quanto mille quadri. Penso alle strade e mi immagino quante persone ci abbiano passeggiato sopra, nel loro tempo con i loro costumi. I tuoi monumenti sono splendidi. Tu sei una città stupenda ma non tutti riescono a vederlo: il centro è raramente pieno di persone e vivo, perché tutti sono attirati dai grandi negozi dei centri commerciali. Sei rumorosa tutto il giorno cara Brescia, ma nei momenti di silenzio sei mille volte più bella: la mattina quando prendo l'autobus ci sono solo i lampioni accesi, magari qualche vicino che porta a spasso il cane, ma tu, mia cara città, sei silenziosa e calma, dormi ancora. (*Ginevra*)

Cara Brescia,
è ormai 16 anni che mi ospiti.
Mi piaci molto, sei piena di attività da poter fare e negozi. Io ho la fortuna di abitare vicino al centro nel quale mi posso recare spesso per visitarlo e per fare un giro in città.
Nonostante tu non piaccia molto ad alcune persone, tra cui dei miei amici, io ti vorrò sempre bene e ti apprezzerò sempre. Mi piace molto quando alla sera scende la luce e si accendono i tuoi lampioni: sei molto suggestiva in questa occasione.
Spero di non vederti cambiare radicalmente in futuro, ti abbraccio,
(Andrea)

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

Caro me fra vent'anni,
come si starà tra vent'anni? Quanto sarà cambiato il mondo? E adesso la domanda più importante: sei riuscito a diventare quello che desideravi? Come tu ben sai ora, che ho sedici anni, il mio unico desiderio è realizzare il mio sogno, anzi il nostro sogno; per questo chiedo a te: ce l'abbiamo fatta ? O i nostri sogni sono passati invano, vuoti e senza senso? Quanto vorrei che tu potessi rispondermi ora e non fra vent'anni, che adesso non possono fare a meno di sembrarmi un'eternità … Oltre a questo non so davvero cos'altro dirti. Adesso, nel febbraio 2019, mancano tre mesi circa alla fine della scuola e noi stiamo studiando Dante, l'Inferno e gli ignavi. La cosa che più mi ha colpito è che anche tutti coloro che non contavano sulle proprie forze erano considerati tali. Lasciando stare la Divina Commedia, la cosa che veramente più mi spaventa è che anch'io sono tormentato da questo male. Avere fiducia in sé è la parola chiave per andare avanti, non scordartelo mai, promettimelo! Se poi sarà andata male e non sarai riuscito a ottenere ciò che volevamo, poco importa; almeno ci hai provato, hai fatto del tuo meglio, questo è quello che conta. Non dimenticartelo mai, ti prego. Rendimi orgoglioso di te. (*Giovanni*)

Caro ...,
sono passati vent'anni, come stai? Spero tu abbia finalmente capito chi sei e come fidarsi realmente delle persone. Cosa fai nella vita? Hai finito l'università o hai preso la nostra vita in mano in qualche ingegnoso modo che solo noi sappiamo ideare? Qualunque percorso tu abbia scelto spero che tu sia felice delle tue scelte e che da me in poi tu non abbia avuto rimpianti. Le relazioni non sono sempre state il nostro punto debole: tendiamo ad affezionarci troppo e subito; perciò mi riguardo nel farti domande sull'argomento, anche se non mi aspetto di essere padre dato ciò che sappiamo e siamo. Spero che le persone attualmente a me care siano sempre rimaste al nostro fianco e che lo siano anche i "me stesso" degli anni successivi.
Hai trovato altri strani hobby o ti sei dato totalmente al lavoro? Ricordati che il lavoro e i soldi non sono tutto e che il tempo libero, di tanto in tanto, ti fa solo bene, anche se non penso ci sia bisogno di ricordartelo. Spero che tu sia rimasto sostanzialmente il solito "me stesso": tenero e con un bisogno compulsivo di affetto e conferme, magari con un po' di sicurezza e autostima in più, che

non fa altro che pensare al benessere e alla felicità delle persone che ama ancor prima del suo e riflette senza la concezione del tempo.
Caro me, ci sarebbero tante cose che ti vorrei dire e chiedere, ma l'unica cosa che adesso mi sento di dirti è: "Vai, goditi ciò che la vita ci ha donato e realizza il nostro sogno senza rimpianti"
Con amore,

(…)

Caro me,

tra vent'anni spero che sarai diverso in alcune cose... ma in altre non dovrai cambiare, dovrai rimanere lo stesso di oggi che cerca sempre di essere sorridente e far sorridere gli altri. Mi vedo forse, perchè no, genitore, padre di un figlio o una figlia, voglio che lo sarai perchè mi piacciono moltissimo i bambini, farli divertire ma anche educarli e nello stesso tempo insegnargli a vivere a come stare al mondo concedendogli anche certe libertà e svago sempre però entro i limiti e soprattutto, anche se è difficile ammetterlo quando si è ragazzi, dare importanza alla scuola che sarà la base per il lavoro futuro. Per quanto riguarda me in persona ora come ora non so dove collocarmi da un punto di vista lavorativo ma spero di finire a svolgere un lavoro che mi piacerà perchè come tutte le cose se non ti piacciono è difficile svolgerle o realizzarle.
Infine ciò che spero rimanga tale sia il rapporto tra me e mio fratello che siamo molto legati nonostante i praticamente otto anni e mezzo di differenza e in generale anche con il resto della mia famiglia, dai genitori fino ai lontani parenti.
Mi raccomando non perdere la passione per lo sport che ho adesso, magari trovando anche del tempo se riuscirai per qualche partita a calcetto o a tennis con gli amici o colleghi di lavoro. (*Francesco*)

Ciao,

quando rileggerò questa lettera saranno passati vent'anni.
Un'eternità considerando che vent'anni fa non ero ancora nato, spero che vada tutto bene, che tutto sommato non ci siano grandi problemi e se questi, purtroppo, dovessero esserci che tu riesca ad affrontarli con serenità per quanto possibile. Adesso ho 16 anni e ho dei piani per il mio futuro che assomigliano più a dei sogni, non li voglio scrivere in questa lettera, non voglio che tu ci rimanga male se, come probabile, questi non dovessero essere realizzati. Ti chiedo un favore, chiudi gli occhi e prova a pensare a te stesso di vent'anni prima, pensa anche a tutto quello che è successo in questo periodo. Fatto? Bene, spero solamente che tu non abbia rimpianti.

(*Edoardo*)

Cara Bea adulta,
ti scrive la Beatrice sedicenne che ha tanti sogni, tante speranze e il doppio dei desideri.
Come stai? Come sta la mamma? E il papà? E con Mati tutto a posto? Immagino che sia la solita sorella un po' rompiscatole alla quale volevi un mondo di bene.
Io ti scrivo per ricordarti principalmente tutto quello che eri e che hai passato.
Beatrice era quella bambina tanto ruffiana quanto arrogante che ha sempre avuto quello che desiderava e per cui rompeva davvero tanto.
Beatrice era quella ragazzina che ha sempre girato a testa alta nonostante gli insulti, i commenti e le critiche. Quella ragazzina che piuttosto che mettere in discussione delle stupide parole dettate da bocche ignoranti ha sempre preferito mettersi in discussione lei stessa.
Beatrice era quella ragazza che ha sempre dato tutto, forse troppo, alle persone a cui voleva bene senza che loro le dessero mai nulla in cambio.
Beatrice era quella ragazza che non riusciva a guardarsi allo specchio per più di 2 minuti senza trovare 1000 difetti; quella che ogni giorno indossava una maschera per non rivelare agli altri le sue fragilità e i suoi segreti più profondi; quella che appariva super sicura di sé ma che dentro aveva un disordine terribile che la portava ad essere davvero fragile ed insicura.
Beatrice non era solo questo, era anche molto altro.
Beatrice era anche tanto divertimento, tanti sorrisi e tante stupidate.
Beatrice era quella sempre sorridente, spiritosa e tanto attiva, a volte pure troppo. Quella che c'era sempre per tutti. Quella che ha sempre messo la testa prima del cuore.
Beatrice era quella ragazza che sognava di trovare l'amore della sua vita. Era quella che sperava di poter perdere veramente la testa per qualcuno. Era quella che desiderava tanto sposarsi e avere tre bellissimi bambini.
Beatrice è sempre stata una persona estremamente strana, diversa dagli altri ma spesso uguale.
La cosa che ha sempre cercato Beatrice è l'equilibro. Ora Bea adulta dimmi, hai trovato l'equilibrio? Hai raggiunto tutti quei piccoli obbiettivi che quando eri una stupida ragazzina ti eri prefissata? Sei diventata quello che hai sempre voluto essere?

Io spero di sì. Spero che tu non abbia mai perso l'obbiettivo. Spero che tu non ti sia mai arresa. Spero che tu non ti sia dimenticata di tutto quello che hai passato, anzi, spero che tu ne abbia fatto la tua forza.
Sono convita che sei riuscita a fare tutto quello che hai sempre desiderato di fare, a qualsiasi costo.
Ripongo davvero tanta fiducia in te, in noi. Non deludermi.
Ti mando un bacio e ti chiedo di non dimenticarti mai di come eri, delle cose che hai passato, belle o brutte che siano, perché è grazie a queste cose che ora sei quello che sei, e sono sicurissima che ora sei straordinaria.
(*Dalla Bea sedicenne piena di sogni, speranze e il doppio dei desideri.*)

Cara Penelope,
questa lettera è destinata alla te del 2039.
Spero che tu sia riuscita a realizzare il tuo più grande desiderio: essere mamma. Hai sempre pensato a come sarebbe stata completa la tua vita dopo aver avuto i due figli che hai tanto sognato, forse perché le cose più importanti sono quelle che rischiamo di perdere, o di non avere del tutto. Spero anche che tu sia riuscita a tenere al tuo fianco, o trovare, la persona giusta per te, che sappia gestire il tuo carattere molto forte e colmare le tue consistenti carenze accumulate negli anni. Sembra stupido ma spero anche che la persona in questione sia quella che ti ha accompagnato per gran parte della tua adolescenza. Ti prego di ricordare tutto quello che é stata la tua adolescenza e di non dimenticare mai chi ti ha accompagnato lungo la strada, nessuno escluso. Spero avrai un po' imparato dai tuoi errori che sono stati importanti per crescere. Spero che tu abbia saputo accettarti senza doverti affamare periodicamente per vederti bella. Spero anche che con la mamma e il papà le cose vadano sempre bene perché hai un disperato bisogno di due cardini nella tua vita. Non ti faccio auguri per il tuo futuro lavorativo perché sono sicura che tutto il tuo impegno e la tua dedizione ti porteranno esattamente dove vuoi arrivare. Non prendere le cose troppo seriamente e goditi tutto quello che la vita ti dará. Non dimenticarti mai di me,
Con tanto amore e tanta speranza.
(Penelope sedicenne)

Scrittura collettiva : Lettera a un amico o amica lontani nel tempo e nello spazio

Caro/cara,

non so più cosa aspettarmi da te, ti guardo e non ti vedo, ti parlo e non so cosa aspettarmi dalla tua risposta

Ti ho fatto apparire il mostro della vicenda perchè non ti avevo trattata bene e non volevo ammettere di aver torto

Tutti hanno aspettative e devi soddisfarle altrimenti sei una delusione

Sto vivendo un periodo un po' buio della mia vita ma sono certa che con il tuo aiuto sarebbe diverso

La cosa che più mi preoccupa è che le persone sono un po' meno persone...

Ma, se è bastato andare in scuole diverse per allontanarci, forse il nostro legame non era così stretto

Spero che dopotutto tu stia bene e che, in un modo o nell'altro, tu abbia trovato qualcuno migliore di me: che sia in grado di strapparti un sorriso in ogni occasione e che sia più presente di me

A questo mondo manchi, manchi a me.
Manchi nei momenti dove serve il tuo appoggio, la tua forza e il tuo coraggio per spingermi

Vorrei chiederti consiglio perchè sono sicuro che capiresti

Ma a cosa servono tutte queste cose se non ci vediamo più da molto tempo?

Mi mancano i tuoi grandi occhi blu che mi facevano sentire bella e la paura di poter sembrare sbagliata ai tuoi occhi

Mi manca il tuo profumo sempre troppo intenso

E' un periodo in cui faccio fatica a prendere decisioni e magari vorrei buttarmi a fare certe cose e non temere sempre le conseguenze, perchè la vita è una ed è meglio viverla appieno piuttosto che poi avere rimpianti

Ora sono quattro anni che non ho notizie di te, spero tu stia bene, non so dove e come cercarti, oramai sei troppo lontana

Ci siamo ferite fin troppo, ma siamo riuscite a perdonarci a vicenda

Non dimenticare le belle cose che abbiamo fatto insieme

"Non accadrà mai", è quello che pensavi tu, vero?
Ti confesso che lo penso anche io, ma non voglio arrendermi: la speranza è l'ultima a morire

Tu dicevi che era la mia qualità più grande: avere sempre un sorriso...

Ma non ero cambiata davvero … ero sempre io

Io avrei voluto che le cose cambiassero con te al mio fianco

Nonostante tutto, ***TI VOGLIO BENE!!!***

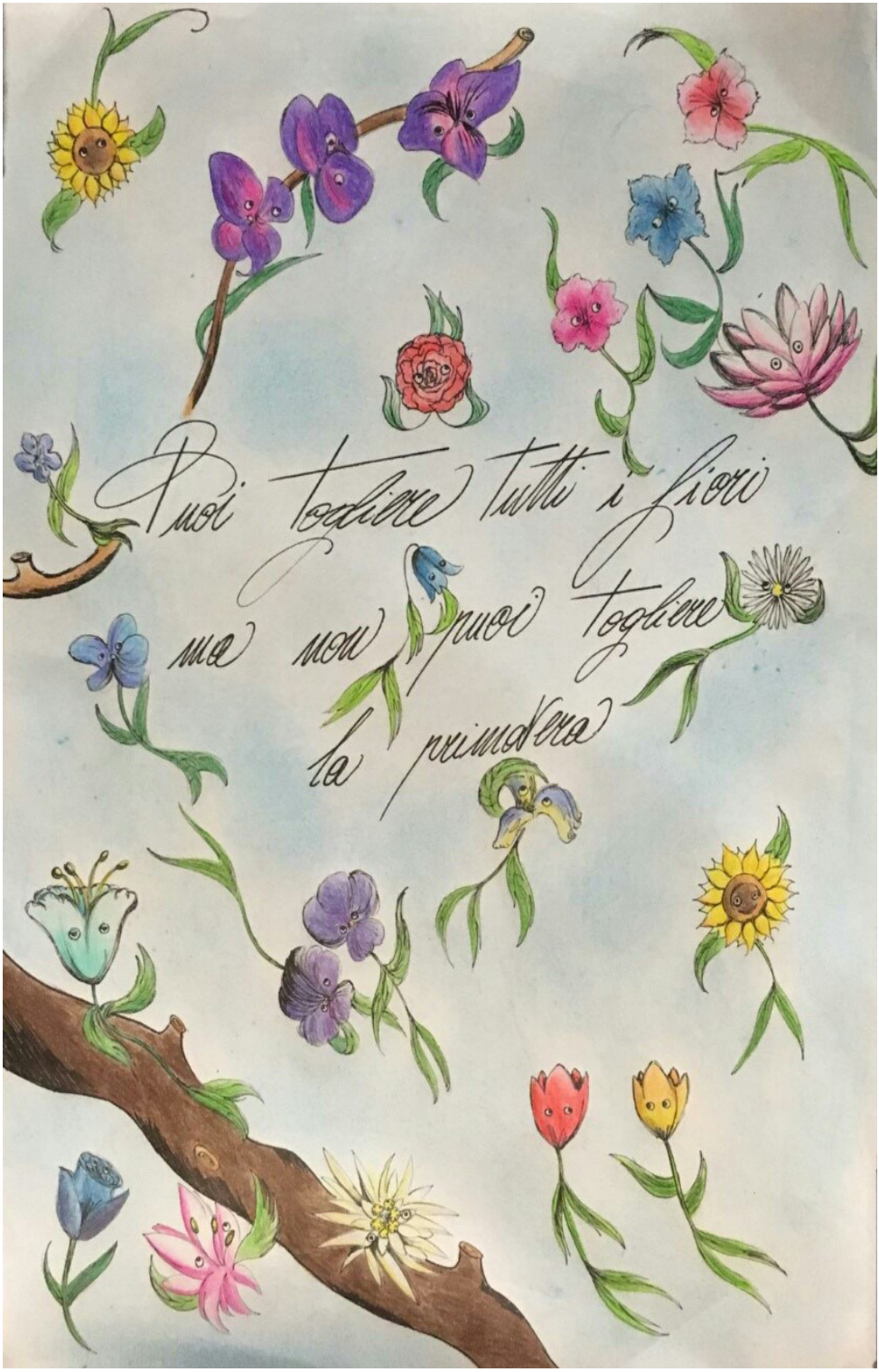
(La classe 3 O del Liceo Copernico di Brescia)

Hanno collaborato:

Penelope
Ginevra
Daniele
Giovanni
Chaymae
Navdeep
Raine
Omar
Beatrice
Chiara
Simone
Lorenzo
Francesco
Enrico
Luca Me.
Luca Mo.
Isabella
Silvia
Benedetta
Andrea D.
Andrea G.
Giorgio
Edoardo

con Nadia, Mariella e Prof. Stefano Corini

Questo libretto è una rassegna dei testi che le ragazze e i ragazzi della classe 3° del Liceo Scientifico Statale Copernico di Brescia hanno elaborato in occasione dei laboratori di "Scrittura per il benessere interiore" promossi dall'Associazione "Il Chiaro del Bosco ONLUS"


Puoi togliere tutti i fiori
ma non puoi togliere
la primavera