



Laboratorio poetico
PAROLE PAROLE PAROLE

a cura di Azzurra D'Agostino

Studenti coinvolti:

Sheila Omwanghe
Alessandro Ducceschi
Alessandro Gualandi Manfredini
Ina Vandewijer
Maria Balan
Mohammed Errhaoui
Kabeya Matsanga
Morad Maltouf
Maria Paola Maida
Silvia Baia
Sebastian Staicu
Yaser Ouafi
Anthony Ezenwa



CPTA della Montagna
Castelli di Castro (RD)







Indice

Premessa	5
Sheila Omwanghe	9
Alessandro Ducceschi	10
Alessandro Gualandi Manfredini	11
Ina Vandewijer	12
Maria Balan	15
Mohammed Errhaoui	16
Kabeya Matsanga	17
Morad Maltouf	18
Maria Paola Maida	19
Silvia Baia	23
Sebastian Staicu	24
Yaser Ouafi	26
Anthony Ezenwa	28







Premessa

Negli ultimi decenni, sull'onda dell'esperienza statunitense di poesia-terapia, anche in Europa e in Italia si sta puntando l'attenzione sulle potenzialità di quest'arte come possibile ulteriore strumento di aiuto nelle situazioni di fragilità. Per fragilità non va intesa qui solo la malattia vera e propria, conclamata, ma anche ogni stato nel quale la persona sia sottoposta a forte cambiamento, a condizione di criticità che ne mini la serenità, il procedere serenamente per le strade della propria vita. Fragile è l'anziano, fragile è chi si trova in condizione di povertà, fragile è il migrante in una terra straniera, fragile è l'adolescente, fragile è chi vive un momento di particolare difficoltà nella propria vita. Fragile, a ben vedere, è un aggettivo connaturato con l'essere umano, il quale può grazie a varie risorse fare di questa fragilità ricchezza, quasi approdo a un punto di forza. Scrive Carotenuto, psicoterapeuta: "La capacità dei poeti di trasfondere sulla carta emozioni, esperienze, vissuti, ma anche fuggevoli stati d'animo e altrettanto inconsistenti sensazioni, è già specchio e prodotto di un modo di vivere se stessi, attraverso un profondo ripiegamento interiore. Jung definiva 'introversione' questa attitudine a frequentare i territori della propria anima, piuttosto che le strade più affollate della realtà". Senza approfondire la questione di cosa sia la 'realtà' (non è forse talvolta





la nostra anima più reale del reale?), questo punto di vista suggerisce che la poesia, quella già scritta dai poeti, possa essere un ottimo punto di partenza per indagare se stessi, facendolo concretamente attraverso il linguaggio, esplorando la propria interiorità in un modo forse più ricco. Un pensare a sé tramite l'ascolto e l'essere ascoltati, perché quello che si prova è già in parte sviscerato da chi per molto tempo ha riflettuto su questa esplorazione interiore, sui mali e sui beni che ci capitano. La poesia inoltre, a differenza di altre arti, si nutre del linguaggio, ovvero di ciò che forse maggiormente ci caratterizza come esseri su questa terra: e il linguaggio usato dalla poesia è un linguaggio verticale, che nella sua capacità di evocazione fa riverberare mente e cuore in modo inusuale rispetto a quanto siamo abituati a sentire nel quotidiano. Per questa ragione, è sempre molto interessante creare dei gruppi di persone che lavorino insieme intorno a questa arte, per poter scoprire insieme le parole dei poeti ma soprattutto per poter trovare dei modi di esprimere propri sentimenti, pensieri, emozioni, paure e ricordi in una maniera inedita. La ricchezza di lavorare in un gruppo in questo modo, inoltre, risiede nel fatto che si annullano le distanze ma soprattutto si possono capovolgere i ruoli: si tratta di distribuire in maniera inusuale le competenze. Non è detto che un docente, uno studioso, o anche semplicemente il primo della classe sia il più 'competente' a scrivere poesia. Può anzi molto spesso capitare che le immagini più ardite, le poesie più profonde, i pensieri più sorprendenti vengano messi su carta proprio da coloro i quali sembrano avere difficoltà in altri campi. Questa libertà di capovolgere ruoli e schemi acquisiti è un grande mezzo di coinvolgimento, è l'occasione di dare spazio a tutti, oltre che un modo di scoprire lati di sé e de-





gli altri che non si conoscevano. Tutta questa lunga premessa è per motivare teoricamente ciò che può apparire evidente nella lettura dei tentativi poetici che seguono. La classe di poesia è stata composta da una serie di persone diverse per età, sesso, provenienza, lingua, situazione sociale. Non potremmo immaginare una classe più eterogenea. Dal giovane richiedente asilo, alla scrittrice belga, agli adolescenti con famiglie di origine di varie nazionalità, alla giovane mamma nigeriana, a chi desiderava provare. Eppure in questa grande diversità abbiamo senza difficoltà trovato dei fili conduttori, temi comuni dai quali ci siamo lasciati guidare, accompagnati dalle parole dei poeti. L'amore, l'amicizia, la musica, il ballare, l'immaginazione: abbiamo ascoltato la voce di molti poeti di varie parti del mondo che ci hanno condotto alla nostra propria voce. A partire insomma da poesie più o meno famose, abbiamo fatto alcuni esercizi per provare a scrivere le 'nostre' poesie, trovando il nostro modo, unico, per esprimere qualcosa che magari sentivamo ma non sapevamo come dire. Gli incontri sono stati sempre illuminanti, anche divertenti, mai scontati e ricchi di sorprese; spesso dopo una lettura è nato spontaneo un applauso. Ringrazio tutti i partecipanti per la generosità con cui si sono messi con fiducia in gioco, e per le cose belle che hanno scritto.

Azzurra D'Agostino







Sheila Omwanghe

La mia Africa

Africa di orgogliosi guerrieri nella
ancestrale savana,
Africa delle canzoni cantate da mia nonna,
sulla sponda del fiume.
Ti ho sempre conosciuta,
il tuo sangue fluisce nelle mie vene.





Alessandro Ducceschi

Colore – blu elettrico,
un animale – leone,
una stagione – New York,
una stagione – estate,
un sentimento – amicizia,
un ricordo – un’infanzia,
su New York si respira un aria d’ estate,
colore blu elettrico!



Cos'è la danza?

Significa danzare sulle note della musica.



L'amicizia

L'amicizia è una colonna importata dalla vita.
Dove si incontrano anime.



Il segreto

Il segreto pesa quando non si riesce a
contenerlo dentro.





Alessandro Gualandi Manfredini

Chiudo i miei drammi nelle cuffie,
mentre il mondo mi urla in faccia.



Se invece di sperarci ci crederò,
se invece di provarci lo farò,
se invece di rimanere a terra mi rialzerò,
allora non avrò vissuto invano.



Danzare è colorare
le nostre sagome di riempimento.



L'amicizia è tanta strada,
a volte è dolore,
altre volte gioia, ma senza mai sentirsi soli.



Se davvero l'anima pesa 21 grammi
Morirò solo dopo averli finiti tutti.





Ina Vandewijer

Hai preso il mio dito
nel tuo pugno.
Hai preso in un gesto
di un secondo
il mio cuore per sempre.
Hai preso il mio dito
con occhi che non vedono ancora,
come se avessi saputo
che non ti avrei mai lasciato.
— Hai preso il mio dito
e ti sei addormentato sicuro.



Il mare è eterno,
mai stanco di consolare
la spiaggia bronzea.
Il mare è il profumo
di sale e conchiglie.
Il mare è il letto della luna di cobalto,
del sole cocomero.
Il mare tira un lenzuolo
sopra il sospiro del mio sogno.





Papaveri, papà, un mazzo di papaveri.
Credimi, papà, avevo un mazzo di papaveri.
Ho pensato al sorriso petalo di mamma
quando io le avrei dato un mazzo di papaveri.
Ma nelle mie mani solo gli steli rimasti
e nelle mie tracce dei piedi
un milione di lacrime di sangue
nel prato della mia giovinezza.



In quella notte nuda
i grilli si sono zittiti.
Il buio chiude le ali.
Le nebbie si riposano,
gli angeli assennati guardano
come le tue labbra baciano i miei capelli.



Danzare è immergere
nei palpiti del cuore,
è il soffrire di un corpo
troppo piccolo per una passione dirompente.



Essere amiche,
è un cadere forte
e tu spiavi dal cielo
e ridi e dici:
Vieni cara, calma!
Non è niente!





Mi è venuta nostalgia
di foto in bianco e nero
in cui una bambina congelata in volo
e un uomo
a braccia aperte
per raccoglierla.
E sempre sento
il grido di giubilo
che resta fra di loro
in bianco e nero.





Maria Balan

Il mare è così grande
che riesce persino a farti delle domande
il mare è l'alba profonda.



Nel mio prato ci sono i fiori,
c'è l'odore di primavera,
è mio nonno che non c'era,
nel mio prato ora c'è tristezza.



Mi ricordo il buio che c'era,
e il tuo sorriso di quella sera,
che illuminava il cuore,
di chi non sa ancora cos'è l'amore.



La danza e l'arte che colora il mondo.



L'amicizia è un legame stretto
che deve essere protetto,
l'amicizia è infinita
e ti allunga la vita.





Mohammed Errhaoui

La gente è come la musica
alcuni dicono la verità
alcuni fanno solo rumore.



Se io potrò impedire al mio cuore
di spezzarsi per una persona inutile
non avrò vissuto invano.



Vorrei misurare le emozioni di una persona,
guardandola solamente negli occhi,
e sentire tutto l'amore nel suo cuore.





Kabeya Matsanga

Se io potessi impedire la guerra
e alleviare il dolore ai bambini
mi sentirei come un falco che conquista la
vetta più alta,
come un leone che domina la savana
come la più nobile creatura.



Se la musica fosse un fiore sarebbe un girasole.
Se la musica fosse un'azione sarebbe un
abbraccio.
Se la musica fosse una stella sarebbe un sole.
Se la musica fosse un filo sarebbe un laccio.
Se la musica fosse un oggetto sarebbe una suola.
Se la musica fosse un animale sarebbe un
riccio appallottolato.





Morad Maltouf

Blu come il mare di Riccione.
Mi ricordo l'infanzia sotto l'ombrellone.
Mi sento libero come un leone
che corre e corre sotto il sole.



Se io aiuterò
ogni persona che ha bisogno
allora sì che non avrò vissuto invano.





Maria Paola Maida

Ti ho guardato negli occhi quel primo d'aprile
sembrava uno scherzo e invece sei realtà,
ti ho guardato negli occhi e c'ho visto l'universo
non mi serve nient'altro
perché tu a tutta la mia vita
hai dato un senso.



Se la musica fosse un animale sarebbe un iena
perché di tutta la foresta sarebbe padrone.
Se la musica fosse una stagione sarebbe
l'autunno perché
riuscirebbe a spazzare via qualsiasi cosa
brutta che c'è.
Se la musica fosse un sentimento sarebbe l'amore
perché riesce ad unire tutte le persone.



Se la musica fosse un ricordo sarebbe quel
giorno in quella stanza
perché da lì ho capito che la musica ti salva.





Se io potrò impedire
di farti sentire il vuoto di un posto vuoto
se io potrò impedire
la discesa delle lacrime sul tuo viso
allora no, non avrò vissuto invano.



Il mare è molto salato
e a volte anche agitato.
Il mare è calmo
quando c'è il sole
e burrascoso se fuori piove.
Il mare è profumo di casa
dove ogni anima riposa.



Il mare è pace e tranquillità
lontano dalla realtà.
Il mare è sintonia
Il mare è allegria
Il mare è tristezza
Il mare è dolcezza
Ti fa respirare il mare
anche se ti sembra di annegare.





Nel mio prato c'è la neve
che si appoggia in modo lieve.
Il mio prato è un freddo deserto
dove tutto è incerto.
Nel mio prato c'è l'assenza che ho di te.



Mi ricordo quella sera
quando tutto era buio
il tuo viso, il tuo sorriso e il tuo profumo.



Mi ricordo di te
perché sarai sempre parte di me.
Mi ricordo di quando ho conosciuto te
che cammini ancora accanto a me.



Danzare e liberarsi dei pezzi
dell'anima infranta.



L'amicizia è fidarsi
l'amicizia è confrontarsi
e mettere insieme i nostri passi.
L'amicizia è non dubitare mai
perché so che per sempre ci sarai.





La matematica non è un'opinione
e alcune cose non le sanno le persone.
La matematica cosa fa?
Misure, perimetri, aree ma non la realtà
io in matematica non sono brava, ma chi lo è
mi sa dire quanta felicità dentro di noi c'è?
E lo sguardo, sì, proprio quello lì
per la matematica arriva fino a qui?
Un sorriso, la paura, l'amore non hanno
una misurazione
ma la vita non è una semplice equazione.





Silvia Baia

Danzare è come il sorgere del sole al mattino
e il canto degli uccellini di sera.
Amico mio tu sei come
un camino in pieno dicembre.
Scaldi il cuore e l'anima.





Sebastian Staicu

Il respiro della morte pian piano uccide
la vita sul mio prato.
Le piante gli animali muoiono lentamente
e sulle loro carcasse scende una buia oscurità,
la luce della luna illumina delicatamente il tutto,
e ciò che prima era radioso,
ora è solo un deserto cupo e spaventoso.



Era un giorno piovoso con dei lampi forti
e spaventosi,
nella buia oscurità davanti alla fermata
degli autobus,
un lampo illumina una figura femminile,
e ora ricordo era bella pallida ed elegante
come un'oscura creatura della tenebre,
e d'incanto la mia anima si fermò,
si impresse in essa tutto quanto e mai più
dimenticherò quel fatto.





La danza del corvo nero
oscuro come l'oscurità più pura,
per me la danza
è come un corvo che spicca il suo volo
volteggiando al chiaro di luna,
oscura tutto con la sua tetra ombra
silenzioso volteggia nel cielo
e il bianco d'un tratto
diventa tutto nero.



Per me l'amicizia è complicata
è come un fiore può appassire e morire
ciò che è bello può diventare brutto
l'amicizia come ho detto può diventare brutta
sia fuori che dentro
e per questo che rimo
perché in fondo anch'io
sono un amico sopraffino.





Yaser Ouafi

Lo sai cosa vuol dire essere amici?
Vuol dire che nessuno ci separerà mai
che qualsiasi cosa accada staremo sempre
sulla strada del bene.
Vuol dire piangere insieme su le nostre spalle.
Vuol dire perdere e vincere insieme.
E chi trova un amico trova un gemello che
crede in te.



Come si misura la paura?
Come può essere misurato l'amore?
Quegli sguardi, i baci falsi e i baci sinceri
che ti mandano il cuore a mille.
Come si può misurare la figura angelica di
un bambino?
I suoi sorrisi il suo bacio innocente
e il suo sguardo.
Come si misura il profumo della mamma?



La sua pelle delicata
le sue debolezze
i suoi sforzi per proteggerti.
Io so solo che queste cose non hanno né
peso né misura.





Il vento ruggisce come un leone
non avrò vissuto invano prima di
concludere le cose che ho in testa.





Anthony Ezenwa

Devo spazzare la casa ogni mattina,
lavare il piatto dopo il suo utilizzo,
pulire gli armadi e le finestre,
il gabinetto o il bagno quando è sporco,
pulire tutte le mie difficoltà
del passato e del futuro avvenire.

