

Con passo leggero

itinerario di scritture autobiografiche

Laboratorio a cura della
Mnemoteca del Basso Sarca

aprile maggio 2026
Riva - Luogo Comune

Un tempo per noi,
per lavorare sui ricordi, sulle
emozioni, sui fatti e le persone
della nostra vita.

Mnemoteca Basso Sarca

LUOGO COMUNE

Quello che segue è il frutto di un breve laboratorio di tre incontri tenuto nella sede di Luogo Comune di Riva del Garda. Sarà una sorpresa, specie per chi si accosta per la prima volta alla scrittura di sé, vedere quanto sia stato prodotto in così breve tempo, ma soprattutto la qualità del lavoro svolto. È una sorpresa alla quale siamo abituate, ma che sempre ci riempie di soddisfazione e ci fa venir voglia di nuovi incontri, di approfondimenti in nuovi ambiti. Anche chi pensa di non essersi esposto, di aver faticato ad aprirsi, sarà contento di aver partecipato e di ritrovare in mezzo a quelli degli altri i suoi scritti, i suoi disegni. Qualcuno sicuramente ci seguirà in altre proposte, ne siamo certe perché abbiamo un zoccolo duro che generosamente ci segue di tema in tema e ama scrivere con noi.
Autobiografia significa arte della scrittura della propria vita.
Si lavora sui ricordi, sulle emozioni, sui fatti, sulle persone che ne fanno e ne hanno fatto parte. Ogni cosa della nostra esistenza è preziosa, scrivendone se ne affrontano i temi cruciali. Si attraversano le dimensioni dello spazio, i luoghi dove abbiamo vissuto e che abbiamo amato, del tempo, viaggiando dal remoto passato al presente; si riflette sulle relazioni con gli altri, sui cambiamenti che ci hanno fatto soffrire, ridere, capire quale sia il nostro posto nel mondo..
Lavorare sui ricordi ci aiuta a dare voce a quello che abbiamo vissuto, a completare le tessere che formano il puzzle della nostra vita, ad acquisire la consapevolezza che ciò che abbiamo conosciuto è degno di memoria.
Scrivere di sé aiuta a non dimenticare, ma anche a riordinare quella materia confusa che è la vita, a riattraversarla in modo creativo.
Si fa autobiografia non solo con la scrittura, ma anche con la fotografia, il disegno, i film e i libri amati, la musica, gli oggetti. Nel laboratorio non si è soli, ma ci si sente parte di un gruppo che accoglie senza dare giudizi. Si scopre di essere capaci di imparare e fare cose nuove, si allena l’introspezione, si coltiva il piacere di raccontare e condividere con gli altri pezzi della propria storia. Si comprende che il proprio racconto di vita ha valore, così come le storie degli altri.
Tutto questo avete fatto con la vostra partecipazione.
Ringraziando tutti e tutte con piacere vi presentiamo questa raccolta, con l’augurio di poterci rincontrare presto.

Tiziana, Laura e Claudia
Riva del Garda, luglio 2026

CON PASSO LEGGERO
LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA

Primo incontro
Gli scopi di una raccolta di storie autobiografiche.
Patto di laboratorio

1.Il nome

Lettura
Il nome
Prendi il tuo nome,
è come ti risposero
al primo strillo, il suono
in cui madre e padre ti avvolsero
appena fuori dal silenzio
e ai risvegli soffiavano
nelle tue orecchie curiose.
Sei tu nei pensieri
di chi non ti ricorda faccia e voce.
Prendi il tuo nome e scrivilo
come chi ha fame pone piano il pane
e spezzalo,
gustane il molle e il duro e
gridalo e sgridalo e frugalo e rimbalzalo
come palla sul muro, come
sull'acqua pietra piatta.
Con il nome
fatti poesia, corpo che suoni.
Roberto Piumini

Scrittura
A proposito del mio nome… Perché i genitori hanno scelto per me questo nome? Sensazioni e fantasie legate al mio nome. Come mi sarebbe piaciuto chiamarmi?

Il mio nome è composto, uno visibile e uno nascosto, forse perché la differenza fra giorno e notte parte dal giorno di 24 ore: una parte visibile e chiara e una nascosta al buio e proprio in mezzo mi trovo io. Non molto direi, ma confuso come i miei pensieri e il mio nome composto già lo si capiva dalla nascita.
Se lo guardo al contrario è anche più confuso di prima e la notte diventa anche più buia, meglio non capovolgerlo, è più di aiuto nei ricordi.
Mi avranno guardato papà e mamma e detto "To', è arrivato, proprio lui ci mancava". E proprio lì è iniziato a non esserci più le mezze stagioni… tutta colpa mia… Tutto è iniziato per scherzo ma io sono qua a vedere se nevica a ferragosto. Confuso ma chiaro. *Luca Angelo*

Sono nata Rosanna e adesso a settant'anni
Sono Nina.
Non è cambiato il mio nome, Nina ne è il diminutivo.
Non ho mai veramente sentito che il mio nome mi rappresentasse, oppure rappresentava una 'Me' che non ero più.
Quella persona che si uniformava alle aspettative dei genitori per essere accettata.
Nel momento che mi sono resa conto di essere completamente diversa da come mi volevano loro, cambiare almeno un poco il mio nome è stato il primo passo…
E poi Nina mi dà l'idea di una donna in gamba, potrebbe essere un nome partigiano, mentre Rosanna è troppo banale, borghese, e io non voglio essere niente di questo.
Adesso la gente che mi conosceva nell'altra mia vita continua a chiamarmi Rosanna, gli altri Nina.
Io rispondo sempre. *Nina*

Non ho mai saputo perché i miei genitori hanno scelto il nome Paolo. Penso perché, semplicemente, piaceva. Non c'erano stati, nella mia famiglia, parenti che avessero quel nome. I nonni, anzi, avevano due orribili nomi Adolfo e Rodolfo. Anche mio padre si chiamava Adolfo in quanto, quando lui nacque, suo padre era già morto in guerra. Io mi chiamo Paolo Adolfo Rodolfo, una vergogna. Non ho mai pensato al mio nome in quanto tale mentre invece per tutta la vita ho convissuto simpaticamente con nome e cognome Paolo Tonelli perché, 15 giorni dopo la mia nascita, nella stessa Piazza 3 novembre, è nato un altro Tonelli e lo hanno chiamato Paolo. Stessa scuola elementare, stessa scuola media, numerose vicissitudini e, molti anni dopo, stessa società nella quale lavoravamo entrambi (una decina di anni). A scuola io ero Adolfo Tonelli e lui Germano. Al lavoro io ero Paolo Tonelli uno e lui due perché ero stato assunto prima. Oggi sto nella associazione Luogo Comune e una delle colonne portanti delle nostre azioni si chiama Martina Tonelli figlia del Paolo Germano. Mi chiedono: è tua figlia? Rispondo! No è figlia del Paolo Tonelli. *Paolo*

Dovevo chiamarmi Nicoletta ma il mio papà disse "No" ! A Pilcante, paese da dove proveniva, c'era una signora Nicoletta che faceva un uso assai disinvolto del vino. Così spuntò Rosanna. Non so da dove e da chi. È un nome che si ricorda poco e spesso mi chiedono "Come ti chiami?". Dopo un po' se lo dimenticano. Poi c'è un'altra cosa. Frequentemente mi chiamano Rossana come se Rosanna forse un nome dozzinale. Purtroppo, di cognome mi chiamo Sega e dal mondo maschile arrivano battute non proprio simpatiche. Spesso mi si dice Sega di nome e di fatto. Comunque, sono arrivata indenne a 77 anni e mi sono affezionata al mio Rosa Anna, soprattutto Rosa. Mia figlia mi chiama Rosy in situazioni particolari, per esempio se facciamo meditazione o danza in gruppo, e io mi ritrovo 'altra' 'sconosciuta', mi guardo come fossi una persona che non conosco. Non so se lo gradisco. *Rosanna*

Sono nata nel 1950, anno santo, e ho rischiato per questo di chiamarmi Eugenia come papa Pacelli o Assunta per via della Madonna, così mi raccontavano i miei. Per fortuna mia mamma ha conosciuto una bimba simpatica e sorridente di nome Tiziana e questo è diventato il mio nome. Però quanto avrei voluto chiamarmi Laura, Donatella, Gabriella, nomi dolci e saltellanti e non avere queste zeta taglienti nel nome e nel cognome! Col tempo però ho capito che rispecchiano il mio carattere un po' spigoloso e irruente e le ho accettate. Tiziana infatti non ama stare ferma è una capretta libera,

veloce, intuitiva. Ama percorrere i sentieri della sua terra ed è felice solo quando si sente niente di più né di meno di un pruno selvatico che riesce a far fiorire i suoi rami fra le spine. *Tiziana*

L
LO
LOR
LORE
LOREN
LORENZ
LORENZA
LORENZA
ORENZA
RENZA
ENZA
NZA
ZA
A
Ci sono volte in cui non si incontra con il viso e con il corpo che dovrebbe rappresentare. E' stato scelto con cura credo, legato al giorno in cui era prevista la mia nascita, fuori dai nomi di famiglia, nuovo per tutti. Spesso abbreviato per comodità da nonna e zie in "enza" o "renza", diminutivi odiati ai quali non rispondevo.
Bello? Sì, mio...no, o almeno non sempre. Ci sono situazioni in cui è completamente estraneo, difficile da dire, spigoloso con quella zeta. Avrei voluto un nome più dolce, non saprei quale. Seguendo la tradizione mi sarebbe toccato un Fiorinda o Modesta decisamente troppo.
Lo specchio mi rimanda la mia immagine che solo ora aderisce sia pure con qualche sbavatura al nome che mi è stato dato: Lorenza. *Lorenza*

Il mio nome al contrario: Chi è questo strano personaggio e che cosa fa? (Fantasie in libertà)

ANIN è una ragazza iraniana molto giovane e piena di vita.
Porta il velo per strada e lo toglie appena si trova in casa di amici.
Studia, ride, lotta, non le interessa di piacere agli altri, non vuole essere come gli altri.
Ama il popolo del suo paese,
non vorrebbe essere nata altrove,
ama il suo paese tribolato. *Nina*

ANAIZIT è una donna inuit. La vedo sfrecciare con la slitta mentre guida con sicurezza la sua muta di amati hasky fra le banchise di ghiaccio o sulle piste innevate della terraferma. Li ama ed è riamata. Il gelo le arrossa le guance ma è ben protetta e le piace avanzare nel silenzio rotto solo dal fragore degli iceberg o dal grido acuto di qualche uccello. Si sente libera nello spazio immenso che la attornia e sotto la volta del cielo stellato. Caccia ed uccide solo per sopravvivere. Torna al campo per una sosta davanti al fuoco comune, ma presto riprende il cammino e si perde nella neve. Quando staziona nel suo igloo passa il tempo ad intagliare le sue creazioni in osso e non si sente mai sola. *Tiziana*

OLOAP. Mi ricorda un guerriero vichingo. Tutto sommato mi ci ritrovo perché mi piace pensare non al guerriero ma all'attraversatore di mari e di oceani. Sembra siano stati i Vichinghi a scoprire l'America ma siccome erano sostanzialmente buoni non lo hanno detto a nessuno e hanno lasciato in pace l'America e gli americani. *Paolo*

ANNAROSA è una persona solare, forse di origine nobile, ed è sicuramente di buona famiglia. Vive in una villa con un grande parco con piante odorose anche in inverno come il Calicantus o in autunno come l'Olea Fragrans. È alta di statura, sottile, bionda con occhi scuri, pensosi. Legge molto e canta vocalizzi all'aria aperta. Mangia pane e burro con acciughe del Cantabrico. È felice. *Rosanna*

AZNEROL: sempre difficile da dire!
Sembra il nome di un arcangelo o di un demone, sì un angelo caduto (per troppo peso avrebbe detto mia nonna).
Mi piace: Fuori dal tempo e dallo spazio, incorporeo, evanescente, leggero e sapiente, oppure ombroso e potente, un alter ego perfetto.
L'esatto contrario del mio essere. *Lorenza*

Ω

2. **Nascere**

Lettura
Sono venuta al mondo un martedì d'autunno del 1880, nella dimora dei miei nonni materni, a San Francisco.
Mentre all'interno di quella labirintica casa di legno mia madre, grondante di sudore, ansimava per aprirmi un varco, il cuore intrepido, e le ossa disperate, nella strada ribolliva la vita selvaggia del quartiere cinese con il suo aroma indelebile di cucina esotica, il suo chiassoso torrente di dialetti sbraitati, la sua inestinguibile folla di api umane in un frettoloso andirivieni.
Nacqui di buon mattino ma a Chinatown gli orologi non si attengono ad alcuna regola e a quell'ora prende vita il mercato, il traffico di carretti e i latrati tristi dei cani nelle loro gabbie, in attesa del coltello del cuoco. Solo parecchio tempo dopo sono venuta a conoscenza dei particolari della mia nascita, ma sarebbe stato ancora peggio non averli mai appresi; si sarebbero potuti smarrire per sempre negli impervi sentieri dell'oblio. Nella mia famiglia i segreti sono talmente tanti che probabilmente non avrò tempo sufficiente a svelarli tutti: la verità è fugace e viene lavata via da torrenti di pioggia. *Isabel Allende Ritratto in seppia*

Scrittura
Sono nato…Fatti e fantasie legate alla mia nascita. Il racconto delle origini. Scrivere quello che mi viene in mente qui ed ora sulla mia nascita.
La nascita come un "venire al mondo", "venire alla luce". Quando sono nato? Come? Quando penso o sento o mi piace credere di essere nata? (non viene richiesta una verità storica, c'è libertà narrativa).

Sono nata il 1 Febbraio alle 13 e 30 in casa. Un tremendo temporale con pioggia, lampi e tuoni imperversava. Ci furono dei problemi con la levatrice e una puntura sbagliata. Venni alla luce rapidamente, forse in anticipo. La mia mamma ebbe delle fortissime complicazioni. Mi misero in una culla e lì lasciata. Ero una neonata esile, piangevo, disperata, affamata. Tutte le persone della

casa e le attenzioni erano per la mia mamma. A sera, narra la leggenda di casa, il mio papà si ricordò di me e mi imboccò con *polenta e pocio*. Conoscendo il mio papà penso sia stata la verità. Un gesto d'amore che, per tutta la vita, mi ha commosso e tutt'ora mi commuove insieme alla gratitudine verso il destino o il cielo, perché non sono nata orfana e la mia mamma per 19 anni restò con me ancora. *Rosanna*

Ania nacque il 4 dicembre alle quattro e 30 del mattino. Per tutta la notte fui sola con il mio dolore, ma quando iniziarono le spinte tutto si risolse rapidamente. Ania era piccola, scura, grinzosa. Una ostetrica felice me la portò e mi disse "svelta come la sua mamma", me la pose tra le braccia e lei aprì gli occhi e mi fissò. I suoi occhi erano grandi, enormi nel visetto magro ed erano bellissimi, luminosi e molto seri. Fu un momento indimenticabile. Capii che niente sarebbe più stato come prima. Terrorizzata e felice. *Rosanna*

Se ricordo bene ciò che mi è stato detto erano circa le 08:00 pm di una calda giornata di luglio. Di più non so, se non che mio padre era in preda a notevole gioia, in quanto era stato detto a mia madre che dopo mia sorella Norma, nata nel 1942, non avrebbe più potuto avere figli. Dicevo, per l'appunto, mio padre scendendo le scale per dare la notizia non so a chi, scivolò sugli ultimi gradini e piantò la testa sul pesante portone del municipio. Sì! Municipio; perché è lì che sono nato! Tremendo presagio? *Paolo*

La mia famiglia stava cenando in una microscopica cucina di una casa ultrapopolare del duce a Milano.
"Che buono questo minestrone!" Poi le si sono rotte le acque.
Non so perché sua sorella ostetrica ha pensato di farla andare con l'ambulanza che suonava, ma so che lei ha riso per tutto il tragitto perché le sembrava una cosa comica, mentre la sorella continuava a dirle di non ridere, perché in ambulanza bisognava avere un'aria ammalata.
Il ritorno a casa lo abbiamo fatto in tram, con me infagottata nella copertina con le campanelle azzurre e rosa.
La casa era vuota e fredda, mia zia provò ad accendere la stufa e la cucina si riempì di fumo.
In quella casa con la cucina microscopica c'era anche un bagno altrettanto microscopico dove c'era posto solo per una 'turca'.
Il bagno sembrava il posto più caldo e noi ci siamo accovacciate sopra la turca. *Nina*

Sono nata all'ospedale di Riva alle 5 del mattino del 23 marzo del 1950. L'ambiente non era molto piacevole. L'ostetrica era una nota bevitrice e quando visitò mamma se ne uscì con questa frase: "Con quei seni bianchi, vedrai che non avrai neanche latte!" Per fortuna la realtà la smentì.
Però non mi decidevo a nascere così usarono il forcipe. Il pensiero di quel ferro che mi tirava fuori a forza mi ha sempre fatto impressione; mamma sdrammatizzava raccontando che appena uscita mi addormentai e non volevo più svegliarmi, forse per dimenticare l'esperienza poco piacevole, e allora la solita ostetrica mi fece trangugiare un cucchiaino di caffè! Cose incredibili ma vere.
Siccome si raccomandava alle puerpere di non mettere le mani in acqua, papà per le prime settimane aveva chiamato una ragazzina che l'aiutava, un vero lusso per i tempi.
Dopo due anni nacque mio fratello Fabio, così voglioso di conoscere il mondo che non diede a mia mamma il tempo di andare all'ospedale e quattro anni dopo arrivò Marco che naturalmente, vista la precedente esperienza, non nacque all'ospedale di Riva ma a quello di Rovereto. *Tiziana*

Sarei dovuta nascere il 10 ma i bambini arrivano quando è il loro momento giusto. Il mio era il 14 agosto alle 17 e 45, un caldo pomeriggio d'estate che ha fatto soffrire mia madre e che ha dato inizio alla mia storia. Nei racconti il ruggito dei leoni e il caldo pesante. C'era un circo nelle vicinanze dell'ospedale e i leoni ruggivano forse sognando la savana in cui erano nati. Io amo il caldo e mi sono sempre vista nascere nella polvere rossa della savana, tra cespugli secchi e gazzelle che corrono. I leoni ruggiscono e i li sento amici, protettori e fratelli. Il sole rosso al tramonto avvolto nella densità immobile, il sudore sulla pelle scura, la fatica dell'inizio, la dolcezza del primo umido abbraccio. *Lorenza*

Ω

3.**Una prima mappa della vita**

Lettura

… Ed eccomi giungere alle distese e ai vasti palazzi della memoria, dove stanno i tesori delle innumerevoli immagini impresse dalla percezione di ogni sorta di cose. Qui giunto, posso richiamare tutte le immagini che voglio: alcune si presentano immediatamente, altre si fanno desiderare più a lungo, come si dovessero cavar fuori da ripostigli più segreti, altre irrompono in massa e, mentre chiedo e cerco altro, balzano in prima fila con l'aria di dire: "Non siamo noi, per caso?" E io le scaccio con la mano del cuore dal volto del mio ricordo, finché ciò che voglio non si snebbia ed esce bene in vista dal nascondiglio.

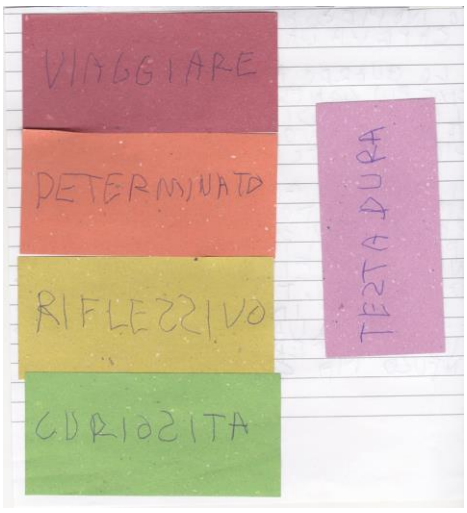
Nel palazzo immenso della mia memoria sono pronti ad un mio cenno il cielo e la terra ed il mare e tutte le sensazioni che ne hai ricevuto, la luce e tutti i colori e le forme dei corpi, ogni tipo di suono e tutti gli odori, i sapori e le sensazioni di duro, molle, caldo e freddo, levigato ed aspro, pesante o leggero…

Sant'Agostino. *Confessioni*. Libro X, cap. VIII

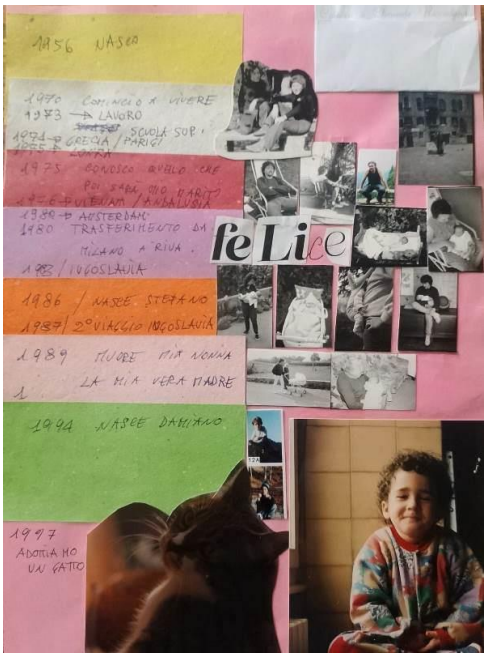
Scrittura

Scriviamo rapidamente, su 10 tessere di cartoncino già pronte, i fatti o i ricordi importanti che pensiamo fondamentali nel nostro percorso di vita, così come vengono, con frasi o anche singole parole.

Poi su un foglio proviamo a disporre le tessere (che poi incolleremo), scegliendo liberamente un criterio, che scriveremo in alto (ad esempio dal più importante al meno o viceversa; mettendole a gruppi a seconda dell'argomento o dell'emozione che le unisce ecc.) Magari possiamo anche collegarle con delle linee: a questo punto avremo composto una vera mappa e scegliendo una delle tessere più significative potremo scrivere un breve testo, ricordando e raccontando meglio.

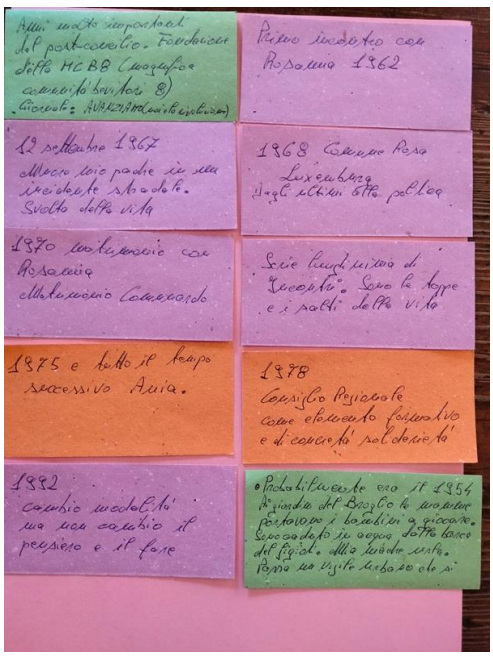


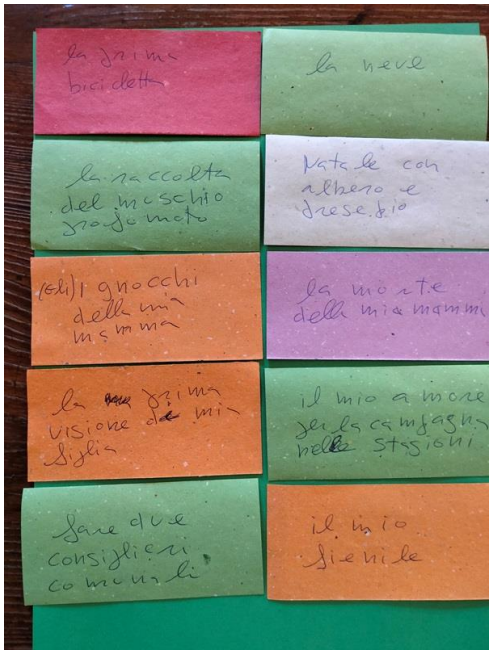
Viaggiare le racchiude tutte perché quando viaggio la mia mente vola in orizzonti che mi fanno toccare con mano quanto sono fortunato nonostante tutto, che nella confusione mi ritrovo.
Mi ricordo che la carbonara è buona, che mi piace il vino e che i tramonti mi lasciano senza respiro, che se piove devo prendere l'ombrello… del cioccolato ne riparliamo domani… troppi ricordi!
Luca





Nina





Paolo

Il distacco-le zie e la nonna-ostilità-rinuncia ai sogni-scelte difficili-maternità-abbandono sola contro il mondo-ricominciare in due-la vita va avanti-tirare le somme.

Ostilità.

Arriva il giorno in cui mi rendo conto che non sono più la piccolina di mamma, che tutto quello che faccio non va bene, che io non vado bene.

In effetti sono un po' ribelle e selvatica, ma sono anche obbediente e brava a scuola, studio con profitto, aiuto in casa, faccio i compiti con i miei fratelli e non capisco perché continuo a essere rimproverata e castigata, che ogni frase che mi viene rivolta ha quel tono gelido e cattivo. Niente più baci e abbracci solo distacco.

Mi viene mostrato sempre il lato brutto dietro ogni cosa bella che incontro. Poi piano piano capisco: sto diventando grande, donna e questo mia madre forse non lo aveva previsto. *Lorenza*

Ω

4.**Mi ricordo**

Lettura

… Mi ricordo lo zucchero filato nelle fiere.
Mi ricordo che tutti i numeri la cui somma dà un totale di nove sono divisibili per nove (a volte passavo interi pomeriggi a controllare).
Mi ricordo che il primo film in cinemascope si chiamava La tunica (e non valeva niente).
Mi ricordo che non mi piacevano i crauti.
Mi ricordo la strizza che avevo quando ero in collegio, che mi lustrassero l'uccello col lucido da scarpe.
Mi ricordo che Krusciov ha sbattuto una scarpa sulla tribuna dell'Onu.
Mi ricordo gli scubidou.
Mi ricordo che ero lupetto, ma ho dimenticato il nome della mia pattuglia.
Mi ricordo "Da qui all'eternità."
Mi ricordo che sognavo di arrivare fino al meccano N°6.
Mi ricordo i berretti di pelo alla David Crockett.
Mi ricordo quando andavo a prendere il latte con un bidone di latta tutto ammaccato.
Mi ricordo il bagno che facevo il sabato pomeriggio tornando dal collegio.
Mi ricordo Jean Paul David.
Mi ricordo le corse nei sacchi.
Mi ricordo che Claudia Cardinale è nata a Tunisi.
Mi ricordo solo qualcuno dei sette nani: Pisolo, Brontolo, Dotto….

Da "*Mi ricordo*" *di Georges Perec*

Scrittura

Scrivi una serie di microricordi che evochino i cambiamenti avvenuti in te o intorno a te alla maniera di Georg Perec.

Mi ricordo

Ricordo che mio padre mi portava a scuola seduta sulla canna della sua bici.
Ricordo quando eravamo poveri.
Ricordo che mangiavo delle fette di pane con olio e zucchero per merenda.
Ricordo che giocavo alle bambole in un pollaio chiuso con la rete mentre le galline erano fuori libere.
Ricordo che mia nonna ha venduto pelli di coniglio per avere in cambio un bambolotto di celluloide che sarà la mia prima bambola.
Ricordo che mettevo un velo quando andavo a messa.
Ricordo che con Fiorenzo e i miei figli piccoli la sera al crepuscolo andavamo a guardare i caprioli appena fuori dal paese.
Ricordo che andavo al caseificio con il secchiello di alluminio che sbatacchiava allegro.
Ricordo le mucche che si abbeveravano alla fontana.

Ricordo il bidello che veniva in classe a riempirci il calamaio d'inchiostro.
Ricordo la carta assorbente colorata premuta sulle pagine appena scritte.
Ricordo Carosello e la trasmissione 'Non è mai troppo tardi'.
Ricordo quando aspettavo con ansia gli episodi de 'La freccia nera' e 'Zorro'.
Ricordo che non mi stancavo di guardare le pecore degli intervalli che pascolavano all'infinito.
Ricordo mia nonna che si appuntava al vestito un fiore raccolto dai vasi prima di fare le foto.
Ricordo i canti alla processione del Corpus Domini, gli stendardi rossi e i lumi alle finestre.
Ricordo le manifestazioni in piazza a Milano dove io partecipavo come per un gioco.
Ricordo la cinquecento di Fiorenzo dove stavamo in cinque, con la capote aperta e il palloncino del mio fratellino che svolazzava in alto.
Ricordo quanto erano belli i capelli biondi di mio figlio Stefano e le risate che ci faceva fare Damiano con le sue frasi dalle parole storpiate.
Una data importante, 1989 muore mia nonna.
Viveva in casa con noi e si svegliava la mattina presto per prepararmi la frittatina prima che andassi a scuola.
Si metteva in mezzo fra me e mio padre se lui mi rincorreva per darmele, trascorrevo i miei mesi migliori sola con lei in montagna.
Non mi abbracciava perché nessuno l'aveva mai abbracciata, ma c'era sempre.
Quando le ho detto "non lasciarmi" lei ha risposto "lasciami andare dal mio Giuseppe".
Così è stato facile per lei lasciare la terra. *Nina*

Uno) Gli incontri di lotta alla fine della scuola. Le ho sempre buscate di santa ragione e sempre dallo stesso bambino
Due) La morte di un mio compagno di classe alle medie, si chiamava Santoni
Tre) Le bellissime amiche di mia sorella che venivano a casa
Quattro) Le volte che mio padre era richiamato alle armi e come odiava questa cosa
Cinque) La prima importante escursione in montagna, la prima di una lunga serie. Cima Vioz, era il 60 o il 61
Sei) Un pugno che mi ha mandato KO all'oratorio.
Probabilmente era il 1954 e ai giardini del Brolio le mamme portavano i bambini a giocare. Sono caduto in acqua dalla barca del 'Gigioti'. Mia madre urla. Passa un vigile urbano che si butta in acqua e salva il bambino accorgendosi, immediatamente dopo, che si trattava di suo figlio. *Paolo*

Mi ricordo Santa Lucia
mi ricordo il pane del Vivaldelli
mi ricordo l'hula hoop
mi ricordo don Ivo Cattoni
mi ricordo Paul Newman
mi ricordo la mia gatta Perla
mi ricordo la mia mamma e il primo pandoro mangiato la mattina di Natale
mi ricordo i campi di tabacco
mi ricordo la màsera con il suo profumo di tabacco che faceva girare la testa
mi ricordo quando si andava di notte a rubare le ciliegie
mi ricordo le stelle cadenti della Notte di San Lorenzo in agosto. *Rosanna*

Mi ricordo quando mi aggiravo con le amiche nel cortile dell'Oratorio con le labbra tutte nere di liquirizia.
Mi ricordo quando mio papà ha girato i bar del centro per cercare il mio primo ghiacciolo e la mia delusione perché chissà cosa mi ero aspettata di gustare.
Mi ricordo che comperavamo 10 lire di Citrato che mi riempiva la bocca di bollicine.
Mi ricordo i film di indiani e cow-boys ed io stavo sempre con gli indiani.
Mi ricordo che mi piaceva tanto un ragazzino che arrivava a scuola in fila e divisa, dal Collegio della Provvidenza. Mi ricordo quando il bidello, con cui mi ero confidata, è andato a dirglielo e mi sono sentita un po' stupida e tradita, ma allo stesso tempo anche un contenta perché lui mi guardava da lontano.
Mi ricordo che per attirare l'attenzione di Giovanna le tiravo il berretto, lei all'inizio si infastidì ma poi diventammo inseparabili.
Mi ricordo centinaia di bigliettini a parlare di tutto e di niente.
Mi ricordo certe ridarelle che ci coglievano all'improvviso e poi ci lasciavano sfinite.
Mi ricordo il fracasso delle *racole* il Venerdì Santo.
Mi ricordo i primi sceneggiati della televisione, appuntamento per tutta la famiglia.
Mi ricordo "Vite vendute" di Clouzot che mi ha cambiato il modo di percepire il mondo.
Mi ricordo Zabriskie point di Antonioni che mi ha fatto pensare di dover cambiare il mondo.
Mi ricordo la manifestazione per il Vietnam a Milano. Eravamo felici e orgogliosi, per la prima volta in centomila. *Tiziana*

Mi ricordo.
I capelli corti tagliati dal barbiere
la sarta che cuce per me i vestiti che disegnavo
la zia che mi insegna l'uncinetto
la biblioteca civica e il bibliotecario che mi consiglia i libri
la pila sotto le lenzuola per leggere di notte
le scorribande sul Brione con le amiche
i giri in bicicletta nei campi a rubare le prugne
i pomeriggi al lago
i baci nel giro scale
una valigia a quadri rossi e neri
la mano della mia bambina nella mia
le partenze e i ritorni
il rimpianto
il dolore dell'abbandono. *Lorenza*






RISPETTO
RISPETTO
RISPETTO

Ω

5. **Disegna il tuo mandala**…Quod libet (Ciò che mi piace)



Alessandra



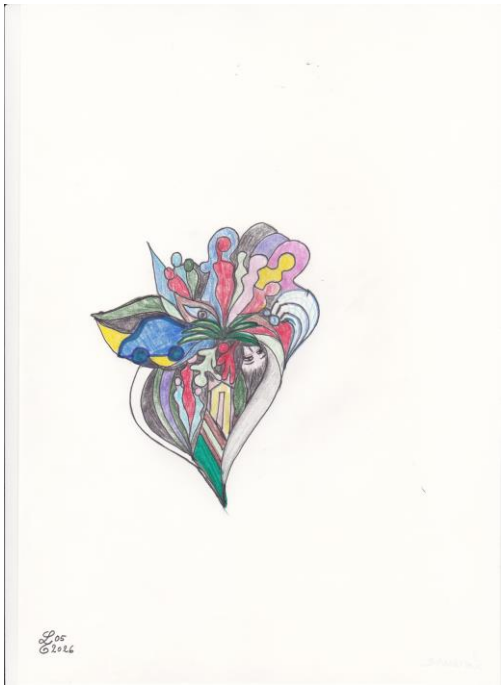
Katarzyna



Luca



Rosanna



Lorenza



Tiziana





Nina

Secondo incontro

Lettura

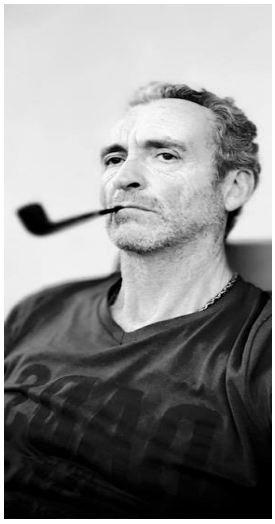
1. Un momento della mia storia in una foto

Se non fosse stato per nonna Eliza, venuta da lontano a illuminare gli angoli bui del mio passato, e per le migliaia di fotografie che si sono accumulate nella mia casa, come potrei raccontare ora questa storia? Dovrei forgiarla con l'immaginazione, senz'altro materiale oltre i fili elusivi di tante vite altrui e qualche ricordo illusorio. La memoria è invenzione. Selezioniamo il materiale più brillante e quello più buio, e tessiamo il grande arazzo della nostra vita. Per mezzo della fotografia e della parola scritta cerco disperatamente di sconfiggere la fuggevolezza della mia vita, di catturare gli attimi prima che svaniscano, si rischiarare la confusione del mio passato Queste fotografie attestano che questi eventi hanno avuto luogo e che questi personaggi sono transitati per il mio destino. Scrivo per sciogliere gli antichi segreti della mia infanzia, definire la mia identità e creare la mia leggenda. Alla fine l'unica cosa a cui possiamo attingere a piene mani è la memoria che abbiamo intessuto.

Isabel Allende, *Ritratto in seppia*

Scrittura

Racconta e commenta la tua foto. Usa la terza persona come se qualcun altro raccontasse di te.



In quel momento sta guardando lontano, forse verso l'infinito. Il suo pensiero vaga assieme alle nuvolette del fumo che si solleva dal tabacco della sua pipa. Nei suoi occhi vedi l'orizzonte e il mare e si sente il sole caldo che accarezza le onde. In quel momento la sua pipa si spegne, torna alla realtà e pensa: ho realizzato un sogno, la riaccendo ancora.
I viaggi sono il punto di partenza che mi fa percorrere tutte le cose, che mi fa stare bene dove trovo tutto quello che la mia curiosità vorrebbe incontrare: pace, tranquillità, fantasia, mare , sole e perché no, anche abitudini enogastronomiche che racchiudono tradizione. Proprio dietro un buon bicchiere di vino la fantasia non ha più limiti al viaggiare e sapere e conoscere tutto, magari senza pensare a niente. *Luca Angelo*



Al cugino importante di famiglia venne regalata una magnifica macchina fotografica. Tutti i parenti mamma, papà, zie, nonne, cugine, cani e gatti si misero in fila per essere Immortalati. La cugina preferita aspettò con pazienza il suo turno e fu premiata. Scatti bellissimi e tantissimi che vennero realizzati da Renato: Ortensia, in moto con il casco, sdraiata in mezzo ai fiori del giardino, in corsa sui prati, pensosa davanti al lago. In particolare, vennero

scattate diverse foto con enormi girasoli sfacciatamente fioriti. Una di queste venne mandata al giornale ‘Grazia’ per una gara e fu pure premiata. In tutta la sua vita Ortensia non fu mai più fotografata così tanto e soprattutto così bene. Usò quelle immagini negli anni successivi in situazioni particolari quasi sempre con il girasole. Più invecchiava e le rughe si moltiplicavano, più le foto con girasole diventavano preziose e care. *Rosanna*



Non conosco l’anno nel quale è stata scattata la foto che ritrae quel personaggio. La location è lo stadio Briamasco di Trento e il tizio fa parte di un gruppo politico che ha organizzato un concerto di Fabrizio De André. Credo che abbia appena scaricato parte della strumentazione tecnica e che stia tornando per un altro viaggio. Più tardi mi disse che il concerto era stato un grande successo con un folto pubblico parecchio contento. Sul palco anche Mauro Pagani. Un vero peccato non poter esserci stato, dovevo guardare Dallas alla tv. P*aolo*



17/09/81. La donna al centro della foto di gruppo qui rappresentata è una giovane donna vestita di nero e rosso con una camicia bianca, è sorridente e dietro a lei c’è un uomo giovane con gli occhiali e i baffi folti. Queste due giovani persone stanno festeggiando la loro unione ufficialmente. Sono riuniti con molte altre persone venute per l’occasione, parenti si primo secondo e chissà quale altro grado di parentela. Nella fila davanti ci sono le bambine. Sorelline, nipotine della donna e del giovane uomo. Gli zii, i genitori i testimoni dell’uno e dell’altra. È una giornata di festa dove ci si ritrova dopo tanto tempo. C’è tanta emozione in questa foto che emerge nel ricordo. *Luisella*



Nell’immaginario il fare rappresenta la luce, la guida, la salvezza per molte persone. È qualcosa che seduce la fantasia e accompagna Al di là di luoghi lontani, talvolta sconosciuti ma ricchi di situazioni sia tristi che allegre.
A lungo l’immagine di questo veliero ha colpito la fantasia.
Finalmente dopo lunghe ricerche si è giunti a un compromesso.
Visitare la Vespucci un sogno che si porta dentro da tempo. Non di facile realizzazione. Ma Venezia non era lontana e la Vespucci era lì in attesa di un incontro. Un incontro condiviso con molte persone e anche con chi mi sta a cuore che ha accettato il viaggio (non volentieri) per farmi felice. *Patrizia*

Dal suo passato era tornata quella foto di bambina, era piccola forse di tre anni. Perché proprio questa si chiese? Si riconosceva in lei. La foto la ritrae nella campagna della nonna Modesta tra le galline; alle sue spalle c'è la casa rustica con il portone verde. Di quella casa conserva molti ricordi ma nessun oggetto, perché lei non ci ha mai vissuto, salvo una settimana all'anno finite le scuole, in cui dormiva nello sgabuzzino vicino alla stanza della nonna. Sta masticando un filo di paglia e indossa uno dei vestitini che le cuciva la mamma. C'è un tempo sospeso in questa foto, l'infanzia senza memoria, senza pensieri, le scarpette bianche dei giorni di festa. Il pane e formaggio che la nonna preparava per la merenda, il mondo contadino da cui proveniva sua madre e di cui lei non ha mai fatto parte. *Lorenza*



Ω

2. Avere o essere

Lettura

Non tutto può essere ridotto a merce di scambio, monetizzato, comprato, accumulato, consumato. Quale agenzia ti assicura un'amicizia? Dov'è il negozio che vende affetti? Quale agenzia interinale assicura lavori piacevoli? Quale immobiliarista vende paesaggi e profumi dei propri ricordi? Quale fast food cucina sapori? In quale sito internet trovi vero conforto?

L'essere umano ha infiniti interessi e tenderebbe a passare il suo tempo cercando nel mondo significati e verità. Alcune condizioni dell'esistenza umana (come sono: sentirsi in pace con se stessi e con il prossimo, intrattenere buone relazioni umane, condividere la fiducia nel futuro, sentirsi utili, avere autostima ecc.) hanno bisogno di condizioni mentali, di d'ordine psico fisico, particolari. Vogliamo una controprova, altrimenti inspiegabile dalle leggi del mercato? Anche i poveri sanno essere felici!

Paolo Cacciari Decrescita o barbarie (2009)

Scrittura

Le piccole cose della vita quotidiana che mi fanno stare bene

Cominciare il giorno con una buona tazza di caffè e dei biscotti un po' spessi. Dare il buongiorno ai componenti della famiglia spesso un po' ombrosi, assonnati e poco positivi.
Uscire per una passeggiata ristoratrice e guardare come le stagioni cambiano. Sentire il profumo dell'aria e i colori intorno.
Mettermi comoda su una poltrona (spesso occupata) e leggere l'ultimo libro che ho cominciato.
Dedicare il mio quarto d'ora al ripasso dell'inglese con l'app Duolingo e cercare di rimanere nella Lega Diamante che è la più alta.
Gustarmi un pasticcino con una tazza di caffè a metà mattina
Appisolarmi sul divano per una ventina di minuti.

Passare momenti con amiche anche solo per un tè o un caffè.
Qualche sera al cinema se qualcosa mi attira o vedermi qualche giallo in televisione.
Conversazioni con figli anche se tumultuose. *Patrizia*

Mi piace…
Abitare nella mia casa. È il luogo dove sono nata e, anche se non è particolarmente bella e grande, il senso di pace e di gioia che provo a vivere fra queste mura è essenziale: il verde che la circonda, il profumo delle piante più amate – rose, olea fragrans, gelsomino, calicantus, lonicera fragrantissima - il prato pieno di margherite che ricrescono a ogni taglio dell'erba, la mia amata tamerice. Cosa c'è di più bello che sorseggiare una tisana dopo il sonnellino pomeridiano?
Aspettare la sera quando le giornate si allungano e a maggio compaiono le lucciole e qualcuna entra pure dentro casa. La gatta Taba mi vuole bene, si adagia con la pancia in aria, si stira, poi con la testa accarezza i miei piedi.
Abitare a piano terra dove i miei parenti entrano ed escono per futili motivi e lasciano le impronte sul pavimento. *Rosanna*

Sono parecchie le cose quotidiane che mi fanno stare bene. La prima è sicuramente il divano e un libro. Dicono che la seduta troppo prolungata fa male alla salute e cominciamo subito con l'eterna contraddizione, quel che mi fa star bene mi fa star male. La seconda è il lavoro manuale: tagli dell'erba e delle siepi, potature di tutti i tipi, raccolta foglie. Tutto ciò comporta parecchi rimorchi carichi di materiale da smaltire al CRM. La terza è quando ci fa visita nostra figlia. Lo scambio così autentico e profondo è pura gioia. La quarta è quando - accade raramente - si scarica il telefono o avendo messo la suoneria a zero, non sento la telefonata. È un piacere diabolico sapere che ti hanno cercato e non hanno avuto risposta. Un vero dolore quando, più tardi, devi chiamare tutti. Da qualche mese c'è un Pavone che ha eletto San Nazzaro a sua residenza. Emette un verso assordante di giorno, di notte e nelle primissime ore del mattino. Non ho ancora deciso se mi fa star bene. *Paolo*

Amo passeggiare nell'uliveto vicino a casa, al mattino quando c'è silenzio e il paese si sta piano piano svegliando.
Mi piace condividere pensieri esperienze con amiche a cui sono molto affezionata.
Coltivo con molta passione il mio hobby preferito, cioè creare accessori di vario tipo con tessuti colorati per proporli sulla bancarella del mercatino, dove incontro persone interessate all'acquisto.
Preparare il cibo è una piacevole esperienza, da poco scoperta, mi aiuta a stare in assenza di pensiero perché do spazio alla mia vena creativa.
Stare con il mio compagno di vita anche senza dialogo mi fa sentire al sicuro.
Condividere il cibo con amici e parenti è una sensazione di benessere nel corpo e nel cuore. *Luisella*

Camminare da sola con il ritmo dei passi che scandisce i pensieri. Far tacere i pensieri e sentirmi tutt'uno con la terra. Scegliere, a seconda dell'umore o delle energie, percorsi dolci fra gli ulivi, più aspri fra le rocce o sostare ad osservare lo scorrere del fiume e i suoi abitanti.
Camminare con un'amica unendo il piacere della camminata a quello della compagnia.
L'orto a primavera quando è tutto un rinascere di foglie e fiori, ronzio di api, uccelli che sfrecciano fra le frasche, anatre e smerghi che veleggiano sul fiume. Orto piuttosto selvatico visto che le mie forze non sono quelle di un tempo, ma ugualmente molto generoso nonostante la mia incuria.

Seguire l'arrivo delle rondini, il loro restauro del nido e la nascita dei piccoli. Osservarli con tenerezza quando a sera dormono in fila sul chiodo piantato sotto il nido da mio fratello.
Vedere le foto dei nipoti lontani e godermeli in video chiamate piuttosto chiassose perché ciascuno vuole il suo spazio.
Aspettare l'arrivo del mio consorte e se non è troppo stanco, raccontarci la giornata o stare vicini sul divano zappando nella ricerca spesso vana di qualcosa di interessante e divertente.
Leggere libri che mi catturano e mi fanno viaggiare.
Fare piccoli trekking su sentieri che attraversano un'Italia minore e tranquilla dove sogno di poter abitare *Tiziana*

Essere per me, avere per essere me stessa. Dalla mia finestra affacciata su un muro grigio entra la luce del mattino e il richiamo dei miei passerotti. Il caffè è pronto, l'acqua fresca e i biscotti preferiti, tra il rosmarino e la salvia verso i semi nella ciotola e i miei uccellini arrivano, il miglior buongiorno. Le rondini che tornano ogni anno a popolare il nido tra il muro grigio e la grondaia del palazzo di fronte. I messaggi teneri o sciocchi degli amici, le chiacchiere con mia figlia, il lavoro a uncinetto condiviso con gli amici, la ricerca di piccole cose strane per popolare questo mio mondo a parte. Le passeggiate sotto la pioggia a osservare il lago. La sera cerco i gechi sul mio muro grigio di fronte. Il libro iniziato e il tempo per leggere in pace, l'estate che arriva e i tuffi nell'acqua del lago. Invecchiare è un tempo che mi permette di fare solo quello che mi fa stare bene, ci sono anche dispiaceri e guai, ma li nascondo tra le cose belle che riesco a fare. *Lorenza*

Ω

3. **Mitologia familiare**
*Lettura***:**
Storie di famiglia
Tutto ciò che siamo, che siamo diventati, ha avuto origine in famiglia.
La famiglia è il tempo – luogo della scoperta del bene e del male, della certezza e dell'ambiguità, della solidarietà e dello scontro. È la gestazione del mistero, della realtà dei non detti o delle cose indicibili, dell'estraneità vissuta o della protezione cercata.
Tutti i giochi che da adulti si giocheranno nella propria vita, hanno in qualche modo già svelato le loro carte. Se l'entrata nel mondo è un'iniziazione sociale, la famiglia è la palestra che anticiperà l'evento. Qui si impara a convivere, a collaborare, o a odiare, ad amare o a tradire, a fremere o a essere pazienti, a lavorare o a oziare. A tramare o a rispettare, a far finta che il mondo esterno non esista o a comprendere che troppa famiglia fa male.
L'educazione familiare solo in parte ha a che vedere con le idee e i valori che i genitori trasmettono ai figli. Sono i modi, i gesti della convivenza, i toni della voce, le modalità o regole che organizzano la giornata o le vacanze a fornire i modelli di comportamento.
La famiglia è dunque il teatro, tra commedia e melodramma, della storia di ciascuno. Possiamo spegnere le luci in sala, ma non possiamo dimenticarla.
Duccio Demetrio, Album di famiglia

Scrittura
Ricordiamo e raccontiamo uno o più eventi che nella nostra famiglia sono diventati mitici

La Val Vestino fa parte della nostra mitologia familiare, lì è nata mia mamma che ci ha vissuto fino ai dodici anni, quando suo padre maestro si è trasferito ad Arco. Era una terra di carbonai ed emigranti segnata dalla povertà e dai difficili collegamenti con l'esterno.
A casa nostra la chiamavano con orgoglio *el mondo de là.*
Questo modo di dire si deve al parroco della valle, che, presentandosi per un'udienza al Vescovo di Trento, aveva detto al segretario: "Dica a Sua Eminenza che gli vuole parlare uno che viene dal mondo di là. Vedrà che il Vescovo capirà subito". E il Vescovo aveva capito.
Io capii solo molti anni più tardi il salto culturale che aveva fatto mia mamma e tutta la sua famiglia, quando quindicenne andai a trovare i parenti per la prima volta.
Venivamo accolti sempre con gran festa, ed io vivevo tutto come una magia. Ascoltavo incantata i racconti dei vecchi seduta attorno al focolare, Emilio che narrava della sua campagna di Russia preso prigioniero prima dai menscevichi poi dai bolscevichi e del suo ritorno in Valle con lungo viaggio e mezzi di fortuna. Sua moglie Dosolina invece mi inteneriva con la preoccupazione per Emilio che, ormai molto vecchio andava con la mucca in posti scoscesi e lei temeva sempre non tornasse. E poi c'era zia Ida, la memoria storica della valle, alla quale i rari visitatori si rivolgevano per qualsiasi informazione, dai sentieri, alle mappe catastali. Credo sia nata con lei e i suoi coloriti racconti la mia passione per la raccolta di memorie. *Tiziana*

Noi siamo una famiglia con tre sorelle (me compresa) e un fratello. È una famiglia strampalata, talvolta sull'orlo di crisi di nervi, tutti un po' artisti. Mio fratello Giacomo lo fa di mestiere, è un attore di strada e un costumista. Cammina sui trampoli alti indossando magnifici vestiti da lui creati. Crea costumi anche per altri gruppi teatrali con incredibile bravura. Purtroppo, ama accumulare ogni tipo di cose. Ti serve una testa di maialino in cartapesta lui ce l'ha. Hai bisogno di un abito da sposa con strascico e velo lui ce l'ha. Vuoi una Vespa d'epoca lui ce l'ha. Il suo appartamento all'ultimo piano è pieno zeppo di stoffe e attrezzi e costumi. Pure le scale sono ingombre di ogni tipo di oggetti e anche i due box abusivi, la serra costruita con le sue mani e la baracca che apparterrebbe anche a noi sorelle. La mia sorella più piccola è costretta a tenere la sua preziosa bicicletta in macchina sul sedile posteriore perché non c'è un posto dove collocarla. Giacomo è come un Don Chisciotte in perenne guerra con la lancia in mano, per difendere persone, principi e diritti in situazioni pazzesche che dopo ci racconta con entusiasmo. Fortunatamente nel Basso Sarca non ci sono mulini a vento. *Rosanna*

Una cosa che si raccontava spesso quando ero ragazzina è che fossi nottambula e che quando tutti dormivano girassi in cucina. In cerca di chissà che cosa non si è mai capito. Il mattino successivo mi sentivo particolarmente al centro dell'attenzione dei miei familiari, che divertiti, mi raccontavano di questa creatura che girovagava nell'ombra e nei giorni seguenti veniva raccontato ai parenti venuti in visita alla famiglia. Questo evento mi faceva sentire la sorella strana fra le altre tre perché io non ricordavo praticamente nulla. *Luisella*

La storia che veniva spesso raccontata nella mia famiglia era storia vera ed era riferita all'allontanamento forzato - deportazione - dalle proprie case e territori di 75.000 trentini 'trasferiti' nei territori dell'impero. La famiglia di mio padre a Telc, Moravia, in quella che oggi è Repubblica Ceca e quella di mia madre a Braunau (la famosa città di legno, grande campo di concentramento) in Austria. Lì sono nati rispettivamente mio padre e mia madre, e quando mio padre nacque il 3 Marzo del 1918 suo padre era già morto al fronte quattro mesi prima, ovviamente inquadrato

nell'esercito austriaco. Quindi il racconto era tutto intorno alla depressione, oltre al dolore, di mia nonna Lavinia. Da questi racconti emergeva sempre un episodio che vedeva mia nonna salire su un treno per recarsi a una riunione di trentini. Qualche anno fa è uscita una ricerca di Mauro Grazioli che, nel libro 'Il Kastello' di Giacomo Bozzoni ha trovato questo passo*:*
Il nostro amato Don Valentino Libardi, col quale sono sempre in relazione, mi domanda se pel giorno di San Rocco si fosse liberi per passare una giornata assieme, unitamente all'amico Guido Fiorio, nella città di Iglau in Moravia, quale punto centrale. Io e Silvio si accetta volentieri l'invito e s'intende che il tempo lo permetta. Fino a Waidhofen si va a piedi e col treno delle quattro ant. si parte alla volta di Iglau. Alla stazione di Dacice, Boemia, montano in treno Giacomo Borroi, Caton, e Lavinia Tonelli nata Garonzi di Varone. È per tutti una festa potersi rivedere dopo tanto tempo. Alcuni sono di stanza in questi paesi con altri di Vienna. Dalla Tonelli si seppe che suo marito, l'Adolfo, era stato schiacciato da un macigno, lasciando quattro figlioletti». Paolo

Avevo un nonno paterno poeta. Un poeta contadino che la sera ci raccoglieva intorno a lui e ci raccontava storie e leggeva ai nipoti le sue poesie. Era un nonno incredibile che aveva la capacità di lavorare nei campi fino a sera ma trovava sempre un momento per coinvolgere noi nipoti. Suo figlio, mio papà, non aveva preso nulla da lui. Era spiccio, concreto, zero poesia, e spesso in conflitto con questo suo padre un po' fuori dalla realtà. Eppure quando il nonno se ne è andato abbiamo sofferto molto e provato un senso di perdita enorme. *Patrizia*

La famiglia di mio padre era un clan, il cui capo indiscusso era la potente zia Silvia, che aveva fatto fortuna durante la guerra col mercato nero grazie al marito che, responsabile delle forniture militari per la zona di Trieste, poteva procurarle stoffe, filo, bottoni e tutto ciò che allora per la gente comune era merce rara e preziosa. Questa mia zia aveva due sorelle zitelle, che manteneva in cambio dei lavori di casa e cucina a suon di umiliazioni, un marito bonaccione e un po' pigro, un genero inetto e vanesio e una nipote innegabilmente brutta, detta la Nasona.
Questa nipote, luce dei suoi occhi, andava maritata prima che sfiorisse, essendo la freschezza la sua unica attrattiva, perciò la nonna si dava un gran da fare per organizzare incontri, cene, veri e propri appuntamenti. I pretendenti uscivano due o tre volte con la ragazza, poi si dileguavano. Fece eccezione un giovanotto scovato chissà dove, ma perfetto agli occhi dei familiari: né bello né brutto, né giovane né vecchio, né ricco né povero, non scemo ma neanche troppo intelligente. Soprattutto, l'unico che non se l'era subito data a gambe, anche se non si decideva a farle la tanto attesa dichiarazione.
La zia Silvia ebbe allora un colpo di genio. Costrinse la sorella Carmela che viveva con lei e che aveva una bella calligrafia a scrivere al poveretto una lettera anonima che diceva press'a poco così:

> *Lei è stato visto in giro con una ragazza di grandi qualità e virtù, bella colta e intelligente, che per la sua posizione sociale potrebbe avere i migliori partiti, ma che lei invece tratta senza il dovuto rispetto, dimostrando di non avere intenzioni serie e rovinandole la reputazione.*
> *Se non vuole pentirsene lasci in pace quella ragazza, lei non è degno di pulirle le scarpe!*

Il malcapitato avrebbe dovuto scappare a gambe levate, invece la lettera fu la spintarella decisiva, si dichiarò alla Nasona e con grande sollievo di tutti la sposò.

Ricordo questo episodio perché l'autrice materiale della lettera, zia Carmela, lo raccontava a mia madre. Sedute tutte e due in cucina una a ricamare e l'altra a cucire, si chiedevano se la nipote fosse stata o no all'oscuro delle trame della nonna, mentre si sbellicavano dalle risate.
Per l'atto vile nessuna vergogna! L*aura*

Ω

4. Lessico familiare.

Lettura

Nella mia casa paterna, quand'ero ragazzina, a tavola, se io o i miei fratelli rovesciavamo il bicchiere sulla tovaglia, o lasciavamo cadere un coltello, la voce di mio padre tuonava: – Non fate malagrazie -

Se inzuppavamo il pane nella salsa, gridava: – Non leccate i piatti! Non fate sbrodeghezzi! non fate potacci -

Diceva: – Voialtri non sapete stare a tavola! Non siete gente da portare nei loghi! E diceva: – Voialtri che fate tanti sbrodeghezzi, se foste a una table d'hote in Inghilterra, vi manderebbero subito via. Aveva, dell'Inghilterra, la più alta stima. Trovava che era, nel mondo, il più grande esempio di civiltà.

Soleva commentare, a pranzo, le persone che aveva visto nella giornata. Era molto severo nei suoi giudizi, e dava dello stupido a tutti. Uno stupido era, per lui, "un sempio". – M'è sembrato un bel sempio, – diceva, commentando qualche sua nuova conoscenza.

Un "negro" era, per mio padre, chi aveva modi goffi, impacciati e timidi, chi si vestiva in modo inappropriato, chi non sapeva andare in montagna, chi non sapeva le lingue straniere. Ogni atto o gesto nostro che stimava inappropriato, veniva definito da lui "una negrigura" – Non siate dei negri! Non fate delle negrigure! – ci gridava continuamente. La gamma delle negrigure era grande. Chiamava una negrigura portare, nelle gite in montagna, scarpette da città; attaccar discorso, in treno o per strada, con un compagno di viaggio o con un passante; levarsi le scarpe in salotto, e scaldarsi i piedi alla bocca del calorifero; lamentarsi, nelle gite in montagna, per sete, stanchezza o sbucciature ai piedi; portare, nelle gite, pietanze cotte e unte. Nelle gite in montagna era consentito portare soltanto una determinata sorta di cibi, e cioè: fontina; marmellata; pere; uova sode; ed era consentito bere solo del tè.

Tornava a casa sempre infuriato, perché aveva incontrato, per strada, cortei di camicie nere; o perché aveva scoperto, nelle sedute di Facoltà, nuovi fascisti fra i suoi conoscenti. – Pagliacci! Farabutti! Pagliacciate! diceva sedendosi a tavola; sbatteva il tovagliolo, sbatteva il piatto, sbatteva il bicchiere, e soffiava per il disprezzo. Usava esprimere il suo pensiero per strada, a voce alta, con suoi conoscenti che lo accompagnavano a casa; e quelli si guardavano attorno spaventati. –si divertiva, credo, a spaventarli, parlando ad alta voce per strada mentr'era con loro.

Natalia Ginzburg, Lessico famigliare

Scrittura

Litanie: **Scrivi un elenco delle frasi che sono state la colonna sonora della tua crescita**,

Ricordati che il maschio basta che el se tira su le braghe

Il ministro ha decretato che il presente sia passato, ma il ministro è poi sicuro che il presente sia futuro?

Toni Pino Menego

Te l'ho dit zento, mili volte. *Patrizia*

Il tempo non si ferma per te. Datti da fare

Trovati un uomo ricco quando sei grande così non dovrai faticare.

Non si sta mai e poi mai con le mani in mano
Stai attenta agli uomini perché ti possono mettere nei guai
Non farmi fare brutte figure davanti agli altri, quello che pensa la gente è fondamentale
Occupati dell'accudimento delle tue sorelle, tu che sei grande. *Luisella*

- Chiudi i cassetti
- Stai diritta, su con la schiena
- Mangia con le posate
- Non allargare i maglioni
- Non girare scalza
- Torna a casa presto
- Vai a cercare tua sorella
- Fa i compiti prima che finisca l'estate
- Torna a casa Lassie. *Rosanna*

Set cosa i fa quei de Milam quando piove? I daverze l'ombrela
Guai se te te sporche. Te devi eser come en bombo
Studia che così te troverai en bom lavoro nei telefoni
L'ultima roba de cui se deve vergognarse l'è laorar
Non sta dubitar! Gesù Bambino l'esiste
Varda di essere sempre onesto
Non sta magnar companadec! Magna paneti.
Paolo

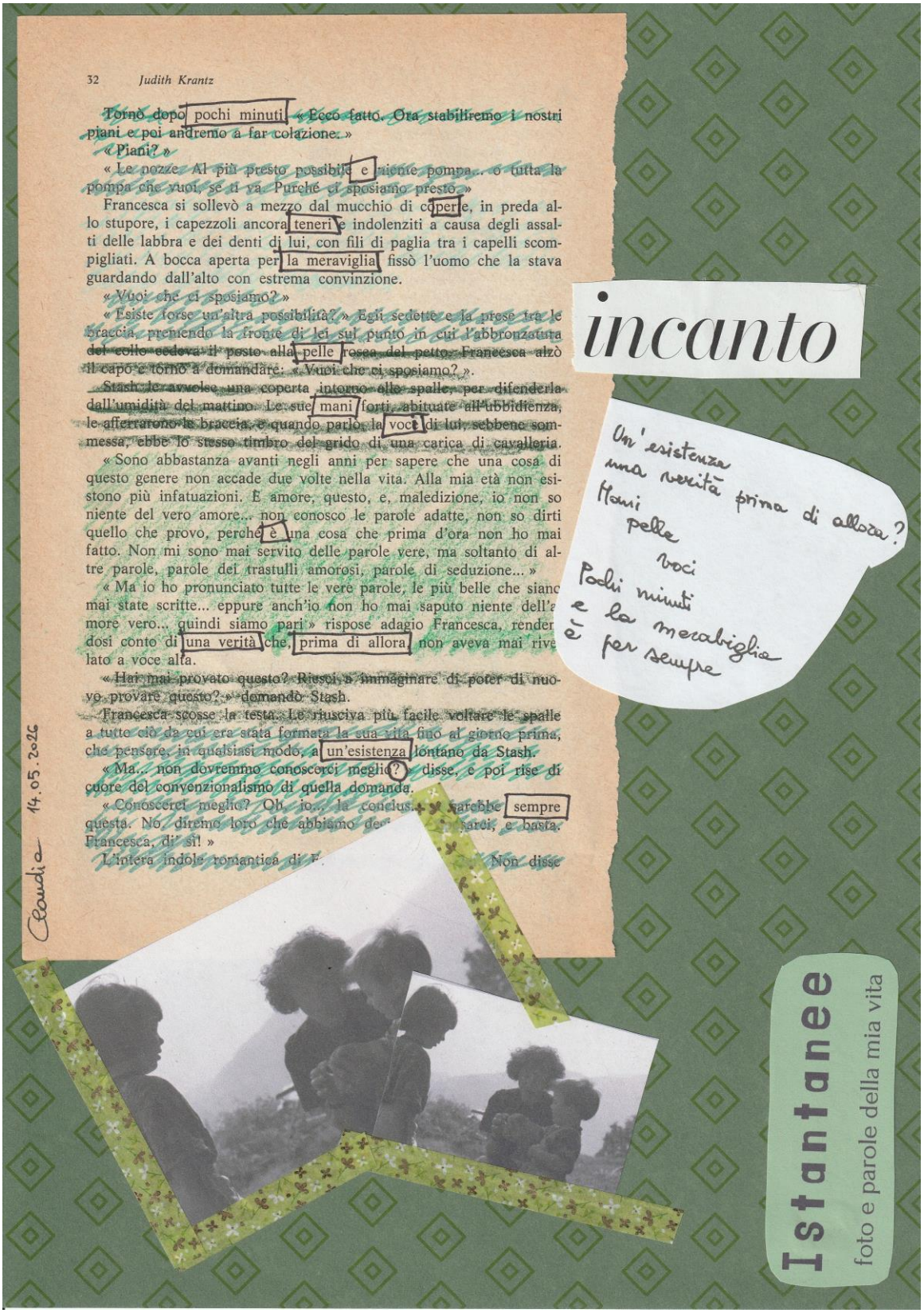
De quel che no se ga se fa senza.
Su drita con quela schena.
Gat el fazolet? E el beret?
Enveciar l'è bel, ma l'è scomodo
A vent'ani bisogn piaser e a settanta no dispiaser
Ste bravi. Voleve bem.
Ste vizini a Dio e sarè pu sereni.
Tiziana

III Incontro

Caviardage



Ispirandosi al Metodo Caviardage di Tina Festa® e alle suggestioni della Found Poetry, in uno degli incontri di Scritture autobiografiche è stato proposto un modo diverso di creare testi personali, sempre ripensando alla propria storia.
Usando una propria foto, di un tempo più o meno lontano, e partendo da pagine di vecchi libri, si sono scelte parole che in qualche modo "chiamavano" ognuna/o e creavano associazioni, assonanze, emozioni personali.
Con queste parole sono stati creati testi o vere e proprie opere, che anche a livello grafico-artistico, hanno dato l'occasione di esprimersi in modo libero e giocoso.
Un bisogno di poesia e di scrittura, insieme a quello di alimentare in modo nuovo i ricordi, a volte anche con leggerezza e fantasia.
Condividiamo qui i lavori di quel pomeriggio.


32 Judith Krantz
Tornò dopo pochi minuti. «Ecco fatto. Ora stabiliremo i nostri piani e poi andremo a far colazione.»
«Piani?»
«Le nozze. Al più presto possibile e niente pompa... o tutta la pompa che vuoi, se ti va. Purché ci sposiamo presto.»
Francesca si sollevò a mezzo dal mucchio di coperte, in preda allo stupore, i capezzoli ancora teneri e indolenziti a causa degli assalti delle labbra e dei denti di lui, con fili di paglia tra i capelli scompigliati. A bocca aperta per la meraviglia fissò l'uomo che la stava guardando dall'alto con estrema convinzione.
«Vuoi che ci sposiamo?»
«Esiste forse un'altra possibilità?» Egli sedette e la prese tra le braccia, premendo la fronte di lei sul punto in cui l'abbronzatura del collo cedeva il posto alla pelle rosea del petto. Francesca alzò il capo e tornò a domandare: «Vuoi che ci sposiamo?».
Stash le avvolse una coperta intorno alle spalle, per difenderla dall'umidità del mattino. Le sue mani forti, abituate all'ubbidienza, le afferrarono le braccia, e quando parlò, la voce di lui, sebbene sommessa, ebbe lo stesso timbro del grido di una carica di cavalleria.
«Sono abbastanza avanti negli anni per sapere che una cosa di questo genere non accade due volte nella vita. Alla mia età non esistono più infatuazioni. È amore, questo, e, maledizione, io non so niente del vero amore... non conosco le parole adatte, non so dirti quello che provo, perché è una cosa che prima d'ora non ho mai fatto. Non mi sono mai servito delle parole vere, ma soltanto di altre parole, parole del trastulli amorosi, parole di seduzione...»
«Ma io ho pronunciato tutte le vere parole, le più belle che siano mai state scritte... eppure anch'io non ho mai saputo niente dell'amore vero... quindi siamo pari» rispose adagio Francesca, rendendosi conto di una verità che, prima di allora, non aveva mai rivelato a voce alta.
«Hai mai provato questo? Riesci a immaginare di poter di nuovo provare questo?» domandò Stash.
Francesca scosse la testa. Le riusciva più facile voltare le spalle a tutto ciò da cui era stata formata la sua vita fino al giorno prima, che pensare, in qualsiasi modo, a un'esistenza lontano da Stash.
«Ma... non dovremmo conoscerci meglio?» disse, e poi rise di cuore del convenzionalismo di quella domanda.
«Conoscerci meglio? Oh, io... la conclusione sarebbe sempre questa. No, diremo loro che abbiamo deciso... sarci, e basta. Francesca, di' sì!»
L'intera indole romantica di F... Non disse
Claudia 14.05.2026
incanto
Un'esistenza una verità prima di allora?
Mani
pelle
voci
Pochi minuti
e la meraviglia
è per sempre
Istantanee
foto e parole della mia vita

TUTTI I GIORNI

Istantanee

foto e parole della mia vita



un fanciullo o in un giovane, le qualità dell'inesperienza e della purezza, e della stessa innocenza, sono considerate come caratteristiche puramente negative, ossia come mancanza di conoscenza o di fervore. Ma ci sono nature di così rara elevatezza che in loro nessuna qualità è nessuna condizione saranno mai negative. Compenetrata da un animo similе, ogni singola tendenza partecipa della sua purezza e della sua integrità. La plastica unità di uno spirito elevato non conosce alcun conflitto, per lui natura e ideale sono una cosa sola. Anche l'idea e l'azione sono una cosa sola, dal momento che l'idea è un'azione e l'azione un'idea.

« Quando il Principe Lotario farà la sua scelta, la farà da un istante all'altro e con tutto se stesso. Oggi osserva i suoi giovani amici che dissipano i loro cuori in spese minute; non li giudica, ma sa che il loro modo di agire non è il suo ».

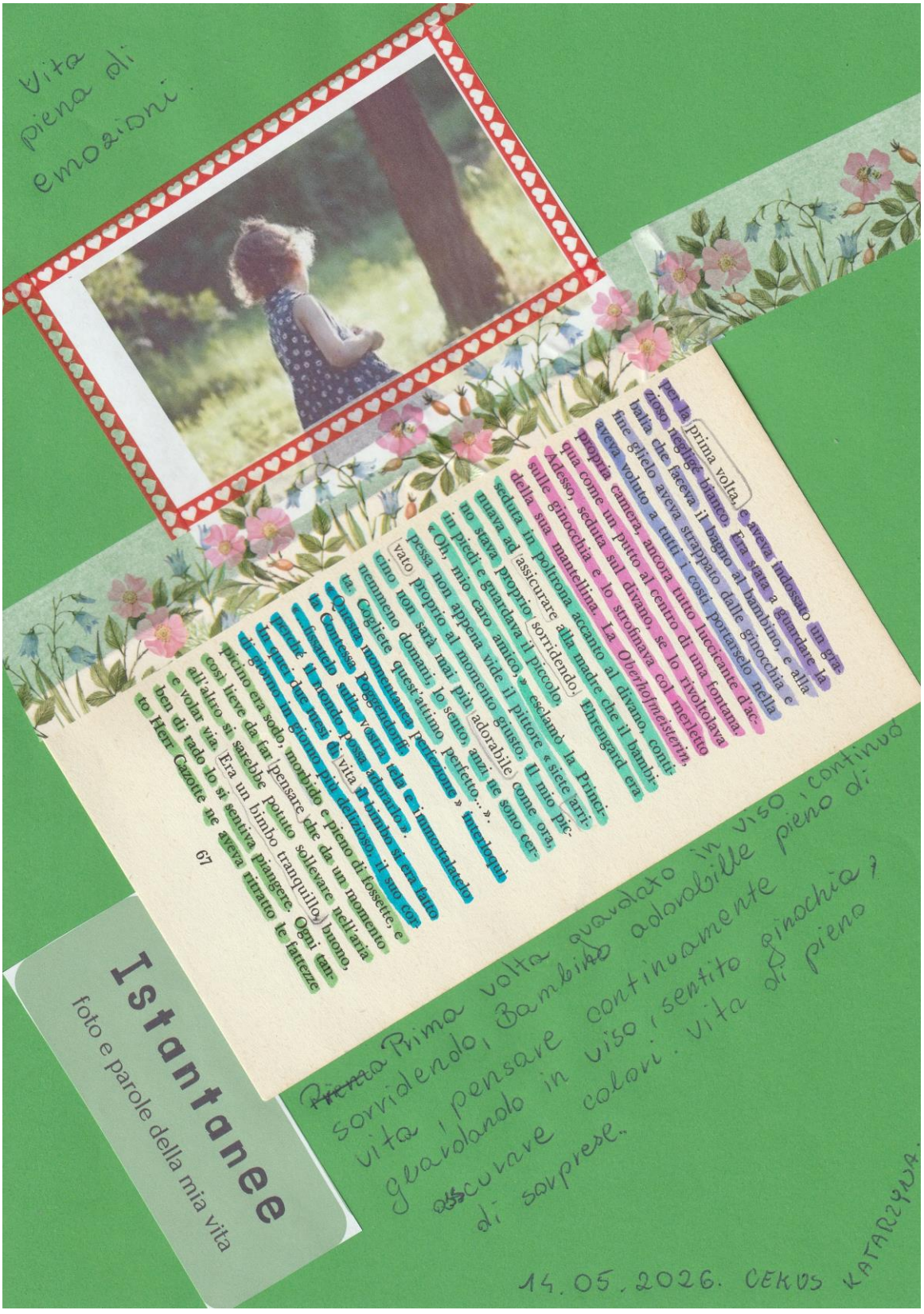
La Granduchessa fu confortata dalle parole di Herr Cazotte, ascoltò il suo consiglio e, insieme, i due escogitarono un piano.

Da qualche tempo il Granduca e la Granduchessa insistevano perché il loro figliolo visitasse quelle corti d'Europa dove c'erano principi della sua età, mentre dal canto suo il Principe Lotario desiderava recarsi nei grandi centri artistici in compagnia del suo dotto amico. Adesso, naturalmente, era possibile fare in modo che i due progetti combaciassero

18

Oggi da un istante all'altro confortato dalle parole che dissipano insieme minute l'idea e l'azione sono una cosa sola

14.05.2026


Vita piena di emozioni.
Per la prima volta, e aveva indossato un gra-
zioso negligé bianco. Era stata a guardare la
balia che faceva il bagno al bambino, e alla
fine glielo aveva strappato dalle ginocchia e
aveva voluto a tutti i costi portarselo nella
propria camera, ancora tutto lucciccante d'ac-
qua come un putto al centro di una fontana,
e lo strofinava col merletto
Adesso, seduta sul divano,
sulle ginocchia e la Oberhofmeisterin,
della sua mantellina. La
seduta in poltrona accanto al divano, conti-
nuava ad assicurare alla madre che il bambi-
no stava proprio sorridendo, Ehrengard era
in piedi e guardava il piccolo. Il mio pic-
colo amico, » esclamò la Princi-
pessa, non appena vide il pittore « siete arri-
vato proprio al momento giusto. Il mio pic-
cino, non sarà mai più adorabile come ora,
nemmeno domani, lo sento, anzi ne sono cer-
ta. Cogliete quest'attimo perfetto... ». Intanto
Questa momentanea Perfezione
ta. Cogliete quest'attimo perfetto... ».
un Cantessa. Leggermente
fissato sulla vostra tela e immortalatelo
perché il mondo possa ammirarlo ».
In quei due mesi il bimbo si era fatto
di giorno in giorno più delizioso, il suo cor-
picino era sodo, morbido e pieno di fossette, e
così lieve da far pensare che da un momento
all'altro si sarebbe potuto sollevare nell'aria
e volar via. Era un bimbo tranquillo, buono,
ben di rado lo si sentiva piangere. Ogni tan-
to Herr Cazotte ne aveva ritratto le fattezze
67
Istantanee
foto e parole della mia vita
Prima volta sorridendo, Bambino adorabile pieno di vita, pensare continuamente gioiosamente in viso, sentito pinocchio? oscurare colori: vita di pieno di sorprese.
14.05.2026. CEKOS KATARZYNA.

NUOVA STAGIONE DISPONIBILE



« No, no, non c'è niente. Sono soltanto stanco ».

« Sei triste perché sei stato tutto il giorno in mezzo a uomini e questo ti deprime sempre. Ma adesso sei con una bella donna. Non sono una bella donna? ».

« Sì, sei una bella donna » disse Klíma, e quelle erano le prime parole sincere che le diceva quel giorno. Kamila era di una bellezza celeste e Klíma provava un dolore immenso al pensiero che quella bellezza corresse un pericolo mortale.

Come attraverso un vetro. Come si guarda lontano. La sua nudità era così distante che lui non provava la minima eccitazione. Eppure la contemplava con uno sguardo vorace. Beveva quella nudità come un condannato a morte beve l'ultimo bicchiere. Beveva quella nudità come si beve un passato perduto e una vita perduta.

Kamila gli si avvicinò: « E allora? Tu resti vestito? ».

187

sguardo vorace
NIENTE
la preoccupa
giorno d'oggi
VOGLIA DI VITA

Istantanee

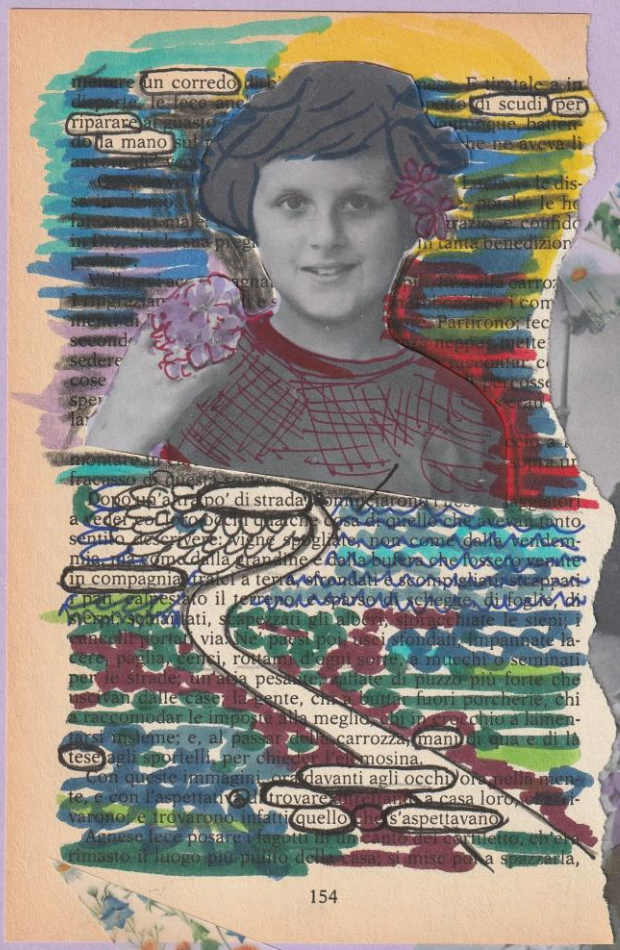
foto e parole della mia vita

Cesena, 14 maggio 2026

14 maggio, 2026

Istantanee

foto e parole della mia vita







Lorenza Borbi

Un corredo di scuoli
per riparare la mano;
un po' di strada
in compagnia;
mani tese davanti agli occhi,
a trovare quello che s'aspettavano.

Istantanee

foto e parole della mia vita

Da bambine

intima amica, la marchesa Claire de Champery. La francese dalla chioma rossa costringeva entro un busto il proprio corpo opulento e i vividi capelli erano accuratamente raccolti, ma nulla avrebbe potuto celare l'espressione felina di quei suoi tetri occhi verdi, la bocca piccola, tumida, avara, o il malizioso mezzo sorriso. Si truccava pochissimo e si vestiva quasi esclusivamente di nero, con una eleganza severa che non ammetteva compromessi. Incontrandola, gli uomini provavano una scossa erotica.

Sebbene la marchesa risiedesse a Davos da sette anni era perfettamente sana. Inizialmente si era recata sulle Alpi con il marito, Pierre de Champery, nella speranza che alcuni mesi di aria di montagna lo guarissero della tosse fastidiosa dalla quale aveva cominciato ad essere infastidito durante il suo distinto servizio miiltare. La raffinata ed elegante parigina non aveva mai pensato di dover trascorrere sette anni in attesa del ritorno alla civiltà, ma si trovava prigioniera a Davos, legata a un uomo che non aveva mai amato, nemmeno prima del matrimonio, dal più saldo tra i vincoli, quello della futura eredità. Pur di continuare ad essere bene accolta nel salotto della principessa Tiziana, si affannava con diligenza e perizia davanti allo specchio per nascondere i segni vistosi della sua sensualità e per mantenere l'aspetto di una dama della più alta classe sociale.

Il marito le si avvinghiava con tutta la decisione consentita a un uomo ricco che aveva sposato una donna squattrinata di vent'anni più giovane di lui. Si trovava in sanatorio perché era di gran lunga troppo malato per poter vivere altrove, ma aveva preso in affitto per la moglie un incantevole piccolo chalet. I medici avevano detto a Claire de Champery che non sarebbe vissuto a lungo... ma glielo ripetevano ormai da anni.

Stash si avvicinò alle due donne, baciò la madre sui capelli e si chinò a sfiorare l'aria sopra la mano della marchesa.

« Sicché il mio piccolo Stash è tornato a casa dal collegio » si burlò di lui la melliflua donna dai capelli rossi, sedendo con disciplinata decorosità su una poltrona. « Dimmi, figliolo caro, sei riuscito finalmente a cavartela bene agli esami? E continui a far parte di quell'affascinante congrega di cui parlavi l'estate scorsa... i piccoli milionari americani figli di parvenus e i piccoli Lord inglesi dai denti guasti, e i cattivi rampolli dei baroni del bestiame in Argentina, e tutti gli altri importanti personaggi del tuo collegio? »

Stash strinse le labbra in preda all'ira. Un giorno dell'estate precedente, quando era appena tredicenne, aveva commesso l'errore di descriverle i suoi migliori amici. La marchesa sembrava interessarsi sinceramente alle sue esperienze a scuola. Quasi tutte le amiche intime





14.5.26
Pzola

Case, cose, colori





Dietro quelle finestre regnavano l'allegria e la gioia ma anche una profonda trepidazione

Attraverso la nebbia delle lacrime e l'oscurità incipiente, vide molti soldati a cavallo che galoppavano nei campi tutt'intorno. Si ricordò che erano in corso le grandi manovre e allora si sentì un po' rincuorata, i soldati in uniforme erano persone per bene e avrebbero difeso una povera donna contro un pazzo omicida. Di lì a poco la strada attraversò un villaggio e rasentò una locanda che evidentemente la puledra conosceva, dato che si fermò davanti alla porta. Matthias si arrese a quella decisione, si spinse il berretto sulla nuca e in silenzio, quasi umilmente, smontò dal carro e aiutò la moglie col bimbo in braccio a scendere a sua volta. Stava annottando, e le finestre del Cinghiale Azzurro erano illuminate.

Dietro quelle finestre regnavano l'allegria e la gioia, ma anche una profonda trepidazione.

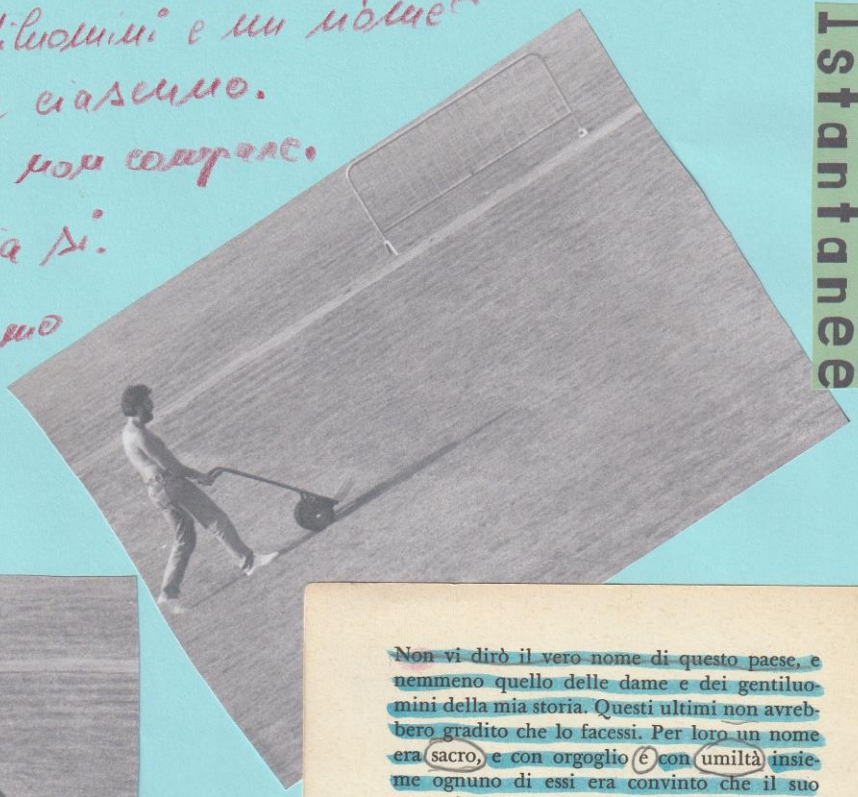
Le manovre erano finite. Gli ufficiali stavano festeggiando l'avvenimento con un pranzo nella grande sala, dalla quale provenivano schiamazzi e risate. Là Kurt von Blittersdorff, che si era distinto in una carica di cavalleria, stava ricevendo le congratulazioni del suo colonnello. In una saletta più piccola dietro l'atrio regnava il silenzio. I seguaci del Duca Marbod non avevano previsto quella folta e allegra riunione, e nel timore che qualcuno potesse riconoscerli e fare domande, avevano deciso di tenersi appartati e se ne stavano

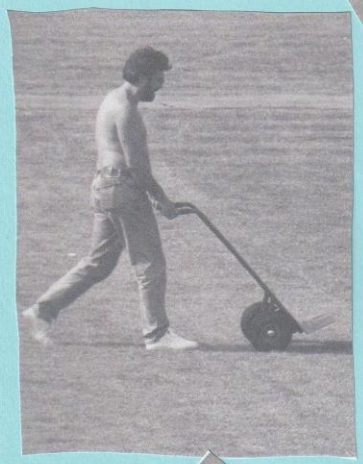


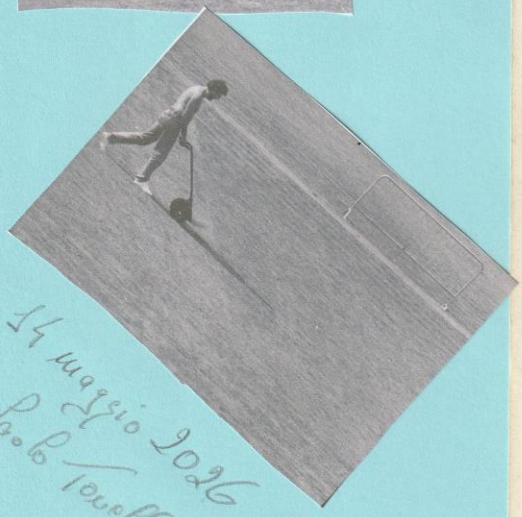
Istantanee
foto e parole della mia vita

Istantanee

Delizioso palcoscenico di famiglia.
Dame, gentiluomini e un nome
sacro per ciascuno.
L'umiltà non compare.
La tragedia sì.
E incominciamo







14 maggio 2026
Paolo Iovelli

Non vi dirò il vero nome di questo paese, e nemmeno quello delle dame e dei gentiluomini della mia storia. Questi ultimi non avrebbero gradito che lo facessi. Per loro un nome era sacro, e con orgoglio e con umiltà insieme ognuno di essi era convinto che il suo nome fosse la parte più nobile e più importante – e la più duratura – della sua persona e della sua esistenza. Quei nomi, tra l'altro, sono molto conosciuti e continuano quasi tutti a comparire nella storia del loro paese. La famiglia di cui parla il mio racconto non era, in realtà, una semplice famiglia ma una casata, e la sua buona e la sua cattiva sorte, il suo onore e la sua ignominia non erano pure questioni di famiglia ma problemi dinastici.
Dunque, miei cari, comincerò col dirvi che il palcoscenico della nostra piccola commedia, o tragedia, fu il delizioso paese e la bella città di Babenhausen, e che voi ascolterete una cronaca della dinastia dei Granduchi di Fugger-Babenhausen. E man mano che nel corso della mia narrazione faranno la loro comparsa altri gentiluomini e altre dame, mi sforzerò di trovare, per ciascuno di loro, un nuovo e nobile nome.
Si può dire che la storia si divise in tre parti, la prima delle quali – e temo francamente che vi sembrerà un po' lunghetta – non è in realtà che una sorta di preludio alla seconda e alla terza.
E allora incominciamo.

10

La bella scoperta

ARRIVERÀ DOPODOMANI. PERCHÉ È UNA COSA D'IMPORTANZA VITALE. VIAGGIARE LIBERAMENTE. L'ISLANDA È IL POSTO MIGLIORE. VUOI EMIGRARE? MANO. HO BISOGNO DI USCIRE DA QUESTO PAESE. MI PIACEREBBE TANTO VEDERE L'ISLANDA



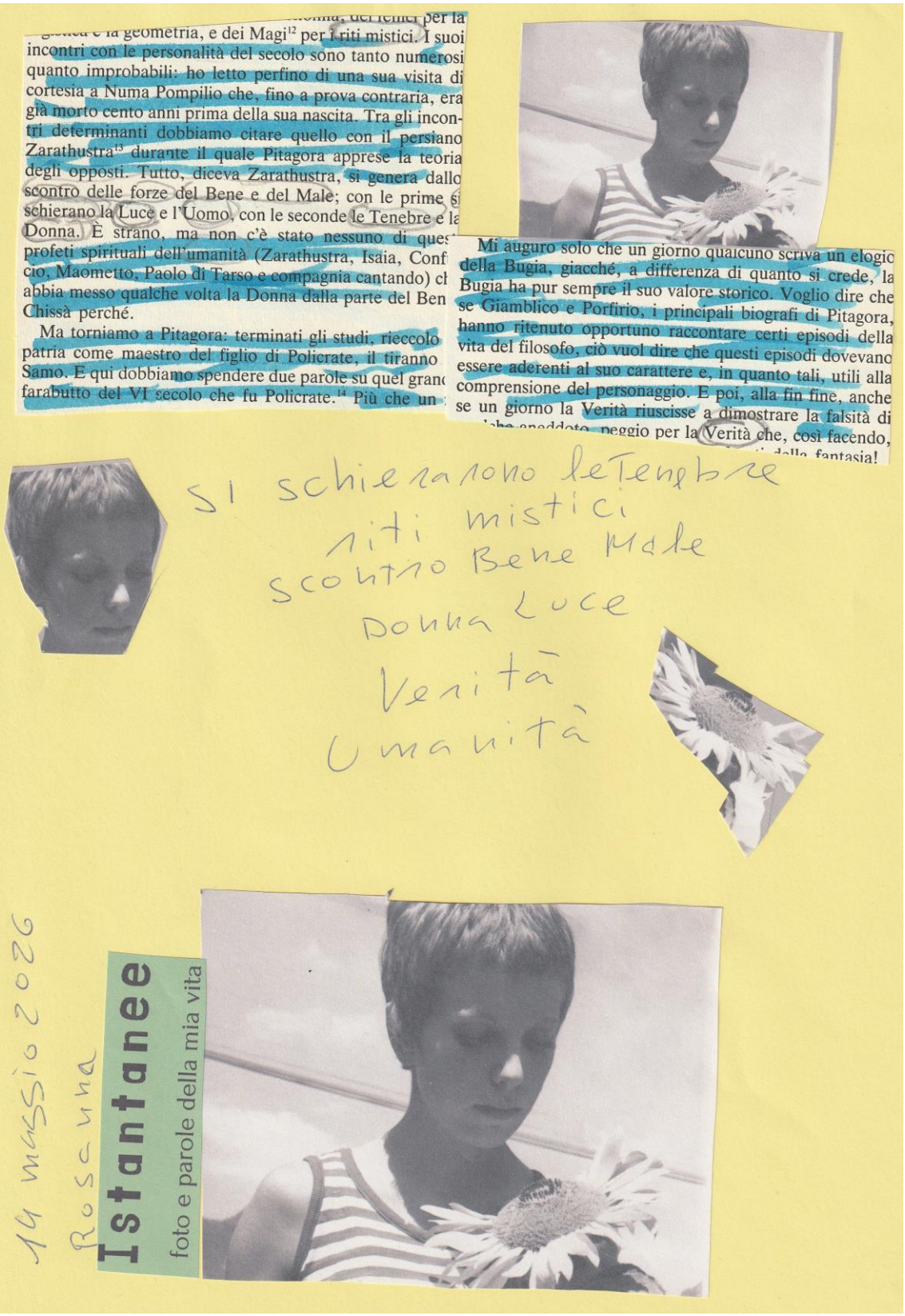
Istantanee

foto e parole della mia vita

Ški ante.
Voglio che mi adotti ».
« Che ti adotti? ».
« Sì, come figlio. Per me è una cosa d'importanza vitale. Se divento suo figlio, prendo automaticamente la cittadinanza americana ».
« Vuoi emigrare? ».
« Ma no, non si tratta di questo. Qui ho cominciato degli esperimenti importantissimi e non voglio interromperli. Anche di questo voglio parlarti oggi, ho bisogno di te per questi esperimenti. Ma con un passaporto americano potrò viaggiare liberamente per tutto il mondo. Non c'è altro modo di uscire da questo paese per un uomo qualunque. E a me piacerebbe tanto vedere l'Islanda ».
« Perché proprio l'Islanda? ».
« Perché è il posto migliore per la pesca del salmone » rispose Škreta, e continuò: « Quello che complica un po' le cose è che Bertlef non ha poi tanti anni più di me. Bisognerà che gli spieghi che la paternità adottiva è solo uno stato giuridico che non ha nulla a che vedere con la paternità naturale, e che lui, in teoria, potrebbe essere mio padre adottivo anche se fosse più giovane di me. Forse capirà, ma ha una moglie maledettamente giovane. È una mia paziente. Arriverà dopodomani. Ho mandato Suzy nella capitale perché vada a prenderla all'aeroporto ».
« Suzy sa del tuo piano? ».
« Certo. Le ho ordinato di guadagnarsi a ogni costo la simpatia della sua futura suocera ».
« E l'americano? Che ne dice? ».
« È proprio qui il difficile. Quel tipo non raccoglie le allusioni. Per questo ho bisogno che tu lo studi e mi dica come prenderlo ».
Škreta guardò l'orologio e annunciò che Bertlef li aspettava.
« Ma di Bob che ne facciamo? » chiese Jakub.
« Dove l'hai trovato? » domandò Škreta.
Jakub spiegò all'amico come aveva salvato la vita

106

14/05/2026 Patrizia Cazzaro


la geometria, e dei Magi[12] per i riti mistici. I suoi
incontri con le personalità del secolo sono tanto numerosi
quanto improbabili: ho letto perfino di una sua visita di
cortesia a Numa Pompilio che, fino a prova contraria, era
già morto cento anni prima della sua nascita. Tra gli incon-
tri determinanti dobbiamo citare quello con il persiano
Zarathustra[13] durante il quale Pitagora apprese la teoria
degli opposti. Tutto, diceva Zarathustra, si genera dallo
scontro delle forze del Bene e del Male; con le prime si
schierano la Luce e l'Uomo, con le seconde le Tenebre e la
Donna. È strano, ma non c'è stato nessuno di quei
profeti spirituali dell'umanità (Zarathustra, Isaia, Confu
cio, Maometto, Paolo di Tarso e compagnia cantando) ch
abbia messo qualche volta la Donna dalla parte del Bene
Chissà perché.
Ma torniamo a Pitagora: terminati gli studi, rieccolo
patria come maestro del figlio di Policrate, il tiranno
Samo. E qui dobbiamo spendere due parole su quel gran
farabutto del VI secolo che fu Policrate.[14] Più che un
Mi auguro solo che un giorno qualcuno scriva un elogio
della Bugia, giacché, a differenza di quanto si crede, la
Bugia ha pur sempre il suo valore storico. Voglio dire che
se Giamblico e Porfirio, i principali biografi di Pitagora,
hanno ritenuto opportuno raccontare certi episodi della
vita del filosofo, ciò vuol dire che questi episodi dovevano
essere aderenti al suo carattere e, in quanto tali, utili alla
comprensione del personaggio. E poi, alla fin fine, anche
se un giorno la Verità riuscisse a dimostrare la falsità di
peggio per la Verità che, così facendo,
dalla fantasia!
si schierano le Tenebre
riti mistici
scontro Bene Male
Donna Luce
Verità
Umanità
14 maggio 2026
Rosanna
Istantanee
foto e parole della mia vita

Il vento fa i suoi giri



Istantanee

foto e parole della mia vita

Princess Daisy 159

endo per quattro metri e venti, alla balconata che circondava la tanza su tre lati. La parte chiusa della balconata era rivestita con caffali per libri e vi si trovavano molte piccole alcove, invisibili dal basso, nelle quali una persona poteva trascorrere l'intera giornata su comodi divanetti, leggendo i volumi ammucchiati che erano già lì quando Stash aveva acquistato la casa per fare una sorpresa ad Anabel. Era comoda per lui a causa della vicinanza a Trouville, ove egli possedeva ancora le scuderie nelle quali aveva condotto una volta Francesca. Era stato attratto, inoltre, dalla leggenda della dimora ove, come sapevano tutti a Honfleur, l'ex proprietaria, madame Colette de Jolnville, aveva nascosto, dopo Dunkerque, undici soldati inglesi. Impossibilitati a raggiungere la spiaggia dell'imbarco, erano stati accompagnati lì da partigiani della Resistenza, della quale lei faceva parte. Esponendosi a un grave pericolo personale, li aveva tenuti al sicuro per nove mesi nelle soffitte, finché erano riusciti tutti, uno alla volta, a raggiungere la Spagna, grazie all'organizzazione clandestina, e a fare ritorno in Inghilterra per battersi ancora.

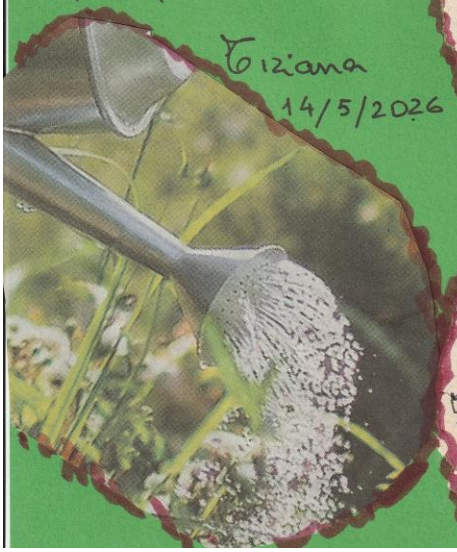
Ben presto la routine a La Marée si stabilì per suo conto: colazione a tarda ora intorno al lungo tavolo nella vasta cucina, ove tutti si recavano quando faceva loro comodo, in accappatoio o vestaglia, dopodiché Daisy e Anabel, con robuste sporte per la spesa infilate nelle braccia, andavano ad acquistare prodotti freschi nel porto di Honfleur. Il pranzo era preceduto da un bicchierino di sherry sulla terrazza, si protraeva per due ore, e lo seguiva il caffè, di nuovo sulla terrazza. Dopo il caffè, ognuno faceva quel che voleva: ricerca di oggetti d'antiquariato, escursioni, un pisolino, o vagabondaggi per le campagne. Infine seguivano i cocktail, la cena, alcune partite a poker o a domino, e la pigra giornata si concludeva coricandosi presto.

Daisy constatò di essere meno infelice quando rimaneva sola con il suo album da disegno, nel quale ritraeva le case indimenticabili, tutte pittoresche del Vieux Bassin, a Honfleur, uno scenario prediletto dai pittori negli ultimi centocinquant'anni; e tentava di catturare sulla carta i tre pini a ombrello che custodivano il lato verso l'oceano di La Marée.

Quando faceva il bagno, si accorgeva che, un giorno dopo l'altro, la vita all'aria aperta l'aveva abbronzata, dandole il colore di un croissant appena tolto dal forno. Si rese conto che non era abituata a guardarsi nuda mentre studiava affascinata l'interessante contrasto tra i propri seni candidi e le spalle brune, segnate di bianco soltanto là ove le coprivano le bretelline delle magliette. Poi

Uno scenario prediletto con interessanti contrasti. Dopo vagabondaggi e pericolo personale si rese conto che le aveva tenute al sicuro per fare ritorno.

Tiziana
14/5/2026



IV Incontro

1.Coltivare, far crescere, prendersi cura

Lettura

Ho caro il mio giardino, più di qualsiasi altro. Non perché sia il più bello, ma perché, come la volpe del Piccolo Principe, è stato da me apprivoisé, addomesticato. E viceversa. L'amo quindi non per sue qualità intrinseche, ma perché ci apparteniamo. Mi capita, tuttavia, di incontrare altri luoghi, sentirmene attratta, chiedermi come sarebbe vivere lì. Arrivo talvolta a immaginare il tradimento. Torna poi a prevalere l'affetto per il giardino a me inevitabilmente fedele: lui non viaggia, mi aspetta. Quasi sempre, da simili tentazioni, nasce qualcosa: una nuova pianta, altri fiori, un diverso modo di potare, un intento. Grazie a infedeltà soltanto mentali, il giardino cresce e si arricchisce. Pur restando sostanzialmente lo stesso. Il giardino riverbera la qualità del sentimento di chi se ne occupa. C'è amore e amore. Un certo tipo di amore uccide oppure esprime l'aspirazione al controllo assoluto. L'amore di cui necessita un giardino è d'altro genere, in nulla diverso da quello di cui sono assetati gli esseri senzienti: è fatto di attenzione, partecipazione, cura, rispetto. E, naturalmente, di gioioso stupore di fronte al miracolo della presenza. Guai a scegliere con sbadataggine le piante.

Pia Pera

Un qualsiasi passante crederebbe che la mia rosa vi rassomigli, ma lei, lei sola, è più importante di tutte voi, perché è lei che ho innaffiata. Perché è lei che ho messa sotto la campana di vetro. Perché è lei che ho riparata col paravento. Perché su di lei ho ucciso i bruchi (salvo i due o tre per le farfalle). Perché è lei che ho ascoltato lamentarsi o vantarsi, o anche qualche volta tacere. Perché è la mia rosa.

Antoine de Saint-Exupery il piccolo principe

Scrittura

Coltivare, far crescere, prendersi cura.

Frutto di un regalo di compleanno di un figlio maschio, una bellissima orchidea lilla che seguo ormai da cinque anni con occhio critico. Ho letto tutto sulla posizione, l'acqua per non farla annegare e dare così spazio al mio pollice nero. Proprio per sfatare questo mio aspetto distruttivo nei confronti della vita vegetale ho curato in modo morboso questa pianta. Attenzione alle foglie che non ingialliscano, le spolvero e le lavo delicatamente. Perfino il figlio che me l'ha regalata ogni tanto mi guarda un po' strano ma poi è contento delle particolari attenzioni che le riservo. Per il momento regge e ogni tanto la guardo nelle sue varie fasi anche quando tarda a far fiorire i boccioli. Ma quando escono, non dico che sia come un figlio, per carità, ma un moto di orgoglio mi assale, Usque tandem? *Patrizia*

Ho scelto la strada più difficile per liberarmi dalle cure e direttive della mia famiglia saltando nel dovermi prendere cura di me e mia figlia a un'età in cui si gioca ancora con le bambole. Il tempo è passato, le cure hanno portato cose belle e tanti pensieri, creare insieme la nostra storia è stato impegnativo. Ora ho deciso di far crescere e aver cura di me, le mie esigenze e tutto ciò che mi può aiutare a stare bene nel tempo e nei luoghi che mi ospitano. Vorrei vivere con leggerezza, fare tante cose belle, stare con le persone che mi sono vicine, ma vivere bene gli incontri, godere dei momenti lieti come di quelli più cupi, essere accogliente con ciò che la vita mi offre. Non ho frequentato le

superiori, solo un diploma professionale, ma amo leggere e mi prendo il tempo per farlo, seguire corsi, laboratori, provare a scrivere, disegnare, staccare la mente dal dovere, dal necessario. Voglio inventare piccoli spazi solo miei, riempirli di tutto quello che mi diverte. *Lorenza*

Ω

2. **Da te ho imparato**…
Lettura
Un giorno che eravamo saliti fin sotto la cresta, e guardavamo giù verso la sella dove avevamo lasciato lo zaino, mi indicò un punto indistinguibile in mezzo alla pietraia.
"Vedi là?" disse. "Quella è una tana di marmotta."
Io strizzai gli occhi ma non vidi niente. "Come fai a saperlo?"
"Perché ci sono le tracce, no? E poi perché se fossi una marmotta la farei lì."
Ecco cosa mi piaceva di Bruno: la sua capacità di immedesimarsi nelle cose. Non era solo che conosceva la montagna, era che ci stava dentro in un modo che a me era precluso. Per lui l'erba, la roccia, il torrente non erano elementi da guardare, ma erano il pavimento su cui camminare, l'aria da respirare, la vita stessa. Accanto a lui, io che mi sentivo sempre un ospite, un cittadino che guardava da fuori, cominciavo a imparare un modo diverso di stare al mondo. Bruno non dava lezioni. Bruno faceva, e facendolo mi mostrava chi ero io e chi avrei potuto essere.
Paolo Cognetti Le otto montagne

Scrittura
Tratteggia una figura significativa della tua vita.

Spesso sono inquieta, e questo tratto del mio carattere mi ha spesso portato verso insoddisfazioni, aspettative esagerate. Durante i primi anni di scuola superiore ho conosciuto Francesca, una ragazza pacata, radiosa, semplice. Con lei ho imparato a dominare la mia inquietudine, mi riportava nella realtà durante le passeggiate domenicali in cui ci si riaccompagnava a casa almeno una decina di volte. Era bravissima in matematica e disegno. È riuscita a spiegarmi concetti che l'insegnante in classe ripeteva molte volte. Però siamo cresciute e abbiamo scelto strade diverse nonché luoghi diversi dove abitare. Eppure Francesca c'è sempre per me ed io per lei. Mi ha insegnato il dono della semplicità, esserci senza pretendere nulla in cambio. Non sono riuscita a cambiare certi miei atteggiamenti ma lei mi ha sicuramente aiutato a rendermi conto dei miei difetti, senza farmeli pesare e a diventare migliore. *Patrizia*

Da te ho imparato.
Mi piacerebbe dire che è stata mia madre a insegnarmi il senso della vita, ma non posso.
Da lei ho imparato il fare, il dovere, le regole non l'essere, il diventare, la fiducia in me.
Le basi per capire cosa volevo fare le ho ricevute dalle zie. Le zie sono un bene grande, delle maestre di vita, ti amano, ti insegnano e non pretendono da te nulla, solo il tuo affetto. Le zie in questione sono due: zia Amelia sorella del nonno paterno, zia Teresita sorella di papà.
Zia Amelia per me è sempre stata vecchia, ma mi ha insegnato tante cose che mi hanno fatta crescere e aprire la mente, il suo risultato più grande e l'insegnamento che mi porto sempre nel cuore è il lavoro a uncinetto, che è la mia più grande passione assieme alla lettura che lei mi ha esortato a coltivare.

Zia Teresita era più giovane e mi ha accompagnata nella vita fino a pochi anni fa, dandomi consigli e supporto nei momenti difficili, rompendo le scatole nei momenti più leggeri! Ci siamo sempre aiutate a vicenda, mi ha insegnato la leggerezza, il buonumore, lo stare in compagnia. Con lei andavo in gita con l'oratorio. *Lorenza*

Ω

3.**Rinascite**
Lettura
Ogni volta che mi è successo qualche cosa di brutto, che mi ha lasciata annientata e che mi ha fatta sentire inutile, sbagliata o semplicemente non adatta ad affrontare una difficoltà, dopo un periodo doloroso di ripensamento, di pulizia dentro me stessa, ecco che qualche piccola nuova luce mi ha fatta ripartire con maggiore capacità e consapevolezza nei confronti della mia vita.
Mi va di ricordare quando mi hanno bocciata al liceo: mi sono sentita stupida, incapace, ottusa di fronte a quel 'sapere' scolastico che mi aveva rifiutata. A superare quel momento così triste e buio e a rinascere, mi hanno aiutata i miei genitori, che mi hanno fatto sentire tutto il loro affetto e mi hanno spronata a tirare fuori le mie capacità. Così l'anno successivo, tornata a scuola con lo stigma della 'ripetente', ero pronta a fargliela vedere. Ero più forte, forse un po' più matura. Quella bocciatura mi aveva fatto fare un balzo in avanti, facendo crescere in me un po'di autostima.
Poi la vita mi ha presentato altre batoste, più pesanti, che ho dovuto affrontare da sola, ma sempre ho saputo risollevare la testa, ho riavuto altre primavere dopo inverni gelidi. Ora che sono vecchia posso dire che tutto sommato non ho rimpianti, nel bene e nel male, come cantava Edith Piaf.
Maddalena Brighenti

Scrittura **Le nostre primavere: rinascere dopo gli inverni della vita**

La vita è sempre in agguato. Ti sembra che per un periodo tutto funzioni poi all'improvviso qualcosa ti blocca. In quel periodo ogni aspetto che ti circonda sembra un torto che ti viene fatto da qualcuno in particolare. Ma poi scopri che sei tu il protagonista della disfatta. Tesi pronta, mi manca solo un maledetto dettato di francese che avevo già provato tre volte, fallendo miseramente. Pensare che avevo scritto composizioni, fatto traduzioni, ma quella parte d'esame mi bloccava, mi intimoriva. Dovevo fare qualcosa per uscire da quel momento di tenebre. E luce fu, Justine, una ragazza belga incontrata all'università mi ha aiutato a superare l'impasse. Dettati a raffica e finalmente superato! È stato veramente un momento di gioia. Ancora adesso a volte sogno il dettato di francese. *Patrizia*

Rinascita è una parola che non voglio memorizzare. Da un certo punto della mia infanzia sono iniziati gli inverni gelidi e lunghi e si sono susseguiti ciclicamente con estati felici ma brevi. La memoria non vuole salvare i ricordi, la durezza dell'inverno. I nuovi inizi sono sempre stati dolorosi e faticosi anche se hanno portato benefici duraturi. Voglio "rinascere" adesso! Da grande, per non dire da vecchia, libera dal giudizio degli altri, dalla routine, dalle paure, dal bisogno che ti porta via i sogni. Sarebbe bello fare una grande scatola dove mettere tutto il passato, lasciare fuori solo le immagini luminose, i ricordi belli per decorare la superficie esterna. *Lorenza*

Ω

4. Le canzoni che hanno accompagnato i momenti significativi della tua vita.

La canzone della mia vita è: Samba pa ti! Carlos Santana, ha accompagnato un periodo felice della mia vita e la sua fine devastante. I giri con le amiche a bordo della mia mitica 500L, mangiacassette e Phil Collins, e i Supertramp con Breakfast in America! Leggerezza pura.
Adesso continuo con il rock e ho scoperto il Country americano, sulla strada con Willie Nelson " To all the girls l've loved before. *Lorenza*

Sono nata nel 1957 da una famiglia contadina che non ha mai avuto il tempo di farci amare la musica classica. Perciò sono cresciuta con le canzonette. Le prime che ho iniziato ad ascoltare con frequenza sono state quelle che dopo il 72 mi hanno fatto compagnia. Mio fratello maggiore mi ha regalato un mangiadischi arancione e quando racimolavo qualche soldino mi compravo un disco. Ricordo Baglioni (Questo piccolo grande amore), Battisti (Pensieri e parole). L' insegnante di musica non è riuscito a trasmettermi alcun interesse. Cercava di proporre canzoni popolari e degli alpini, ma il nostro divertimento era trasformarle in tono scherzoso ed anche a volte offensivo. Tra gli stranieri amavo i Beatles perché ho sempre preferito la musica melodica. Poi si sono susseguite diverse fasi spesso legate all' infatuazione del cantante di turno, magari belloccio. Più avanti, dopo i 20 anni sono passata ai cantautori come Guccini e De Andrè ma non sono mai stata molto appassionata. Con il passare del tempo ho amato qualche canzone ma sinceramente non ho mai avuto una canzone del cuore e un po' mi dispiace. Mi spiace sentirmi anche molto sprovveduta nella conoscenza delle opere classiche. Adesso cerco di informarmi ma mi rendo conto che per amare veramente la musica devi iniziare presto, coltivarla e avere intorno qualcuno che come te condivida questa passione. *Patrizia*

5. **Riflessioni sul percorso**

Lettura
Lo spazio autobiografico è una stagione; è il tempo della tregua, che ci aiuta perché non ci colpevolizza rispetto alla nostra molteplicità. Non è una vacanza, è il tempo della sutura dei pezzi sparsi; è il tempo in cui uno dei nostri io si fa tessitore.
Duccio Demetrio Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé

Scrittura (costruendo un petit onze)

Cosa mi porto a casa dal laboratorio

Consapevolezza
Armonia condivisione
Pensieri stati d'animo sentimenti
Emozioni gioco riflessioni fatica
Gioia
Patrizia

Riuscire
A capire
Che faccio parte
Di un gruppo senza
Paure
Lorenza

Come mi sono sentita durante il laboratorio

Accolta
Considerata ascoltata
Leggera affaticata responsabile
Interessata sorpresa scoperta giocosa
rispettosa
Patrizia

Provare
la sensazione
di stare bene
senza temere giudizio o
critica
Lorenza

È
stato bello
condividere emozioni e
parole con persone diverse
che

come me raccontano le
loro emozioni e
non temono
giudizi
Lorenza

Ho solo voglia di ringraziare tutte per le emozioni che ci avvolgono ogni volta che ci confrontiamo. Mi sento di fare parte del mondo dei sentimenti e dell'accoglimento dell'altro. *Lorenza*



Hanno partecipato:

Luca Angelo Castoldi
Patrizia Cavazzana
Katarzyna Maia Cekus
Paola Riccadonna
Rosanna Riccadonna
Luisella Rinaldo
Alessandra Righi
Rosanna Sega
Paolo Tonelli
Lorenza Torboli

Laboratorio a cura di
Claudia De Bellis
Tiziana Calzà
Laura Robustelli

© 2026
Mnemoteca del Basso Sarca