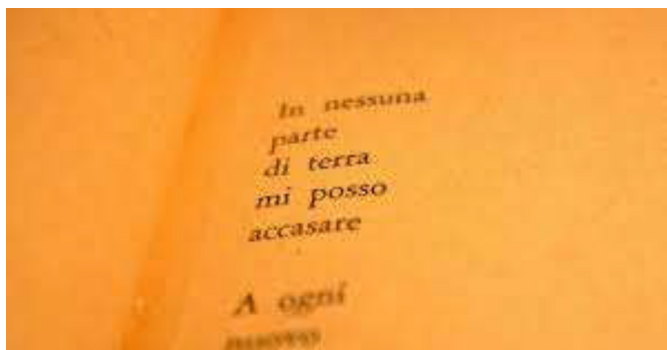


VIVERE POETICA-MENTE

Storia del Laboratorio



Come è nata l'idea?

Due anni fa, nel marzo 2014, Renzo Rossin è venuto a Bolzano per una conferenza e seminario con questo titolo: *“Vivere poetica-mente”*.

Ed è stata proprio l'idea di base, che collega i tre elementi: vivere – poesia – psiche, a suscitare in me una profonda risonanza.

Quando poi al Centro di psicosintesi si è incominciato a riflettere sul nuovo programma, ho proposto un laboratorio che provasse a dar vita all'idea suggeritaci da Rossin.

Nasce il laboratorio.

La proposta è stata accolta e a settembre si è partiti.

La premessa era:

non un gruppo di poesia con ambizioni letterarie e con ruoli precisi, ma un gruppo di psicosintesi interessato ad inserire la poesia nel quotidiano e a condividere pezzi di cammino.

La poesia come mezzo espressivo per due caratteristiche: da un lato l'essenzialità, dall'altro il linguaggio simbolico. L'impegno era intenzionalmente piccolo: un incontro di un'ora e mezza ogni due settimane, secondo un calendario fissato, all'inizio, per alcuni mesi.

Poi si sarebbe visto se l'esperienza prendeva piede e diventava continuativa.

Primi passi.

I primi incontri sono stati esplorativi, sia da parte dei soci che venivano a *“vedere”*, sia sul modo di organizzare l'incontro stesso.

Alcuni esempi.

Si portano poesie solo proprie o anche di altri autori più o meno conosciuti?

Tutti i partecipanti portano una poesia, oppure se ne limita il numero per lasciare tempo adeguato alle condivisioni?

Ha senso, in questo gruppo, quando si sente una poesia che piace, vergognarsi di non essere altrettanto bravi, oppure si vive l'esperienza come uno scambio di doni e la condivisione di un pezzo di cammino?

Dopo un primo periodo esplorativo, i cui diversi passaggi diventavano oggetto di riflessione e valutazione, è emerso un gruppo fisso, motivato, di otto o dieci persone. Ovviamente aperto.

Come si svolge un incontro.

Qualcuno del gruppo porta una poesia, propria o di un altro (purché significativa per sé) e la presenta. Ne nasce una condivisione che coinvolge tutti. Poi tocca a qualcun altro e si riparte con le condivisioni.

E' sempre sorprendente la grande varietà di sfumature di un testo che vengono rilevate e sottolineate. Qualcuno è colpito da un aspetto, che gli evoca un vissuto. Magari un momento di difficoltà e la via incontrata per trasformarlo. Altri colgono nuove immagini e si intrecciano esperienze e riflessioni.

La varietà che si manifesta diventa occasione per non affezionarsi troppo alla propria *“nota”*, per considerare la pluralità come qualcosa che arricchisce e allarga gli orizzonti.

Nell'intervallo fra due incontri, inoltre, le comunicazioni proseguono via mail.

Estate.

Come per le altre attività del Centro, si pensava che il laboratorio sospendesse gli incontri a fine maggio per riprendere in ottobre.

E invece... dal gruppo stesso è partita la proposta di incontrarsi anche durante l'estate.

Con appuntamenti più flessibili, qualche gita in montagna, magari partecipando all'iniziativa di un'altra associazione, ecc.

A settembre poi si è ripreso con la modalità consueta. Accogliendo le novità che man mano si presentavano.

Lavoro sull'immagine di copertina.

L'immagine di copertina del programma 2015-2016 del Centro di Bolzano è una foto che ha partecipato al Concorso delle arti " *Al centro del Centro: l'Anima*", organizzato dal Centro stesso. Una foto, oltre che bellissima esteticamente, particolarmente significativa per la ricchezza dei simboli. I partecipanti al laboratorio sono stati coinvolti nell'osservazione, individuazione dei simboli, riflessioni varie, che man mano venivano raccolte, integrate fra loro e infine organizzate in un testo collettivo. Un modo di partecipare e collaborare, con un contributo specifico di gruppo, alla vita del Centro.

Occasioni esterne.

Attraverso il contatto con un circolo culturale di Merano, abbiamo tenuto, a più voci, una conferenza sul tema " *Il valore della crisi*".

Interessante l'esperienza di dialogare, come gruppo, con persone estranee alla psicosintesi. Una nuova opportunità per crescere.

Sempre in autunno, siamo stati coinvolti in un altro evento: nell'ambito di una mostra di opere di artisti sul tema " *Miti e leggende delle Regioni alpine*", abbiamo partecipato a una serata di poesia e musica, con nostre poesie sull'argomento della mostra, stampate in una pubblicazione ad hoc.

Il tema del cammino in montagna, che accomuna molti del gruppo, in quel periodo ci è stato particolarmente vicino, nei diversi livelli in cui può esprimersi.

Il cammino continua.

Oltre alle occasioni esterne che man mano si presentavano, gli incontri intanto sono proseguiti regolarmente, secondo le consuete modalità.

E proseguiranno.



Come creta modellami
tu che conosci tutte le forme.
Come vento sulla sabbia
scrivi nel mio cuore la tua parola.
Ed io risuonerò come conchiglia
che riproduce la voce del mare.

Anna Maria Finotti

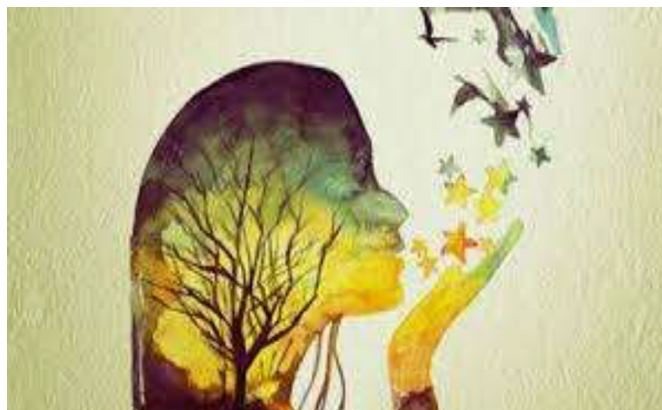
Libero, anche in prigione

*Firenze 1938, Roberto in prigione.
Il suo crimine? Ama la pace,
crede negli uomini, in tutti.*

*Su un palco nella cella si muove una figura.
"Maledetti!" impreca, pesta i piedi
e scuote le sbarre. Il ribelle.
"Che ingiustizia!" sospira un altro,
in un angolo un gomito di singhiozzi. La vittima.*

*Roberto ha ben chiaro:
il suo corpo è in prigione, ma la sua anima?
Chi la può chiudere dietro le sbarre?
Lui non ha dubbi: libero, anche in prigione.*

Mariellina



Voci del gruppo - note diverse

Ascoltare e ascoltarsi
Parlare e comprendersi
Scacciare traguardi da me non voluti
Vivere desideri rinati
Acqua di sorgente per nuovi approdi
Volti nuovi, anime amiche.

Saudade - Miriam

*Nostalgia ...
moto ondoso perpetuo
onda di mare
va e viene,
a volte accarezza
come l'arenile di lago
a volte investe impetuosa
spinta dal vento di maestrale
e sbatte sugli scogli indifesi:
indifesi come il mio cuore.
Non la posso arginare ...
Vorrei costruire barriere
come in certi lidi
ma non ci sono
frangiflutti per il mio cuore.
Nostalgia: vortice mai stanco
che giù ti porta ma anche ti eleva.*

Poesie: parole dell'anima che traducono e interpretano le emozioni di chi scrive.
Parole che rimbalzano e vengono ascoltate da altri e nuovamente reinterpretate.
Nuovi significati, altre considerazioni, pensieri che si intrecciano all'interno del gruppo.
Menti che reciprocamente accolgono, si confrontano, pensano, si allargano.

Il tempo sospeso - Milena

*Che momento sublime, quasi irreal
Un attimo, un spazio senza confini
Senza l'inizio, senza una fine
Un tempo indefinito
Né presente né passato
In cui qualcosa è sovrano.
Un'idea, un pensiero
sovrasta questa dimensione fatata
Non esiste il tempo, solo l'adesso, l'oggi
Senza ricordi lontani, senza progetti del domani.
Ieri è stato il gioco
Ora è l'infinito, la magia,
l'essenza e l'inganno.
Il sapere di oggi condensa le emozioni del passato
che scivolano nel futuro
E l'inganno permane
nonostante tutto.
La luce appassisce e il giorno finisce
Ci sarà un altro domani e ancora, ancora.*

La poesia con le sue suggestioni ha il potere di aprire la porta dell'inconscio.
Risveglia i ricordi assopiti, facendone rivivere i sentimenti e le emozioni.
Ma risveglia anche la visione del sé superiore e il suo cammino di pace, di incanto e di armonia che questa visione sa dare.



Natura, natura, natura ... Sergio

*Come non mai sono io,
su questa cima
immersa nell'infinito.*

*Adesso mi riconosco,
mi sembra di avere le ali
che vibrano nel cielo.*

*Mi sento umile e immenso
guardando intorno a me.*

.....

*Il sangue scorre potente
ed io mi perdo in me
e perdo me nell'infinito.*

52

Ho conosciuto il concetto di “vivere poetica-mente” con il seminario di Renzo Rossin.

In quella occasione ho scoperto che si può dare voce alle nostre emozioni e convogliarle in espressioni, senza essere per forza dei poeti.

Con la creazione del gruppo, abbiamo avuto l'occasione di portare e condividere, oltre alle nostre, poesie a noi sconosciute, che ci hanno stimolato e fatto scoprire aspetti profondi.

Il momento - Nadia

*Solo un momento
accoglimi nel tuo cuore
aprimi la tua anima.
Consolami, ho paura.
Siamo onde sul mare
vento sulla laguna.
Fermati solo un momento.*

Mi sono unita al gruppo di poesia per ultima, da tempo non scrivevo più poesie.

E' bastato parteciparvi una volta perché mettessi per iscritto quanto la mia anima coglieva in un momento di ispirazione, in cui il tempo pareva sospeso nell'ammirare la bellezza di un cielo e di un paesaggio a me conosciuti.

Anche gli stati d'animo, le riflessioni sui vissuti potevano trovare una via di espressione.

Già con la fotografia ero abituata a cogliere quello che spesso passa inosservato, i piccoli tesori che la natura ci offre generosa. Ora provavo a esprimerlo con parole.

Non tutte le situazioni sono adatte per scrivere poesie. Ci vogliono quei particolari momenti in cui sei in qualche modo “connessa”, in contatto con la tua anima, con i tuoi colori, ispirata.

Nel laboratorio di poesia, è bella la condivisione, perché ci permette una conoscenza più intima dell'altro, e anche perché ci dà il modo di conoscere poeti nuovi e poesie che altrimenti non avremmo mai letto. Interessante è poi cercare di cogliere il messaggio del poeta attraverso il particolare modo di interpretarlo di ciascuno, così alla fine si ha un quadro più ampio e ricco.

Di nuovo il sole - Raffaella

*Incornicia d'oro la sommità del monte
e incorona di luce le cime degli alberi.
Fa risplendere là in alto il versante,
ma ancora si nasconde dietro la schiena del bosco.
Ora tutto è una luce soffusa
che preannuncia il bagliore...
Ed ecco... di nuovo il sole!*

Esser gioia - Marco

*Convinto son partito, dall'idea ispirato.
Gli incontri arditi, poi più mirati,
ci hanno assai uniti.
Curiosità e sorpresa nell'essere autore,
con giuste parole, di antiche emozioni.
Commenti, lodi, armonia sottile,
raccontarsi, seguire la strada verso l'infinito,
palestra e ponte fra il cuore e la mente
per essere poeta quotidianamente.*

Il gruppo di poesia è stimolante perché si trattano sempre argomenti nuovi, diversi, vari e interessanti.

Leggiamo poesie che riguardano il cammino della nostra vita.

Approfondiamo problemi che ci hanno accompagnato nel nostro percorso esistenziale.

E poi la poesia è: estetica, bellezza, armonia, tutte qualità che la psicosintesi vuole sviluppare.

Maria Luisa

Tempo verrà
in cui, con esultanza,
saluterai te stesso arrivato
alla tua porta, nel tuo proprio specchio,
e ognuno sorriderà al benvenuto dell'altro,
e dirà: Siedi qui. Mangia.
Amerai di nuovo lo straniero che era il tuo Io.
Offri vino. Offri pane. Rendi il cuore
a se stesso, allo straniero che ti ha amato
per tutta la vita, che hai ignorato
per un altro e che ti sa a memoria.
Dallo scaffale tira giù le lettere d'amore,
le fotografie, le note disperate,
sbuccia via dallo specchio la tua immagine.
Siediti. E' festa: la tua vita è in tavola

Derek Walcott da "Mappa del nuovo mondo"

Poeticoanalisi - Temi da approfondire

Poesia come sintesi del linguaggio...*kairos* della parola... riscoperta dei significati... nostalgia dell'assoluto... linguaggio delle origini...

Democrito: non si può essere poeti senza "entusiasmo"...
en-theos...

Platone: poesia, divina follia.

Poesia come arte scultorea sui testi...togliere il superfluo... cercare/rivelare l'essenziale...dire di meno per

dire di più...estetica della definizione...

La poesia "accade" al poeta... "ispirazione" come respiro nel transpersonale... intuizione/
immaginazione attiva... aprirsi al mondo... aprire un mondo...

Goethe: "furono i canti a far me, non io a far loro".

Shelley: "un uomo non può dire: "ora compongo della poesia"..."

Poesia come ricerca di autenticità... profondità interiore... immagini risplendenti la propria singolarità... purezza estetica... espressione vera del sé di fronte/in relazione all'altro... liberazione della psiche... piacere del parlare... rapporto diretto fra la propria anima e l'altro da sé...

Renato

