

Delfina Lusiardi
Metamorfosi inattese

secondorizzonte

metis

© Copyright 2018

Delfina Lusiardi

Metis (www.metisonline.it)

secondorizzonte (www.secondorizzonte.it)

Progetto grafico: Federica Lusiardi - Studio Bianchini e Lusiardi associati

Impaginazione: Amedeo Pangrazio e Francesco Bianchi

Stampa: Color Art - Rodengo Saiano (BS)

Isbn: 979-12-200-4143-0

Delfina Lusiardi
Metamorfosi inattese

secondorizzonte

metis

Metamorfosi inattese

Ci sono segni che ho bisogno di portare con me:
le ali dispiegate in volo del gabbiano
l'apparire circospetto del capriolo
la curva dolce dei delfini festanti
il ripiegarsi appena accennato delle betulle
verso terra
l'apertura solenne dei rami del faggio
l'ordinato incolonnarsi dei pioppi
la tensione verso il cielo dei castagni
l'abbondanza lieve degli ulivi
il circolo riposante del gatto dormiente
i profondi occhi imploranti del cane...

28 ottobre 1999



Solo ciò che viene dal profondo mi appassiona

Sento che è giunto il momento di rendere pubblici alcuni materiali nati nella *seconda parte della mia vita*: tracce di un cammino avvenuto al riparo dall'esposizione, nella solitudine abitata da presenze discrete, necessarie a procedere lungo la via del silenzio interiore. Presenze di maestri e di maestre, di amiche e di amici accomunati dallo stesso spirito di ricerca, di esseri cari che condividono gli spazi della mia vita quotidiana, rispettando i ritmi e il modo di vivere la stessa casa. Penso a loro con gratitudine mentre decido di comporre questo libro fatto di poesie, disegni, inchiostri e acquarelli, e di un testo che descrive in modo essenziale i passaggi vissuti in quel processo di *cura dell'esistenza*, iniziato con la scoperta di un cancro al seno. Questo testo fa parte di un lavoro più ampio, scritto nel 2011¹, cercando di rispondere alla domanda *Perché e come meditare?* che Jacques Castermane pone agli allievi e alle allieve, mentre li accompagna sulla via tracciata dal suo maestro Graf Dürckheim, per il quale la meditazione nello stile zen rappresenta una

¹ Il testo, nella sua versione integrale, è leggibile nel sito: www.secondorizzonte.it con il titolo *Divieni quel che sei. La via della chiarezza interiore*. Nello stesso sito si possono leggere: *Tra una partenza e l'altra*, dove sperimento la pratica di una narrazione essenziale nella scrittura autobiografica, e un breve saggio dedicato alla vita di Karlfried Graf Dürckheim: *Come possiamo non farci derubare della nostra vera biografia*. Sulla relazione tra la via dell'inconscio e la via dello zen nella mia esperienza, si può leggere anche una lezione proposta a Mantova alle donne dell'Ordine della Sororità, dal titolo: *Lasciarsi guidare dal maestro interiore*. Sempre in www.secondorizzonte.it compaiono le poesie scritte dal 2000 al 2014, raccolte con il titolo *Metamorfosi inattese*, pubblicate con il nome della mia nonna materna Caterina Sassi. Il titolo di quella prima raccolta diviene ora il titolo generale di questa pubblicazione che, oltre alle poesie inedite scritte dal 2015 al 2018, contiene anche una selezione dei testi scritti dal 1999 al 2014.

delle pratiche fondamentali.

Grazie all'incontro con Gemma Martino e al senso del lavoro terapeutico che Metis mi ha trasmesso, grazie alla dolcezza dei gesti di Gabriella Galperti che mi ha aiutata ad accettare il mio corpo quando ancora lo sentivo violentemente ferito e bloccato, grazie alla loro intuizione che mi ha orientata verso il lavoro del profondo, ho capito che il processo di guarigione non è solo una questione di chirurgia o di farmaci. Ma un lavoro che coinvolge tutto l'essere: un lavoro di autoconoscenza, di *pulizia del cuore*, di liberazione dello spirito, di alleggerimento dell'anima e di paziente allenamento all'ascolto del corpo, di attenzione alla vita che istante per istante ci viene data. E, nell'attenzione al respiro che fa del mio corpo un corpo vivente, ho imparato a vedere quanto poco l'esser viva dipenda dalla mia volontà. Quanto sia decisivo trovare le vie che ci insegnano a stare nella piena attenzione, a liberare i gesti dall'ansia e dalla reattività, ad accogliere ciò che si presenta e a riconoscere ciò che ci rende vivi e vitali.

Se mi chiedo come mai ora desidero raccogliere in una pubblicazione a stampa materiali che, in parte, sono già circolati in una cerchia molto ristretta nella forma di *libri fatti con le mie mani* e poi ospitati in un sito di scrittura: www.secondorizzonte.it; se mi chiedo come mai questa volta rinuncio al piacere dell'artigiana che gode nel dare forma alla materia che predilige (parole e immagini) organizzando anche questa volta un nuovo quaderno fatto con le mie mani, composto con le poesie degli ultimi tre anni e arricchito dagli *esercizi del gesto*, devo ammettere che non ho una risposta.

C'è piuttosto la sensazione risvegliata da un sogno, venuto questa estate

nel sonno del primo mattino a suggerirmi che è giunto il momento in cui posso “lasciarmi vedere”, “farmi conoscere”, “mostrare il volto della voce che ha parlato a bassa voce tenendosi nascosta”. Così si è espresso il *maestro interiore* nel sogno che mi ha guidata alla decisione di far conoscere le tracce del mio cammino al di là della cerchia di persone a me più vicine, di amiche soprattutto, che hanno potuto percepire il suo farsi e in molti casi sperimentarlo nella condivisione di alcune pratiche.

Accogliendo il messaggio del sogno, ho inoltre la sensazione di realizzare quel libro fatto di parole e immagini che il lavoro dell'inconscio mi invitava a comporre. Fin dai primi incontri con Adriana Mazzarella, analista junghiana studiosa di cammini iniziatici, è risultato chiaro che questa era l'opera da non trascurare.

Non sono una pittrice, il gesto della matita che traccia un disegno è rimasto per me un gesto naturale, non molto diverso dal gesto dello scrivere. Né più né meno come quando ero bambina. Infatti agli inizi della vita le creature umane non distinguono il disegnare dallo scrivere, lo scrivere dal disegnare. Ma, prendere in mano un pennello, da adulta, per conservare la visione di un fiore illuminato dal sole o il movimento della nebbia che sale tra le colline dopo la pioggia, comporta un azzardo che mi intimorisce. Richiede una decisione che può bloccarsi e mi può bloccare.

Ho cinquant'anni quando tento il primo acquarello della mia vita: per caso dispongo di un foglio di carta da acquarelli (regalo di un'amica artista), di un pennello morbido a punta e di un tubetto di grigio di Payne, acquistati per trasformare in fiori le macchie di vino sul muro di una casa appena imbiancata.

È settembre e davanti a me c'è del tempo vuoto, ho da poco finito un ciclo di chemioterapia e non tornerò a insegnare con l'inizio delle lezioni. Esco dopo la pioggia, i miei occhi vedono il mondo come non l'avevano visto prima e, tuttavia, quella che appare è un'immagine che mi appartiene da sempre. Non vorrei mai più dimenticare la visione di questa nebbia che sfuma i contorni. Accolgo l'impulso a prendere in mano il pennello, la carta e il grigio di Payne rimasto. L'acquarello che nasce mi aiuta a riconoscere cosa sto cercando.

Rientrata al lavoro, per alcuni anni non riprenderò il pennello, la carta, né mi procurerò altri pigmenti, fino a quando non potrò regalarmi il tempo di imparare come si fa. Come si fa a dipingere senza distruggere il silenzio nel quale il respiro del mondo appare nella fragile consistenza delle sue forme. Libera dal lavoro, cercherò maestri e maestre che mi aiuteranno a percorrere questa strada: Rinaldo Turati, Maria Teresa Piantanida (Mitti), Adriana Buggino, Akiko Tamura e Shoko Okumura, Daphne Buddensieg, che ringrazio di cuore. Non mancheranno incontri fortuiti con grandi opere che mi riporteranno sul sentiero a tratti smarrito, come le fotografie dedicate al Giappone di Michael Kenna², o gli scritti di François Jullien³ dedicati alla pittura cinese, quelli di François Cheng⁴ e il preziosissimo libricino di Charles Juliet⁵, tutti ricevuti in dono e che avrei sfogliato continuamente, letto e riletto nel

² Michael Kenna, Yvonne Meyer –Lohr, *Forms of Japan*, Prestel 2015

³ François Jullien, *La grande immagine non ha forma*, Angelo Colla editore, 2004; *Vivere di paesaggio*, Mimesis, 2017

⁴ François Cheng, *Oeil ouvert et coeur battant*, Collège des Bernardins – Désclée de Brouwer, 2011

⁵ Charles Juliet, *Shitao et Cézanne*, L'Echoppe, 2003

corso di questi anni.

Determinante nella mia ricerca è stato l'incontro con Michiko Tamura "Tosen", maestra di *Shodo* (la via della calligrafia): nel vederla all'opera con i suoi grandi pennelli ho intuito immediatamente quale senso avrebbe potuto avere per me percorrere la via dell'arte. Ma solo più tardi, nell'avvicinarmi allo zen, avrei trovato anche le parole e la chiarezza necessarie per mantenermi fedele ad esso: dipingere, scrivere... altro non sono che *esercizi del "gesto puro"*, esercizi nei quali *"l'essere essenziale"* cerca la sua libera espressione. Forme ricche del silenzio che vive nella sua profondità. Forme del silenzio: è il nome che ora posso dare alle immagini che scandiscono le poesie di questo libro.

Sasso, settembre 2018

Diario dei giorni senza sole

2000-2014

I giorni senza sole sono i giorni di nebbia. Una donna nata e vissuta nella pianura attraversata dai canali e dagli affluenti del Po li conosce intimamente, creano l'atmosfera del suo paesaggio interiore. Sono giorni senza colori, dove dominano i grigi. *Grigio su grigio*, come in quell'epoca delle *Cosmicomiche*, nella quale Calvino fa accadere l'incontro tra il protagonista *Qfwfq* con *Ayl*, *abitante felice del silenzio che regna là dove ogni vibrazione è esclusa*.

In questo silenzio la voce che viene dal profondo comincia a parlare. E occorre il silenzio per lasciarle dire quel che ha da dire.

La nebbia non spaventa chi sa che in questi giorni bisogna sospendere la fretta, che lo sguardo si deve abbassare, posarsi su ciò che è più vicino per non disorientarsi. Per riconoscere la terra su cui poggiano i piedi e ritrovare la giusta direzione.

A differenza di *Ayl*, che si rifiuta di entrare nel mondo dei colori, io, come *Qfwfq*, godo del loro apparire, pur conservando una profonda nostalgia del tempo nel quale si era immersi nel *mondo che stava provando le forme che avrebbe preso in seguito*, senza preoccuparmi troppo della forma che il materiale usato prende, sapendo che nulla è definitivo.

Non c'è nulla di definitivo.
Cambia solo il materiale:
i colori al posto dei grigi,
il silenzio al posto delle parole,
i gesti al posto delle azioni,
i sogni al posto delle poesie,
le poesie al posto delle narrazioni,
le narrazioni al posto delle intuizioni,
le intuizioni al posto dei pensieri,
i pensieri al posto dei silenzi,
i grigi al posto dei colori...
È così che *la vita* può esprimersi.

novembre 2014



Se non venissi tu
scotano
ad accendere
il verde
arrugginito dei pendii

se il giallo
dei castagni
non illuminasse
questi grigi
rigonfi di pioggia

se il caco
non rubasse alle api
il miele
per tingere di bronzo
le sue foglie

se tu betulla
non riempissi
il cielo
di sottili intrecci
verde dorati

e se il rosso
dei faggi
non riscaldasse
questi crepuscoli
d'autunno

come potremmo
inoltrarci
nella nuda bellezza
di un bosco invernale

Sasso, 3 novembre 2000

Ancora
vieni
a confondere
di rabbia
questo amore

per quanto tempo
avevi dormito
quieta
negli abissi?

ancora
risale
la tua onda
a tingere di nero
questo sguardo

quante volte
ancora
riuscirà la magia
che trasforma l'inchiostro in parole?

21 novembre 2000

*Noi non discendiamo, ma affioriamo dalle nostre storie**

Parole di poeta
sono la musica triste
di questo amore
che non trova la sua lingua

solo il pianto
può scongelare il corpo irrigidito nell'angoscia

stancarlo
spingerlo oltre la sua resistenza

ferire
la corazza
farla gridare di dolore

Conchiglia protettiva

cresciuta nella mia carne
contro i mostri
che risalgono la corrente del tempo

* Il verso è tratto da *Quel che la luce insegna* di Anne Michaels.

chiedimi
come a un cieco
di toccare la tua superficie
di percorrere le nervature delle tue spirali

perché possa trovare il passaggio
che nutre in te
la vita
materia che sente
la pietà e accetta il venire della morte

dimmi ancora
quali sono i tuoi colori
perché possa riconoscere
la mano
che ti ha creata.

23 ottobre 2001

In sogno ho parlato a tre pecore
piegata sulle
ginocchia davanti a
loro

I loro musì rivolti a
terra
in silenzio

Una era destinata alla
festa musulmana
l'altra alla pasqua
cristiana
e l'altra ancora alla
pasqua ebraica

Il vecchio sacerdote
mi dice che è
pericoloso
stare faccia a faccia
con l'animale del
sacrificio

Gli rispondo che
ignoravo quel
pericolo

non ho avuto paura
e le bestie
non mi hanno fatto
del male

(senza data)



L'amore mi dà da pensare –
meditazione in quattro tempi*

I

Chiamo amore
il dolore
che trattiene il respiro
annebbia il cervello
 nelle ossa scivola
 gelando
lungo la schiena

chiamo amore
la voce
che scoppia nel cuore
scatena parole

* I tempi a cui si riferisce questa meditazione sono i tempi della vita e i tempi di una musica che mi sta accompagnando da più di un anno. La stessa che mi è stata amica in questi giorni d'aprile, nei quali ho cercato parole per dire dell'amore: "Tamaas", di Samir Joubran che canta e suona con il fratello Wissam, di dieci anni più giovane.

Samir e Wissam Joubran sono nati a Nazareth in Galilea, iniziati al liuto e all'espressione vocale in famiglia, dal padre liutaio e dalla madre cantante. Voci sospese nel silenzio, ossessioni, improvvisazioni, l'alternarsi del dolore e dell'attesa con stati di gioia e di stupore: tutto questo movimento esprime concretamente la dicotomia e la sospensione, crea la materia di un discorso che può essere ripreso, rinnovato, modificato, alterato, un dialogo che apre imprevedibili rilanci.

l'anima disgela
consumando
nel fuoco di rabbia

chiamo amore la rabbia
che grida
alla notte senza cielo
voce d'animale
destinato a morire

chiamo amore
la pietà della stanza
che nel buio
teneramente nasconde
la paura segreta
inclemente
il giorno
espone alla luce del sole

chiamo amore
il sole
che indiscreto risplende
sul volto sfigurato dal pianto
gli occhi sfocati
perduta la voce

uno straccio
appeso al braccio di lui
il corpo
disposto a morire

chiamo amore l'offerta di cibo
e chiamo amore
il rifiuto
dell'animale che sa
cos'è vivere e disporsi a morire

chiamo amore
l'umile abbandono a questo amore
negato dalle parole

e chiamo amore
la parola ripudiata dalla paura
di nascere all'amore

Chiamo amore
la vita
che inaridisce per mancanza d'amore

2

Corpo d'amore
il tempo
cade
nel punto che ignora
l'orrore
di perdersi
frantumarsi
dissolversi
sciogliersi
sparire

stupore
di una metamorfosi insperata

11-12 aprile 2005

3

Pensieri d'amore
la gelosia
che offende l'amore
la preghiera che strappa
l'amore alla gelosia
il silenzio che risana

la ferita d'amore
la ferita
che apre all'amore la vita

il catino di fiori blu
col cuore giallo di rose
per un congedo
che non prevede ritorno

il colpo di telefono
dell'amica che dice
ogni mattina passo sotto la tua finestra
e mi chiedo
come starà

la paura senza nome
della bambina
che sola sorprende il cane nascosto
nel buio di casa
la casa
che ripara
solitudini impaurite

la tristezza della donna
affacciata sulla strada
di una città livida di pioggia

la città
che ospita in silenzio
tristezze d'amore

la felicità del padre
che balla con la piccola di pochi mesi
in braccio
l'abbraccio della madre
che si apre
e dice vai alla sua creatura
con passi incerti
chiamo amore i pensieri d'amore
e chiamo amore il pensiero
che ritrova le vie dell'amore

12-18 aprile 2005

4

Invenzioni d'amore
un pomeriggio di domenica
nuovo
a contemplare insieme
la ruota del mulino abbandonato
i verdi di pianura appena iniziati
pareti leggere

i pioppi
disegnano stanze di terra
arata
sarchiata
semi pronti a germogliare
felicità solitaria
l'airone cinerino al tramonto
alti
i cieli sui campi
solcati dalle nuvole
sollevano
il tempo
verso immagini senza peso

un mattino d'infanzia insieme
la bambina e suo padre
portano
in bicicletta l'anguria fresca di rugiada
per colazioni in-cortile col pane appena sfornato

un'aiuola d'iris azzurra
creata per la piccola amica
fragili camere di seta
silenziosamente invidiate
creano i petali
ripiegati verso il cielo

l'abbondanza delle peonie
lasciate a marcire
sotto la pioggia indifferente
di maggio

18 aprile 2005



Au plus profond de l'histoire*

Elle était-là

Elle était-là

1. Pas de mots

Pleurer

Etre là

Demeurer dans sa nuit

Pas fuir

Attendre

Laisser qu'elle vienne

la langue de la nuit

avec ses mains nues

Attendre

qu'elle trouve

son courage

face à la clarté du jour

2. Hier, mamie, je suis tombée

dans ta nuit

* Questa poesia è nata in francese. Elabora un'esperienza fondamentale vissuta nell'infanzia: a cinque anni assisto con la mamma al rapido trapassare della nonna materna colpita dal tetano, nel momento in cui la sua voce si sta bloccando. Solo più tardi ho pensato di tradurla.

par hasard
par jeu
un jeu d'enfants
et
j'étais là
dans ta voix

3. Oui, mamie
tu étais là dans ta nuit
ton visage était là
tes yeux perdus étaient là
dans ta dernière nuit
oui, mamie
j'ai vu
tu as secoué ta tête
à peine à peine
ta réponse
mamie
à ta fille
ton extrême essai

que tu étais là
encore
que tu n'avais pas encore
oublié mon prénom

que tu pouvais encore
reconnaître ta petit-fille

ta bouche
je l'ai vue
fermée dans la nuit

Oui, tu as forcé ta bouche, mamie
une syllabe était là
encore une fois, mamie
tu as forcé ta bouche
encore

Trois syllabes étaient là
dans la nuit

Mon prénom
sorti de ta bouche
coupé
en trois morceaux
chaque morceau blessait
ta nuit
un caillou
chaque morceau blessait ta voix

Ta bouche obéissante
Je l'ai vue
ouverte trois fois

Trois syllabes

humiliée
ta dernière nuit
trois fois

4. Nous sommes là
mamie
face à ta bouche
ta fille
et ta petite- fille

nous attendons
mamie
ta réussite
face à la mort

notre impuissance

5. Et maintenant je peux
voir

tes mains
plonger la tête du petit coq dans l'eau

oui, mamie
tu pouvais le réveiller
de sa mort (la mort du coq)
à une autre vie
la vie sans gloire du poulet
chair simplement
humble nourriture
mamie

Oui, mamie
maintenant je peux
voir
ton potager
les fleurs blanches du paradis
parfumées
les pivoines lourdes de pétales
le mur de ta maison
la terre des briques
rougir
au coucher du soleil

Oui, mamie

maintenant je peux
sentir
le parfum humide de ton hortensia
où je pouvais dîner
dehors
le bol rempli de ton potage

la joie de l'été
être là
dehors
assise sur mon tabouret
le bol à la main
le petit cuillère dans l'autre
au coucher du soleil.

Mirmande, 22-25 mai 2007

Nel più profondo della storia

Lei era là

Lei era là

1. Niente parole

Piangere

Stare là

Dentro la sua notte

Non scappare

Aspettare

Lasciare che venga

la lingua della notte

con le sue mani nude

Aspettare

che trovi il suo coraggio

davanti alla luce del giorno

2. Ieri, nonna, sono caduta

nella tua notte

per caso

per gioco

un gioco di bambini e

io ero là

dentro

dentro la tua voce

3. Sì, nonna
tu eri là nella tua notte
il tuo volto era là
i tuoi occhi smarriti erano là
nella tua ultima notte
sì, nonna
ho visto
tu hai scosso la testa
appena appena
la tua risposta, nonna, a tua figlia
la tua estrema prova
che tu eri qui
ancora
che tu non avevi ancora
dimenticato il mio nome
che tu potevi ancora
riconoscere la tua bambina

La tua bocca
ho visto
chiusa nella notte
Sì, tu hai forzato la tua bocca, nonna
una sillaba era là
ancora una volta, nonna
tu hai forzato la tua bocca

ancora
Tre sillabe erano là
nella notte

Il mio nome
uscito dalla tua bocca
spezzato in tre bocconi
ogni boccone feriva la tua notte
un sasso
ogni boccone feriva la tua voce

La tua bocca obbediente
ho visto
aperta tre volte

Tre sillabe
umiliavano
la tua ultima notte
tre volte

4. Noi siamo qui
nonna
davanti alla tua bocca
tua figlia
e la tua bambina

noi aspettiamo
nonna
la tua riuscita
davanti alla morte
la nostra impotenza

5. E adesso io posso
vedere
le tue mani
immergere la testa del galletto nell'acqua

sì, nonna
tu potevi risvegliarlo
dopo la sua morte (la morte del gallo)
a un'altra vita
la vita senza gloria del pollo
carne semplicemente
umile cibo
nonna

Sì, nonna
adesso io posso
vedere
il tuo orto
i bianchi fiori del paradiso

profumati
le peonie pesanti di petali
il muro della tua casa
la terra dei mattoni
arrossire
al tramonto del sole

Sì, nonna
adesso io posso
sentire
il profumo umido
della tua ortensia
dove potevo cenare
fuori
la scodella piena della tua minestra
la gioia dell'estate
stare là
fuori
seduta sulla panchetta
con la scodella in mano
il cucchiaino nell'altra
al tramonto del sole.

Sasso, luglio 2007



Una piccola stola
di seta leggera mi hai regalato
mentre te ne andavi

Sapevo
che l'avrei appesa alla finestra
per confondere
la luce che risveglia il giorno

È rimasta lì
dopo il tuo ritorno

Non posso
dimenticare chi sei

Una striscia di seta
dipinta con i colori del sole

dicembre 2007

D'inverno tramonta il sole
dietro il beniamino
nella stanza dove c'incontriamo

dicembre 2007



L'eco di una parola*

Muto è il cuore smarrito
casa del dolore abbandonata dalle parole

Inatteso
l'ospite viene
con il suo dono
e le voci risuonano nelle stanze
prima deserte

e l'eco di una parola
rimane
dopo la sua partenza...

Nel nuovo silenzio
adesso
io ti vedo
con un balzo
uscire dalla vita

la vita che tu rallegravi
con il canto del mattino

* Le parole che risuonano come eco provengono da questo verso: *Quando l'offerta vedo di questo cuore muto*, contenuto nella poesia di Tagore *Ogni mattina il mio devoto cane...*

le dolci vocali
misteriosamente sottratte all'umano parlare

la vita che rasserenavi la sera
con il tuo corpo placidamente disteso
tra le sue gambe allungate
la piccola valle dove dimoravi per ore

la vita che nutrivi di tenero amore
offrendoti come ciambella
intorno al mio collo
quasi tu conoscessi
la storia dell'antico pastore che
dopo tanto camminare
riportava a casa la pecorella smarrita

La calma incarnata
tu eri
nella casa
il miracolo
di un corpo che possiede il segreto della quiete assoluta
e del movimento
che da un punto invisibile fluisce in perfetta armonia

La tua intelligenza misteriosa
ti rendeva signore dello spazio

un funambolo
a cui piaceva esibirsi sul filo di un cancello tra le punte aguzze
sul bordo dei davanzali e dei muri di cinta
sospesi nel vuoto

il più felice degli esseri
quando potevi salire sugli alberi del tuo giardino

e guardarci baldanzoso dall'alto delle tue vette
tenendoci col fiato sospeso
stupiti e ammirati
dalla superba bellezza dei tuoi movimenti divini

consapevoli infine della nostra goffaggine umana

Ma la morte ti ha sorpreso
afferrandoti
nel punto segreto della tua bellezza felina

Smarrito
mi hai concesso di guardarti
mentre cercavi di sfuggirle... con un balzo, ancora una volta
inutilmente

Lei era già dentro

dentro di te
il suo gelo imprigionava
il tuo corpo
teso verso l'alto
per sempre oltre la vita.

29 maggio 2008

*... stinti, come un grembiule dell'infanzia,
smesso ormai, cui più nulla accade**

sono i ricordi
con cui abbiamo scritto la nostra vita
traendo parole dal corpo offeso
e dall'anima avvilita.

Quando ci assalgono
vengono
con la furia di nemici
a cingere d'assedio la città.

Il cuore si indurisce
e gli occhi si spengono.

Si inabissa l'acqua
e sulla terra inaridita
avvizzisce il fiore.
Anche l'azzurro
che il cielo gli aveva regalato
si spegne nella notte.

16 febbraio 2009

* Versi da: *Ortensia azzurra*, di Rainer Maria Rilke.



Dispiego
ad uno ad uno
i petali accartocciati

frammenti irriconoscibili di ciò che era stato
appena prima
l'eco di un fiore.

Il fiore azzurro dell'ortensia
nel chiuso del giardino

la bella sfera di petali
bisognosi di luce e acqua
sempre pronti a riprendersi
dal calore dei pomeriggi assolati.

Quei petali azzurri
tormentati dalle piogge torrenziali
e flagellati dai venti
hanno attraversato l'estate della loro vita
resistendo
alla furia implacabile degli elementi.

Ora
dell'ortensia azzurra

un petalo soltanto
ha conservato l'antica forma.

È ancora lì
eternamente aperto

inscritto
oggi come allora
in un quadrato perfetto
con il suo puntino viola al centro.

Il centro della croce.

16 febbraio 2009

Il gioco

Di luce
era il silenzio
quando varcavi la soglia
della casa che vide
i tuoi primi passi

entravi con gioia nel sole
avanzando senza esitare
fin dove si apriva l'oscuro passaggio
che ti toglieva il respiro

Era vasto
il silenzio
quando uscivi dall'ombra
al chiarore
del primo pomeriggio d'estate

Piccola creatura
partorita dal buio
avevi trovato il tuo gioco

di scomparire e apparire di nuovo

Il gioco del morire e del nascere
forse era questo

il tuo gioco

Impaziente
di rivedere i colori che brillano al sole
nutrivi così
il tuo infantile coraggio
di perderti nel buio per ritrovare la luce

Piccola figlia del sole
ignara
dell'insidia che il gioco nasconde
tu non potevi sapere
che l'abisso era lì
sotto i tuoi piedi
di bambina piena di luce

lì dove la terra
generosa
offriva i suoi frutti più belli
lì si è aperto l'abisso creato per te

Piccola figlia dell'ombra e del sole
tu non potevi sapere
per quanto tempo
avresti vagato

sperduta
nell'abisso in cui ti eri cacciata

non un giorno
ti sarebbe bastato
e nemmeno dieci e più anni
della tua giovane vita
ma la vita tutta
ti avrebbe attirata

nel gioco che avevi trovato

Sconosciuto ti era il potere
che fa risalire la figlia
dal regno dell'ombra
al quale un Padre distratto l'ha destinata
regina

Tu non potevi sapere
che ancora una volta
un Padre e una Madre
dovevano unirsi in amore

per darti alla luce
ancora una volta

26 novembre - 29 novembre 2009

Meditazioni

La terra materna
accoglie senza nulla chiedere
le foglie che l'albero non può nutrire

* * *

Al suono della campana
si staccano dai rami
la rabbia la confusione l'invidia la gelosia
il rancore e la vergogna
linfa di vite femminili con i loro impossibili amori

* * *

Gli uccellini si alzano in volo
esistenza bisognose d'aria e di cielo
e ora
disegnano l'azzurro
i rami
con linee pulite

* * *

È pura la voce della campana
vuota risuona
dilatando il corpo

L'anima respira
e il cuore ritrova il suo posto
risalendo a fatica
dal buio
dove il peso che ingombra le vite
degli altri e la nostra
lo fa scivolare

Ora batte di nuovo
fra terra e cielo
tra le viscere e il cervello
riuniti
ancora una volta
nella sua stanza accogliente

plenilunio, 3 dicembre 2009

Discesa agli inferi

Ti lasci cadere
nelle viscere dolenti
di una donna
gravida di rabbia

cammini a tentoni con lei
tra parole annodate
avvinghiate come serpi in amore
nella grotta al riparo dal sole

cauta procedi per non calpestarle
attenta
a non liberare i veleni
pronti ad uccidere l'anima

la sua e la tua

ti fai strada in silenzio
fin dove
il piede si libera
del fango che sa di dolore

e scorge lontano un filo di luce

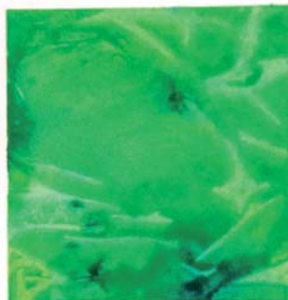
che parla di cielo
di vasto e di amore

3 dicembre 2009



Fioriscono nel silenzio
i teneri verdi
d'aprile

aprile 2010



Spegne le ginestre
avaro
questo sole

giugno 2010, in viaggio verso la Bretagna

È inchiostro il lago
potrei scrivere
diecimila poesie
se l'anima riuscisse
a contenerle in un solo istante

senza data, ritornando da Sasso

Schegge di sole
fiori di ginestra
tra gli scuri socchiusi

Mirmande, giugno 2010

Temporale notturno
il piccolo merlo è nel nido
al mattino

* * *

Si annuncia la merla
al piccolo di due giorni
chiocciando

Sasso, senza data

In primavera
solo ciò che è vivo
germoglia di nuovo

* * *

Teneri fili verdi
sotto il peso dell'erba secca
cercano il sole

Mirmande, marzo 2012



Lavori di fine inverno

Bruciare la sterpaglia

Tagliare il secco

Arare Sarchiare

Aprire la terra...

Snidare lo sporco nascosto

negli angoli della casa

liberare dalla polvere

la trama dei tappeti

i cuscini del divano

le pagine dei libri

Picchiare energicamente

Un gesto dimenticato

soppiantato

dal folletto

dal bidone aspiratutto

dall'aspiratore ciclonico

un altro rumore

penetra fastidioso nel cervello

a ricordare quanta energia ci vuole
per liberare la casa
dallo sporco invisibile.

Mirmande, marzo 2012

Perdere la propria voce
sentirne le alterazioni
percepire le sue inarrestabili metamorfosi
assistere con sgomento a questo suo mutare nel tempo
vederla andarsene
rincorrerla con il fiato sospeso
seguirla fino alla porta da cui scomparire

restare lì, ammutolita

concedersi il tempo del silenzio
il silenzio armato di rancore
il silenzio infuocato di collera
il silenzio inondato di nostalgia
il silenzio delirante di fantasmi
il silenzio accecato di gelosia
il silenzio arido di disamore
il silenzio bloccato dalla paura

concedersi il tempo dell'attesa

dei vocalizzi informi
dei suoni che risvegliano la 'a', e poi la 'o' e poi la 'u'... e poi la 'e'
e infine la 'i'
imparare esercizi che spingono la prima vocale lungo la scala delle
note
in tutta la sua estensione
lanciarla verso i toni alti... sempre più in alto, fino a toccare il cielo
lasciarla scendere verso il basso

ancora più in basso dove perduto ogni appiglio rotola sul fondo
creandosi un nido tra le viscere

covarla in questo nido di dolore
immobile in assoluto silenzio
tendere l'orecchio nell' attesa paziente del pigolare incerto
che annuncia la nascita di nuove voci

le voci che hanno trovato la forza di rompere il guscio
e poi... nutrirle per giorni e giorni
prima di invitarle agli esercizi di volo.

30 marzo 2012



Siamo mortali mortalmente spaventati...

Sì, siamo mortali mortalmente spaventate
mortalmente offese
mortalmente annientate
dalla paura
che mette in bocca l'arsura
mentre scava nelle viscere una fessura
e nella vita
una violenta cesura

Quella che orgogliosamente si censura

Ma viene il momento che cadi inciampando
dentro la riga nera del censore
e allora leggi con stupore
il nome segreto della paura
che dalle viscere
era già salita fino al cuore.

E a te poeta che mi chiedi
se ci rende più forti la paura
rispondo che
la paura reale non ci rende più forti
ma più veri,

sì, più realmente mortali
più forti forse di questa fragile verità.

12 giugno 2012

Parole che ti cadono nelle mani...

dice l'amica

e le mani si aprono a coppa

per non perdere una sola goccia

della poesia che lava le parole

dalla vischiosità che le fa scivolare

nella palude del troppo parlare

di paure irreali, di demoni intriganti, di fantasmi nascosti

nell'oscuro della mente

che sa

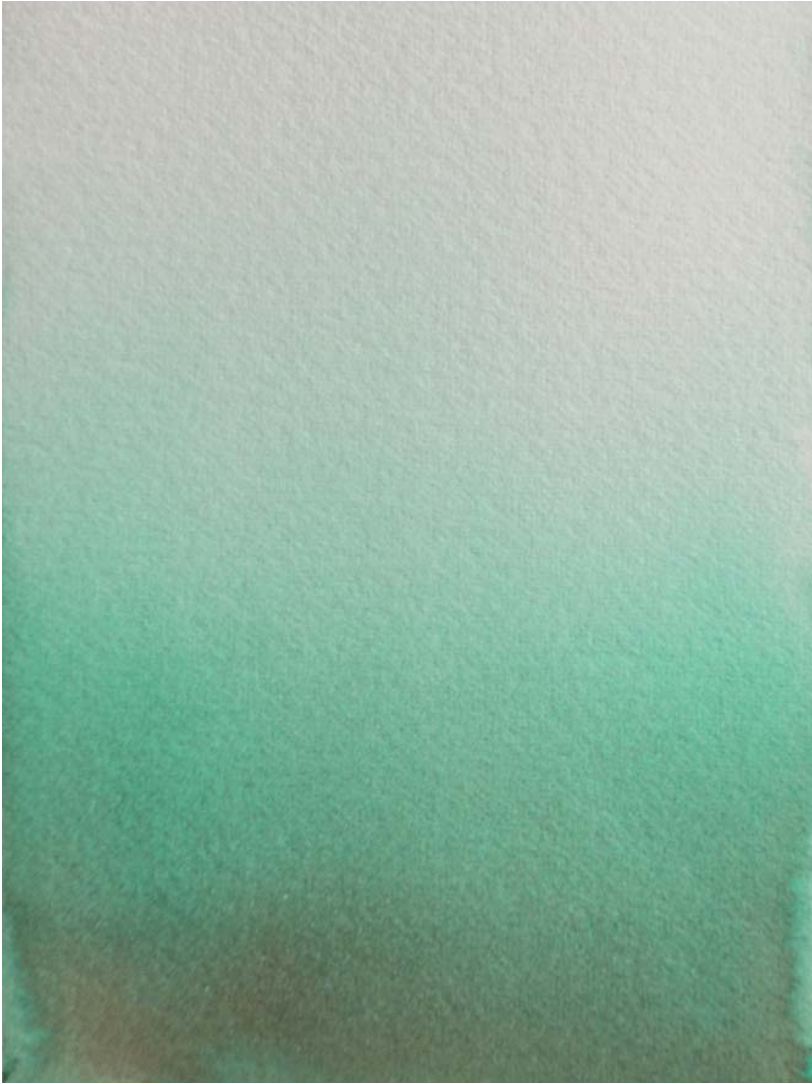
come tendere trappole

all'anima baldanzosamente leggera

catturandola nella sua infelicità

inconsolabilmente menzognera.

13 giugno 2012



*Tante cose da fare
e mai il tempo lento
si sdraiava ai suoi piedi*

Mariangela Gualtieri

A Nives-Sophia, l'amica che mi ha educata al gusto
proibito del tempo lento

No, non riesco proprio a lasciarti andare
e non chiedermi perché

Per questo non abbiamo parole

Posso dirti invece
cosa ho deciso di fare

Mi intrattengo con te
nel tempo lento dei miei giorni
in questa bottega di parole e di silenzi
decido di lasciarti entrare

Ho bisogno che tu mi insegni
a gustarle lentamente le parole
ad assaporarli pazientemente i silenzi
Tu che cuoca eri

E non solo di silenzi e di parole

Non avere paura
non ti trattengo oltre
su questa nostra terra traballante
in queste stanze che ti andrebbero strette ormai

Il biglietto tu l'hai già obliterato
e il grande ferroviere
non ti permette di usarlo un'altra volta

Se anche fosse possibile un viaggio di ritorno
non sarebbe certo con lo stesso biglietto
che puoi ritornare

Ma noi qui
non sappiamo quasi niente di tutto questo

La sola cosa che so è che ti posso ancora parlare
e se aspetto un poco
come tu ci invitavi a fare
la tua risposta non tarda a venire

senza bisogno di parole
adesso

Viene in altro modo...

* * *

Come quella mattina fredda di gennaio

Il tuo pensiero vigile
ha già staccato la spina –
così si dice
quando si parla senza pretesa alcuna –

il parlare che i medici son costretti
a dimenticare

Sono in giardino a raccogliere pietre e ramaglia
l'erba scricchiola sotto le suole
quando una fragile ragnatela mi cattura
tesa dall'invisibile creatore di pensieri...

si può sopportare a lungo il freddo che c'è fuori
ma quanto si può resistere al freddo che ti si fa dentro ?
Qui i pensieri ci confondono
e mi ritrovo con te
al centro del mandala
nel punto cieco

dove il labirinto del tuo male ci trascina
senza un filo che ci aiuti a ritornare

Io seduta vicino alla sponda del tuo letto
mentre tu troneggi come una signora
Di questo freddo che gela il sangue
mi parli subito
mostrandomi la calda copertina di lana
nascosta tra lenzuola d'ospedale
all'altezza del tuo cuore

colori di nebbia e di sereno

Dal menù scegli la zuppa di semolino e una banana
in silenzio consumi il tuo pasto
con piacere, avrei detto

Poi, tolto di mezzo tutto
ti consegno il mio dono di parole

Emily Dickinson ci porta là
sulla soglia del Nome che con cauto timore
ci imponiamo di non oltrepassare

Da principio pregai – ero bambina,

*E mi avevano detto di pregare –
Ma poi mi sono fermata, non appena
Fui capace di intuire quale accento*

*Per me avrebbe la preghiera,
Se sentissi Dio presente
Ogni volta che i miei onesti occhi
Fissassero i suoi – e gli dicessi*

*Quel che oggi vorrei – e il mio stupore
A certi aspetti del suo vasto piano –
Il volto umano
Della sua Divinità –*

*Io spesso, ora, stretta dal pericolo,
Misuro quanta forza mi darebbe
Un Dio così gagliardo
Da regger la mia vita fino a che
Potessi afferrare l'equilibrio
Di frequente malfermo,
Che mi tiene sempre in bilico,
E poi fugge via da me –*

Tu taci per un poco
lasci che la mia voce si spenga dentro

lentamente
scendendo – come fanno le campane tibetane
nelle pieghe dell'anima
fin dove una certezza riposa

*In questa poesia mi ritrovo totalmente –
inizi così a raccontare
di quella volta che
ti sei trovata a pregare
per una bambina tanto piccola che il suo corpicino si perdeva nel letto*

E io capisco che a quel Dio gagliardo
anche tu eri capace di domandare –
clemenza il miracolo di una impossibile guarigione? –
per lei
ma non per te, né per Silvia e nemmeno per Giuseppe

per lei sì potevi chiedere qualcosa
senza che ombra alcuna oscurasse i tuoi occhi

Sei decisa e ferma nel tuo dire
e le guance ritrovano il colore della rosa
mentre parliamo del difficile pregare
un Dio forse troppo lontano
dalle erbe a dai fossi

dagli orti e dai giardini
un Dio forse troppo impassibile
di fronte all'orrore e allo sgomento
di noi creature troppo umane

* * *

Martedì quindici gennaio
cammino nella neve e mi chiedo
in quale lingua adesso ti posso ancora parlare

La lingua del silenzio –

mi rispondi

Questo silenzio dei fiocchi di neve
dove i passeri becchettano indisturbati
e un cane corre felice
tra gli alberi spogli
mentre nel cielo di latte
appare in volo l'airone cinerino

Pochi battiti d'ala
e già scompare

Silenzio

Tracce di lepre tagliano il sentiero

e le orme di un gatto precedono le mie
segni di presenze nascoste

nel silenzio della neve

Come la tua
adesso.

7 febbraio 2013



*Si sbilancia fra i miei precipizi
ride forte...**

e forte ride
di un film carneficina
dove il sangue
non è
poltiglia di pomodori maturi.

E adesso non ci resta che ridere.

Non ti resta che ridere
quando lui dice
me ne vado
lascio questa casa
dove i fantasmi del passato mi tormentano
inizio una vita nuova
senza madre moglie sorella.
Vado solo
con l'una o con l'altra chissà.

Una vita vergine di ricordi
questo lui vuole
libera da vecchie paure

* *Si sbilancia fra i miei precipizi/ride forte...* sono versi di Mariangela Gualtieri.

serena come un gelido cielo invernale
che nessun temporale può minacciare.

Me ne vado dice lui
prendo con me soltanto stoviglie
che non abbiamo usato
camicie e magliette senza rattoppi.
Non voglio lenzuola dove abbiamo dormito
non voglio pentole dove abbiamo cucinato
niente non voglio niente
niente che possa ricordare il passato
non la musica che qui ho ascoltato
né i libri che fin qui ho accumulato

un nuovo nato sono...

È stato allora che l'ho sentita
ridere
un riso sottile come respiro
un accordo solo accennato. Mescolata a lacrime salate
l'ho sentita
ridere dentro.

Rida sorridendo
rimproverava l'insegnante di latino.
E adesso capisco

cos'è questo ridere che non oltrepassa
la soglia della gola
che si nasconde dietro gli occhi
che si confonde con gli angoli della bocca.

Io e lei abbiamo cominciato allora
a riconoscerci
lei
l'antica anima allegra e spensierata
spavalda
io
l'anima nuova impaurita e dolente
timorosa
Adesso ci conosciamo bene
ci teniamo d'occhio
l'una tiene d'occhio l'altra.
Quando lei si fa troppo spavalda
io la invito a rientrare.
Quando io divento troppo timorosa
lei mi invita a ridere
senza paura...
di ferire.

E insieme ridiamo pazientemente.

2 aprile 2013

Dove è finito
il punto dolente in cui
l'offesa s'innerva
annodandosi nervosamente?
Da lì parte ogni volta
la fitta che accelera
il ritmo del cuore
urtando sbadatamente
contro spigoli di parole
pungenti
che l'amore non sa levigare.
Quel punto non basta estirparlo
dall'anulare
in cui era incistato
Più tagliente del bisturi
l'offesa resiste
in qualche piega dell'anima

magra provvista
che nutre
l'insaziabile fame d'amore.

4 aprile 2013

La vela non ha vento

intrappolata tra reti
tese
da pescatori di frodo
la barca si blocca

e sta lì

finché le sue mani
di pescatore che sa

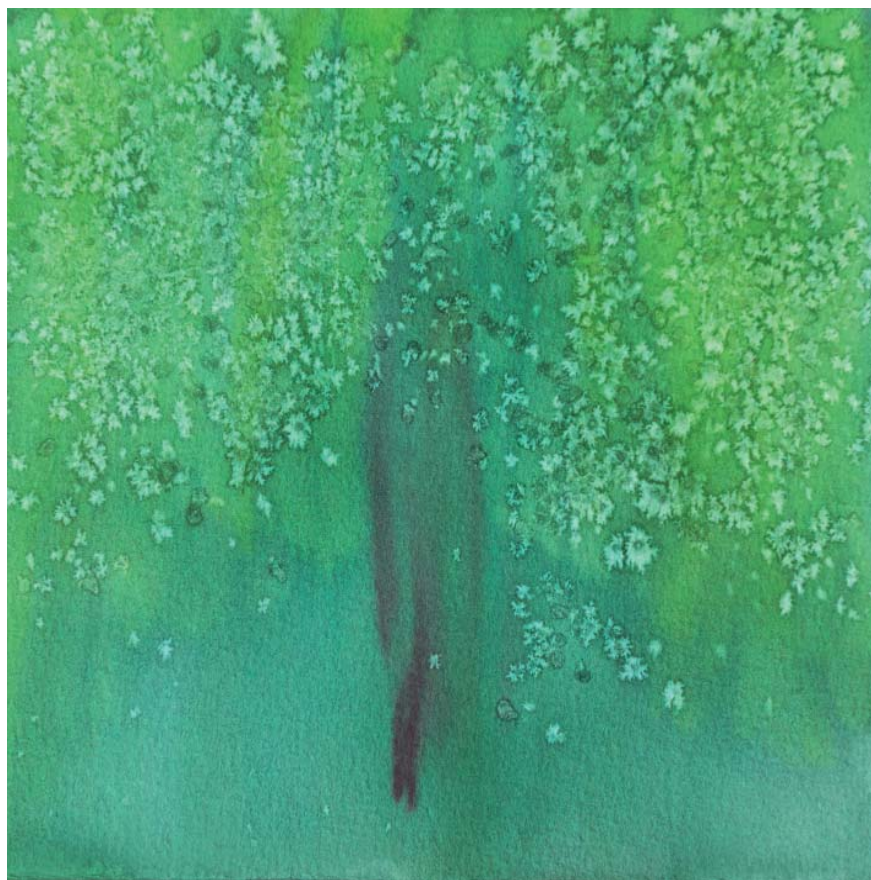
come guidarla in notti senza luna
e come tirarla a riva
dal fondo sabbioso

aprono un varco
nella maglia che cede

mentre il vento gonfia la vela.

E finalmente
si avanza in mare aperto.

28 aprile 2014



Quando una donna rinuncia al Padre...

l'incipit è una frase sospesa.

Come un palloncino
sfuggito alle mani di un bambino
il suo corpo
non trova una casa
dove fermarsi quieto nell'attesa

Ha solo una tenda dove sostare
per il tempo di una notte
e una panchetta dove sedere
nel silenzio del primo mattino

finché l'orecchio non riconosce
la voce che indica
per quale sentiero è giunta l'ora di andare.

27 maggio 2014

L'ombra della Ragione

Il tuo pensare è
macigno che blocca
la sorgente viva
delle parole

Il tuo parlare è
morso di vipera che raggruma
il fluire dei pensieri

La tua parola
è disprezzo che umilia
il balbettare incerto
di chi trova fragili verità

La tua presa
è volo di rapace che strappa
i cuccioli terricoli
alla loro madre

per nutrire figli e figlie
che amano le vette

come te

La tua mente
è spada senza filo
che sbrega il cuore
trasformandolo
in poltiglia incolore

Il tuo sguardo
è specchio di ghiaccio
che riflette solo una
immagine regale

la tua

Regina delle nevi

nel tuo castello
muore ogni tenerezza

glaciali
i tuoi gesti
rendono inospitale la casa dove accogli

nella solitudine infelice

qualche naufrago in cerca di eternità

Non cresce un fiore
sulla tua terra
che conosce solo tempeste di ghiaccio

non scorrono fiumi
nelle tue valli trasparenti
crepacci
che custodiscono corpi insensibili al dolore

non ci sono venti che muovono pensieri
ma bufere
che colpiscono la mente
con parole aguzze come coltelli pronti a ferire

Mi sono salvata
andando per strade
che tu non battevi

incrociandoti qualche volta
giusto il tempo di riconoscerti

Mi sono salvata
camminando lungo sentieri
che tu avresti disertato

troppo sconnessi troppo lenti troppo incerti
troppo nascosti agli occhi del mondo

Mi sono salvata seguendo le tracce
di maestri e di maestre
in cerca della piccola luce
che illumina le oscurità della vita

Mi sono salvata
camminando a piedi nudi
per la Via che porta verso l'alto
senza la grazia del volo

salvo una volta

giusto il tempo di vedere
che volto ha
l'ombra della mente
avida di inconfutabili verità.

5-6 luglio 2014

Non scrivo poesie per consolarmi
Non scrivo poesie per distrarmi
Non scrivo poesie per divertirmi

Non scrivo poesie per scrivere poesie

Mi affido al ritmo
delle parole
che arrivano inattese
dal fondo opaco del sentire

dove la voce trema
per ciò che sa e non riesce a dire

Mi affido al ritmo
dei pensieri
che docilmente imparano a danzare
passo dopo passo

uno dopo l'altro
con cadenza regolare

Pensieri traballanti
come bambini che imparano a camminare
attraversano con timore

le regioni segrete del cuore
che sa
cos'è smarrirsi sul fondo

cos'è perdersi nella notte
senza conoscere la Via
che risale
verso la luce del primo mattino.

6-7 luglio 2014

Arriva l'invito
a ritrovare *l'amore primo*

io l'accolgo senza esitare
e mi sottometto all'obbligo
dell'eleganza
per questo appuntamento
femminile con *gli amori*
che non si possono buttare

ma non trovo parole da portare
né belle né brutte
e non ho fotografie sbiadite
da mostrare. Né posso
esibire biglietti scaduti.

nell'iPod che mi porto in viaggio
non ci sono vecchie musiche
da ballo del mattone.

Amica cara
forse questo viaggio non ammette ritorni

e i nostalgici amarcord
sono rimasti

in qualche stazione di cambio
come si fa con i libri
che non leggeremo mai più

l'amore primo
quello che non si può buttare
viaggia insieme a me
quasi sempre in incognito

a volte appare sotto mentite spoglie
a volte si nasconde per giorni e notti
e costringe il cuore a cercarlo
oltre le lande gelide del disamore

ma non c'è verso di convincerlo a venire
non c'è un nome per poterlo chiamare
non una musica che lo possa risvegliare
dal suo sonno. Perfetto
come quello del gatto raccolto su se stesso
che dorme in cucina per ore.

Solo la fame lo può svegliare.

3 ottobre 2014

*... e la vita cammina – quasi dritta.**

Ci sono vite che camminano
con la testa
sempre avanti di un passo
ci sono vite che camminano
con la testa
sempre indietro di un passo
ci sono vite che camminano
con la testa rivolta verso terra
come chi cerca
la cosa che non riesce più a trovare
ci sono vite che camminano
con la testa rivolta sempre indietro
come chi teme
un'aggressione alle spalle
ci sono vite che camminano
con la testa rivolta verso il cielo
come quel greco
che cadde nel pozzo suscitando il riso della servetta tracia

ci sono vite che camminano dritte dritte
scartando ogni inciampo
scavalcando ogni barriera

* Il verso chiude la poesia di Emily Dickinson n. 419.

come quel giovane cavallo ben addestrato
che ora invecchia dentro una stalla
del cascinale sperduto in campagna.

È quasi sempre
un *quasi*
che ci regala la vita.

5 ottobre 2014



Ritiro in silenzio

Nella spalla destra
un morso
Difende i cuccioli la tigre

* * *

Non puoi evitare
di sentirlo nella carne
il tuo dolore

Mirmande, 20 ottobre 2014

Passaggio attraverso il risentimento

Odioso
rumore di trapano
confonde l'anima

Il giorno scolora
è senza voce la notte

Bloccato sul nascere
il gesto
che apre la porta

Pieno di collera
il cuore
ama la sua prigionia

Schiavo del suo lavoro
il cervello
non conosce tregua.

Beato chi trova una via d'uscita.

Mirmande, 21 ottobre 2014

Opaco resta il sole
nel vetro che stai lavando
giorno di nebbia

Mirmande, 1 novembre 2014



Risplende
nelle foglie dell'acero
l'autunno

13 novembre 2014

L'arte della persuasione

Dire *NO*
perentoriamente
si può

al gatto e al cane
al monello e alla monella
a chi non conosce le buone maniere

Ma tra adulti
di buone maniere
dire *NO*
perentoriamente
minaccia il conversare
piacevolmente

SÌ, MA...
VEDI, PERÒ...
si addicono meglio
al parlare convincente.

No. L'arte della persuasione
non la coltivo

indigesti sono i suoi frutti
hanno il sapore
acido
delle parole che ristagnano

non vanno né su né giù

Bloccate in gola
dalla paura di ferire
l'amor proprio altrui

queste parole impediscono il fluire
di un *NO* che il *parlar chiaro*
vuole dire.

24 novembre 2014

Mi spinge

sull'orlo dell'abisso
la passione delle parole

e le offro
come le ricevo

senza nulla attendere

Vuoto
dove l'eco può risuonare

Silenzio
dove il cuore può lasciarsi toccare

senza nulla dire

se non qualche *grazie di cuore*
qua e là

ogni volta che una parola
genera altre parole

ogni volta che un ritmo
libera un altro ritmo

quello più profondo
del sentire.

27 novembre 2014



Petali di seta non tinta

2015-2018

Carta di riso
il disco della luna
sopra il crinale

6 gennaio 2015, Sasso



Profumo di blu
giacinti nella casa
che attendeva

6 gennaio 2015, Brescia

Più luminosa
sei luna più potente
la tua ombra

8 gennaio 2015, Mirmande



Sono più neri
i corvi nella brina
sulla via del ritorno

12 gennaio 2015, in treno da Chambéry

Bagliore d'ali
nella nebbia riprende
il volo la gru

Arbusto nato
nel greto del fiume
non servono piene
per sradicarti

16 gennaio 2015, in treno per Aulla

Per l'amica sorella

L'altra faccia della Luna

Vuoi vedere
l'altra faccia della luna?
Fissa il tuo sguardo
sul volto dell'uomo che ha dormito
nel letto con te
per molte notti
che ha mangiato alla tua stessa tavola
per giorni e giorni
Guarda la sua faccia
nel momento in cui
si chiude alle spalle
la porta di casa
Quella che avevate creato insieme

Guardalo in faccia
mentre il suo piede
è già sulla soglia
della casa dell'altra
pronta ad accoglierlo.

Impenetrabile e fredda
è l'altra faccia della luna

la immaginavi a volte
mentre avanzavi spedita
grazie alla sua luce
lungo il sentiero avvolto nell'oscurità

Adesso l'hai conosciuta
e cammini con la torcia in tasca
per non cadere
nel buio denso
di ogni nuovo giorno

Come puoi
ancora
fidarti della luna
che mostra senza preavviso
la sua faccia nascosta?

26 gennaio 2015



Petali di seta
non tinta fioriscono
tra gli alberi nudi

Mite calicantus
se non fosse per il tuo
dolce profumo
chi mai *cadrebbe in estasi*
sotto i tuoi rami?

29 gennaio 2015, in viaggio per Mantova

Lezione di umiltà

Caso mai
ti mettessi in testa di dipingerlo
questo tramontare
di un sole che tinge
con gialli pieni di luce
con arancioni e viola rosati
il cielo a occidente

guarda come si accende di rosso fuoco
il cielo
intorno alla cima del monte aguzzo
quasi volesse dirti
che sarebbe ridotto in cenere
il tuo pennello.

Accontentati dunque
di spalancare il tuo cuore
alla sua generosa offerta di colore

senza nulla fare.

31 gennaio - 2 febbraio, salendo a Sasso



Elogio della collera

Non c'è odio dentro di me
ma avrebbe potuto esserci
Non c'è cattiveria dentro di me
ma avrebbe potuto esserci
Non c'è invidia dentro di me
ma avrebbe potuto esserci
Non c'è colpa dentro di me
ma avrebbe potuto esserci
Non c'è superbia dentro di me
ma avrebbe potuto esserci
Non vedo il risentimento
ma potrebbe essere nascosto
Non vedo la gelosia
ma potrebbe vivere rintanata
Non vedo la bramosia
ma potrebbe essere mascherata
Solo la collera vedo senza veli
nel punto più profondo del mio cuore
attentamente vigile
incapace di riposo
Come potremmo altrimenti
allontanare dal tempio i mercanti?

15 marzo 2015

Pazienza al limite

Silenzio testardo
lungo il crinale
arranca
sotto la vetta
paradiso dei muli

21 giugno 2015

Te ne vai

più che offesa

anima silenziosa

Ti chiedi cosa mi rende indifferente

al tuo dolore

e quale falso amore

mi fa ignorare la tua presenza

tu che non chiedi niente

in cambio di tutto

respiro, battiti del cuore, sangue che nutre

anche la più piccola cellula della mia carne

vento che apre ogni porta

della mente

liberandola da ciò che ristagna

fin negli angoli più reconditi

dell'anima che ha preso il tuo posto

prepotente

rumorosa di pensieri e desideri

avida

di parole che vogliono la loro parte

nel frastuono del mondo.

13 maggio 2015



Al solo contatto
avvizzisce
il tuo fiore azzurro

tutta la tua forza è nelle radici
che camminano
aggrappandosi alla terra

è nelle foglie il tuo slancio
ventagli di spade
non temono la violenza
delle bufere

18 maggio 2015

Tenue profumo di zagara
mentre nell'ombra dipingo
peonie illuminate

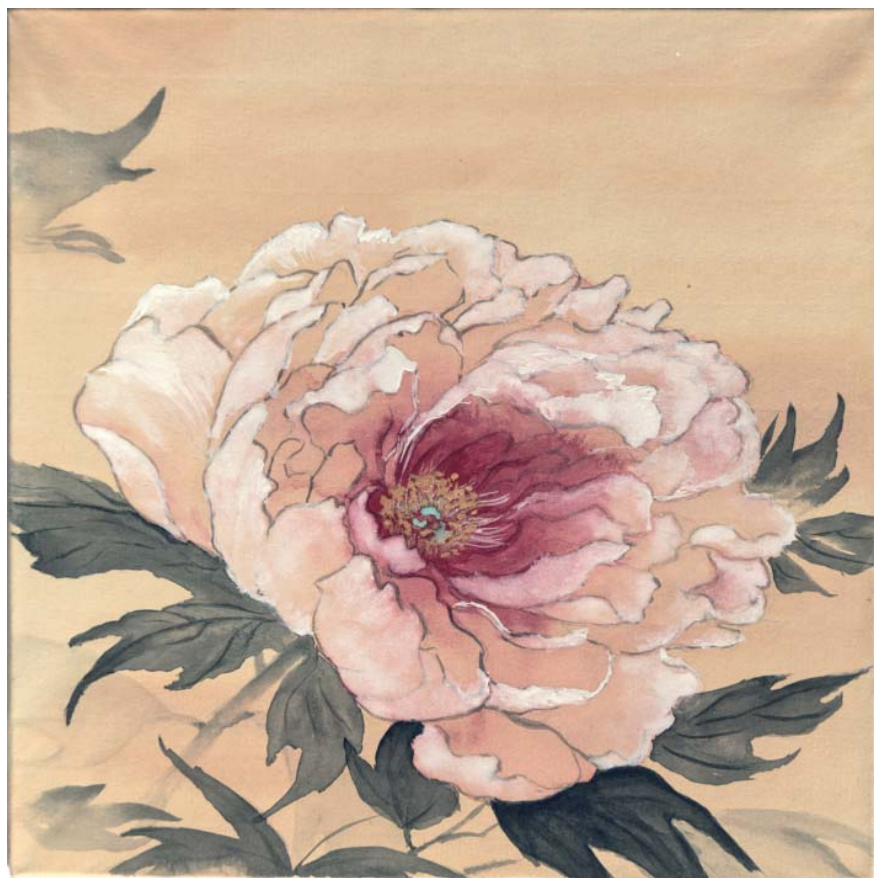
il filadelfo risveglia
infanziae lontane

29 maggio 2015, nel giardino di Sasso

Profumo di tigli
nel silenzio raccolto
intorno alla peonia
rossa

tranquillità celeste

5 giugno 2015, ieri: pomeriggio di Shodo e acquerello



Lui legge sul balcone
il bianco è disteso sul tappeto
una ciambella in poltrona la grigia

inizia
una nuova estate

5 giugno 2015, sera senza televisione

E già ti sentivo distante

Elogio della distanza

distanza di sicurezza

per sopravvivere

sull'autostrada dove si corre veloci nella stessa direzione

e quando la nebbia rende inutili gli occhi per vedere

distanza di rispetto

cresce la betulla nel giardino

dove l'ulivo rinnova la sua chioma argentata

e l'ortensia fiorisce rigogliosa

grazie alla sua ombra

anche le foglie che la tengono in vita

spuntano a regolare distanza

corpi distanti

sentono la bellezza del gatto

acciambellato in poltrona che gode

della carezza del sole

distanza del desiderio

apre un varco nelle oscure regioni del cuore

dove il mio riposava

risvegliandolo dal torpore
un sobbalzo
e una spinta lo trascina con insolita potenza
sul sentiero che non ha segnava
dove solo la luce del sole lo orienta
e il chiarore della luna muove i suoi passi
nelle notti che non consentono riposo.

30 agosto 2015, Sasso



*Taci-taci...**

Li si combatte
come i turchi che arrivarono alle porte di Vienna
Testimoni disarmati
di una sventura che trasuda dalla pelle
l'odore acre
della morte che fa inorridire
Vittime colpevoli
di una colpa non commessa
se non quella di farsi complici
della *morte di dio*
l'unico dio nel quale ha creduto la mia spavalda giovinezza
che questa terra fosse nostra comune dimora
e ognuno potesse decidere dove creare la propria casa
Orfana di questo dio
ora la mia voce ammutolisce di tristezza

e sgomenta tace.

1 settembre 2015, Sasso

* Da: *Enigmi roventi*, un verso di Nelly Sachs.

Taci, taci...

e adesso
nel silenzio che si è fatto
sento rinascere il dio della mia giovinezza spavalda
nell'odore dei cadaveri imprigionati nella stiva
nel respiro trattenuto di chi è sopravvissuto
nella voce di coloro che raggiungono la riva
nel gorgogliare di una bocca che divora il mare
nelle mani di un padre che apre il passaggio
dentro il muro di filo spinato
nel ventre gravido di una madre
che non aspetta la terra
per spalancarsi
nel tanfo che arriva alle narici di tutti
dai furgoni-cimitero
bloccati davanti alle porte proibite della speranza

nuvola fuoriuscita
dalle centrali della pazzia
di questo nostro tempo.

1 settembre 2015 - pomeriggio, Sasso



Viaggio in Giappone

Piccolo dio che stai nel palmo della mano
hai deciso di abitare le strade e i sentieri
i margini delle vie che salgono al tempio
i cimiteri sparsi nella campagna
e tra le case di città

Il tuo regno è una striscia d'erba
che spartisci con le serpi e gli insetti
con fiori che i giardinieri disdegnano
con foglie che gli alberi lasciano cadere
in autunno.

Un anfratto della roccia
è un altare improvvisato dalla natura
per te
che una mano ha sollevato fin lassù
per proteggerti dalla violenza delle onde.

Tu non sei venuto al mondo
per salvare l'umanità dai suoi peccati
sei scomparso prima che il mondo ti chiamasse
col nome proprio di una divinità
prima che qualche umano ti affidasse l'ingrato compito
di indicargli la strada che porta dritto in paradiso.
Hai preferito startene appartato

senza aureola la tua testa tonda
non illumina il cammino del viandante
immobile stai
discretamente presente
senza parole
in piedi come un pellegrino di Kukai
che attende l'offerta di chi passa
un soldo una mela un caco.

E a te, piccolo dio della strada,
pare che le mele giungano gradite
quelle rosse screziate di giallo
deposte ai tuoi piedi da mani gentili
parlano di tenerezza materna
come i berrettini rossi che ti coprono il capo
colori che fanno danzare il tuo cuore antico

abisso di memoria
scavato dal dolore di chi ti passa accanto
che le tue orecchie d'elefante
sentono venire dalla profondità dei secoli.

Esposto come sei
alle metamorfosi del tempo
torni ad essere sasso

senza bocca senza sguardo senza orecchie
senza le tue piccole mani giunte in preghiera.
Memoria di millenni divenuta oblio
ora sei nuda materia
che ormai non porta traccia
della mano che ti ha voluto trasformare
in un semplice Jizō.*

fine ottobre 2015

* L'incontro che più mi ha emozionato nel viaggio in Giappone è avvenuto il primo giorno camminando lungo il mare di Hiroshima, quando per la prima volta mi trovo davanti a una statua di bambino in preghiera: è un Jizō mi dice Akiko, l'amica che ci accompagna, sorpresa del fatto che non lo riconosciamo, tanto il Jizō è presente nella spiritualità giapponese. Quasi sempre sul capo dei Jizō vengono posati dei cappellini rossi e sul petto dei bavaglini rossi. Mi sembra di capire che il Jizō è un essere protettore delle creature piccole, di quelle che non sono giunte alla nascita, di quelle che in questo mondo resteranno piccoli, come il giovane che crea innumerevoli Jizō di ceramica da regalare ai pellegrini e alle pellegrine di Kukai. Kukai (cielo e mare) è un altro nome dato a Kobo Daishi, uno dei maestri iniziatori del buddhismo zen in Giappone, fondatore dei templi che disegnano il cammino dell'isola di Shikoku.



Stupito guarda
il passaggio di un camion sulla strada
l'airone cinerino

19 febbraio 2016, in viaggio per Mantova

Muri di libri
nemmeno una parete spoglia
quanto brusio qui

25 febbraio 2016, Brescia, in zazen



Luce senza ombra
al margine della strada
un papavero
fiorisce
nel sole del primo mattino

Mirmande, 22 giugno 2016

Si rattristano
nel chiuso della stanza
i gigli rossi

Mirmande, 25 giugno 2016

Anima stropicciata
al calore del respiro
ti distendevi

Mirmande, 27 maggio 2016



Profondo come
oceano il cielo
sopra Lisbona.

Squallore di città
abbandonata da tempo
splendore di pietre
calpestate nel tempo
Lisbona la bianca
l'uno e l'altro
insieme

Lisbona, 11 settembre 2016

Pochi battiti d'ala
e subito
sospesi nel cielo
i gabbiani
si abbandonano beati
al volere del vento

Praia do Baleal, 17 settembre 2016

Perché un luogo divenga elettivo, un luogo dell'anima, l'anima deve aprirsi e sentire che può ritrovarlo nelle regioni dalle quali provengono echi profondi. Non somiglianze con altri luoghi familiari, che abitano la memoria cosciente, pezzi di città o di spazi sedimentati nel ricordo. Ma echi di luoghi altri, spaesanti a volte all'inizio, comunque irriducibili al familiare, al già noto. Nasce da questa irriducibilità l'esperienza del viaggio che fa dilatare l'anima. Il viaggio trasformatore è reso possibile dalla forza che un luogo ha di aprire l'anima alla dimensione del non familiare, del non ancora familiarizzato. Sospesa, in bilico tra tentazione di ridurre al noto e incertezza diffidente, l'anima – così il respiro – deve restare immobile se vuole che l'eco si faccia sentire. Può succedere che nessuna risonanza avvenga. E allora avremo attraversato un luogo senza aver trovato un luogo dell'anima.

Lisbona, 18 settembre 2016



Conosci te stessa*

A cinque anni ho visto cos'è morire
A sette anni ho imparato a custodire segreti ingombranti come macigni
A nove anni ho conosciuto l'altra faccia della luna
e ho diffidato dell'amore che lega
A undici anni ho sentito l'invidia di amiche della stessa nidiata
A tredici anni ho preso il volo e ho conosciuto
la gioia di essere quella che ero
A quindici anni ho deciso di vivere libera da vincoli coniugali
A sedici anni ho vissuto pene d'amore
A diciassette anni ho temuto di non partire per il vasto mondo
A diciannove anni ho trovato la mia strada lasciando la casa materna
A ventitre anni l'ho smarrita travolta da un fiume in piena
ribellandomi alle ingiustizie del mondo
A ventisette anni ho conosciuto l'orgogliosa felicità di essere nata
donna
A trent'anni ho accettato di giocarmela nel legame d'amore
A quarant'anni ho saputo cos'è un-dolore-che-lacera-il ventre
A cinquant'anni ho visto una Volontà più potente della mia
abitare la mia carne
A cinquantotto anni sono morta... e rinata a un amore sconosciuto
e in questo amore ho iniziato a muovere i miei passi

* Ispirata alla poesia di Confucio “*Invecchiare con grazia*”.

A settant'anni ho sentito l'imperturbabile leggerezza
di un cuore indipendente dal volere umano.

Alla sua saggezza ora mi affido senza esitare.

Brescia, 17 dicembre 2016

*La vita nuova
arriva taciturna
dentro la vecchia vita...**

Chiusa alle spalle
la porta con gesto deciso
ti inoltravi nel sentiero
che non conoscevi
guidata dal farsi
di un silenzio
sempre più denso
sempre più chiaro
in cerca del luogo dove ogni rumore si spegne.

Ma un giorno vennero
le amiche più care
invitandoti a danzare
il ritmo dolce della loro musica
Le seguisti
per qualche passo
legata a quel *filo di felicità*
che tieni stretto tra le mani
incapace di lasciarlo andare...

19 dicembre 2016, dopo la festa dei 70 anni

* Da *La bambina pugile*, versi di Chandra Livia Candiani.

Ancora per poco
riposi sotto la bianca coperta di brina
Terra che nutri

ma non saranno le carezze del sole
a sciogliere la durezza
che t'imprigiona il respiro

verranno le lame dell'aratro
a sconvolgere le tue viscere
esposte senza riguardo al gelo
di questo inverno inclemente.

Solo la pioggia ti darà sollievo
trasformando le tue ferite
in germogli di nuova vita

26 gennaio 2017, in viaggio verso Mantova

Penetra il cielo
nelle crepe del lago
petali azzurri
si schiudono dentro
la vasta pianura di ghiaccio

Esile ombra
il larice spoglio
su candida neve

Dilata la mente
oltre i confini
silenzio infinito

17 febbraio 2017, al ritorno dal viaggio sul treno del Bernina



Di fronte all'oscura
tua brama di umiliare
sboccia inatteso
tra le mani
un fiore di peonia

5 aprile 2017

Si specchia
nel muro di pietre la betulla
mattino di sole

18 aprile 2017

S'incontrano allegre
due farfalle bianche
volteggiando tracciano
cerchi infiniti

solstizio d'estate

Sasso, 21 giugno 2017

Fantasmì gli alberi
sulla collina
grigio mattino di pioggia

Sasso, 25 giugno 2017



Rossi bagliori
i fiori dell'ibisco
sul davanzale
risplende di gioia
la casa dell'estate

agosto 2017, Sasso

Apri l'ibisco
la sua corolla fragile
alla luce del sole.
Un nuovo mattino.
E già domani
inizierà a riavvolgere
tanta luminosa bellezza
in spirali opache
senza donarle l'energia del boccio.
Dolcemente la pianta madre
abbandona la sua
creatura sfolgorante
all'inevitabile distacco.

29 agosto 2017, Sasso



Amica luna
semplicemente chiara
tra le foglie dell'acero
che il sole d'autunno tinge
con i suoi dolci colori

3 novembre 2017, Mirmande

Volto originario

Ti ho vista
sostare nel punto più buio del cielo
rosseggiando timidamente
là dove il sole tramonta
con la sua folla
raggiante di colori
te ne stavi raccolta
nel tuo cerchio perfetto
sospesa in un silenzio remoto
del giorno da poco iniziato.

Era l'alba del secondo plenilunio d'autunno
così discreta era la tua luce
così dolce
madre
era il tuo volto.

4-7 novembre 2017, dopo la Sesshin dei Santi

*Una vocazione può essere rimandata, elusa, a tratti perduta di vista.
Oppure può possederci totalmente.
Non importa: alla fine verrà fuori. Il daimon non ci abbandona.*
James Hillman

Quando un angelo cade...

Quando un angelo cade
nessuno lo soccorre
quando un angelo cade
nessuno sospetta
la sua disperazione
di angelo
dalle ali spezzate.

Condannato ad essere angelo
si costringe a nascondere
l'antica paura
di alzarsi in volo.

Condannato a portare le ali
si riempie il cuore
di cupa tristezza
mentre rinuncia ad abitare il cielo.

Quando un angelo cade
non sempre si trasforma
nel Lucifero che conosciamo.

Quando un angelo cade
può restare un angelo
dalle ali inutili

povero angelo spaesato
trascinato da ogni richiamo
che lo faccia sentire
comunque ancora
un angelo
al servizio di dio.

18-19 marzo 2018

Tre delfini frangono
il mesto mare del crepuscolo

emergono dal ventre
che al nostro sguardo li nasconde

archi leggeri
si rincorrono tra mare e cielo
i loro dorsi sospesi
nel gioco
di andare e venire
si intrecciano nell'aria
mossi dalla gioia bambina
di entrare e uscire dall'acqua

Corpi senza peso
il ritmo della loro danza
libera da ogni affanno
l'anima
e spalanca il cuore
chiuso dalla morsa dei pensieri.

Lingua, isola di Salina - Brescia (13- 19 giugno 2018)



Studio n. 5

Hortensia de neige

Ortensia di neve

dice l'amica di adesso
e le sue parole
mi trascinano
nel tempo antico
di altari creati per gioco

da mani bambine
dietro la casa di lei
l'amica di allora

Palle di neve e filadelfi
profumo di zagara degli orti nebbiosi
i nostri fiori
offerti a divinità immaginarie
benevole protettrici
di ore indisciplinate

Non temevamo di strapparli
alla loro primavera
certe che altre primavere sarebbero venute
senza troppo attendere

Ortensia di neve

sorveglio i tuoi corimbi carichi di rosa
e paziente aspetto
il tempo del tuo invecchiare
prima di strapparti al ramo che ti ha generato
Ma quando la linfa rallenta
e i colori si sono annebbiati
sento venuta l'ora del taglio

Separata dalla pianta madre
si rivelerà la forma pura dei tuoi petali
che giocano tra l'ombra e la luce
Nascosto o manifesto ogni piccolo fiore
che raccogli nella tua sfera imperfetta
trova adesso l'orientamento
che avrà
nelle lunghe stagioni della neve.

Sasso, 5 agosto 2018



La via del silenzio interiore

Il mondo in cui viviamo è una specie di uragano.

Un uragano di un cercare ed errare febbrilmente, spesso un caos di una situazione senza prospettiva, di un essere sballottato su e giù. Tutto è in movimento. Ma in mezzo a quel uragano però Dio ha provveduto a un occhio dove regna il silenzio: entrare lì dà riposo calma, visione d'insieme e serenità.

Godfried Danneels

Un passo falso
e sei già presa nel vortice...

una foglia sei
strappata dal tuo albero
nel plenilunio di primavera

ti fa girare all'impazzata
la collera del dio

e tu povera foglia senza peso
non smetti di danzare i giorni della vita
al ritmo concitato
di una baccante

Un giorno
la violenza dell'uragano ti solleva
e ti trascina dove le tue ginocchia scricchiolanti
non ti possono portare

nel centro della collera divina
conosci il silenzio
e la quiete che oscuramente cercavi

nell'occhio del ciclone
impari a vedere l'umana follia

Ora
ai piedi del tuo albero
ti godi
piccola foglia saggia
il sole dell'estate

ti lavano le abbondanti piogge dell'autunno
ti copre pietosa la neve
mentre nutri la terra

19 maggio 2011

Sulla *Via interiore* si viene portati da un'esperienza di contatto con un'altra dimensione dell'esistenza. Altra rispetto al nostro saper stare al mondo, operare o agire guadagnando competenza, abilità, un sapere, un'arte che ci fanno riconoscere dall'universo sociale nel quale la nostra azione, la nostra opera possono essere viste e giudicate moralmente buone o meno, efficaci o meno, meritevoli di attenzione, di prestigio, di riconoscimenti sociali o, al contrario, prive di valore...

L'esperienza che porta sul cammino interiore è un contatto che non modifica la nostra condizione mondana, perché non avviene in questo orizzonte. Il nostro status non ne guadagna e non ne perde. E tuttavia scuote alla radice il nostro senso di appartenenza alla realtà mondana, mette temporaneamente tra parentesi il mondo con le sue pressioni o addirittura mette in questione il nostro legame con il mondo così come lo avevamo tenacemente costruito. Può succedere che il nostro attaccamento al mondo venga meno e che, almeno per una fase della nostra esistenza, quello che chiamavamo amore per il mondo si trasformi in disamore.

È un'esperienza che si dà nel profondo e coinvolge tutto il nostro essere: nel corpo come forza, nell'anima come gioia e calma, nello spirito come pienezza e amore che fa ordine e ci lega radicalmente alla Vita, quella che c'è, mettendo a tacere ogni desiderio di altro e di altrove, di passato e di futuro. L'istante in cui dura questa esperienza è un momento che vorremmo durasse per sempre. È un momento che cambia il nostro orientamento nella vita. Disponiamo di parole per riconoscere questo irrompere dell'essere nella nostra esistenza:

“momenti di essere”, li chiama Virginia Woolf, “esperienze dell’essere”, “momenti stellati dell’esistenza” Graf Dürckheim, per ricordare alcune espressioni che in me hanno risonanza. Momenti in cui non c’è bisogno di niente perché lì c’è tutto.

In questi momenti si fa esperienza di silenzio interiore, di grande calma, di chiarezza della visione. Non sono momenti di chiusura, ma di insolita apertura al Reale. Di intima e totale accettazione della Vita quale è.

Esperienza iniziatica è il nome dato da Graf Dürckheim a questo genere di esperienze. *Esperienza mistica naturale* è chiamata da Jacques Castermane, suo allievo, nel recente libro *Comment peut-on être Zen?*¹

Sono stata portata in questo silenzio più di una volta.

Ogni volta che si è fatto conoscere è stato nel mezzo di una tempesta, in momenti in cui la mia volontà era stata messa fuori gioco completamente e l’*io* aveva lasciato la presa.

Quando ho incontrato la “metafora” dell’ *occhio del ciclone* riferita al senso della vita contemplativa, era il giovedì di Pasqua e ho visto cosa può fare un’immagine che ha la potenza di spalancare una porta, di aprire un varco del tutto inatteso per *riportare indietro*, nello spazio della parola, nello scambio tra umani, un’esperienza che si dà quando pensiero e parola, il *logos*, arretra e fa posto ad altro. Grazie a questa immagine, sentivo che l’esperienza che ci mette sul *cammino interiore*,

¹ Jacques Castermane, *Comment peut-on être Zen?*, Le Relié, 2009, pp. 93-94

aveva trovato la sua verità, la *parola esatta*. E, dopo alcune settimane, nella poesia, anche *la voce giusta*.²

In più, posso solo dire che è nell'abbandonarsi al vortice dell'uragano che si viene portati lì, nel punto in cui si conosce l'assoluta immobilità, dove il silenzio è altra cosa dall'assenza di rumore e ci apre ad una profondità senza tempo che forse solo agli inizi della nostra esistenza abbiamo vissuto nella più totale assenza di pensiero. E posso aggiungere che, quando ci si trova lì, si scopre che basta un passo, uno sbilanciarsi anche di poco, il movimento impercettibile del pensiero che vuole impadronirsi di quell'istante, trattenerlo nella mente per non perderlo, farne qualcosa... per venire spinti immediatamente fuori... di nuovo risucchiati dal moto vorticoso dell'agitazione e dell'inquietudine, portati lontano da quel luogo pieno di vita.

Chi fa esperienza, almeno una volta, della quiete, della densità di energia perfettamente in equilibrio che si fa conoscere in quel "pezzo di silenzio", sa che non è per merito proprio o per abilità personale il trovarsi lì. E sa che non c'è tecnica, né astuzia che possano ricondurci lì quando lo si vuole. Ma, tuttavia, dal momento in cui non ignora più questa possibilità, il suo spirito si sente talmente attratto da quella insolita quiete, che la ricerca di questo stato d'animo finisce per diventare l'impegno essenziale della propria vita.

² Con queste parole María Zambrano ci ricorda la definizione di verità degli antichi egizi, in: *Della necessità e della speranza*, 7 dicembre 1949, cfr. la raccolta dei suoi scritti *Per l'amore e per la libertà*, Marietti 1820, 2008, p. 125

Per chi, come me, sente di non poter vivere dentro quel silenzio e quella quiete senza la costante tentazione di lasciarli (per curiosità, per amore, per quel mistero inesauribile che chiamiamo destino personale, per fedeltà alla nostra umanissima natura che vuole tenerci sul bordo della quiete e ci condanna a sostare ai margini, lì dove la forza dell'uragano si trasforma in quiete e la quiete si trasforma in movimento vorticoso) la possibilità di non perdere il contatto con la grande calma, la beatitudine che viene da questo silenzio interiore, domanda un esercizio quotidiano, un assiduo e disciplinato allenamento.

L'esercizio di ogni giorno ci aiuta a ritornare o a mantenerci nei pressi di questa energia silenziosa che si condensa in regioni remote, la dolce forza che ha il potere di riportarci *a casa*. Alla *dimora dell'essere* che orienta il nostro divenire sul cammino in cui lo sguardo si libera dalle impurità che impediscono di vedere quello che c'è da vedere in noi e fuori di noi. Un cammino di verità, che ci rende capaci di intuizioni e di gesti vitali per noi stessi e per gli altri.

Grazie all'esercizio che ci rende più permeabili alla nostra essenza e rende più trasparente il sentire, ho imparato a vedere quali situazioni, quali esperienze mi mantengono a contatto, o comunque orientata verso questo *luogo interiore*. Quali richiami liberano e rendono feconda l'energia creatrice che lì si raccoglie e quali, invece, provocano una infelice alterazione e la portano ad un rapido dissolversi. Il segnale è chiaro: nel primo caso c'è un farsi delle cose che va da sé, l'attenzione è aperta, e il pensare accompagna le situazioni nel loro

evolvere passo dopo passo. La creatività opera senza ostacoli e senza tensioni. Al contrario, tutto ciò che trascina verso un'altra direzione, nell' *uragano di un febbrile e inquieto fare*, si trasforma in tensione e fatica estenuante. I desideri, mai del tutto pacificati, si fanno la guerra e la mente confusa diventa un campo sterile di pensieri senza corpo. E, nel corpo, c'è un mettersi in allerta, fino al punto che, nel mio caso, la tensione diventa iper-tensione.

Ho trovato le parole del cardinale Godfried Danneels in un libro sulla vita dei Certosini³, mentre mi preparavo per una vacanza nel massiccio della Chartreuse. Avevamo scelto, mio marito ed io, un luogo che ci mantenesse orientati verso quel cammino di ricerca spirituale che da alcuni anni stiamo percorrendo entrambi. In contatto l'uno con l'altra. E a distanza, in solitudine, muovendoci lungo sentieri diversi, vivendo esperienze diverse, non sempre comunicabili, che tuttavia sembrano portarci ogni volta ad un nuovo incontro nel luogo di una profondità che si presenta al di là di ogni attesa: il luogo in cui è possibile riconoscere e accettare ciò che aiuta ciascuno a vivere nella verità del proprio essere.

³ Cfr.: Tim Peeters, *Quando il silenzio parla*, Edizioni Paoline, 2011, p. 107

“In questa settimana ho letto una metafora splendida. Esprime bene cosa sono e fanno gli ordini contemplativi e l'uomo contemplativo in mezzo alle vicende del tempo.

Quando vedi una fotografia di un uragano, noti una striscia di nuvole. Nel centro, però, si trova quello che si chiama l'occhio del ciclone. Lì è silenzioso, immobile, senza vento.

In mezzo alla tempesta è stato risparmiato un pezzo di silenzio; lì tutto è completamente tranquillo... Il mondo in cui viviamo è una specie di uragano. Un uragano di un cercare ed errare febbrilmente, spesso un caos di una situazione senza prospettiva, di un essere sballottato su e giù. Tutto è in movimento. Ma in mezzo a quell'uragano però, Dio ha provveduto a un occhio dove regna il silenzio: entrare lì dà riposo calma, visione d'insieme e serenità.”

(conferenza del cardinale Godfried Dannels per la comunità trappista di Westmalle, 1978).

Possibilità che richiede un certo coraggio, quello di rinunciare al bisogno di rispecchiamento nella coppia e alle reciproche pretese di controllo e di dominio, oltre ad un'azione paziente e costante di attraversamento delle proiezioni che nascono dalle nostre angosce originarie, entro cui noi umani imprigioniamo senza renderci conto non solo noi stessi, ma anche le persone che ci sono più care e più vicine.

Questo attraversamento è un'azione di sgombero, un processo di liberazione che non finisce mai...

Nella mia vita, conclusa l'analisi terapeutica, mi sono trovata, in modo del tutto impreveduto, sulla *Via* tracciata da Karlfried Graf Dürckheim. Una *via d'esperienza e di esercizi*, ispirati alle grandi tradizioni sapienziali dell'Oriente e dell'Occidente. Una pratica terapeutica, che si propone non tanto di soccorrere l'Io, per renderlo più efficiente e più funzionale alle richieste del mondo, quanto piuttosto di aiutarlo a mollare la presa, a farsi un po' da parte e mettersi al servizio dell'energia creatrice che vuole manifestarsi pienamente nell'esistenza di ciascuno.

Rendere l'io disponibile a servire *l'essenza*, il *vero padrone di casa*: sembra essere questo il senso della *terapia iniziatica* di Dürckheim, un *cammino spirituale*.

Da sette anni frequento il Centro Dürckheim, nato a Mirmande, nella regione francese della Drome e da sei faccio esperienza degli insegnamenti di Graf Dürckheim nella scuola diretta dal suo allievo

Jacques Castermene.

Al Centro francese sono arrivata all'inizio di un'estate che lasciava presagire altre tempeste. Lì ho poi deciso di ritornare e di trascorrere buona parte dell'anno, lasciandomi guidare da un maestro su questa *Via* che non mette fuori gioco il sentire, l'intelligenza del corpo; che anzi, nel cammino di maturazione spirituale, si affida e ci risveglia alla naturale sapienza del *corpo-che-siamo*, ai nostri vissuti concreti. La sapienza del corpo traspare nella nostra maniera di stare lì, fermi, come nella nostra maniera di muoverci. Sapienza che si rivela tanto nell'armonia dei gesti semplici, quelli del fare quotidiano, nel camminare, nel parlare, ... nel *prendere in mano* le cose, le creature, nel *toccarle*... quanto nella bellezza dei gesti che fanno vivere una tradizione spirituale antichissima, quella dello Zen, trasmettendoli *da cuore a cuore*, nel silenzio, con poche essenziali parole, le più importanti dette sottovoce: quelle necessarie per incoraggiare, orientare, illuminare...

Questa tradizione fa del "quotidiano" l'esercizio fondamentale.

"Zen è la *coscienza quotidiana*", scrive T.D. Suzuki nel libro di E. Herrigel, uno dei primi che ha aiutato l'Occidente a capire lo spirito Zen, chiamando su questa *Via* molti uomini e molte donne della mia generazione, negli anni in cui sentivamo di aver troppo parlato e perfino gridato e cercavamo qualcosa che ci liberasse da parole divenute fastidiosamente ingombranti, una barriera che ostacolava l'accesso ad una verità più profonda, più radicata nell'esperienza soggettiva. Qualcosa, anche, che ci alleggerisse dalla spinta eroica che impediva di riconoscere in noi e fuori di noi l'importanza essenziale dei gesti semplici, quelli che una donna ripete ogni giorno per mantenere in vita la vita, la sua e quella di

altri.

Non appartengo alla schiera dei giovani che allora, a metà anni Settanta, hanno voltato le spalle all'Occidente e si sono mossi verso l'Oriente alla ricerca di un silenzio e di una calma interiore, che qui non riuscivano a vivere.

Come molte altre e molti altri, ho scelto di rimanere. E ho trovato altre parole, altre voci, voci di donne soprattutto, capaci di *riportarmi a casa*. Al mio *essere donna*, una donna che cerca la propria voce, la propria verità, parole e gesti fedeli al suo autentico sentire. C'è stato bisogno di un altro passaggio, di esperienze indipendenti dalla mia volontà e dal mio desiderio, perché il bisogno di silenzio e di solitudine si facesse sentire come un richiamo a cui non potevo più sottrarmi. Occorreva mettere a tacere la mente, troppo presa nel groviglio di pensieri e di progetti, nell'inarrestabile ricerca di parole, mie o di altre, impastate dall'ansia di farsi ascoltare nel frastuono di questo mondo. Dovevo prendermi cura del mio silenzio, ritrovarlo e proteggerlo dal troppo, troppo di parole, troppo di desideri, dal troppo fare, troppo pensare, troppo voler esserci.

“L'uomo, continua Suzuki nella sua introduzione, è un essere pensante, ma le sue grandi opere vengono compiute quando non calcola e non pensa. Dobbiamo ridiventare “come bambini” attraverso lunghi anni di esercizio nell'arte di dimenticare se stessi. Quando questo è raggiunto, l'uomo pensa eppure non pensa. Pensa come la pioggia che cade dal cielo; pensa come le onde che corrono sul mare; pensa come le stelle che illuminano il cielo notturno; come le foglie verdi che germogliano sotto la brezza primaverile. Infatti è lui stesso

la pioggia, il mare, le stelle, il verde. Quando l'uomo ha raggiunto questo grado di sviluppo 'spirituale' è un maestro Zen della vita.”⁴

Lo zen: l'arte di essere se stessi, l'arte di dimenticare se stessi.

Oggi, queste parole di Suzuki le capisco, creano risonanze insospettate... fanno chiarezza sulla *Via* che ho iniziato a percorrere senza esitazione, ma che passa attraverso imprevedibili prove, ostacoli, deviazioni, dubbi... momenti bui. Un cammino appassionante, ma non riposante quello in cui ci si addestra nell'*arte di dimenticare se stessi*, nell'arte di dimenticare l'*io* con i suoi fantasmi, le sue illusioni e le sue incontentabili pretese.

Dimenticare se stessi nel divenire semplicemente quello che si è: la donna che si è, l'uomo che si è. Questa arte richiede un esercizio quotidiano, fa del quotidiano un esercizio spirituale, in cui si impara ad essere utili alle piccole cose. Ogni giorno ci si deve mettere all'opera, riprendere da zero. Occorre sviluppare lo spirito di ripetizione, dicono i maestri, forse perché sanno che non si diventa mai maestri nell'arte di dimenticare se stessi, di ignorare le pressioni dell'*io*. È un'attitudine mai del tutto guadagnata quella dell'attenzione piena d'amore per le cose piccole, se questo è il senso più profondo dello spirito Zen. Il senso che Dürckheim riconosce come tratto universale della grande tradizione spirituale che l'Oriente può offrire a tutti, buddhisti e non.

⁴ Introduzione di Daisetz T. Suzuki a: Eugen Herrigel, *Lo zen e il tiro con l'arco*, Adelphi, 1975, pp. 12, 13

Ci si può accontentare, e non è poco, di continuare a sentirsi discepoli, discepole. Una discepola disponibile ad esercitarsi in questa difficile arte: così mi sento oggi sulla *Via* che Graf Dürckheim ha tracciato dopo il suo ritorno dal Giappone, dalla guerra e dalla prigionia, con il suo lavoro a Rütte nella Foresta nera. Una *Via* che nasce non a caso dalla “stretta collaborazione” con una donna, Maria Hippius, “la compagna sulla Via”, come egli stesso l’ha chiamata. E con la quale ha creato una feconda comunità di vita e di lavoro.⁵

⁵ Molto interessante, a questo proposito, la biografia di Gerhard Wehr, tradotta dal tedesco in francese da Didier Verne per la casa editrice Albin Michel: *Karlfried Graf Dürckheim. Una vita sotto il segno della trasformazione*, 1997, dove troviamo menzionati i “quattro pilastri dell’attività del centro di Rütte”. “Il primo era la *Tiefenpsychologie*, la psicologia del profondo, riferimento esplicito alla psicologia analitica di C.G. Jung”. Il secondo: “la *personale Leibtherapie*”, la terapia personale del corpo, che si fonda sulla differenza tra “il corpo che si ha” e “il corpo che si è”, un esercizio integrale della persona. Il terzo: “la *Kreativ-Therapie*”, in cui Maria Hippius ha sviluppato una pratica che ha chiamato *Geführtes Zeichnen*, una originale pratica del disegno (guidato dall’inconscio), “un esercizio al tempo stesso attivo e meditativo”. Il quarto pilastro è *la meditazione*, costituito da pratiche meditative “nello spirito dello zen”. (cfr. pp. 185-189).



I materiali di questo libro nascono dentro un intreccio di legami fondamentali, che rendono per me desiderabile abitare questo mondo. La loro pubblicazione è un gesto di gratitudine e di restituzione a tutte le persone che lo creano ogni giorno mantenendolo in vita.

Un grazie particolare va a coloro che mi hanno permesso di realizzarla concretamente:

Gemma Martino e Alberto Cola che hanno accolto generosamente la proposta di una coedizione tra *Metis* e *secondorizzonte*.

Amedeo Pangrazio e Francesco Bianchi per la cura dell'impaginazione, Carlo Simoni per la cura redazionale e il suo indispensabile sostegno.

Federica Lusiardi, dello studio Bianchini e Lusiardi associati, per il progetto grafico. Ero certa di potermi affidare al suo innato gusto zen nel riunire materiali così diversi.

Indice

9 Solo ciò che viene dal profondo mi appassiona

Diario dei giorni senza sole

2000-2014

- 18 Non c'è nulla di definitivo
- 20 Se non venissi tu
- 22 Ancora vieni
- 23 *Noi non discendiamo, ma affioriamo dalle nostre storie*
- 25 In sogno ho parlato a tre pecore
- 28 L'amore mi dà da pensare
- 37 Au plus profonde de l'histoire
- 43 Nel più profondo della storia
- 49 Una piccola stola
- 50 D'inverno tramonta il sole
- 51 L'eco di una parola
- 55 *... stinti, come un grembiule dell'infanzia*

- 57 Dispiego ad uno ad uno
59 Il gioco
62 Meditazioni
64 Discesa agli inferi
66 Fioriscono nel silenzio
67 Spegne le ginestre
68 È inchiostro il lago
69 Schegge di sole
70 Temporale notturno
Si annuncia la merla
71 In primavera
Teneri fili verdi
73 Lavori di fine inverno
75 Perdere la propria voce
77 *Siamo mortali mortalmente spaventati...*
79 *Parole che ti cadono nelle mani...*
81 No, non riesco proprio a lasciarti andare
90 *Si sbilancia fra i miei precipizi*
93 Dove è finito il punto dolente
94 La vela non ha vento
96 Quando una donna rinuncia al Padre...
97 L'ombra della Ragione
101 Non scrivo poesie per consolarmi
103 Arriva l'invito
105 *... e la vita cammina – quasi dritta.*

- 108 Ritiro in silenzio
109 Passaggio attraverso il risentimento
110 Opaco resta il sole
112 Risplende nelle foglie dell'acero
113 L'arte della persuasione
115 Mi spinge sull'orlo dell'abisso

Petali di seta non tinta

2015-2018

- 120 Carta di riso
122 Profumo di blu
123 Più luminosa sei luna
124 Sono più neri i corvi
125 Bagliore d'ali
126 L'altra faccia della luna
129 Petali di seta
130 Lezione di umiltà
132 Elogio della collera
133 Pazienza al limite
134 Tra te e me
136 Al solo contatto
137 Tenue profumo di zagara
138 Profumo di tigli
140 Lui legge sul balcone
141 E già ti sentivo distante
142 *Taci-taci...*

144 *Taci, taci...*
146 Viaggio in Giappone
150 Stupito guarda
151 Muri di libri
152 Luce senza ombra
153 Si rattristano nel chiuso
154 Anima stropicciata
156 Profondo come oceano
157 Pochi battiti d'ala
158 Perché un luogo divenga elettivo
160 Conosci te stessa
162 Chiusa alle spalle
163 Ancora per poco
164 Penetra il cielo della stanza
166 Di fronte all'oscura tua brama
167 Si specchia nel muro di pietra
168 S'incontrano allegre
169 Fantasmi gli alberi
171 Rossi bagliori
172 Apre l'ibisco
174 Amica luna
175 Volto originario
176 Quando un angelo cade...
178 Tre delfini frangono
180 *Hortensia de neige*

La via del silenzio interiore

185 Un passo falso

187 Sulla Via interiore si viene portati da un'esperienza

Ringraziamenti

Le immagini che compaiono in questo libro sono opera di Delfina Lusiardi e non possono essere riprodotte senza l'autorizzazione dell'autrice.

PRIMA EDIZIONE
DICEMBRE 2018

stampato da
Color Art srl
Via Industriale, 24/26
25050 Rodengo Saiano (BS)

Delfina Lusiardi vive a Brescia, dove ha insegnato filosofia e storia e contribuito alla nascita di luoghi della libertà femminile. Al centro dei suoi interessi è l'esperienza delle donne, alla quale dedica la sua ricerca e il suo impegno. Nel corso di una profonda crisi avviene l'incontro con il lavoro di cura spirituale elaborato da K.G. Dürckheim. Dal 2005 frequenta la scuola del *Centre Dürckheim*, a Mirmande in Francia, e nel 2013 riceve l'autorizzazione a proporre la via tracciata dal maestro con incontri di pratiche meditative ispirate alla tradizione zen.

Collabora con la comunità filosofica *Diotima* e anima laboratori di autoconoscenza per una pratica di pensiero che accompagna e orienta la vita. Partecipa alla ricerca di *Metis* (Milano) con cui pubblica e cura contributi sull'esperienza di malattia e sulla relazione terapeutica.

*Petali di seta
non tinta fioriscono
tra gli alberi nudi*

*Mite calicantus
se non fosse per il tuo
dolce profumo
chi mai cadrebbe in estasi
sotto i tuoi rami?*

La seta grezza, non tinta, è il supporto dell'arte orientale antica, che non fa distinzione tra scrittura e pittura. Quella pratica ha echi in ciascuno di noi. Da essa trae ispirazione il libro, cercando di mantenersi fedele all'esperienza originaria del segno che nasce da mani bambine, della voce che scaturisce dall'anima capace di ricevere parole aprendosi al dono che le viene offerto. Gesti, parole che generano immagini ricche del silenzio che vive nella profondità dell'essere. E creano poesie e forme nutrite dall'umile consapevolezza che non c'è nulla di definitivo. È solo il materiale usato che cambia, e aiuta la vita ad esprimersi.

€ 24,00

ISBN 979-12-200-4143-0



9 791220 041430