

*Anche l'inverno  
ha il suo perché*

*Corso di scrittura meditativa*

*Auser - Auptel 2004-2005*

*Docente: Prof. Rita Armanda Bigi Falcinelli*



*Nel corso del "corso"...*  
*mi guardo allo specchio*



*Si,* sono cambiata, anche se non so quanto. Sono più allegra, vedo più cose, sono più attenta alle variazioni del mio umore e spesso riesco a influenzarlo, penso, migliorandolo. Mi sembra di voler più bene ai miei cari e lo dimostro, ricavandone gioia. Sorrido più spesso e ne sono consapevole. Mi sento più bella, anche se più vecchia. Più poetica (scrivo, forse, delle poesie) e mi sembra di aver scoperto un nuovo gioco che mi appassiona. Vedo la natura con occhi diversi e godo del freddo, del sole e della pioggia.

Del caldo non so, non è ancora arrivato. Ho attraversato un periodo buio in novembre e dicembre, ma superata quella strettoia mi sento in discesa e tutto mi appare più facile.

Perché continuare? Per arrivare fino in fondo e per scoprirmi nuova e diversa.

P.S. Mi piacciono tutte le allieve e gli allievi del corso, un gruppo eterogeneo ma coeso, una simpatica armata Brancaleone, piena di stupore, allegria e buona volontà.

Non so se scriverò meglio, in compenso mi diverto moltissimo. Merito di Rita che mi sembra, e lo dico con ammirazione, "Brancaleone da Norcia".

*Maria Pia*

*Perché* continuo a venire a questo corso? Forse perché mi stimola a crescere e soprattutto a scrivere, lo considero quasi terapeutico.

Questo corso mi ha insegnato a respirare e ad ascoltare le persone, anche la mia voce ha cambiato tono. Ho imparato a dare risposte alle esigenze dello scrivere che prima mi erano vaghe. Ora ne sento il bisogno per cercare un equilibrio interiore, ho acquisito più sicurezza, mi ha reso più consapevole e insegnato a non vergognarmi dei miei stati d'animo e dei miei malumori.

Oggi riesco ad osservare meglio le persone, ad ascoltare i rumori in modo diverso, cerco da più angoli come guardare le cose, ho una visione completa dello scrivere e un'armonia maggiore con la lingua italiana.

*Marco*



*Il corso* della rinascita.

Arrivo non molto sicura di trovarmi a mio agio in questo corso. Voglio imparare meglio l'italiano e anche trovare qualche amica per scambiare quattro parole.

Oh! Sorpresa. È meraviglioso!

Non so se imparerò a scrivere bene l'italiano, ma so che quello che voglio dire lo dirò nella migliore maniera.

Ringrazio tutti e specialmente chi mi ha fatto risvegliare dallo stress e dalla depressione. Sono rinata!

*Alicia*

*Perché* continuo e continuerò a venire a questo corso?

La risposta è complessa. Istintivamente direi che è un richiamo irrazionale quello che mi spinge ad andare a lezione come una scolaretta con il pranzo sullo stomaco e gli occhi appesantiti dalla pennichella mancata.

Sicuramente sono tante cose insieme.

È rompere la monotonia di una settimana come tante.

È passare due ore in piacevole compagnia.

È scoprire un metodo di scrittura tanto semplice quanto affascinante che, come un Azzecagarbugli, ti insegna a fermare sulla carta i pensieri vagabondi.

Ma per quanto mi riguarda è anche e soprattutto una sfida a me stessa. È un costringermi ad uscire dal bozzolo che ho creato a mia difesa e nel quale quasi sempre mi nascondo.

Scrivere qui significa per prima cosa accettare di mettersi in gioco; significa uscire allo scoperto perché non è possibile fingere, significa sottoporsi e accettare il giudizio degli altri, significa anche un pochino soffrire perché si gioca con quanto di più profondo c'è in noi stessi.

Ma, come si sa, soffrire insieme è meno faticoso e giocare è decisamente bello.

*Laura*

