

Freddy Torta

L'ISOLA FELICE

Viaggio alla ricerca dell'amore perduto

disegni e dipinti di Riccardo Orlando



PRESENTAZIONE

C'era una volta un poeta che aveva perduto l'amore: un giorno decise di partire per andarlo a cercare. Aveva nel bagaglio gli insegnamenti di un maestro che gli aveva mostrato la strada per ritrovare i sentimenti perduti.

Il suo viaggio lo portò in un paese arrampicato su un vulcano: Ginostra, sull'isola di Stromboli, un luogo straordinario del nostro mondo, dove s'incontrano le forze primitive dell'aria, dell'acqua, del fuoco e della terra.

Lì ritornò all'asilo della vita: ebbe come maestri la natura, gli animali e le persone.

Viaggiò per anni e, un passo dopo l'altro, con l'aiuto della meditazione e della vita, riprese contatto con le forze originarie del suo io e riuscì a ritrovare il proprio amore.

Dall'esperienza qui raccontata ha preso vita "LA RICERCA DEL PROPRIO AMORE", uno scritto "collaterale" che sviluppa in forma analitica e sistematica il tema, già qui presente, del rapporto tra amore e amor proprio.

Alfredo Torta, Freddy è un soprannome che ha preso il posto del nome, è nato a Milano il 19 ottobre del 1946.

Membro dell' International Institute for Bioenergetic Analysis e docente della Società italiana di Analisi Bioenergetica, lavora come psicologo e psicoterapeuta a Milano e in Valsesia, una valle alle pendici del Monte Rosa, dove vive dal 1990.

www.freddytorta.com - freddytorta@freddytorta.com

Riccardo Orlando nasce a Messina il 16 gennaio del 1950.

I nonni esercitano un'influenza diretta sulle sue inclinazioni artistiche: quello paterno era pittore dilettante, mentre quello materno, Gaetano Corsini, era un artista affermato nella prima metà del Novecento, allievo di Aristide Sartorio. Nel 1963 si iscrive al liceo artistico di Reggio Calabria, per poi passare nel '66 a quello di Torino.

Nel '75 si trasferisce a Roma dove apre una bottega per la lavorazione del legno, altro suo grande interesse.

In quel periodo inizia a trascorrere le vacanze a Ginostra, luogo di cui si innamora e in cui decide di andare a vivere nel 1981, fondandovi con l'amico Freddy "Il Puntazzo", un locale estivo punto d'incontro in quegli anni di molteplici energie creative. Nel 1995 rientra a Messina, dove attualmente vive e lavora dedicandosi interamente alla pittura.

www.riccardoorlandopittore.com - r.orlando1650@gmail.com

"Ho incontrato Riccardo Orlando a Ginostra, in un tardo pomeriggio alla fine degli anni 70; dopo due ore ero a cena da lui e dopo due piatti di parmigiana di melanzane mi ritrovai ad esclamare: "Ma tu sei un artista!"

Negli anni a venire potei costatare quanto avevo colto nel segno: che si trattasse di preparare un piatto, di lavorare un legno, di disegnare un foglio, di pitturare un quadro, la sua versatilità artistica si metteva all'opera con efficacia sorprendente.

A questa si accompagnava non di rado un umorismo sottile e consapevole, capace di provocare il divertimento e l'intuizione: una leggerezza che aveva il peso della profondità.

Me la ridevo di gusto quando lo vidi rilevare un ristorante nel cuore di Messina, insieme a suo fratello, e chiamarlo "Le due sorelle": ed insieme ebbi modo di riflettere sulle molteplici implicazioni di un simile approccio nella relazione con gli altri.

Me la risi ancor di più quando divorai d'un fiato tutti i fumetti che a tempo perso aveva sfornato e dalla scorpacciata mi ritrovai nutrito di nuove intuizioni.

Un giorno, molti anni più tardi, Giuseppe Melzi mi chiese:

"Ha mai pensato ad un'illustrazione per questi suoi libri?"

In un attimo compresi che avrei potuto far incontrare la sua arte con le mie poesie ed i suoi fumetti con le mie riflessioni, per offrire al lettore un tocco in più nel senso della leggerezza e della profondità."

Freddy Torta

*Dedico questo libro a tutti coloro
che hanno perduto l'amore*

Ringrazio di cuore
Giuseppe Melzi, Massimo Rondinelli, Stefano Magagnoli,
Anna Mandelli, Manuela Bacci, Carlina Torta,
Angela Finocchiaro, Anna Maria Gerli,
Attilio Giardino, Massimo Marietti e Paolo Tura
per i loro preziosi suggerimenti.

per i loro preziosi suggerimenti.

Prima edizione cartacea 2005, Silvia Editrice.

INTRODUZIONE

E il poeta disse:

“E adesso che me ne faccio di tutte queste poesie?”

“Rileggile – rispose il suo grillo parlante – e vedi se c’è qualcosa di vero.”

Invece di dargli una zoccolata gli diede retta.

Era già più avanti di Pinocchio: aveva sì anche lui un gran naso sotto gli occhi, ma era cresciuta la sua capacità di ascoltare.

Soprattutto se stesso.

Rileggendo, con metodo scrupolosamente cronologico, vide che aveva raccontato una storia autentica, con quella bocca della verità che è la poesia: una storia d’amore e di ricerca interiore.

Il pinocchietto della sua infanzia, costretto a raccontar bugie per difendere la propria libertà di vivere, era una storia passata.

Decise allora di fare lui il grillo parlante, per tutti quelli che avrebbero avuto voglia di ascoltarlo.

Certo ne avrebbe prese di zoccolate!

Cercò di raccontare con la prosa la storia di quelle poesie: fu così che nacque questo libro e, qualche tempo dopo, “La ricerca del proprio amore”, uno scritto “collaterale” che sviluppa in forma analitica e sistematica il tema, già qui presente, del rapporto tra amore e amor proprio.

I due testi sono solidali, uno integra l’altro e ne facilita la comprensione: per questo in ultima pagina e sul segnalibro vi è un indice specifico che consente un immediato collegamento tra i due lavori.

ALLA RICERCA DELL'AMORE PERDUTO

*C'era una volta un poeta
che non sapeva amare:
amava più che altro le immagini
che aveva in fondo al cuore,
seguiva le sirene dell'infanzia.
Si trovava ogni volta dentro a storie
che sembravano quasi architettate
da un destino burlone e finivano tutte
alla stessa maniera:
perdeva il proprio amore...*

*...finché un giorno decise di partire
alla ricerca dell'amore perduto...*

presa di coscienza – il tempo di partire

Amavo una donna
e non sapevo amare.

Sognavo il mio sogno
bisogno antico,
specchiavo la mia storia.
Giocavo nei suoi occhi
l'inferno e il paradiso:
rincorrevo le lune dell'infanzia
e invidiosi trionfi covati in fondo al cuore.

Nella mia stanza,
tra le mie illusioni,
lei buttava i suoi sogni
di perdute dolcezze
e di lontani voli.

Poi l'ho vista partire.

Incontrò un vulcano in mezzo al mare
e il cuore della terra che tremava,
rivide la sua luna che piangeva
e di notte sui tetti le stelle fragili:
il suo sogno di bionde riverenze
si specchiò nei suoi occhi
a Ginostra.
E volava.

Poi l'ho vista tornare,
nel viso il colore del sole
e di storie d'amore,
e nel cuore
ho sentito l'antica paura:
amavo una donna
e non sapevo amare.

Era tempo per me
di partire
e imparare.





*...ma partire non era cosa facile: doveva lasciare
la terra ferma delle proprie abitudini
e andare incontro a un mondo sconosciuto...*

osservazione interna – la paura di partire

Quante volte
bambino
volevo partire!
Non mi reggevano le gambe
allora.
Neppure oggi è facile,
ma parto.

Ieri la notte era di luna piena:
ho rubato un fiore per te
del mio cortile,
dove il grillo cantava
che una notte ci ha addormentati.

Della tua terra
questa notte
i grilli mi terranno la mano.

*Cominciò il viaggio con un pellegrinaggio...***movimento** – pellegrinaggio a Boario

Uno strano straniero,
questa sera,
sul ponte dell'Oglio:
guarda il fiume
e nel cielo
e le luci del monte,
scrive, scrive...

Di quattro sorelle
ne ho amata una tanto
e son qui a cercarne la storia,
a venir dov'è nata...
che non l'ho mai capita...

"Ah, via Gleno,
vicino ai carabinieri..."

La mia faccia incantata
il vigile non può capire:
mentre parla non sa
che con quella parlata
lui mi parla di te.
Ed io quasi vorrei domandare
se conosce una certa Marisa
che se sogna comincia a volare.

"...sempre dritto,
a sinistra dov'è senso unico."
Senso unico ha questo mio andare.

In via Gleno, nel vecchio cortile,
ad un passo dai carabinieri,
questa sera c'è un uomo:
c'è chi ha visto che parla coi sassi
ed ha fatto domande un po' strane
perfino ad un cane,
quel vecchio volpino,
c'è chi dice che cerca una bimba
e che vuole rapirla,
per fortuna che è andata lontano...





E il campanile batte ancora,
ore della mia vita,
somiglia la luna piena l'orologio
e piene di vino ho le vene.
Non è molto che in giro dicevo:
"D'abitudine grazie non bevo."
Oggi invece barcollo nei passi
e nel cuore
ubriaco d'insegne e vetrine:
"Il popolo"... "L'Umanità"...
"Avanti!"... "L'Unità"... "Sci club"...
"Il manifesto"... "Gruppo marciatori"...
Vengo anch'io
se marciate
sulle cose passate,
che racconta la voce del fiume.

Che vuol dire
Marisa
quando un grillo
sul ponte dell'Oglio
non la smette mai di cantare
nemmeno per prender respiro?
Vuol dire gridare,
piangere,
o farti incantare?

Come trema il ponte di ferro
alle auto che passano!
Anche l'ombra dell'uomo
allungata sull'acqua
verso i monti.
La sua vecchia auto verde
tremerà verso il mare.
Tremerà il vulcano a Ginostra
e il suo cuore.

*...e poi partì per un viaggio in mezzo al mare
verso l'isola dell'amore perduto...*

movimento – viaggio a Ginostra

Ti voglio raccontare
la storia di un uomo
che viaggiava per mare:
viaggiava per ritornare.

Sono salito sul ponte
della "Lipari" semideserta:
vento e sole negli occhi
e Messina che sfilava da un lato
e Calabria dall'altro
e una tavola azzurra di acqua
dove mangiano uccelli marini.
Poi d'un tratto un assalto di gorgi
tra Scilla e Cariddi.
Mi ricordano versi lontani
di Virgilio, di Omero.
E la vita.
E la mia che mi porta a Ginostra.

Sul mare immenso
qua e là si accendono
gemme di sole:
occhi che chiamano e si rispondono
come per darsi tutti convegno
verso ponente,
in un ventaglio fascio d'argento.

E intanto Lipari
dall'acqua appare,
stretta a Vulcano
e a Vulcanello.
E poi nel porto
gente che sale
che si saluta
si dà parola.
Gridan dal ponte la libertà
giovani uomini, batton le mani:
ognuno ancora porta col sole
la sua collana segno d'estate,
come adesivi su vetri d'auto,
pronto a cambiarla con un collare.
Piovano auto dal cielo sul ponte*
e morbidi occhi di donna:
ventidue anni, piena d'estate,
piena di storie da raccontare.
Anch'io racconto questa mia storia.
Urla la "Lipari" mostro preistorico.

*In quegli anni a Lipari le auto venivano caricate sul ponte della nave tramite una gru.

Rinella di Salina
è una cartolina sull'acqua azzurra:
le barche, le case, le nicchie
le ha messe una mano di fata
e il diavolo ha messo una barca con nome Marisa
sotto il mio naso bruciato dal sole.
Nessuno scende, nessuno sale,
tranne i fantasmi:
tutto normale.

Panarea,
la penultima,
incoronata di scogli
denti del mare,
sembra la gobba di un dromedario.
Si accoccola sulla sua groppa il sole,
piccolo prezioso bagaglio,
oro incenso e mirra dell'epifania di Stromboli:
sembra che possa precipitare
con fragore mille volte le catene dell'ancora.
Finto tramonto invece inscena
a noi e a due agili barche a motore
dietro la nave a salutare come delfini:
nelle mani i colori d'improvvisate bandiere,
gridano nomi e piccoli fuochi
partono all'amico che parte
e botti, come d'estate dei paesi le feste,
di fine estate festa sul mare.

Stromboli,
terra di fuoco sul mare,
ti vesti dei tuoi vapori
come fantasmi
e le tue lingue di terra nera
entran nell'acqua
a dissetare l'antica arsura.

I bagliori di sera
fanno corona alla tua bocca
e la tua voce
fa tremare la gente e le sue cose.

Il tuo respiro porta l'odore dell'inferno
tra i profumi dei fiori
e delle terre cotte dal sole
dei tuoi sentieri
che scendono nel cuore.

Stromboli,
signore del tuo mare,
sacrifico al tuo altare
la mia storia passata
e ritorno all'asilo della vita.

Questa sera
mi bevo vino bianco e luna rossa
e domani Ginostra.

Sta Ginostra sirena dei millenni
tra i venti delle Eolie,
accarezzata dagli occhi dei pianeti,
innamorata d'aria.

Addormentata in braccio alle sue rocce
e alla sue terre nere,
tra capperi limoni e fichidindia
e tra gli ulivi,
vestita dei suoi fiori e delle erbe,
amica della terra.

Amante innamorata del vulcano
e del suo fuoco,
che la tiene sospesa
tra morte e desiderio.

La protegge il suo mare,
che la tiene legata al suo volere
e spesso cambia umore
e ne costringe i fianchi
di assalti e di carezze.

Sta Ginostra regina degli incontri
di aria acqua fuoco e terra.

E' Stromboli guardiano dell'inferno,
 che nasconde alla gente
 un paese di favole e di streghe,
 di fantasmi e di fate.

Fai mezzo giro in tondo con la barca
 e arrivi ad un pertugio
 che sembra mezzo aperto e mezzo chiuso:
 e chi vuole può entrare
 nei sogni dell'infanzia,
 fatti di incanti e inganni.

Immagina un paese senza elettricità
 e senza strade,
 sentieri tra le case
 che salgono dal mare,
 dove ogni cosa è fatica preziosa,
 come l'acqua dei pozzi.

Immagina terrazze stese al sole
 con i panni che sbattono in silenzio
 tra fruscii di lucertole ubriache
 e gli odori del vento.

Immagina la voce degli uccelli
 e delle frasche,
 degli asini dei galli e degli insetti
 ed il rumore che porta il mare
 di barche che si sciacquano nell'acqua
 di navi che ti vengono a trovare.

Immagina le notti più lontane
 della tua vita,
 col cielo che ti viene a visitare
 con le sue stelle
 e con la luna che ti sa svelare
 ogni mistero della notte antica.

Immagina l'infanzia della vita.

*...ed il poeta giurò di rinunciare alla terra ferma del sapere
 che aveva della vita e di tornare all'isola perduta dell'infanzia,
 per ritrovare il suo cuore bambino.*

LA FAVOLA DI GINOSTRA





*A Ginostra il tempo si era perduto
ed il corpo, con la sua forza animale,
era servo e padrone della vita...*

riappropriazione – l'io nudo

Abito nudo il sole
Lieve o rovente che sia
Frequentano gatti e cani la mia casa
Ruvidi a volte i nostri incontri
E' il gallo la mia sveglia
Di notte mi addormenta il mare
Odora già di me la mia stanza

*...e con il corpo animale
imparò di nuovo a contemplare
il movimento del mondo naturale
senza troppi pensieri per la testa...*

contemplazione – ragni

Danzano i ragni
nella mia stanza
agli angoli dei muri,
ed io li lascio stare
a farmi compagnia.
Cantano le cicale.

contemplazione – scarabei

Seduto nella stanza aperta al sole
mi viene a visitare
il nero scarabeo,
ed io lo lascio entrare.

contemplazione – lucertole

A me cui piace l'hi-fi
 piace anche il rumore che fa il vento
 in una lattina di birra vuota
 e una lucertola attorno
 che ne fa girotondo,
 mentre il mare lecca gli scogli come un gatto
 e somiglia il lago, oggi.

contemplazione – cani e galline

I cani si vogliono mangiare
 la luna questa sera
 e le cantano lunghe serenate.
 E la gallina ride.

contemplazione – meduse

Sale salato
 mi suda il corpo
 mentre il sole assale
 e sale in mezzo al cielo
 e se la spassa
 ad accendere il mare
 e solo le meduse
 si sciacquano a migliaia
 e se la ridon sotto
 se sul sudato scoglio
 faccio sala d'aspetto.





*Viaggiando dentro alle proprie sensazioni,
il poeta incontrò la paura...*

osservazione interna – la paura dei rumori

Il vento della notte
è il re della paura,
suona con lunghe dita vellutate
le note dei rumori,
su fronde e rami secchi,
sui vecchi infissi delle case,
sui panni stesi al chiaro della luna
e sulle cose
addormentate in braccio alle terrazze,
dentro ai buchi dei muri
e dentro al cuore
dei vecchi ruderi scoperti
e dentro al mio:
ed è troppo rumore .

*...e giorno dopo giorno imparò a non fuggire
e a cercare con la paura nuovi orizzonti...*

osservazione interna – la paura del buio

La finestra è aperta
al cielo della notte
e al mare.

Tutt'intorno è il buio
che non so guardare.

E mi tuffo in alto
tra le braccia aperte
delle stelle in cielo.

*...fu così che incontrò le stelle
e cominciò a stare insieme a loro...*

insegnamento: delle stelle – l'isola del tesoro

E le stelle lassù
che si danno la mano
e ti prendono gli occhi
e ti prendono il cuore
sembrano sirene
messe in mezzo al cielo
per i marinai
cercatori d'isole
e ti fan sentire
che anche tu sei un'isola
con il tuo tesoro.

*...e come un'isola abbracciata al suo mare
avvertiva le onde della vita...*

insegnamento: del mare – le promesse della vita

Il mare mi ritorna sempre uguale
negli occhi ogni mattina,
con la promessa aperta della vita
che si ripete
e sciacqua via i ricordi della sera
e i sogni della notte.



R. Orlando 07



*...con questa nuova forza poté entrare in contatto
con il cuore bambino...*

riappropriazione – il cuore bambino

Mi ritiro dal mondo
per sognare
i sogni dei bambini:
fatti di galli
fatti di cicale
di gabbiani che vanno
di asini che ragliano nel cielo
di cani che col piscio segnano il territorio
di giochi che si fanno sotto il sole
insieme con i gatti
degli occhi della luna e delle stelle
e del fruscio del vento
che accompagna fantasmi sconosciuti
dell'umore del mare
che porta via la gente quando vuole.
Mi ritiro dal mondo
e vivo i sogni
del mio cuore bambino
e la mia vita
che non voglio barattare
sul mercato del mondo.

*...si riappropriava così di qualche cosa che aveva posseduto
nei primi anni della propria vita e che aveva perduto
chi sa dove e chi sa quando...*

riappropriazione – la spensieratezza

Imparo adesso
il verso degli uccelli,
imparo le farfalle
e gli insetti sorpresi a far l'amore
appiccicati al sole
e contro i muri i gechi nella sera
che aspettano la preda
e le formiche delle favole antiche
a lavorare
e l'eterna cicala
che ne ripete il canto.

Forse bambino non avevo orecchi
e non aprivo gli occhi,
forse i pensieri
come mosche mi ronzavano attorno
e tornavano sempre nella mente
e mi portavan via.

E talvolta ancor oggi
mi invadono la stanza.

riappropriazione – i piccoli giochi

Io mi piglio il rumore che fa il secchio
cadendo dentro al pozzo
in faccia al mare
e i canti degli uccelli
nel tramonto
che mescola l'arancio col turchino,
mi piglio anche la luna quasi piena
che sale in mezzo al cielo azzurrochiaro
e i giochi tra gli stecchi dei miei gatti
ed anche la gallina
che ride e si fa chioccia.
E lascio a voi le vostre discussioni
educate e mondane,
le vostre cene e gli incontri nei bar,
vi lascio anche i colori
che attenti vi vestite
e i vostri giochi,
le vostre fantasie di proprietà.
Tengo per me il guardare e l'ascoltare,
piccoli giochi di noi ragazzini.

*...e nel cuore bambino trovò anche un mare d'incertezze:
ma dove stava andando? Stava cercando il filo che univa
il suo passato e il suo presente e aveva una gran voglia di futuro...*

visualizzazione – la festa del futuro

Quarant'anni
 quasi
 e cercare ancora
 nella vecchia soffitta
 dell'infanzia
 dentro al caleidoscopio
 delle immagini
 nel ventre molle
 delle emozioni:
 e piovono
 coriandoli
 nei miei occhi
 e pupazzi
 di cartapesta
 e sirene
 che giocano
 nel mare
 e mostri
 e diavoli
 di leggende
 e di favole
 che mi hanno raccontato
 quand'ero troppo tenero:

quarant'anni
quasi
e sentire il peso
di quel tempo
andato
e giocare
ancora
a cercar carezze
come un cucciolo
e annusare
ancora
ogni passo
nuovo
e cantare
ancora
come un gallo
il grido
di ogni mia vittoria:
e ogni tanto
canta
qualche altro
gallo
dentro al mio pollaio
e mi manda in bestia
e divento un diavolo
e con la Bilancia
sto a pesare
i colpi
del mio Sagittario:
quarant'anni
quasi
e mi succhio
il dito
del mio tempo
andato
e ogni tanto
sogno
di mangiarmi
il mondo
mentre ancora dondolo
sulla mia altalena
di miseria
e gloria:

e mi spinge
infanzia
che mi fa volare
sopra il vecchio
secolo
ormai cieco
e sordo
che sta per morire
con le sue sirene
con i vecchi diavoli
e con i pupazzi
sempre sorridenti
che se lo dividono
e se lo trascinano:
mentre noi bambini
diventiamo grandi
mentre il nuovo
secolo
vive
in pancia
al vecchio:
e che festa
insieme
ci faremo
giovani
quando sarà il giorno:
si faranno falò
con le vecchie storie
dei pinocchioni
si faranno risate
con le cose serie
da baraccone
si farà la musica
si farà l'amore
e a festa finita
si farà la vita.

*...e al futuro volle scrivere
il suo messaggio di libertà...*

messaggio – ai giovani del futuro

Ti diranno di non guardare nel sole
che ti può accecare
e che guardare la luna rende lunatici,
che le stelle son troppe per poterle contare
e che l'amore è una favola bella
che non può durare.
Io ti dico di non ascoltare
chi non sa meditare nel sole
chi non sa respirare col mare.





*Cammina, cammina, più volte il poeta si dovette fermare
a meditare, per non perdere la strada del cuore...*

meditazione – le catene della paura

E quando si avvicina luna piena
senti i cani impazzire
insieme coi padroni
che li voglion zittire:
ognuno piange al cielo la sua storia
di vecchi e nuovi amori,
ognuno ha un territorio stabilito
e si spacca la gola
ad abbaiarlo agli altri,
ognuno è lì a ringhiare
~~legato alla catena~~
delle proprie paure:
una vita da cani.

*...e nel viaggio, si sa, c'è sempre un precipizio,
un giorno di burrasca, una notte in tempesta...*

osservazione interna – la vita che sfugge

Sono oggi come tegola rotta
che sballotta
nella notte in tempesta.

Ho aperto gli occhi al mattino
col pensiero fissato alla morte.

E la vita mi sfugge
come biscia nell'acqua.

...allora gli venne in soccorso la vita con i suoi messaggi...

messaggio – da un amico vero

Tuono continuato:
l'immagine dello scuotimento.
Così il nobile temendo e tremando mette ordine
nella sua vita
ed esplora se stesso. *

*...fu così che imparò la forza del cambiamento
che veniva da dentro...*

insegnamento – dell'amico vero – lo scuotimento

Lascia che sbatta
il vento della vita
le porte e le finestre
del tuo mondo
e non aver paura
di andare a fondo
nella tua storia.

* da: I KING / Cenn – L'Eccitante.

*Il viaggio alla ricerca dell'amore attraversava sentieri
che correvano lungo precipizi segnati in fondo al cuore.
L'angoscia lo vide impietrito dinnanzi a paesaggi solitari,
ai piedi di montagne troppo alte, lungo piste di deserti lontani.
Più volte si sentì perduto, più volte si dovette ritrovare:
si sentiva le vene tremare, si sentiva scuotere di dentro,
era l'avvertimento dell'apertura di un passaggio interno
e mentre si sentiva andare a fondo stava davvero andando nel profondo.
E nel profondo c'erano ricordi perduti da ritrovare,
ferite mai rimarginate da sanare, sentimenti impazziti da abbracciare:
doveva piangere mille fontane della più tenera fanciullezza,
tremare come foglie di betulla,
gridare ai quattro venti le parole dell'odio e della rabbia.
Il viaggio nel profondo non era una favola
che scivolava lineare da un bel c'era una volta a un felici e contenti,
assomigliava piuttosto a un'odissea tra sentimenti di segno opposto,
isole che si guardavano quando il tempo era sereno
e che si perdevano nei giorni grigi,
terre vicine e lontane tra loro e in mezzo mostri, sirene, ciclopi
e un mare d'illusioni,
con tempeste, naufragi e porti amici
e lunghe notti sulla terra ferma senza poter salpare,
con momenti di gloria e lutti
e sempre la pazienza a trattenere la voglia di arrivare,
perché non c'erano tappe da bruciare sulla via del ritorno.
Era lento e tortuoso il viaggio alla ricerca dell'amore perduto.
E nei giorni più ardui dell'odissea, il nostro eroe si sentiva più solo.*

...e nella solitudine incontrò il dolore...

osservazione interna – l'orfano

Dalla casa dei sogni
sono evaso
a vedere la vita,
a calcare il mondo
con i piedi incerti
di un bambino piccolo.
E mi sento orfano.

*...si ricordò del maestro che gli aveva insegnato
a piangere il dolore per risvegliare la forza del cuore...*

messaggio - al maestro del viaggio

Stamattina ho voglia di piangere
grande come il mare che ho davanti.
Forse perché il cielo piove e par che pianga sull'acqua.
Forse perché una nave solitaria passa e se ne va con il tempo.

E penso a te che mi hai ridato il pianto
e mi hai fatto sentire meno orfano,
con il lavoro di grande maestro
e col tuo cuore grande di bambino.

Vorrei inginocchiare le mie mani
nelle tue mani
e farti sentire la mia gratitudine.

*...era il tempo del pianto ed il cuore si aprì,
come d'incanto, sul suo passato...*

insegnamento – del maestro – il passato nel cuore

Il passato
ha un rumore:
ce l'hai tutto
nel cuore
addormentato.

...fu così che rivide suo padre e lo sentì ancor vivo dentro di sé...

visualizzazione – il giudizio universale

E mio padre tornava
a fine settimana
ed eran feste e baci sulle scale,
c'era gran concorrenza tra i fratelli
per i suoi abbracci,
fino a farsi male.
Era il gran giorno
era il gran ritorno:
il giorno del giudizio universale.

Stava mia madre
e lui le dava un bacio
e poi si cominciavano a parlare,
bisognava aspettare ancora un poco
per mettersi a giocare:
c'era la lista dei cattivi e buoni
prima, da esaminare,
e diventava vera la minaccia,
nostra spada di Damocle feriale,
che cascava sul collo il dì di festa.

Mia madre generosa ed imparziale
filtrava ignara strega
i baci e le carezze di mio padre.
La pena era tremenda e ben studiata:
si toglieva la merce più pregiata.

E tu padre crudele stavi al gioco:
quante parole ho dovuto mangiare
e quanto pianto in gola ho trattenuto!

E ancor oggi è cemento la mia gola
e mi strozza il respiro della vita,
ingoia i rospi neri della gente
e inonda l'aria attorno di parole
senza lasciarsi il fiato:
cerca di sfogare
la rabbia del giudizio universale.

*...riconobbe nel corpo le catene dei suoi comportamenti
che credeva esser liberi...*

insegnamento – del maestro – il peso del padre

Dietro la schiena
il regno del dovere,
groppa di tartaruga,
mi riduce il respiro della vita,
m'incurva nel cammino
a meditare
dove ho sbagliato,
dove ho progredito.

E tira i fili dei miei nervi
un padre generoso e sfortunato,
che ordina al mio cuore di lottare
le sue battaglie perse,
e dalla groppa
mi lancia baci
e promesse di gloria.

Ed io sempre a lottare
per ottenere i baci e le promesse.
Molte le lotte
molte le vittorie
e tante le promesse,
e qualcosa di solido è rimasto:
il guscio duro che mi porto appresso.

*...e nel cuore poté sentire l'eco dei suoi miti
che aveva costruito con così tanto amore...*

evento – la vittoria

E l'Italia è campione mondiale:
e sento i grilli
un asino che raglia
e il tramestio d'un topo.
C'è luna calante in cielo
ed il vulcano
sembra un uomo addormentato
che fa sogni d'amore
e in lontananza voci di chitarre
si uniscono al mio cuore
che grida la vittoria
come di giorno le cicale.
E l'Italia è campione mondiale
e la vittoria
mi fischia nelle orecchie.

E il mio Pertini*
cinguettava con gli occhi
alla tribuna
degli uomini d'onore:
ed io ero con lui
con tutto il cuore.

* Sandro Pertini, allora presidente della Repubblica Italiana.

*...incontrò così la sua ossessione
di essere il migliore...*

osservazione interna – la radio nella testa

Oggi la radio della testa
trasmette bollettini di vittoria
e scivola felice
ogni mia fantasia.

...avvertì il peso della sua costante ricerca...

osservazione interna – la ricerca inesauribile

E cercare sempre
e cercare ancora
ed aver paura
di sbagliar di nuovo
e cercar permessi
e cercar ragioni
e volare via
dietro ai miei pensieri
mentre una lucertola
cerca da mangiare
e mi sta a guardare:
io le guardo il collo
dove pulsa piena
l'onda del suo sangue
e per un momento
cerco nel suo cuore
penso la sua vita.

*...rivide in un campo fiorito
la sua fame di grandezza...*

visualizzazione – la partita di calcio

E battono i piedi dal freddo
e batton la rabbia del primo tempo
e sembran tamburi di guerra.

Poi entran di nuovo le squadre
e il campo è fiorito
e gridan migliaia di bocche
la fame antica.

*...ed imparò che per questo aveva messo
in gioco la propria libertà...*

insegnamento – del maestro – la vita per mano

Ho una voce dentro
che mi comanda
e attraverso le strade
della vita
per mano
accompagnato
e mi faccio tirare
oppure strappo
se mi sento legato.

*...e per la prima volta con chiarezza,
il poeta vide una parte di sé...*

presa di coscienza – l'io suddito

Io
faccio tutto quello che vuoi
papà
morto alle soglie
della mia adolescenza.

Io
isola disperata
mi mangiano i pensieri
nel mare
d'incertezza.

Io
occhi sbarrati
nella notte
aspetto la tua voce
che mi chiama.

Io
voglio raggiungerti nel futuro
e prenderci per mano
tra le ombre del tempo.

*...aveva nascosto il bisogno di amore nella corazza del cavaliere
che piaceva a suo padre e per il suo ideale di grandezza
rischiava di rimanere piccolo per sempre...*

*Dodici giovani lune si erano già riempite
sotto i suoi occhi e qualcosa era maturato in lui...*

riappropriazione – il vento del cuore

Nell'aria
le parole della gente
vanno,
mentre la luna
indifferente
scende sul mare
piano.
Io mi mangio il cielo
con luna e stelle
e il mare
e li lascio parlare.

Vento caldo stasera,
che ti appiccica addosso il sudore
e tu penzoli
a caccia di tanti bicchier d'acqua
o t'attacchi ad un bar
a tracannare ghiaccio,
chi lo veste di whisky e chi di vodka,
io lo vesto d'arancia
e li lascio ubriacare:
mi ubriaco di stelle e di mare.

Vento caldo stasera ho nel cuore,
che mi fa venir voglia d'amare
e di fare l'amore.

*...aveva voglia di correre il suo cuore,
in cerca della propria libertà...*

riappropriazione – la leggerezza

E questa sera invece mi ubriaco,
me ne sbatto le palle in faccia al mondo
e corro in braccio al mare
che mi chiama
ed alle cose serie penso dopo.





...la vide, lei venne, lui vinse...

movimento – l'impresa vittoriosa

E contro la parete della chiesa *
 giocavo a far l'amore col tuo corpo,
 mi eccitava l'impresa
 e i tuoi sospiri
 e il respiro del mare.
 Tu guardavi le stelle
 ed io danzavo
 sopra il tuo ventre
 l'onda maliziosa dei miei pensieri,
 che come delfini
 facevan capriole di vittoria.

*...e tra le stelle dell'universo
 poté allora vedere in modo chiaro
 che con la sua illusione di grandezza
 poteva andare incontro a una vittoria,
 non certo ritrovare il proprio amore...*

presa di coscienza – l'io gonfiato

Io
 sono il Re
 dell'Universo
 e il mento
 lo porto alto
 Io
 e gli occhi
 senza paura.

* In quegli anni la chiesa di Ginostra era chiusa, nello spiazzo antistante che si affaccia al mare i giovani si incontravano la sera e le uniche luci erano quelle delle loro pile, della luna e delle stelle.

...fu allora che incontrò la sua strega...

evento – l'incontro con la strega

Ti ho veduta una notte
cercare ad occhi chiusi
la mia casa.

Ti ho veduta volare
ad occhi aperti
dentro il fuoco
del nostro desiderio.

Mi hai portato al di là
dei confini:
mago e strega
ormai senza paura.

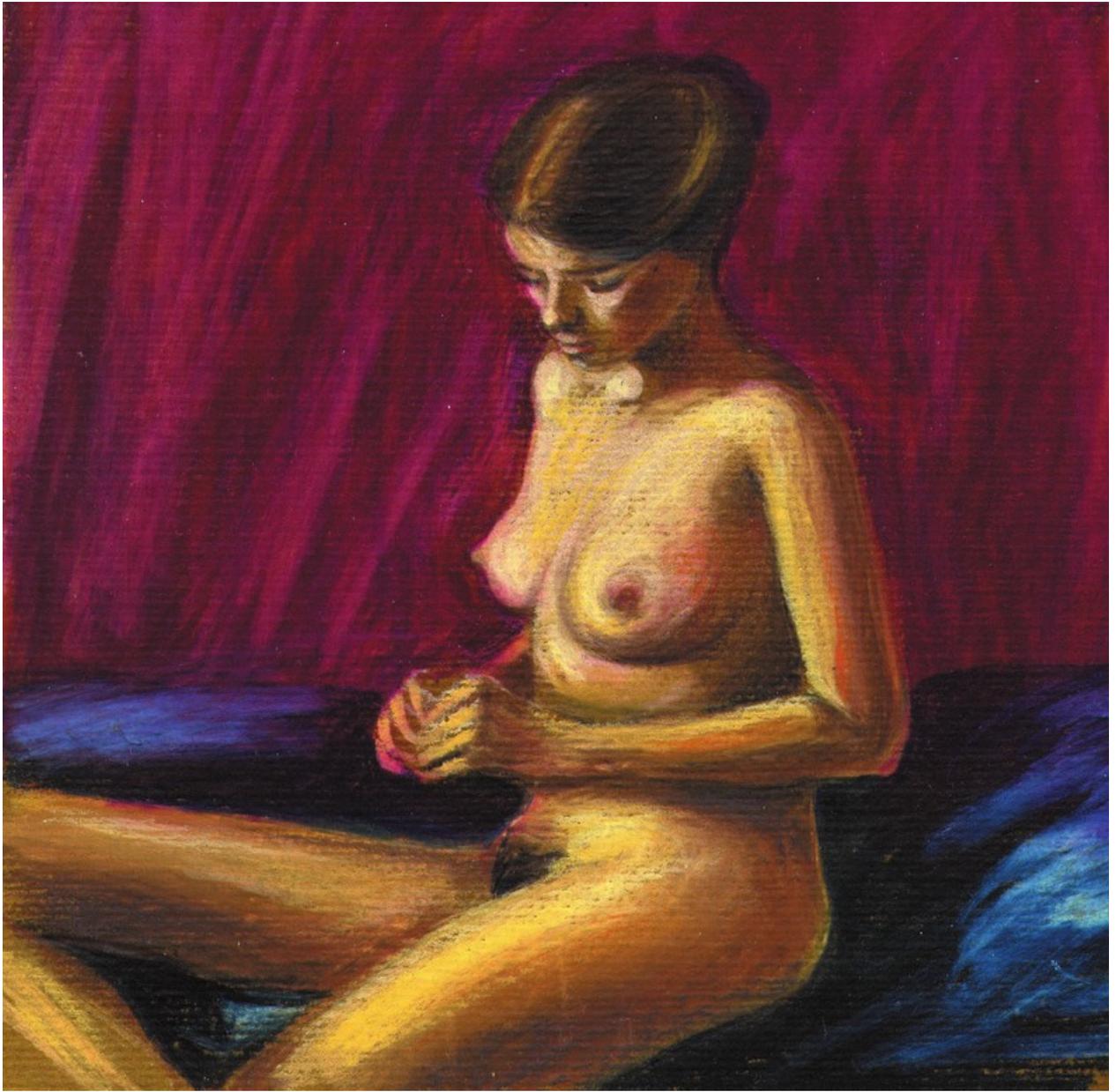
Ti ho rivista
in cima a una stella
mentre tu te ne andavi
per mare.

Stella di mezzanotte
stella di mezza estate
stella di mezza vita.

...ed imparò qualcosa dell'amore...

insegnamento – della strega – l'amore incomprensibile

Ti scioglie il ventre
ti scuote il respiro
ti splende la fronte,
ti fa capire
che non c'è niente da capire,
che c'è solo da vivere
la follia del vivere
quando ti senti vivo,
come quando bambino
ti mangiavi il mondo
ogni giorno.





*...ma le streghe, si sa, non si fermano, galoppano nei cieli tra le stelle:
e il suo cuore bambino precipitava giù dal proprio cielo...*

osservazione interna – l'amore disperato

Non è più il tempo
di volare.

E sento l'amore
aggrapparsi al cuore
e non voler morire.

E la morte galoppa al mio fianco
e ride
del mio voler capire.

...ricordò allora un insegnamento del maestro...

insegnamento – del maestro – il cavaliere senza gambe

E chi ti renderà
questo giorno di sole
inatteso
che non sai guardare
perché cerchi l'amore?
E chi ti renderà l'amore
quando l'avrai
e non saprai amare
perché in cerca del sole?

Cavaliere errante
dove vai cercando
la tua terra da conquistare?
Ti potrai mangiar mille strade
senza mai saziare:
la tua terra è nelle tue gambe.

*Aveva attraversato le verdi praterie
delle proprie illusioni di grandezza
e si era ritrovato nel mondo incantato
dell'amore che vuole volare
e che si va a posare proprio là
dove non c'è una base che lo possa tenere:
quell'amore che vola verso il sole,
sempre più su, dove il fuoco lo può solo bruciare,
o che vola lontano per mondi sconosciuti
e si perde tra file di farfalle e petali caduti,
quell'amore i cui voli hanno il tempo del sogno.
E si era risvegliato in un mondo perduto
oltre i confini della coscienza:
era la terra della tenerezza
che ora poteva riconquistare...*

*...e sulla strada della tenerezza lo raggiunse un messaggio di un amico:
due righe che avevano attraversato l'oceano...*

messaggio – di un amico lontano

Io continuo a lottare
piangere
e amare
con il rock 'n roll. *

*...e gli tornò la voglia della musica
che risvegliò una parte del suo cuore...*

insegnamento – di un amico lontano – la musica nel cuore

La cuffia nelle orecchie
e la mia musica
m'infilo nel mio buco
e incrocio il mondo
che mi fa girotondo.

E chiedo scusa
se non so ascoltare
le voci della gente
e delle cose:
ho le orecchie impegnate.

E dico grazie
alla musica amica
che mi sa risvegliare
la voglia di lottare
piangere
e amare
con il rock nel cuore.

*Marcello Sinicorni in un biglietto da San Francisco.

*...e con la musica nel cuore
 inconsapevolmente
 il poeta divenne padre...*

evento – la cuffia della luna piena

Era la luna piena
 in mezzo alla finestra
 e con occhi di bimba
 la chiamava tua madre
 e con sospiri.
 Era la stanza di un amico,
 era il suo letto:
 ed io e lui confusi guardavamo
 con diversi pensieri
 l'antica forza misteriosa,
 la forza della donna e della luna.

Era maggio a Ginostra
 e nei lunghi silenzi
 della notte e del giorno
 potevi meditare tutti i suoni
 della natura attorno.
 Ed anche quella notte
 c'erano soltanto gli animali e il mare,
 il vento ed il vulcano.
 Dormivano le persone
 e tu non c'eri
 e l'unico legame
 che univa me e tua madre
 erano suoni
 che uscivano da due cuffie,
 erano canzoni.

Era la musica che avevo in cuore
e negli occhi tua madre
e nel corpo calore,
avevo voglia di fare l'amore.
Per ore nel silenzio l'ho cercata,
la musica era andata,
la luna uscita ormai dalla finestra,
l'amico addormentato,
e tua madre giocava
tra sonno e desiderio
col mio fuoco.

E mi ha aperto la porta
e sono entrato,
pieno di gioia
pieno di piacere
ed ho lasciato
un regalo per te,
per la tua vita.

Figlio del fuoco
figlio della luna
figlio dell'uomo
figlio della donna
figlio dell'aria del mare e della terra
figlio mio dolce
figlio di Ginostra.

*...ma era un padre molto piccolo e confuso:
solo le cicale conoscevano quanto bisogno aveva ancora delle favole...*

meditazione – delle cicale

Alle due di notte
quando tutto è zitto
dopo il gran da fare,
quattro volte il gallo grida al cielo.
Gli rispondon galli
gli rispondon cani
e come un'orchestra sento le cicale
e più in fondo il mare
che di nuovo dondola
la sua ninna nanna
e mi fa sognare.

Cicale, cicale,
che sogno cicale
che mi porto dentro,
che non so lasciare,
e non so capire
se cerco favole o una storia.
Una storia
forse
fatta di favole.

...e le cicale gli raccontarono il loro piccolo grande segreto...

insegnamento – delle cicale – il segreto della vita

Il segreto della vita è piccolo:
non ti succhiare il cervello,
succhiati la vita
come gazzosa con stringa *
dopo una corsa al sole.

* Striscia di liquirizia, buca al suo interno, che un tempo i ragazzi usavano come cannuccia per bere.





Da molto tempo ormai era partito: aveva vissuto momenti da favola, come perle nel pozzo, ed altri tutti uguali e lenti, come l'acqua che scorre tutti i giorni nel medesimo senso; aveva scelto un cammino non lineare e il sentiero era sovente ben nascosto, doveva ritrovare il passaggio segreto del piacere infantile elementare: era la caccia al tesoro dell'amore. Ed ora, per poter avanzare, gli toccava tornare al punto di partenza.

movimento – il tempo di tornare

Milano,
cementona mia,
colabrodo di vita stagnata
come il traffico la sera
verso la solita minestra
di videosoporifera festa.

Vecchia mitteleuropea,
che ti accendi di notte
per chi non vuol dormire
di mille occasioni,
concentrato di tutto e di niente:
per i pochi ma buoni
il girar per locali
a guastarsi i coglioni,
per gli altri la pubblicultura
-cocktails di varia mistura-
occhieggianti barattoli
stipati nei supermercati.

Jannacciona mia, *
labirinto di cuori
di milioni di bocche
di milioni di orecchie
e di occhi
abituati a cercare
nella giungla di sguardi
uno spazio privato,
magari per sognare.

Grigiastrona mia,
sei dura da guardare,
è per questo che ho provato
a portare i miei occhi sul mare.

Ma oggi torno Milanona,
ti torno a trovare:
ti dovrò digerire
per poterti cagare.

*Riferimento a Enzo Jannacci, poeta cantautore, che cantò tra l'altro la Milano popolare degli anni del secondo dopoguerra.

IL RITORNO A MILANO





*Il ritorno non era l' interruzione del viaggio,
il ritorno faceva parte del viaggio,
ma viaggiare in città non era cosa facile:
aveva abbandonato i punti cardinali convenzionali
per ritrovare il suo cuore bambino
ed era naturale che si sentisse più piccolo degli altri
che avevano in saccoccia i grandi schemi...*

osservazione interna – il ridimensionamento

Milano:
perdo il senso
del cosmo
e mi sento più piccolo
e più solo.

*...e nella scatola dura della città
entrò in contatto ancora con la sua crosta dura...*

osservazione interna – la corazza

Mettiti l'abito del duro
questa sera,
che va di moda:

un giro alla grande
nei tuoi locali,
bicchieri da bere
per un vuoto da riempire...

E cercare con più grinta uno spazio
dentro il cuore di questa città

e chiudere nel mio la tenerezza.

insegnamento – della città – gli atteggiamenti dell'io

Sassi
scagliati contro
il cielo
questi stupidi
atteggiamenti
per convincere
gli altri
e noi stessi
che sappiamo
chi siamo:
ci ricadono
in testa
quando soli
coi tarli
ci mangiamo.

...vide il suo cuore aggrappato a un amore impossibile...

osservazione interna – il cervello stregato

Il telefono grigio
 è in silenzio
 sulla seggiola rossa,
 con la faccia da scemo di sempre:
 per fortuna non vedo la mia
 che seduto sul cesso
 sono qui a mendicare
 un tuo squillo
 che mi voglia cercare.

*...e si mise a cercare con ardore
 in mezzo alle sue immagini d'amore:
 cercava una strada per tornare a un amore reale...*

osservazione interna – la donna senza viso

Sapessi amare te
 come amo il tuo culo,
 sapessi sognare te
 come sogno a occhi aperti
 il tuo splendido seno:
 donna di paradiso
 non conosco il tuo viso.

...allora più che mai si fece forza per guardare più in faccia la realtà...

meditazione – del sole d'ottobre

Oggi il sole d'ottobre
si è piazzato nel mezzo del cielo
della grigia città.

Io mi metto a nudo
nella mia stanza
e galoppo con lui
sulla seggiola a dondolo:

passo il mio tempo a inseguirlo
fino all'ultimo angolo,
sacrifico a lui le mie cose da fare
e mi tappo le orecchie ai tamburi
delle mille realtà da affrontare.

Chiedo scusa signori,
per oggi ho la fronte impegnata...

C'è chi dice affrontare la realtà:
sì ma quale realtà?

*...e per le strade della sua città
imparò a tenere gli occhi ben aperti,
perché sempre poteva incontrare qualcosa da imparare...*

insegnamento – del barbone – l'apertura dell'orizzonte

Portavi un metro di vecchi capelli
che forse ti facevano cuscino,
camminavi leggero
a piedi scalzi
e guardavi lontano
in cerca del tuo ignoto.

Ti ho seguito con gli occhi
su quella strada grigia di cemento
e quando ti ho perduto
mi sono ritrovato.

Avevo anch'io
la mia povera vita,
ho incontrato te
e l'ho buttata all'aria:
pioggia di coriandoli
sulla mia testa vuota.

E a me chiedo ancora
orizzonti più liberi:
per non restare chiuso
nella vita normale.

*...e fu così che vide con chiarezza
una parte di sé e ne ebbe paura...*

presa di coscienza – l'io anarchico

E' un anarchico
il re
della mia storia,
lavora piano
nei buchi
neri
dei miei giorni,
le sue bombe
sono idee
e mi fanno saltare
la vita.

Talvolta
gli dò retta
e distruggo
le mie povere cose:
allora mi conduce
in alto
in un cielo
di paura
e di gloria.

*...gli sembrava di andare in una direzione senza senso,
eppure meditando intuiva che poteva essere quello il senso giusto:
dovette affrontare la paura della follia,
un mostro a mille teste nascosto tra le pieghe del cervello,
pronto a tirar le redini del gioco
e a fargli far d'un tratto marcia indietro...*

*Intanto arrivò il vecchio inverno
con le sue lunghe notti...*

osservazione interna - l'inverno nel cuore

Inverno m'assale
fuori e dentro
e i diciott'anni lontani
mi ricordo e l'estate
e i giochi dell'amore.

Un comignolo fuma
nella nebbia
in mezzo a mille antenne:
la televisione
ci addormenta il cuore.

...ed il poeta dall'alto della sua finestra meditava...

meditazione – dei tetti di Milano

Tetti,
vecchi tetti di Milano,
che mi state a guardare
con mille antenne,
alla finestra
del mio piccolo mondo...

...io mi ricordo
quando portavate
i nidi alle cicogne
ed alle lune bianche
appena nate...

...erano i tempi d'oro
delle favole.

...e meditando entrava nella solitudine del corpo...

presa di coscienza – il corpo senza amore

Amore
darei tutto
per trovarti:

le mie mani fredde
le mie braccia incerte
le mie spalle di cemento

le gambe dure e sottili
sui miei talloni stanchi

le mascelle serrate
con le mie orecchie mute

gli occhi che guardano dentro
tra i nodi della mente onnipotente

il petto che non sa respirare
col mio povero cuore

il ventre che non vuole sentire
con il mio pene:

darei tutto
per trovarti
amore.

...entrò così nel vuoto e imparò il tempo dell'attraversamento...

insegnamento – della depressione – l'attraversamento

E svegliarsi nel cuore del mattino
e volere restare ad occhi chiusi,
senza nemmeno più la voglia di dormire,
senza qualcosa da volere fare:

mille cose da fare
che aspettano sempre un domani
e anche oggi dovranno aspettare:

due tazze di caffè per cominciare
ad entrare nel vuoto
della giornata
e tanta, tanta voglia di sognare....

E intanto attraversare.

*...e insieme alla sua gente gli parve d'incontrare
le parti del suo io nascoste in mezzo agli altri...*

insegnamento – di un amico loquace – la rabbia orale

*Solo e pensoso
nei campi del cuore,
per le madonne
frustate di parole...
bocconi di rancore:*

*oimè, quanto somiglia
al tuo costume il mio!*

*Guido, io vorrei che tu e Lello ed io
fossimo presi per incantamento
e messi in mezzo al vento...
e imparare a volare.**

*Sull'onda dei versi di Francesco Petrarca, di Giacomo Leopardi e di Dante Alighieri
alza le vele la navicella del mio ingegno, carica di gratitudine.

*...e volle entrare nei rioni proibiti e negli angoli bui
dell'antica città del proprio sesso
e vide le più losche figure di se stesso
che in nome dell'amore spacciavano il potere...*

visualizzazione – il nettare dell'odio

Odio
covo
nel ventre
vaso d'amore:
volerò al tuo nido
ape regina
e ti farò morire.

...cercava nella rabbia sessuale qualcosa da imparare...

meditazione – delle puttane

! Oh le belle puttane alle strade,
mille colori per mille stagioni:

morbide nelle pellicce d'inverno
ai tuoi occhi le devi inventare

si lasciano spogliare al vento dell'estate
e le vedi ballare e le senti cantare

in lotta con il tempo nella mezza stagione
come anche nella vita
per difenderne la giovinezza.

! Oh le belle puttane alle strade,
col coraggio di farsi guardare
da migliaia di occhi
tutti in fila a spiare a mangiare:

come i miei che traballano
nella vecchia auto verde
verso frottole alternative
mentre un fuoco ho qui dentro ai calzoni
che mi rompe i coglioni.

*...e meditando accendeva spesso la sua musica
sotto le stelle e la sua rabbia si lasciava andare...*

meditazione – del ballo senza fine

...e ballo la mia rabbia
muovo il culo in faccia al mondo

mi avvicino ai quaranta
e di rabbia ancora ne ho tanta
e di gioia se riesco a ballare
senza starci a pensare

e mi ballan le spalle
e scivolan via i miei pensieri
e la testa a volare
si diverte coi pochi capelli

ogni tanto mi balla un coglione:
quella pappola bionda lì in mezzo
ci ha un culetto che sembra cantare
e mi ballo anche l'ultima voglia
di restarlo a fissare

e mi balla la pancia
fisarmonica piena di suoni
da imparare a suonare
e la punto anche lei verso il mondo
la provo ad ascoltare

e mi ballan le gambe
 quando penso che freddo avrò in casa
 senza un tozzo d'amore...
 raccogliendo la pappola bionda
 mi potrei riscaldare...
 quella balla col culo di mela
 lo vorrei mozzicare...
 ma le piazzo un sorriso da scemo
 e continuo a ballare

dentro al petto mi balla qualcosa
 che vorrei vomitare...
 sarà il padre la madre la merda
 che non voglio ingoiare...
 e i pidocchi dei miei pensieri
 ricominciano a farmi grattare
 nella testa le mille paure:
 quarant'anni e sei ancora a ballare
 e la pappola avrà diciott'anni
 e poi è tardi potresti anche andare...

per favore mettetemi i Clash*
 che mi sparo le loro chitarre
 che mi fan riscaldare
 e ballare ballare ballare...

*...e ballando muoveva l'energia nascosta nei buchi neri del suo corpo,
 risvegliava il respiro primitivo e sentiva la forza
 e, un ballo dopo l'altro, si spegneva il rumore dei pensieri
 e sentiva le voci più profonde del suo io animale
 e l'anima poteva volare con i piedi per terra...*

* Gruppo rock degli anni '80 nella cui musica si esprimevano insieme la gioia di vivere
 e la rabbia contro l'ingiustizia.

*...e, giorno dopo giorno, comincio a sentirmi più in pace
con se stesso e ad avere fiducia nel suo tempo...*

osservazione interna – il tempo della rabbia

Con la rabbia nel ventre
sono qui a cercare
nella mente

qualcosa
che mi faccia volare.

Volo basso quest'oggi
(e anche ieri).

Ma domani,
che domani mi porta
il domani?

...e con il tempo sentì che era cresciuto...

insegnamento – dei capelli caduti – il senso del tempo

Calvizie m'assale
 e ne viene sapienza.
 Ogni capello in meno
 un problema in meno.
 E sempre più chiara la fronte
 e splendente.
 E mi sento uno Zoff*
 nel campo della vita.

*Arrivò la primavera ed il poeta sentiva la sua vita
 che si risvegliava ed ebbe voglia di manifestarla...*

messaggio – ai vecchi amici

La manifestazione del cuore

Con questo vuoto di voi
 amici,
 che non facciamo altro
 che una vita nell'angolo,
 vivo la mia
 invidiosa delle lotte passate
 e dei progetti insieme,
 che non voglio schiacciare
 nei ricordi.
 E tutto è stato, certo, giovinezza,
 ma non quella soltanto:
 era la vita
 che non si dava pace
 di aspettare rinchiusa nelle case.
 E grida ancora in me
 e cerco ancora
 nella piazza del cuore
 la mia strada.

* Portiere e capitano della squadra di calcio italiana che vinse i mondiali nell' '82, il più anziano del gruppo.

*...fu allora che comprese che non avrebbe mai
rinunciato al piacere della vita
per il dovere della sua ricerca...*

visualizzazione – il poeta con gli occhi chiusi

Come posso fermare la vita
e raccontarla?

Forse più tardi.

Quando sarà finita questa corsa
quando sarà più calma questa lotta
quando sarà più dolce la musica del rock...

Con gli occhi chiusi vi scriverò.

*...naturalmente poteva seguire
il piacere di andare alla ricerca...*

movimento – un altro tempo per partire

E' questo il tempo

di rivedere il cielo
di riabbracciare il sole
di respirare il mare

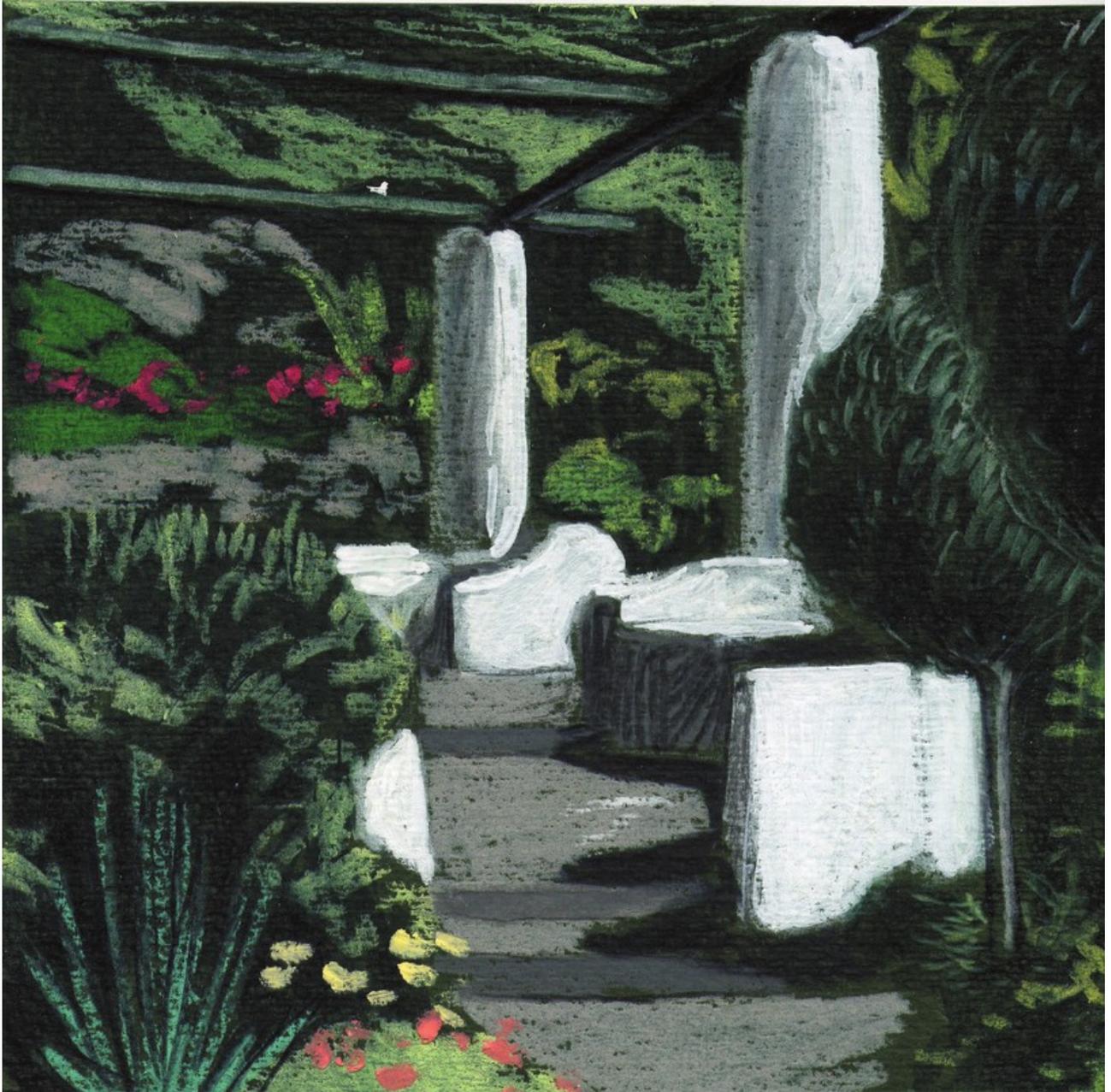
di riempirmi di nuovo
di colori
e di profumi

di ritornare dentro
ai miei silenzi

Milano
devo andare.

...così partì di nuovo, con un nuovo bagaglio, per l'isola felice...





GINOSTRA MADRE

*Il viaggio aveva ormai preso la sua onda,
era passato dentro a più di una tempesta,
aveva visto morire molti pensieri amici e qualche sogno
e le esperienze nuove pesavano più delle vecchie paure.
Il poeta era pronto per riaprire gli occhi ai mille insegnamenti
che lo aspettavano in ogni angolo del mondo,
per bocca o per esempio dei più svariati tipi di maestri
che popolano sempre le strade della vita
e che aveva già visto e conosciuto con gli occhi dell'infanzia.
Per ogni nuovo passo da imparare era sempre presente,
nel vento della vita, il nuovo insegnamento:
lo doveva soltanto riconoscere, raccogliere ed aprirgli la porta.
Molto di quello che poteva imparare stava già scritto dentro di lui:
glielo avrebbero potuto raccontare la voce del vento e l'onda del mare,
la luce della luna e i colori del sole,
gli occhi immacolati di qualsiasi animale,
la terra nuda che si vestiva di nuovo ogni stagione.
Ma per lui che viaggiava nel mondo degli umani era più agevole
raccogliere i messaggi da parole e da gesti che più gli assomigliavano...*

*...si ritrovò così in mezzo al mare con tutto il suo bagaglio
e quando vide terra aprì gli occhi ad un nuovo insegnamento...*

insegnamento – di Tonino – fare la vita

Dio com'è bella!
Più mi volto a guardarla
e più mi sembra bella.
Giovani datevi da fare
perché la vita è un lampo. *

* Tonino Criscillo, a me e ad altri sulla sua barca, mentre mi regalava il passaggio.

*...ma il nuovo seme poteva germogliare solamente
nella giusta stagione: prima di fare pienamente la vita
il poeta aveva bisogno di attraversare tutti i suoi sogni...*

osservazione interna – il sogno di volare

Il paese alle spalle: la mia colonna vertebrale.
Il sole che tramonta tra gli ulivi e le nuvole.
I miei occhi in piedi a cercare qua e là
mentre di ramo in ramo è la mia voglia di volare.
Sì io sogno: mi sono addormentato in mezzo al mare.

*...solo riprendendosi la forza dei sogni, che era la forza originaria
dei sentimenti, il poeta poteva essere pienamente se stesso...*

riappropriazione – l'io poeta

Dondola il cuore
poeta
sul mare
del mondo
e chiude gli occhi:
pressappoco
ritaglia un sogno.





*Doveva ritornare al castello incantato dei suoi sogni,
dove si rinchiodava da bambino
quando il suo cuore era pieno di ferite
a immaginare differenti realtà, ad inventare storie a lieto fine:
voleva dire ritornare nella parte più tenera del cuore,
era come abbracciare vecchi amici di antiche sofferenze.
Doveva fermarsi in mezzo ai propri sogni il tempo necessario
per guardarli negli occhi e ringraziarli e infine salutarli:
l'amore che cercava non era certo un sogno.
Ma non sarebbe stato un tempo di poco conto,
avrebbe contato più giorni di quanti credeva fossero necessari:
era tutto il peso del passato in cui aveva sofferto
e in cui aveva sognato ...*

*...così dentro ai suoi sogni ed alle notti inviolate di quella terra,
entrò in contatto profondo con le ragioni del cuore...*

presa di coscienza – il cuore vagabondo

Scrivo
e del tempo che corre
sulla mia vita
fermo qualche pensiero.
E ride anche la luna
se mi domando
tutti i perché del mondo,
il cuore è vagabondo
e non sente ragioni.
Mangiafuoco, testardo, fa i suoi incendi
per gli occhi delle isole
e intorno il firmamento applaude.

...e con il cuore aperto meditava...

meditazione – dei fiori di buganvillea

Mulinelli fucsia
di petali caduti
di buganvillea:
gioco del vento
gioco per i gatti
per i cuori bambini:
quante volte si saranno incantati
gli occhi
e il cuore
dei vecchi
e dei bambini
di Ginostra?





*...e meditando raccoglieva i momenti del suo tempo,
entrava negli spazi della vita...*

riappropriazione – la presenza

Voglia di far girar le cose
come mi pare
col ritmo che mi dondola l'amaca
sotto le stelle
in questo luogo mio
dell'universo
mentre vivo uno spazio
del mio tempo.

*...imparava a lasciarsi andare
alla confusione naturale...*

riappropriazione – la con-fusione

Sdraiato sullo scoglio,
ascolto
le mille variazioni
che disegna il telaio della roccia
per la mano dell'onda,
che sciacqua
e poi ritorna
svogliata
in mezzo all'acqua,
e vago in lontananza
il profondo rimbombo
che sbatte il mare
contro l'isola attorno
e sembra se la voglia risucchiare.
Poi mi tuffo nell'acqua
e scivolo tra i suoni
e mi confondo.

*...ma non era tutto oro quello che luccicava sullo scoglio:
 la meditazione rischiava sempre di perdersi
 nel mare dei pensieri associativi
 e negli spazi sublimi dell'astrazione naufragava la sensibilità...*

osservazione interna – lo scoglio della meditazione

Chiudo gli occhi
 contro il sole
 e accendo le mie immagini veloci:
 col telecomando misterioso
 delle mie associazioni
 mi fisso sul mio schermo
 e sul mio scoglio
 e mi rinchiudo fuori
 dalla gioia del mare.

osservazione interna – la gabbia delle fissazioni

Misuro ogni mio gesto
 questa sera
 e chiacchiero tra me

 e seduto nell'ombra
 mi nascondo
 ed inchiodo le mani
 alle mie cose
 che non sfuggano via

 e nella gabbia delle fissazioni
 imprigiono la vita,
 mi ritiro dal mondo
 e vado a fondo
 con i miei pensieri.

*...ed il poeta vide quanto si dondolava ancora
nella ripetizione dei suoi giochi mentali...*

insegnamento – dei corvi – i giochi ripetuti

Sempre uguali
si richiamano i corvi
in cielo
e dietro ai vecchi giochi
si ripetono
gli uomini.

presa di coscienza – l'egocentrismo

Con queste braccia e queste mani,
pale del mio mulino
razionale,
macino
la farina
del mio sacco
di grano cerebrale,
per farne il pane delle mie giornate:
mi apparecchio una vita intelligente
a cui non sfugge niente
e brindo in faccia al mondo
col vino puro della verità.
E spesso mi ubriaco di me stesso.

*...si accorse che si dava un gran da fare
sul piano razionale
per non sentire il cuore...*

osservazione interna – il rito dei pensieri

Nella mente
che insegue
le sue onde
l'eco
risponde
della solitudine

e i pensieri
si danno la mano
a fare girotondo:

in questo gioco
si perde il cuore.

...intuì l'inutilità di gran parte dei suoi sforzi mentali...

insegnamento – della lucertola – la fatica inutile

La lucertola gioca
sull'ulivo
nella corteccia a cercar buchi
e percorre con me
la storia dei suoi nodi
e le curve dei rami
che sembrano la fatica della vita
e dell'isola antica.
E i passeri saltellano le cime
e scuotono le foglie
con il vento
che mi passa leggero sulla fronte
e mi sveglia l'idea
che è fatica sciupata
rincorrere i perché della mia vita.

*...allora cominció con fatica ad accettare
il senso della vita, senza volerla subito capire...*

insegnamento – della sera – la vita che sfuma

E quando si fa sera
e cantano gli uccelli
e mi chiedo i perché
di un giorno uguale agli altri,
mi risponde col mare
la luce dell'estate
che intorno si addormenta,
mi rispondono i cori delle stelle
che mi portano il cielo
e mi abbraccian la mente
e le grida di un cane
in lontananza
ed il topo a due passi da me
che lavora di nuovo tra gli stecchi.

E ancora l'aria porta
le mille voci della sera
e impazzano gli insetti
e l'asino straziato che sembra una sirena
si sgola nel chiamare.
Io invece sto in silenzio ad ascoltare
lo spettacolo duro da capire
di questa vita che ogni giorno sfuma.
E brucio zampironi e rosmarino.

...e ritrovò la luna dell'infanzia nel pozzo misterioso del suo cuore...

meditazione – della luna piena

Sono le due di notte
e inutilmente
canta il gallo alla luna.

Nessuno vuol dormire:
luci ed ombre si incontrano

per le vie del paese
sulle facciate bianche delle case
sui tetti
tra gli ulivi incantati e i fichidindia
dentro al mare d'argento...

Anch'io
con le mie ombre
m'incanto della luna
e inutilmente
cerco di allontanare
il bisogno d'amore
e le zanzare.





...stava entrando in contatto con la parte più tenera del cuore...

presa di coscienza – il bisogno di contatto

Ascolto i miei pensieri
e hanno un bel da fare
le mille voci della vita,
nel mare dei miei sogni
o nelle catacombe
delle mie fissazioni
mi ritrovo perduto.

Ma basta una carezza
che mi venga dal mondo
e torno a galla
e gioco
con le mie sensazioni.

presa di coscienza – la tenerezza dell'io

Oggi
i miei pensieri
son come ragazzini
e si tuffan nel cuore
e fanno capriole.

*...e nella culla del proprio cuore poté vedere
un piccolo poeta addormentato
che sognava la favola del suo più grande amore...*

insegnamento – della gatta – il bisogno della madre

Mezzo litro di latte
ed una gatta e tre gattini
fanno nido da me:
così nella mia casa c'è una mamma
che protegge dal male
e che si fa succhiare
e lecca tutti quanti fino agli occhi:
quattro lingue nel piatto stamattina.

presa di coscienza – l'io ombelicale

E quando
si scioglie
dentro
e sento
mi prende
struggimento:
è un legame
perduto
immenso.

*Era nel cuore della sua ricerca.
Comprese che stava ancora cercando l'amore di sua madre
e che nessuna donna avrebbe mai riempito quel vuoto incolmabile:
doveva sacrificare il legame con la Grande Madre
per fare crescere il cuore bambino...*

*...intuì che doveva attraversare la notte
per liberare la forza del cuore, prigioniera del buio:
entrò così nella notte...*

contemplazione – della notte bianca

Il lume è sul tavolo della terrazza
sotto mezzo cannizzo e mezzo cielo,
le stelle se ne stanno un po' in disparte:
c'è anche la candela
che traballa le ombre
sulla pagina.

Rallentano i pensieri sulla carta,
si perdono nel nulla:
restano di lontano i grilli
e la voce di un cane.

Svolazza instupidita la farfalla notturna
tra il lume e la candela,
si scuotono le foglie delle canne
con il vento
che mescola i rumori.

Poi arrivano i miei gatti in comitiva
e si strusciano contro la mia gamba
e la notte diventa più serena.
Verso un altro bicchiere.

La candela ha bruciato la farfalla
e il vento si è mangiato la candela:
resiste solo il lume
e la mia voglia di notti bianche,
con attorno i miei gatti
a proteggermi il cuore.

...ed in fondo alla notte incontrò di nuovo la luce...

contemplazione – dell'alba

Viene l'alba di nuovo
 stamattina
 e porta via le stelle
 e i galli si rimandano il richiamo
 e i primi uccelli il grido.
 Si risveglia Ginostra
 e mi si scalda il cuore,
 si spengono le voci della notte
 e l'aria e il cielo
 mi portano le voci della terra.
 Si spegne nelle orecchie il firmamento
 e già la mosca ricomincia a volare.
 Dormono le persone
 ma il paese degli animali si è svegliato
 ed io mi unisco a loro
 e ascolto il coro della terra e del mare.

E ritorna la luce nel mio sguardo
 che scende dai sentieri
 e percorre gli ulivi e le terrazze
 e sale sul vulcano
 e si tuffa nel mare
 e poi ritorna a me
 sulla mia mano che scrive il foglio bianco
 nell'alba nuova
 mentre casco dal sonno
 e dò il buongiorno
 a tutto il mondo attorno.

...e qualche volta si illuminò...

messaggio – dell'onda cosmica

Le stelle m'incantano il cervello
 se le fisso negli occhi,
 mi mandano un richiamo
 che mi entra nella fronte
 alla radice della mia intelligenza
 e sento l'onda che percorre il cielo
 delle costellazioni.

...imparò ad entrare in contatto con energie sconosciute...

messaggio – alle anime bianche

Luccica di lontano il lume di una casa
mentre il gatto lecca il fondo del piatto.
E' un'altra notte da guardare e da ascoltare.
Spingo gli occhi in cielo.

Lenta gira la volta verso il mare:
rallenta il mio respiro.
Le stelle non son più sopra di me,
io sono in mezzo a loro:
entro nella profondità.

Verso occidente una luce mi chiama:
mi fermo dentro la sua pulsazione.
Dalla convergenza degli occhi
si irradiano leggere vibrazioni
in tutto il corpo.

Si aprono le orecchie
ed entrano anche i suoni più lontani
nel gran silenzio
e scende un'onda vaga e intermittente
di richiami remoti e cristallini
che mi prende la mente
e sulla pelle
corre il tremore bianco delle stelle.

Una stella cadente
mi riporta per mano in braccio alla realtà
e ancora sento il gatto
che mi parla la voce della terra.

Tramonta lo Scorpione all'orizzonte
e vago in cerca della mia Bilancia
e nel riandare dello sguardo
perduto sulla strada del destino
ritrovo la mia stella che mi chiama
e l'onda chiara si fa più vicina
con le sue voci.

Venitemi a trovare senza troppo rumore,
bussate nel mio cuore
che vi apre la paura,
entrate anime bianche:
sono qui che lavoro
come un tarlo nei buchi della notte,
in questa vecchia casa
arrampicata accanto al cimitero.





*...meditava davanti al cimitero con gli occhi nelle stelle
e sentiva il suo corpo tremare, fin dentro la radice dei capelli...*

insegnamento – del cimitero – la ricerca dei fantasmi

I nostri fantasmi
non bisogna fuggirli,
ma andarli a cercare
nelle loro tane
e guardarli
e imparare.

*...era una lotta dura contro la paura
di stare ad occhi aperti...*

presa di coscienza – la difesa dei nervi

Lontana memoria
m'assale in mezzo ai sogni
dimenticati presto
l'indomani:
suda la mano
nell'alzare il sipario
sui giorni primi:
nervi d'acciaio ne rimane.

...ed alla fine vide...

visualizzazione – l'uomo nero

C'è un uomo nero che mi accompagna
a cercar ragni tra le lenzuola,
che mi insegna le voci dei rumori
che girano di notte,
che mi porta le folle di pensieri
dentro alla stanza buia.

Passeggia lentamente lungo i muri
e mi aspetta negli angoli,
bisbiglia dentro ai buchi
insieme con i vecchi amici tarli,
mi abbraccia all'improvviso e sento i brividi.

Mi protegge dal sonno
e inventa favole che mi tengono sveglio,
mi racconta di topi e di fantasmi
che corrono vicino al cimitero,
di bimbi che spariscono nell'ombra,
di gambe penzolanti dal camino.

Mi prende per la mano quando dormo
e gioca coi miei sogni:
fa il verso del leone
la mano della strega
il sorriso del diavolo,
si traveste del manto e della falce
per destarmi dagli incubi.

Io lo aspetto con gli occhi spalancati
da quando ero bambino
e mi perdo tra il bianco dei suoi occhi
e il bianco del cuscino.

*E rivide suo padre e i suoi ritorni a fine settimana:
la festa del giorno e la delusione della sera,
quando prendeva lui quel posto caldo nel letto della madre
e la notte diventava più nera e nel nome del padre
sentì ancora l'antica paura abbracciata all'amore.
Comprese che doveva sacrificare anche il legame con il Grande Padre...*

*...e in una notte di mezza luna, rossa come una lama insanguinata,
entrò nel cuore del vecchio cimitero e per la prima volta
sentì la propria forza fin dentro la radice dei capelli:
fu così che il poeta giurò il suo duplice grande sacrificio
e divenne uomo...*

meditazione – del cimitero*

C'è mezza luna rossa in mezzo al mare
e dondola sull'acqua la sua luce
come un sentiero luccicante d'oro.
E intanto ruota la volta delle stelle
e si porta via il tempo e questa luna.

Tramontano le cose della vita
un poco tutti i giorni,
tramonta la mia fresca giovinezza
e mi affaccio ogni giorno a un nuovo mondo.

* Il piccolo cimitero di Ginostra, affacciato sul mare, era allora un cimitero aperto e chi voleva poteva entrare tra le sue vecchie tombe sgretolate dal tempo.

Ancora per due quarti di luna meditò...

meditazione – della malvasia

Quasi piena è la luna
 e questa nuova estate
 e luglio sempre pieno di promesse,
 e il mare gli animali e le persone
 mi sembrano incantati
 e le notti più calde e più serene
 riempiono il silenzio di risate
 e di vecchie canzoni:
 fisarmonica e vino
 inondano il paese.

Nel lontano cielo un aeroplano
 si sente e poi scompare
 e mi riporta al mondo e alla sua gente
 e alla storia che scorre
 nel mesto continente,
 nella città perduta.

Milano, cuore in mano
 di cemento,
 brindo alla tua salute
 e verso malvasia
 che ogni pensiero nero porta via.

meditazione – per l'arrivo di un'amica

Giocare con le nuvole
 nel cielo
 a trovare figure
 sdraiato a pancia in su
 nell'alba appena nata,
 nel silenzio del porto addormentato
 giocare con il mare
 e con il sonno
 ad ascoltare
 l'arrivo della nave
 che mi porta un'amica:
 e sembra un sogno.

*...entrò così nella gioia corporea e spirituale
della meditazione sensoriale...*

meditazione – del riso integrale

Giro
e rigiro
tondo...
movimento
che ho dentro.
Sento la voglia
e rido
e mi vola
il respiro.

Giro
e rigiro
tonto
e rido
ancor più forte...
la gioia
mi singhiozza
come un somaro.

Gira e rigira
il mondo continente...
anche il vecchio poeta di Ginostra
non riesce a fermarsi:
straripa dei suoi versi e ride:
ride di tutto e niente.

Poi vennero giorni tristi ed il poeta incontrò la morte...

evento – la morte di un maestro di meditazione

Tu camminavi bianco nei vestiti
 sotto la bianca luna
 e davanti alla porta della chiesa,
 seduto in braccio al mare,
 ti specchiavi negli occhi della donna
 come ninfea nell'acqua:
 respiravi nell'aria l'odore del vulcano,
 ne sentivi la voce che chiamava
 come padre suo figlio di lontano.
 Si perdevan nel vento le parole
 come fan sempre,
 ombre d'illusioni molto più grandi.
 E meditavi la scalata al cielo.

C'è una strada che porta sul vulcano,
 un sentiero di sabbia e sassi neri
 ed a metà c'è un cespo di ginestre
 che ti ha visto morire.
 Era lunga ed allegra la cordata,
 eran grida nell'aria di vittoria
 risposte dal paese che gridava il saluto.
 Era il calore di una notte di luglio
 con la luna che guardava stupita:
 tre volte sei caduto,
 tre volte ti è caduto a terra il cuore,
 non avresti voluto.

Era spezzata allora la cordata
 e la sua gioia,
 gridava a ognuno in cuore la paura.
 Era il silenzio di ogni voce intorno,
 se non dei grilli
 e del tuo dio vulcano:
 ti chiamava lontano,
 ti guardava la luna,
 ti pigliava la morte a poco a poco.
 Era la storia tua, della tua vita,
 era la fine della tua salita.

*Forse la morte era una porta aperta,
forse il passaggio verso un altro mondo,
ma certamente chiudeva un'esperienza,
l'unica sicurezza materiale dell'esistenza:
la morte era senz'altro un male.*

*Un male oscuro che era nato e cresciuto con lui, vicino a lui:
e lui, come un pulcino con la sua chioccia,
si era nascosto sotto le ali calde della sua vita
e correva con lei verso la sera delle sue illusioni.*

*Incontrare la morte in mezzo al viaggio
era un'occasione per guardare negli occhi la sua vita.*

*Fu così che la vita ad occhi aperti s'imbatté nella morte senza veli:
se ne volarono via tutte le fantasie
che di fronte alla morte non restavano in piedi
portandosi con sé cortei di sogni e folle d'illusioni
e anche i fantasmi che incantavano il cuore
fuggivano in cerca della loro ombra...*

*...portò allora il suo lutto nella contemplazione
ed entrò più profondamente
nel significato della vita...*

contemplazione – il vento nero

Oggi c'è vento nuovo di levante
che spazza dalla bocca del vulcano
la polvere che sale
dal ventre della terra
e ne invade le case e le terrazze
e s'annida negli angoli degli occhi.
Vive vestita a nero oggi Ginostra.

insegnamento – del vulcano – la vita può cadere

La vita
si balla
sull'orlo
di un cratere.

*...si ricordò dell'insegnamento di Tonino
- "fare la vita" - e comprese
che era giunta l'ora di realizzarlo...*

presa di coscienza – il barcamenarsi

Ride la morte
e si ubriaca
nei giorni di tempesta,
ma la nave dell'io
s'inventa il suo pirata
che la sappia guidare tra le onde
di questa vita
e ne guasta la festa.





*...aspettò la luna nuova e meditò
con una forza sconosciuta...*

meditazione – della luna nuova

O luna nuova
che ritorni leggera
e misteriosa
e porti cose nuove
e cose antiche,
cosa mi porti ancora?

Mi porti barche luccicanti in mare
insieme a sogni di bambini antichi:
fantasie di partire a cercar mondi,
isole più felici,

mi porti amori fatti di speranze
e di gioie proibite
tra i fichidindia dell'adolescenza
e i capperi fioriti

e folle di pensieri e d'illusioni
impigliate tra i cespi di ginestre
di uomini e di donne ormai passati
sui sentieri del tempo,

mi porti la tristezza dei tramonti
e dei canneti al vento
perduti in fondo agli occhi
di vecchi ormai lontani,

mi porti con la falce i tuoi silenzi
sospesi in mezzo al cielo
e il sonno misterioso
di ogni cosa.

...vide un angolo di futuro...

visualizzazione – il vento del nuovo

Si alzerà il vento
e spazzerà le storie del passato
che vivono nei gesti quotidiani
e puzzano nel cuore della gente
e legano le mani:

verrà dal sonno di terre lontane
a portare il profumo di altre storie
di altri modi di vedere il mondo
di altri modi di viver la vita,
prima che sia finita.

...onorò con amore suo figlio...

messaggio – al figlio straniero

E' un giorno dei tanti della mia vita e guardo dal letto
un tralcio di vite che sventola assente su un pezzo di mare.

E tu dove sei figlio mio?

Forse potrei cercarti all'orizzonte dove si perde il colore del cielo
negli occhi del gatto che salta il bisuolo* del mio panorama
o nel cinguettare diffuso dei teneri nidi di luglio.

Forse potrei incontrarti all'improvviso nel fresco odore del geranio selvatico
nel germano vociare di richiami lontani e di bionde canzoni
nel morbido tepore della pelle che riposa nel cuore della mano.

Ma è un giorno di vita normale che scivola lento col sole
sul mare ed altrove: il resto è illusione.

* bisuolo: muretto tra due colonne, che funge da panca sedile, tipico delle terrazze delle case eoliane.

...sentì l'odore della partenza...

meditazione – per la partenza di un'amica

Oggi è della tristezza
che saluta chi parte con il mare
che spinge lontano la nave nel tramonto
e si porta via gli occhi all'orizzonte
dove si perde il cuore dei marinai.

E i pensieri si sciacquano
sui fianchi della barca
che resta a dondolare
il palpito del tempo
che rimane.

...e meditò il suo ritorno...

movimento – un altro tempo per tornare

E' un giorno della mia vita,
che dondola nel tempo universale
come un dente di latte
e cade a mezzanotte
insieme con le stelle e con l'estate:
mi riporta l'idea della città
e delle mie faccende abbandonate.

Milano torno ancora,
insieme con l'autunno.

Si spengono di nuovo le cicale
di fine agosto.

meditazione – dell'appartamento

Oggi avverto la presenza
dell'aria
che vibra sotto i miei occhi
nuovi
contro il vulcano.

Oggi mi farei prendere
per mano
da un uomo grande
e sicuro
dell'isola,
verso il mare
che spruzza il suo profumo
nel maestrone.

Oggi sono aperti gli occhi
e il cuore
all'addio,
nel mio ultimo giorno
della vecchia estate.

Domani sarà bagaglio nave e treno:
il ritorno al mio posto
d'appartamento.





...e nel ritorno vide l'andamento del suo tempo...

visualizzazione – il ritorno del Natale

Cori
di voci
consuete
accoglieranno
la mia anima stanca
quando sul finir della vita
rivivrò l'incanto della fanciullezza
un attimo
nel profumo
di un abete.

*...fu così che si mise di nuovo in viaggio per la città,
forte di una nuova consapevolezza...*

meditazione – del treno di fine estate

Sfilano
i campi
le balle di fieno
le scommesse della mia vita
i sogni.

Si rincorrono
le gallerie
invadenti le orecchie
gli occhi
i pensieri.

Poi ritorna
la luce
lo scorrimento
fuori
e dentro.

*La sua vita era tutta un ritornare, come il sole che torna ogni mattina,
ed anche il viaggio seguiva una spirale irregolare
con continui ritorni al punto di partenza.*

*Andare e ritornare erano la ripetizione di un'esperienza conosciuta
che dava sicurezza e con essa la forza per incontrare con occhi nuovi
tutto quello che aveva già vissuto.*

*Ritornare era un nuovo modo di procedere,
con tutto il suo passato nel presente, verso il futuro...*

IL RITORNO ALL'AMORE REALE

*Arrivò nella città per continuare il viaggio,
si sentiva pronto per fare, pronto per amare:
si ritrovò invece che stava di nuovo perdendo i sensi...*

osservazione interna – la chiusura dei sensi

Un piccione mi osserva dal balcone
mentre dal letto guardo contro i vetri
l'angusto e grigio panorama
del crepuscolo.

Ho la musica accesa nella stanza
e le piante in buon ordine sul tavolo,
dal lampadario pende un uccellino
di cartapesta.

In quattro giorni mi ha fatto a pezzi il cuore
questa città balorda.

E comincio di nuovo ad abitare
con questa vita d'appartamento.

...sentì che non trovava più lo spazio per il cuore...

osservazione interna – lo spazio del cuore

Gridano i bambini giù in cortile
e le auto nella strada:
mi sento attraversato dai rumori
e non riesco a centrarmi su qualcosa:
avrebbe voglia di correre il mio cuore
a cercar spazi tra la terra e il cielo:
con gli occhi sul balcone
che pende sotto il sole dell'autunno
mi rimane buttarmi giù in cortile
a giocare con loro.

*...vagò a lungo alla ricerca dell'amore,
ma ben presto si sentì perduto nei soliti buchi
metropolitani, pieni di gente rintanata...*

insegnamento – del fast food – ognuno nel suo buco

Burghy piazza Argentina:
che cazzo vai cercando ragazzino
con quella faccia bianca da sciacallo
incollata sul cuore?
Forse un appartamento da bucare
per la busta di merda?
Che cosa punti con il naso sporco
ritto ad altezza uomo?
Forse mi vuoi scollare la tracolla
piena della miseria di giornata?
Ti strapperei a ceffoni quella faccia
per abbracciarti il cuore.
Burghy piazza Argentina:
si mangiano i panini con la moda
si friggono la rabbia e le patate
si va in cerca del sugo della vita
dentro al solito buco.

...e rivide le sue illusioni...

visualizzazione – le illusioni di grandezza

Luna park:
misuravo
coi pugni
la forza
dei miei polsi:
era la giovinezza.

...riconobbe ancora le sue paure...

presa di coscienza – la paura dell'intraprendenza

E nel retrobottega dei miei giorni
 le mie illusioni di grandezza
 antiche e polverose
 accatastate insieme coi rifiuti
 maldigeriti:
 ogni tanto mi provo a rovistare
 per cercarne un futuro:
 ma sempre a mani piene di paura
 mi ritrovo al negozio della vita.

...vide ancora le proprie fissazioni...

insegnamento – del tergicristalli – a ognuno le sue fissazioni

Con la pioggia
 che tambura i vetri
 delle auto in fila,
 ce ne andiamo tutti
 a far week-end
 d'autunno.
 Piovono sempre uguali
 in fila
 a ognuno i suoi pensieri.

...prese nuova coscienza delle proprie ossessioni...

presa di coscienza – l'io ossessivo

E le testuggini
dei miei pensieri
si perdono nel mare
della vita
di tutti i giorni
senza trovare un senso
e finiscono tutti
alla deriva
del vecchio continente
della solita storia.

...prese nuova coscienza della propria ostinazione...

presa di coscienza – l'io ostinato

Se ne va il tempo:
ed io come un bambino
arrampicato sopra ai miei pensieri
cerco orizzonti nuovi
oltre lo spazio
della solita vita:
voci testarde ho in cuore.

...nella meditazione ripetuta raccolse le forze...

meditazione – della pioggia acida

Vivo rinchiuso
come un topo
nel guscio grigio
della città
tra occhi fissi
e gesti trattenuti
nella rete d'aria
viziata.

Batte la pioggia
acida
sul mio balcone
e disegna un rumore
ripetuto
che ingombra
i miei pensieri
astratti e disturbati.

Nella scatola dura
della città
raccogliere le forze
ed andar via.

...nella meditazione ripetuta tenne vive le forze...

meditazione – delle orecchie distese

Piove
dal cielo
grigio perla
la rete dei suoni
d'acqua
in cui s'impiglia
l'auto,
il treno,
l'aeroplano:

scivola via
lontana
qualunque voce
umana.

...e poi sognò di rituffarsi nel mare, in pieno autunno...

visualizzazione – la strada del mare

Soffia la tramontana
sulla città balorda
e scopre qualche stella.

Mi stringo nel giubbotto
e guardo in cima al cielo.

E disegno una strada
che mi porti lontano
dove la tramontana
disegna il mare.

...ma l'autunno gli insegnò ad accettare il tempo...

insegnamento – dell'autunno – l'accettazione del tempo

Non si può ritrovare una canzone
cantata sotto il sole
dell'estate ormai spenta,
parole nuove e nuovo tempo
ne rimane:
autunno
addormenta piano il desiderio
del mare blu di nostra giovinezza,
ma mille primavere percorrono le voci
dei bambini del mondo:
caldo nel cuore promettono l'inverno.
E poi lasciarsi addormentare.

*...allora abbracciò il tempo con tanto trasporto
da innamorarsi dell'eternità...*

messaggio – al lettore postero

Non c'è niente
che io possa scrivere
più forte
del tuo sangue
che scorre nelle vene.

Sentila come batte
la tua vita
e la tua ora
mentre leggi
un messaggio
d'altri tempi.

Io sento il mio
veloce mentre scrivo
innamorato del tuo futuro
e nel momento
della mia vita
breve
ti chiedo asilo
nella tua mente.

...e meditando imparò a ritornare al suo tempo reale...

meditazione – dello scorrimento

Le auto corrono in fila
nelle ampie vetrate sul viale
e nei miei occhi stanchi
che si fermano
e di nuovo si accorgono:
è lo scorrimento del tempo
che scivola veloce sull'asfalto.





*...imparò a nuotare nel mare dei suoi giorni
in mezzo alle sirene del passato, senza farsi incantare...*

insegnamento – dello scorrimento – le sirene del passato

E trascorrono i giorni
e lasciano un'onda di ricordi
che si perde nel mare della storia
e il canto delle sirene del passato
ci ritorna nei sogni
e incanta il cuore
e inganna la memoria.

...e volle costruire un futuro reale...

visualizzazione – la coperta d'amianto

Si è chiuso ancora
sopra la mia testa
il tunnel dell'inverno:
avrei voluto piangere come un bambino
o gridare da uomo la mia rabbia.

Come vecchia formica
mi sono fatto forza
sotto il cielo d'amianto.

Coperto e separato
lavoro nel mio buco
cercando di non perdere il respiro:
mi preparo un'uscita dalla città futura
per rivedere il cielo.

*Il vecchio saggio glielo aveva detto:
‘Il tempo ci dà tutto prima o poi
e quando non è tutto è certamente molto,
però ci dà ogni cosa a tempo suo
e non segue le onde di ciò che noi vogliamo ogni momento.
Se saprai riconoscere il tuo tempo, non perderai il tuo tempo.’”
Durante il viaggio, continuamente, stava imparando il mestiere di vivere:
era giunto il momento di comprendere l’andamento del tempo.
L’esercizio di riconoscere il tempo e rispettarlo,
di non correre avanti e non restare indietro,
di salire con lui sul suo cammello e farsi trasportare con pazienza e umiltà
per quel tratto terreno che gli era destinato dentro all’eternità,
significava valorizzare il momento presente.
Le sirene sognanti del passato
e le sibille multimediali che vendono illusioni di futuro
gli avevano rubato il suo presente continuamente
e la catena dei giorni non vissuti aveva imprigionato la sua vita.
Tutto il tempo che non aveva vissuto veramente quando era presente,
era diventato un malinconico passato
e lui, cantando le canzoni sconsolate del tempo andato,
aveva perduto altro presente.
Così il futuro anelato tra le stelle delle sue illusioni,
quando era diventato il suo presente
non gli aveva portato quasi niente di tutto quello che aveva sognato
e lui, con gli occhi sempre in cielo a cercar tra le nuvole
e con le ali ai piedi della propria celeste fantasia,
non si era accorto di perdere ogni giorno il bene materiale della vita.
In questo vorticoso buco nero si era perduto gran parte del suo tempo.
Durante il viaggio, finalmente, stava imparando
che l’unico futuro che poteva davvero realizzare
era quello che avrebbe costruito coltivando il presente reale,
come una formica nel formicaio oscuro dei suoi giorni...*

*...e approdando alla terra del presente
cerco di abbandonare le sue maschere...*

meditazione – delle maschere

Ho visto un carnevale di bambini
in festa nella casa delle nonne
stelle filanti bianche verso il cielo:
coriandoli di sogni e di ricordi
tra i fischi dell'infanzia
e le trombette di vecchie vaneglorie,
maschere e baffi finti d'ogni giorno
e nasi di pinocchio per ognuno,
palle di cartapesta e pasticcini
e chiacchiere, da sempre le regine.

Son mascherate a festa anche le nonne,
la più bella è una fata:
muove con la bacchetta un'arlecchina
mosaico di emozioni ed un pinocchio
che fa il burattino per piacere a papà
e c'è un principe triste e disarmato
che rifiuta i bignè, se li mangia
la bella contadina golosa di città
mentre un pupazzo col naso rosso
piange qualcosa che non ha più.

Frittelle e fichi secchi
strilli candele e specchi
forse sta qui la vita.

Vecchi e bambini fanno il girotondo
e mi portano un sogno
fatto di filastrocche e carillon
di mamme e ninnananne
e il girotondo intorno
sembra che giri come l'orologio
che col pendolo batte
l'ora d'ogni ricordo
e della nuova infanzia
che gioca con l'antica.

Spettatori con me
fuori di scena
gli altri di mezza età:
né vecchi né bambini,
un po' allegri e un po' tristi,
mascherati da uomini.

...accettò di rinunciare ai vecchi ruoli...

messaggio – all’allieva modello

Tu sei stata la prima della classe:
 hai puntato diritto alla mia cattedra
 per mostrarmi un mio errore,
 hai saputo incrinare con un gesto
 tutta la tradizione
 delle nostre lezioni:
 io saltimbanco in piedi
 a far pagliaccio per le mie parole,
 a diriger l’orchestra con le buone
 dei vostri occhi e delle vostre voci
 e voi sedute insieme
 a ridere a imparare a sbadigliare
 a dir la vostra, ma dal vostro posto.
 Hai rotto questa festa troppo uguale
 per la tua fantasia:
 sei uscita, ci hai tenuto una lezione.

...e andò ad onorare suo figlio...

contemplazione – del bambino sceso dal cielo

E’ lontano il ritmo di Milano:
 in un parco tedesco del sud
 saltellano gli uccelli ed i bambini
 giocano sulle piante
 e con voci straniere ed occhi
 familiari mi chiamano
 in aiuto per ritornare giù
 dal loro cielo: ed io li prendo al volo.

...e finalmente ritornò l'amore...

meditazione – dell'amore che torna

Il fischio del treno che parte
 di quello che arriva
 il coro delle auto che passano il viale
 il pendolo amico di un mio coinquilino
 e i dodici tocchi in mezzo alla notte
 la vita lontana che non vuol dormire
 nel cuore di questa città
 qualcuno che chiude serrande e finestre
 in faccia al cortile
 e a me nel mio letto che aspetto...

e intorno si sciacqua la pioggia
 e batte il terrazzo
 e batte il mio cuore nel petto
 e ancora non torna...

poi sento il portone
 e il cuore è già giù in ascensore...

dal mio letto
 sospeso cinque piani
 sull'asfalto
 battuto dalla pioggia
 ascoltare il salire
 dell'ascensore
 che scandisce i piani
 e la chiave che entra
 nella porta
 con la tua mano
 e sentire nel corpo
 l'emozione
 dell'attesa di te
 che esci a tarda notte
 dalla città
 ed entri a casa mia.

*...e trascorse con lei la primavera e fu vera,
 ma un giorno sentì l'onda dell'estate
 con le sue nuove lune e le sue favole
 e il bisogno incolmabile...*

presa di coscienza – il bisogno incolmabile

Con quell'incredibile aria
 delle notti d'estate
 nei posti di mare
 e magari la luna
 che fa palla in cielo,
 vorrei ballare con il mio amore
 la mia canzone:
 sempre di più.

*...comprese che doveva ancora partire
 per salutare le sue favole per sempre...*

movimento – l'ultimo tempo per partire

Ritorna un'altra estate:
 sento ancora la voglia delle favole
 abbracciate col sole in mezzo al mare.
 Arrivederci amore, devo andare.
 E' il tempo dell'addio:
 saluterò i miei sogni e la mia isola
 e poi saprò tornare all'amore reale.





*...raccolse il suo bagaglio e partì
lasciandole un messaggio ed un appuntamento...*

messaggio – alla donna dell'amore

Avevo scritto un giorno una bandiera
di carta azzurra: "I love you":
appesa in cima al muro in faccia al letto
sventolava la sera all'aria elettrica del calorifero.

Ora dormi al mio fianco
e alla finestra aperta dell'estate svolazza
quell'amore nella stanza – sogno azzurro di carta:
lo sapremo fermare?

*...era l'appuntamento dell'addio alle sue belle favole,
era l'inizio della fine del viaggio:
per fermare l'amore non poteva restare nelle favole,
ma viaggiare fino all'ultimo sogno dentro all'ultima isola:
solo di là poteva ritornare alla terra promessa...*

L'ADDIO ALLE FAVOLE



*Arrivò nella sua isola con l'impegno
che sarebbe stata una visita di passaggio,
il tempo di raccogliere le ceneri della sua favola...*

osservazione interna – la favola bruciata

Eccomi Stromboli
sono tornato
e il mio corpo ti prende
a poco a poco
con il sole di giugno
che incendia il dorso
nel mezzogiorno
e qui nella mia casa
di passaggio
ti scrivo.

Stromboli,
non è più il tempo
di lunghe estati
sul vulcano dei sogni:
si è bruciata la favola
e son rimasto solo
con la storia
della mia vita.

*...con realismo misurò la profondità del suo sogno e vide
che l'isola felice era l'eco lontana
di un'isola remota di solitudine...*

osservazione interna – la profondità delle apparenze

Un'amaca abbandonata
contro la luna piena
tra due colonne bianche.

C'è poco da dondolare
quest'estate:
si presenta ogni giorno la realtà.

Vecchia Ginostra!
Sul fondo abissale delle tue apparenze
mi ero perduto.

...si rafforzò nella capacità di vivere il presente...

insegnamento – di Stromboli – il qui ed ora

D'improvviso
la bocca del vulcano
spazza le fantasie
dalla mia mente:
è la voce immanente
della realtà
presente
qui
ed ora.

...ed ebbe una visione più lucida di sé...

visualizzazione – la fine del tempo futuro

Se ne vanno in un canto
tutte le illusioni di sé,
il futuro non è più dato:
l'orologio del tempo è scarico.
Ognuno è quello che è:
figuriamoci!





*Viveva con un mondo in testa fatto d'immagini:
sogni di trionfi covati in fondo al cuore,
illusioni figlie di delusioni,
ideali nati dalle ceneri di sentimenti calpestati.
Così il passato, mascherato da futuro, lo teneva legato ad un copione:
la rappresentazione di un suo io ideale.
Sulla ribalta dei suoi primi anni aveva lavorato sodo,
senza stancarsi mai delle estenuanti prove
per migliorare la propria parte e piacere di più.
Era iniziata presto la costruzione del suo io ideale,
basata sul programma di piacere ai propri genitori:
come Narciso si era specchiato nella fontana dell'amore sublime
e per il grande bisogno d'amore si era innamorato
delle immagini che piacevano a loro.
Il suo io gli era sembrato più grande
perché apprezzato dai grandi genitori,
ma era solamente un io gonfiato,
destinato a sgonfiarsi sotto la pressione della vita.
Si era abituato a vivere come la copia di un quadro di un grande autore,
sempre in esposizione e sempre falso,
e aveva rinunciato alla propria autenticità.
Valeva ormai la pena di salutare per sempre l'io ideale
e scendere dalle bianche lune dell'infanzia,
per cominciare a vivere con la testa nel mondo.*

...celebrò allora l'anniversario della morte di un maestro...

messaggio – ad un maestro di meditazione

Ancora i suoni
della tua musica
rimbalzano leggeri
nella stanza bianca
della mia nuova estate,
mescolati alle voci
delle nuove cicale
e degli uccelli,
ai voli delle mosche
che sembrano violini
in questa ora
semiaddormentata
del pomeriggio.

Ogni cosa è sospesa
nel gran caldo
ed anche il vento tace,
forse per ascoltare
se mai ritorni l'eco
della tua voce
tra l'arpa e le cicale
o in un battere d'ali.

Rispondono i ricordi
nel mio cuore.

Era l'inverno nella mia città
e tu nella mia casa meditavi
con questi suoni:
mi hai lasciato la musica
quel giorno.

E' arrivata l'estate
ed anche tu tornavi,
nella mia casa sul vulcano
tra ginestre e limoni
meditavi le voci
e le illusioni
dell'isola e del mare.

Ti si è spezzato il cuore.

Oggi è passato l'anno
e ne rimane
la sua musica ancora.

*...capì che l'illusione che un maestro lo prendesse per mano
altro non era che il bisogno infantile
di essere preso in braccio e di essere guidato...*

insegnamento – della morte di un maestro – la nuda realtà

Ho guidato il maestro sul vulcano:
ignaro l'ho aiutato a morire
tenendolo per mano.

Dentro al maestro ho conosciuto l'uomo,
piccolo e grande come sono io:
questo è stato il più grande insegnamento.

Grazie, Jules.

...prese coscienza della realtà della propria dipendenza ...

presa di coscienza – l'io dipendente

Ho bisogno il tuo odore sulla pelle
ho bisogno i tuoi occhi dentro ai miei
ho bisogno il tuo corpo che mi scuote

il tuo sguardo perduto nell'amore
la tua voce che dice le parole
il ritmo del tuo cuore che mi fa da guanciaie
la tua paura abbracciata alla mia
il tuo respiro lento nella notte

ho bisogno di tutte le carezze
ho bisogno dei baci che mi dai
ho bisogno il tuo amore.

...e quando sognò sognò il reale...

messaggio – alla donna d'amore

Eri nel desiderio
del pomeriggio:
le onde di ponente
prendevano d'assalto
ogni angolo del porto
e lasciavano andare
il sussulto del mare.

In questa confusione
mi sono addormentato.

Mi sono risvegliato
tra i canti a perdifiato
dei miei galli
e i richiami di donne
sconosciute.

E ancora si alza il mare
che mi porta per mano
nel tuo porto:
mi sono risvegliato
e sogno te.

...e non fantasticò neppure troppo...

visualizzazione – il ritorno della donna d'amore

Saperti che prepari le tue cose
per venire da me
a svegliare i miei sogni
e non volerti troppo immaginare
nei gesti materiali:
perché potrei sentire già il tuo odore
che entra nel mio letto
e la tua voce rimbalzar nella stanza
e la tua assenza
mi farebbe più male.

...ritrovò con la sua donna la sua tranquillità...

osservazione interna – il respiro della tranquillità

Sembran bambini i gridi dei gabbiani.
 Apro gli occhi nel sole per cercarli
 dal mio scoglio con te:
 col tuo ginocchio sulla mia gamba
 e il tuo respiro contro la mia spalla
 mi sento un altro e mi riprendo
 una boccata d'aria.

*...e comincio di nuovo a lasciarsi guidare dall'amore,
 senza più la paura di essere legato
 e di subire ancora le vecchie ferite...*

presa di coscienza – la paura di cadere

Seguire nella notte,
 con la pila,
 i tuoi piedi che vanno
 dentro ai sentieri
 di terra e sassi
 che scendono al paese,
 potere respirare
 ogni mio passo
 vedendo il tuo
 tranquillo,
 adagiarmi nel ritmo
 del tuo corpo
 che si muove nell'ombra
 della notte,
 sotto nuvole e stelle,
 verso il mare
 che cresce sotto noi
 e manda un suono
 che si incontra col vento
 e con i grilli,
 lasciarmi andare
 dietro alla tua ombra
 accompagnato
 dalla tua energia.
 E non aver paura
 di cadere.

*...sentì allora il bisogno di ringraziare una maestra:
con lei aveva imparato ad accettare la propria dipendenza,
nascosta dentro al sogno del marinaio sempre in cerca di un'isola...*

messaggio – alla maestra del viaggio

Nessuna donna
mi è stata
maestra
quanto te,
se non mia madre.

Hai seguito
passo dopo passo
ogni mia presunzione.
Era il rancore.
Insieme
l'abbiamo attraversato
fino in fondo.
Era l'amore:
in un mare di pianto
l'ho trovato
quando ti ho salutata.

Dalla mia donna
oggi
incomincio
a imparare:
signora
io ti ringrazio!

*...poté così entrare nell'amore, oltre i confini
della coscienza: ed era quasi come un naufragare...*

riappropriazione – la gioia dell'amore

I tuoi occhi
mi portano dentro...
il mio petto
accarezza il tuo seno...
il mio ventre
dondola col tuo...
il piacere ci spinge
più vicino...
poi la gioia del mare...

...e poi tornava sempre al porto del reale, a meditare...

meditazione – dopo l'amore

Mi respiro il tuo odore
mescolato col mio
tra le lenzuola
nell'ora calda
che brucia i tetti,
mentre lucertole assetate
girano intorno al pozzo.

Le foglie delle canne
si scuotono appena
al vento pigro
e volano mosche
e calabroni qua e là
tra i silenzi interrotti.

Qualche volo di passeri si posa
sul mio terrazzo,
mentre dormono i gatti
e si dispera l'asino a gridare.

E dormi pure tu.

Io guardo il rettangolo di mare
disegnato tra il cielo ed il bisuolo*
e i ciuffi delle canne
che corteggiano il pozzo,
ascolto il respiro profondo
del tuo sonno
e cerco di seguirlo con il mio
e di abbracciarlo...
per non volare via
come un gabbiano
nei cieli dell'infanzia,
a cercare sorrisi e fantasie.

* bisuolo: muretto tra due colonne, che funge da panca sedile,
tipico delle terrazze delle case eoliane.

*...e imparò a coltivare l'energia
dell'amore reale...*

contemplazione – il fuoco del vulcano

Due amache
abbracciate:

dondolare in due
con gli occhi
alla bocca
del vulcano,

aspettare
per mano
nuove eruzioni.

*...e come un tenace contadino coltivava i suoi giorni
con le sementi del suo io reale, senza cercare sempre
un senso razionale e senza farsi incantare dalle favole...*

meditazione – dello spettacolo senza senso

Rimane un grillo
(e forse più di uno)
lontano nella notte
e cadono stelle
improvvisamente
come sempre.

L'orologio ripete
il rumore di tempo
e tutto intorno
profondo
è il ritmo
del mare.

Abbaia inatteso
il cane
e giunge il grido
dell'uccello notturno,
si ripete il vulcano
coi suoi fuochi,
si ripetono i topi
e le zanzare
compagni conosciuti.

Si spacca le ali
la libellula
a volare ostinata
contro i muri bianchi
dove corrono insetti senza nome
e si appostano i gechi,
scricchiolano ancora
sulla mia testa
le canne dei cannizzi.

Le luci artificiali
delle isole
ritornano dal mare
sulla terrazza
e con i giochi d'ombra
della candela
e l'ombra della mano
sulla carta
rinnovano il rituale
in cui mi adagio:
spettatore,
talvolta attento,
incapace di dare
un senso,
ma ormai stanco
di favole.

*Si avvicinava il tempo dell'addio, ma un giorno inaspettatamente
il poeta cominciò a innervosirsi, in cerca della sua poesia...*

osservazione interna – l'illusione della poesia

Steso,
con la merda in culo
e la penna in bocca,
la mia donna accanto perduta
in un suo libro,
cerco parole nuove,
sull'onda ossessionata associativa
d'immagini e pensieri
che non vengon dal cuore,
per ritrovare l'illusione
della poesia.

...e ripensava ai bei tempi lontani...

visualizzazione – il poeta di vino

Riscaldavo col vino
la mano arrugginita
che sudava i pensieri
sulla carta.

Era la giovinezza
del poeta.





*...sentì che era ancora aggrappato al suo ultimo sogno:
aveva voglia di abbracciare le sirene del cuore
proprio quando era ora di salutarle...*

osservazione interna – la voglia di poesia

Sarà la pioggia grigia sui fianchi del vulcano
marrone giallo e verde
e il suo rumore che nasce da vicino
e poi lontano si mescola col verso degli uccelli
in mille variazioni inaspettate,
come gli odori nuovi della terra e delle erbe
(domina la salvia e i corvi in cielo);

sarà la musica di adolescenza di una canzone
che parla di perdute sensazioni
e mi apre il respiro e mi commuove
e mi riporta gli occhi di mio padre
(domina il senso della sofferenza chiusa in quegli anni);

sarà la tua partenza d'oggi, figlio mio,
con tua madre tuo padre e i tuoi fratelli
e il ritorno al distacco
e l'appannarsi in me
(domina l'immagine dell'infanzia che va);

sarà la mia partenza tra tre giorni
da quest'isola mia
e nuova lontananza chiusa in appartamento
(domina l'emozione della favola aggrappata a Ginostra);

sarà l'inaspettato movimento
di sensazioni immagini mentali e sentimenti,
sarà quel che sarà questa mattina,
ma certo mi ritrovo in confusione
con la voglia di vino e di poesia.

*...chiese allora aiuto alla meditazione
e comprese che non era ancora il tempo dell'addio:
poteva salutare i suoi sogni solo con la promessa di tornare...
...fu così che partì...*

meditazione – della poesia lontana

Sventolano le canne al vento
come bandiere d'addio,
in questo nuovo distacco
provvisorio
tinto di normalità,
come stanotte la luna
calante dal vulcano.

La vita procede
e mi porta via
e restano nascosti in fondo al mare
i sogni,
addormentati e pigri
in questa estate povera
di commozioni.

Ho imparato soltanto nuovi gatti,
il richiamo raro del falco
e il suo volo a spirale
e tra i cannizzi il suono nella notte
dei calabroni nelle loro tane,
il rumore che fa il battere d'ali
dei corvi
e il variarne del grido,
come anche dei gabbiani,
e tra le travi della mia terrazza
il pigolio sottile di un nido di uccelletti
più pieno ogni mattino,
fino a volare via.

Ho conosciuto i ricchi rosmarini,
le salvie inebrianti,
i capperi fioriti nella notte,
i rossi e spinosi melograni,
i rami generosi dei limoni
e degli ulivi fitti e attorcigliati,
l'ombra calda
dei fichidindia dalle mille facce,
i cespi inerpicati di ginestre
e i lunghi steli delle canne al vento
che salutano il mare.

Ho ritrovato ancora i vecchi tarli
nella mia mente,
che ripetono l'eco
di ogni mia debolezza
e non si danno pace
e le amiche paure sempre uguali,
che non fan più poesia
ma fanno tenerezza.

Ginostra me ne vado,
ti saluto
e ti sento lontana
già da ora,
mentre sto qui
con gli occhi aperti verso il pozzo chiuso
e il secchio capovolto
e con le orecchie protese verso il mare
raggiunte dalle onde dei rumori
che mi vengono incontro con il vento.

Forse è un addio normale
che dura solo un mese,
forse ritornerò con commozione
a ripescare i sogni dal tuo mare,
o forse nel procedere
la vita si è stancata
di fantasie lontane.

Ritornò dopo un mese in cerca dei suoi sogni...

osservazione interna – il fantasma dei sogni

Sono il fantasma
di uno che è stato
qui nel passato
e sono ritornato per capire
quanto mi resta ancora
da sognare.

*...fu quello il tempo dell'addio:
poeta senza poesia si sentì in vacanza...*

osservazione interna – la vacanza della poesia

E sono ritornato.

Ho provato le lunghe ore sulla terrazza
nelle notti nere
delle stelle
rischiarate dai fuochi
del vulcano.

Ho toccato con mano ancora
la solitudine
dei miei pensieri bui
e le paure
risapute.

Ho provato col vino buono di Lipari
e sono scivolato nei rumori
e nei profumi
di molteplici venti.

Ho provato a seguire le farfalle
a parlare coi gechi appena nati
a salire con gli occhi
le gobbe del vulcano
dietro a voli di corvi
e gridi.

Mi sono rotolato in mezzo al mare
come un bambino
e ho aperto gli occhi
per cercare tra i pesci
e tra le alghe.

Ho girato i sentieri
e le scogliere
con carta e penna.

Giorni di vacanza.

Ti saluto Ginostra,
non sento più poesia.

...e l'estate matura gli insegnò le leggi della vacanza...

insegnamento – dell'estate – la vacanza

Ginostra,
è finita la poesia:
la favola
se n'è volata via.

Tornerò alle parole
della vita,
camminerò i sentieri
del tuo corpo
senza perdermi in cielo,
accetterò i tramonti
ad occhi aperti,
mi abbronzherò del sole
dell'estate ormai matura
della mia vita,
getterò i sogni al vento
dell'infanzia lontana.

E sarà una vacanza.

...cominciò a praticare la vacanza...

contemplazione – dalla zanzariera

Che bello stare
sotto la zanzariera
nudo tra le lenzuola
ad ascoltare
la cicala finita nella stanza
che si fa le seghe
mentre anche l'ape
fa musica sotto la trave
del mio soffitto
e il tetto
pigola di nuovo
tra i cori d'insetti
i rimbrotti dei corvi
e il cianciare
di altri uccelletti.

E' incominciata
una nuova giornata
e il sole si fa aspettare
addormentato ancora
tra le nuvole
e il mare
continua a borbottare.
Forse verrà la pioggia
e qualche goccia:
che bello stare
ad aspettare
senza niente da fare.

...e dentro alla vacanza ritrovava la vita...

insegnamento – del gabbiano – contentarsi della vita

Picchiano di mazzetta i muratori
a far tracce sul muro di un vicino.
Il cielo è scuro e quasi grigio il mare.
E' cominciata così questa giornata.

Sulla roccia
nera
e frastagliata
si accomoda
un gabbiano:
mi ritrovo
con lui.

A volte
ci basta
anche
soltanto
essere vivi.

*Così il poeta si ritrovò con i piedi per terra:
 era la fine della favola bella
 che aveva custodito per tanto tempo in cuore,
 dell'incantesimo fatato che aveva fatto lui,
 era come la fine di un amore...*

meditazione – dei piedi per terra

Me ne sto qui a godermi nel sole
 questa profonda tristezza
 del giallo bruciato dei fiori
 e delle secche erbe,
 dei voli bianchi e freschi di farfalle,
 dei cori arroventati di cicale,
 dei gorgoglianti calabroni neri
 che si chiudon nel cuore delle canne,
 delle forme straziate dei fichidindia,
 del peso delle vecchie agavi stanche.

Anche questa giornata lentamente si srotola
 dentro ai miei occhi: il vecchio e il nuovo abbracciati.

Entra una barca a vela nel mare addormentato
 e carovane lunghe e rade di navi
 e in terra di formiche,
 passeri corvi mosche ed aeroplani
 nell'aria azzurra sopra l'orizzonte
 e una fragile nuvola che ruba qualche sogno
 e qualche rigo subito cancellato
 nel profumo presente e vivo:
 il geranio selvatico.

Ritrovarsi per terra a quarant'anni
 dopo avere vissuto il paradiso
 dei sogni senza fine.

*...ed anche i tempi nuovi lo aiutarono
a salutare i sogni del passato...*

insegnamento – del tempo nuovo – l'incantesimo del passato

Corrono i nuovi fili del telefono
in mezzo agli alti pali trafitti sui sentieri,
tagliano il cielo in tanti pezzi nuovi,
separano le stelle stupefatte.
Corrono le parole della gente
in ogni direzione
e raccontano storie al continente.

Volano con il vento i tempi nuovi:
bruciano sotto il cielo i pannelli solari
orrendi mostri alternativi
tra i profili tremanti delle canne
e gli sguardi ritorti degli ulivi.
A sera impallidiscono le stelle:
scattano ad uno ad uno gli interruttori alogeni
e finalmente
si vede nelle case della gente.

Poi ritorna la notte:
si riaccendono gli occhi delle stelle,
si distendono i rami degli ulivi,
si dondolano i cuori delle canne
mentre tacciono i fili
e si freddano i mostri di metallo.
Si riprendono i giochi della luna:
tra vecchie e nuove ombre
si tesse un'armonia
che sembra sussurrare che tutto è come ieri.

Ma è già quasi domani:
si addormentano gli occhi del poeta
stanchi di navigare tra i sogni
di un passato che non è quasi mai stato.





*...e comprese che era giunto alla fine
del suo ultimo sogno: la poesia...*

meditazione – della fine della poesia

Mentre voi fate
mentre voi parlate
mentre mangiate
e mentre ripetete
la vostra vita
io resto
qui in silenzio
ad ascoltare il canto
della terra
e del mare
e per un po' mi perdo
nell'incanto
e mi ripeto
nella mia mania
che io chiamo poesia:

...e la barca a motore
che in lontananza muore
e mi accarezza,
quando è vicina
fa soltanto rumore
e mi fa venir voglia di scappare
da un'altra parte,
da quella parte mia
dove ritornano
i ritornelli
delle mie parole
che m'illudono il cuore:

...o questa vita mia
che se ne va
e che mi porta via
anche la volontà
di scrivere poesie
e che mi lascia solo
con questi ritornelli:

...beati voi che siete
 nel pieno della vita,
 tanto che spesso la buttate via,
 voi che mangiate il tempo a più non posso,
 che straripate ancora di parole,
 che fate tutto quello che avevo fatto io,
 beati voi che non avete dentro
 i ritornelli della nostalgia...

O mia poesia,
 vattene via,
 cerca un nuovo poeta,
 lasciami stare solo
 con questa vita...

Vecchio poeta,
 arrenditi alla fine:
 lascia andare la vita...

...e finalmente diventò padrone delle sue favole...

insegnamento – del poeta – le favole senza fine

Favole, favole gridate
 dagli uccelli in volo

favole per gli uomini nei loro buchi

favole nel cielo tra le stelle
 per gli occhi dell'estate

favole dico, favole senza fine

favole che s'infilano nei giorni
 che ritornano uguali ogni mattina

favole ritrovate per le strade

favole addormentate tra i cuscini
 dei sogni dei bambini

favole di ogni tempo
 inventate dagli occhi dei poeti

favole scrivo, favole.

...sentì allora che era maturo il tempo dell'addio...

contemplazione – dell'addio

Volano alti i corvi
 lontano da me,
 farfalle bianche a coppie
 percorrono lo spazio
 tra i miei occhi
 nel dondolarsi
 del verde,
 trasversali voli
 di uccelletti leggeri
 e d'insetti piccoli motori improvvisi,
 indugi e scarti
 di lucertole
 sotto un rosso geranio
 gonfio di pioggia e sole:
 rimando letture e pensieri
 e lascio entrare l'onda
 (pulsazioni vicine e lontane)
 della luce e dei suoni,
 mi riempio di odori
 mentre scende il respiro
 e mi gorgoglia il ventre.
 Tra le nuvole passa un aeroplano
 luccicante di sole,
 lo guardo
 e basta:
 non seguo i pensieri d'addio
 e i simboli,
 le associazioni in agguato;
 gioco con la mia donna poche parole
 di sensazioni
 e resto nell'onda,
 entro nello spettacolo:
 la risonanza
 attraversa il mio corpo
 con tremiti leggeri
 e pulsazioni
 e morbidi ronzii di scioglimento
 e improvvisi battiti
 di commozione
 del cuore aperto.

...e solitario nella notte sussurrò il suo ultimo saluto...

contemplazione – dell'ultima notte

Nella luna piena ti saluto.

La mia donna mi chiama:
strappo due righe d'addio.

La palma s'inchina
al moto argentato del lieve maestrale notturno,
le zanzare mi cercano nascosto nell'ombra
guidate dalla luce della pila che accompagna i pensieri
buttati sulla carta ad uno ad uno
e intrecciano il ronzio con il mare
e i motori di barche,
con le voci lontane delle case vicine
e con il gatto che fa le fusa sul tetto
seduto in braccio a me
e somiglia il rumore della nave piena di luci
che lentamente da oriente ad occidente se ne va
albero di Natale sull'acqua
e mi lascia con gli occhi nella luna bianca
che ti veste e ti incanta per me
in quest'ultima notte ancora

Ginostra mia.





*Il viaggio era finito, il poeta aveva imparato
l'amore ed era tornato con i piedi per terra,
i sogni erano lì nel cassetto, scritti su fogli di carta,
in quel rituale magico rubato alla vita
che ha nome poesia...*

insegnamento – della poesia – i sogni di carta

O come dolce
era
e vera
la poesia
scritta d'un fiato.

Il tempo è già passato
e ne rimane
un foglio
col mio sogno.

*Dicono che il poeta se ne partì con la sua donna
verso una casa in mezzo a un bosco,
dove si imbarcò per il mare della vita...*





*C'è chi invece giura che ritornò a Ginostra,
dove sarebbe possibile ancora incontrarlo
tra le nuvole in cerca di poesia...*

I MAESTRI DEL VIAGGIO

i maestri della poesia

Giacomo Leopardi, Giovanni Pascoli, Guido Gozzano, Giuseppe Ungaretti e molti altri poeti;

i maestri della psicologia

Alexander Lowen, Wilhelm Reich, Sigmund Freud, Carl Rogers, Eric Berne, Fritz Perls, David Cooper, Ronald Laing, Carl Gustav Jung, Ulrich Neisser, George Ivanovic Gurdjieff, Paul Watzlawick, Sheldon Kopp, Robert Stoller e molti altri autori;

i maestri della psicoterapia

Alberto Torre, Gabriella Buti Zaccagnini, Aristide Iniotakis, Jules Grossman, Teddi Grossman, David Boadella, Jim Miller, Bill White, Eleanor Greenlee, Michael Conant, Eliana Lanzarotti Gobbi, Giorgio Salmoni, Tiziana De Rovere, Mary Denaro, Luisa Parmeggiani, Maria Luisa Aversa, gli insegnanti e i colleghi della Società Italiana di Analisi Bioenergetica e molti altri terapeuti;

i maestri della vita

Carla Jacobi Torta, Anna Mandelli, Anna Alderuccio, Marisa Pedersoli, Gianna Porciani, Karin Tintemann, Eva Maria Stark, Antonia Spagnoli, Manuela Bacci, Anna Alice e Carlina Torta, Franca Morone, Caterina Raia, Ida Farè, Franca Teglia, Enza e Vitti Sicuri, Cristina Formaggia, Luisa Rossi, Rossella Marzari, Marisa Fiumanò, Annalisa Deidda, Barbara Rigamonti, Susanna Ligabue, Maria Balzola, Emilia Ugolotti, Luciana Cuomo, Gabriella Cotti, Paola Santagostino, Jutta Riemenshneider, Elena Bioni, Anna Enzo, Melina Mulas, Angela Finocchiaro, Daniela Tracuzzi, Giordana Camus, Maria Consagra, Claudia Ferrandes, Donatella Albonico, le mie allieve e molte altre donne;

Piero Torta, Jacopo Rossetto, Riccardo Orlando, Lorenzo Torta, Mauro Carito, Marcello Sinicorni, Lello Morella, Guido Longoni, Massimo Rondinelli, Bruno Mari, Roberto Mari, Roberto Biasioli, Massimo Basili, Sergio Urbisci, Klaus Moller, Andrea Bisi, Gianfranco Goeta, Sandro Cappelletto, Klaus Schmid, Diego Rossetti, Gianfranco Pozzi, Sergio Sacchi, Guido Hugony, Pier Giuseppe Deidda, il professor Zardini, i miei allievi e molti altri uomini;

Jacopo Tintemann, Carlotta Ferrari Trecate, Valeria Ricci, Giulietta Carito, Martino Rossetti, Benedetta Bioni, Gianluca Giuffrè, Manuela Lo Schiavo e tanti altri bambini;

la gente di Ginostra, di Stromboli e di molti altri luoghi.

IL BAGAGLIO DEL VIAGGIO

EVENTI

1° pag.	34
2° ”	40
3° ”	44
4° ”	88

CONTEMPLAZIONI

1° pag.	17
2° ”	17
3° ”	18
4° ”	18
5° ”	18
6° ”	80
7° ”	81
8° ”	90
9° ”	108
10° ”	123
11° ”	130
12° ”	136
13° ”	137

MOVIMENTI

1° pag.	8
2° ”	10
3° ”	39
4° ”	47
5° ”	64
6° ”	94
7° ”	110

VISUALIZZAZIONI

1° pag.	23
2° ”	32
3° ”	36
4° ”	59
5° ”	64
6° ”	84
7° ”	92
8° ”	95
9° ”	99
10° ”	103
11° ”	105
12° ”	114
13° ”	118
14° ”	124

RIAPPROPRIAZIONI

1° pag.	17
2° ”	21
3° ”	22
4° ”	22
5° ”	38
6° ”	38
7° ”	68
8° ”	71
9° ”	71
10° ”	120

INSEGNAMENTI

1°	pag.	20
2°	„	20
3°	„	28
4°	„	31
5°	„	33
6°	„	36
7°	„	40
8°	„	41
9°	„	43
10°	„	46
11°	„	50
12°	„	53
13°	„	57
14°	„	58
15°	„	63
16°	„	67
17°	„	73
18°	„	74
19°	„	75
20°	„	78
21°	„	83
22°	„	90
23°	„	99
24°	„	100
25°	„	103
26°	„	105
27°	„	114
28°	„	117
29°	„	129
30°	„	131
31°	„	133
32°	„	135
33°	„	138

OSSERVAZIONI INTERNE

1°	pag.	7
2°	„	19
3°	„	19
4°	„	28
5°	„	30
6°	„	35
7°	„	35
8°	„	41
9°	„	49
10°	„	50
11°	„	51
12°	„	51
13°	„	55
14°	„	62
15°	„	68
16°	„	72
17°	„	72
18°	„	74
19°	„	98
20°	„	98
21°	„	113
22°	„	113
23°	„	119
24°	„	124
25°	„	125
26°	„	128
27°	„	129

MESSAGGI

1° pag.	26
2° „	28
3° „	30
4° „	43
5° „	63
6° „	81
7° „	82
8° „	92
9° „	104
10° „	108
11° „	111
12° „	116
13° „	118
14° „	120

PRESE DI COSCIENZA

1° pag.	6
2° „	37
3° „	39
4° „	54
5° „	56
6° „	70
7° „	73
8° „	77
9° „	77
10° „	78
11° „	83
12° „	90
13° „	99
14° „	101
15° „	101
16° „	110
17° „	117
18° „	119

MEDITAZIONI

1° pag.	27
2° „	46
3° „	52
4° „	55
5° „	59
6° „	60
7° „	70
8° „	76
9° „	85
10° „	86
11° „	86
12° „	87
13° „	91
14° „	93
15° „	94
16° „	95
17° „	102
18° „	102
19° „	104
20° „	107
21° „	109
22° „	121
23° „	122
24° „	126
25° „	132
26° „	134

INDICE

	pag.
<i>L'ISOLA FELICE</i>	
INTRODUZIONE	3
ALLA RICERCA DELL' AMORE PERDUTO	4
presa di coscienza – il tempo di partire	6
osservazione interna – la paura di partire	7
movimento – pellegrinaggio a Boario	8
movimento – viaggio a Ginostra	10

LA FAVOLA DI GINOSTRA	16
riappropriazione – l’io nudo	17
contemplazione – ragni	17
contemplazione – scarabei	17
contemplazione – lucertole	18
contemplazione – cani e galline	18
contemplazione – meduse	18
osservazione interna – la paura dei rumori	19
osservazione interna – la paura del buio	19
insegnamento: delle stelle – l’isola del tesoro	20
insegnamento: del mare – le promesse della vita	20
riappropriazione – il cuore bambino	21
riappropriazione – la spensieratezza	22
riappropriazione – i piccoli giochi	22
visualizzazione – la festa del futuro	23
messaggio – ai giovani del futuro	26
meditazione – le catene della paura.	27
osservazione interna – la vita che sfugge	28
messaggio – da un amico vero	28
insegnamento – dell’amico vero – lo scuotimento	28
osservazione interna – l’orfano	30
messaggio – al maestro del viaggio	30
insegnamento – del maestro – il passato nel cuore	31

visualizzazione – il giudizio universale	32
insegnamento – del maestro – il peso del padre	33
evento – la vittoria	34
osservazione interna – la radio nella testa	35
osservazione interna – la ricerca inesauribile	35
visualizzazione – la partita di calcio	36
insegnamento – del maestro – la vita per mano	36
presa di coscienza – l'io suddito	37
riappropriazione – il vento del cuore	38
riappropriazione – la leggerezza	38
movimento – l'impresa vittoriosa	39
presa di coscienza – l'io gonfiato	39
evento – l'incontro con la strega	40
insegnamento – della strega – l'amore incomprensibile	40
osservazione interna – l'amore disperato	41
insegnamento – del maestro – il cavaliere senza gambe	41
messaggio – di un amico lontano	43
insegnamento – di un amico lontano – la musica nel cuore	43
evento – la cuffia della luna piena	44
meditazione – delle cicale	46
insegnamento – delle cicale – il segreto della vita	46
movimento – il tempo di tornare	47

IL RITORNO A MILANO	48
osservazione interna – il ridimensionamento	49
osservazione interna – la corazza	50
insegnamento – della città – gli atteggiamenti dell’io	50
osservazione interna – il cervello stregato	51
osservazione interna – la donna senza viso	51
meditazione – del sole d’ottobre	52
insegnamento – del barbone – l’apertura dell’orizzonte	53
presa di coscienza – l’io anarchico	54
osservazione interna – l’inverno nel cuore	55
meditazione – dei tetti di Milano	55
presa di coscienza – il corpo senza amore	56
insegnamento – della depressione – l’attraversamento	57
insegnamento – di un amico loquace – la rabbia orale	58
visualizzazione – il nettare dell’odio	59
meditazione – delle puttane	59
meditazione – del ballo senza fine	60
osservazione interna – il tempo della rabbia	62
insegnamento – dei capelli caduti – il senso del tempo	63
messaggio – ai vecchi amici	63
visualizzazione – il poeta con gli occhi chiusi	64
movimento – un altro tempo per partire	64

GINOSTRA MADRE	65
insegnamento – di Tonino – fare la vita	67
osservazione interna – il sogno di volare	68
riappropriazione – l’io poeta	68
presa di coscienza – il cuore vagabondo	70
meditazione – dei fiori di buganvillea	70
riappropriazione – la presenza	71
riappropriazione – la con-fusione	71
osservazione interna – lo scoglio della meditazione	72
osservazione interna – la gabbia delle fissazioni	72
insegnamento – dei corvi – i giochi ripetuti	73
presa di coscienza – l’egocentrismo	73
osservazione interna – il rito dei pensieri	74
insegnamento – della lucertola – la fatica inutile	74
insegnamento – della sera – la vita che sfuma	75
meditazione – della luna piena	76
presa di coscienza – il bisogno di contatto	77
presa di coscienza – la tenerezza dell’io	77
insegnamento – della gatta – il bisogno della madre	78
presa di coscienza – l’io ombelicale	78

contemplazione – della notte bianca	80
contemplazione – dell'alba	81
messaggio – dell'onda cosmica	81
messaggio – alle anime bianche	82
insegnamento – del cimitero – la ricerca dei fantasmi	83
presa di coscienza – la difesa dei nervi	83
visualizzazione – l'uomo nero	84
meditazione – del cimitero	85
meditazione – della malvasia	86
meditazione – per l'arrivo di un'amica	86
meditazione – del riso integrale	87
evento – la morte di un maestro di meditazione	88
contemplazione – il vento nero	90
insegnamento – del vulcano – la vita può cadere	90
presa di coscienza – il barcamenarsi	90
meditazione – della luna nuova	91
visualizzazione – il vento del nuovo	92
messaggio – al figlio straniero	92
meditazione – per la partenza di un'amica	93
movimento – un altro tempo per tornare	94
meditazione – dell'appartamento	94
visualizzazione – il ritorno del Natale	95
meditazione – del treno di fine estate	95

IL RITORNO ALL'AMORE REALE	97
osservazione interna – la chiusura dei sensi	98
osservazione interna – lo spazio del cuore	98
insegnamento – del fast food – ognuno nel suo buco	99
visualizzazione – le illusioni di grandezza	99
presa di coscienza – la paura dell'intraprendenza	100
insegnamento – del tergicristalli – a ognuno le sue fissazioni	100
presa di coscienza – l'io ossessivo	101
presa di coscienza – l'io ostinato	101
meditazione – della pioggia acida	102
meditazione – delle orecchie distese	102
visualizzazione – la strada del mare	103
insegnamento – dell'autunno – l'accettazione del tempo	103
messaggio – al lettore postero	104
meditazione – dello scorrimento	104
insegnamento – dello scorrimento – le sirene del passato	105
visualizzazione – la coperta d'amianto	105
meditazione – delle maschere	107
messaggio – all'allieva modello	108
contemplazione – del bambino sceso dal cielo	108
meditazione – dell'amore che torna	109
presa di coscienza – il bisogno incolmabile	110
movimento – l'ultimo tempo per partire	110
messaggio – alla donna dell'amore	111

L'ADDIO ALLE FAVOLE	112
osservazione interna – la favola bruciata	113
osservazione interna – la profondità delle apparenze	113
insegnamento – di Stromboli – il qui ed ora	114
visualizzazione – la fine del tempo futuro	114
messaggio – ad un maestro di meditazione	116
insegnamento – della morte di un maestro – la nuda realtà	117
presa di coscienza – l'io dipendente	117
messaggio – alla donna d'amore	118
visualizzazione – il ritorno della donna d'amore	118
osservazione interna – il respiro della tranquillità	119
presa di coscienza – la paura di cadere	119
messaggio – alla maestra del viaggio	120
riappropriazione – la gioia dell'amore	120
meditazione – dopo l'amore	121
contemplazione – il fuoco del vulcano	122
meditazione – dello spettacolo senza senso	122
osservazione interna – l'illusione della poesia	124
visualizzazione – il poeta di vino	124
osservazione interna – la voglia di poesia	125
meditazione – della poesia lontana	126
osservazione interna – il fantasma dei sogni	128
osservazione interna – la vacanza della poesia	129
insegnamento – dell'estate – la vacanza	130
contemplazione – dalla zanzariera	131
insegnamento – del gabbiano – contentarsi della vita	132
meditazione – dei piedi per terra	133
insegnamento – del tempo nuovo – l'incantesimo del passato	134
meditazione – della fine della poesia	135
insegnamento – del poeta – le favole senza fine	136
contemplazione – dell'addio	137
contemplazione – dell'ultima notte	138
insegnamento – della poesia – i sogni di carta	139
I MAESTRI DEL VIAGGIO	142
IL BAGAGLIO DEL VIAGGIO	143
INDICE	146
PROSPETTO dei collegamenti con "La ricerca del proprio amore"	154

INDICE DEI COLLEGAMENTI CON
“LA RICERCA DEL PROPRIO AMORE”

Schema della corrispondenza delle pagine:
“L’isola felice” = IF “La ricerca del proprio amore” = RPA

IF	RPA	IF	RPA
5-6	4-5	66-67	51-52
7-9	8	68-69	49-50
10-12	9	70	17-20, 49-50, 60-64
13-15	9, 15-16	71	12-13, 17-20, 53, 120
17-18	10-16	72	18
19	10-16, 27-31	73	17-20, 61-64
20	10-16, 31	74	61-64
21-22	10-16, 36	75	64-65
23-26	42	76	65, 106-107
27	17	77-79	6-7, 65-105
28-29	21-22	80-83	28-29, 66-70
30	21-24	84	28-29, 66-70, 93
31	24	85	17-20, 28-29, 52, 65-105
32-33	25-26, 124-125	86	17-20
34-36	25-26, 124-125, 46	87	17-20, 36-40
37	25-26, 124-125, 52	88-90	112-113
38	45	91	20, 112-113
39	45-46, 57, 125	92	112-113
40-42	47-48	93-96	114-120
43-45	41	98-101	57-60, 119
46	17-20, 42-44, 49	102	17-20, 57-60, 119
47	54	103	114-120
49	15-16, 55-56	104	17-20, 114-120
50	57-60	105-106	114-120
51	48, 57-60, 98	107-108	108-111
52	17-20, 30	109	121
53-54	30	110-111	122-126
55	43	113-115	122-126
56	43, 106	116	52, 122-126
57	11, 43	117	52, 121-129
58	11, 32, 43	118-121	121, 127-129
59	11, 32, 98, 102-103	122	121, 127-132
60-61	11, 18, 32, 41, 98	124-141	130-132
62	11, 32		
63-64	53		