

Di segni e di sogni
Poesie e immagini dai Laboratori
dell'Associazione San Marcellino ODV di Genova
a cura di Lorenzo Penco
ISBN 9788864389455

© 2023 Editrice ZONA
Via Massimo D'Azeglio 1/15
16149 Genova
338.7676020
info@editricezona.it
www.editricezona.it

Prima edizione: gennaio 2023

DI SEGNI E DI SOGNI

Poesie e immagini dai Laboratori
dell'Associazione San Marcellino ODV di Genova

a cura di Lorenzo Penco

ZONA

Istruzioni per l'uso

Questo quaderno è il contenitore che raccoglie i lavori dei nostri laboratori artistici fatti nell'arco di due anni, quelli della pandemia. Le poesie sono tratte dalla chat che abbiamo utilizzato quando non era possibile incontrarsi e da alcuni incontri svolti all'aperto, quando il tempo lo permetteva. I disegni sono frutto del laboratorio di pittura che, non potendo lavorare in sede con colori tele e pennelli, si è incontrato in giardini pubblici, chiese, chiostri, lavorando solo a matita, cercando di guardare la città e i luoghi spesso deserti. Il laboratorio di musica è riuscito a registrare *You Can't Always Get What You Want* facendo le prove in chiesa, nei chiostri, all'aperto e registrando separatamente in diversi luoghi, riuscendo a coinvolgere più di venti persone fra musicisti, ospiti, coro... L'anno successivo siamo anche riusciti a girare un video, grazie all'aiuto dell'Università di Genova e di moltissime persone. Questi contenuti sonori sono fruibili con il QR code che trovate a pag. 126.

Diverse persone hanno partecipato ai laboratori e alcuni sono presenti con brevi testi nati dalle riflessioni su come si sono trovati nel gruppo, servono a dare una cornice ai contenuti.

È dunque solo un quaderno, ma molto ampio, e rende disponibili a tutti i prodotti dei laboratori.

Lorenzo Penco

coordinatore dei laboratori artistici di San Marcellino

Introduzione

San Marcellino da molti anni – praticamente quasi dall’inizio della sua attività – offre spazi di espressione artistica e di gioia di vivere.

Occuparsi di persone con difficoltà legate storicamente alle case distrutte e inagibili a causa della guerra, all’essere appena arrivati a Genova da altre regioni d’Italia, con pochissime o nessuna prospettiva di lavoro, al ritrovarsi senza dimora, significa certo prendersi cura delle loro specifiche e diverse necessità, ma anche della loro vita, della bellezza della vita.

La mia esperienza inizia nel 1976 e ho dei bei ricordi della Messa a San Marcellino – molto partecipata – e anche, nel tempo, di piacevoli proiezioni di film, pellegrinaggi al santuario di Nostra Signora della Guardia (con Messa e lauto pranzo), delle settimane di colonia estiva a Rollieres per i ragazzi delle famiglie, seguite da camminate, pranzi, giochi e divertimenti. Molto importanti poi le feste in teatri o saloni in cui tutti potevano esprimersi con una canzone, una barzelletta, uno strumento, una scenetta, e in cui proprio la partecipazione attiva di tanti, assieme a un’abbondante merenda, garantiva la riuscita dell’incontro che certamente era espressione della gioia di vivere di tutti, nonostante le difficoltà che la vita ci mette davanti.

Infatti, anche nelle situazioni più difficili e di più grande fragilità e privazione, come ha risposto Gesù al diavolo che lo tentava dopo quaranta giorni di digiuno nel deserto: «Sta scritto: Non di solo pane vivrà l’uomo» (Lc. 4,4).

Dal 2006 poi, mentre continuano in vario modo le occasioni di celebrazione, di festa e di vacanza, hanno preso sempre più piede anche i cosiddetti laboratori artistici, spazi cioè dove persone di diversa provenienza – ospiti, volontari, operatori – si incontrano attraverso il fare artistico di pittura, poesia e musica, per creare comunità e valorizzare le capacità di ognuno. Sono questi luoghi di accoglienza, dove condividere le proprie storie di vita mediante espressione artistica. Luoghi di relazione e costruzione di identità e di comunità.

Proprio questi laboratori artistici, e particolarmente quelli di pittura e di poesia, in modo quasi impreveduto e spiegato più avanti da Lorenzo Penco, sono risultati potenti occasioni di incontro e di contrasto alla solitudine causata dal Covid, con il lungo periodo di lockdown che ha portato fin da subito alla chiusura dei luoghi di socializzazione. Infatti, fin da subito e inaspettatamente, le persone coinvolte hanno trovato il modo di mantenere viva questa comunità e il desiderio di espressione.

I testi presenti in questo libro sono tratti dagli incontri fatti all'aperto e dai testi condivisi nella chat di poesia che ha mantenuto vivo il gruppo permettendo un dialogo condiviso a distanza. Siamo quindi molto contenti di poter presentare i lavori – fatti in quel periodo, come si poteva e dove si poteva – consistenti in segni, parole, frammenti, che dimostrano come il desiderio di stare insieme e crescere non si sia mai spento, e anzi abbia trovato sempre modo di essere accolto e fomentato dalla comunità.

Nicola Gay
presidente dell'Associazione
e della Fondazione San Marcellino

Genova di segni e di sogni

*Le città come i sogni
sono costruite di desideri e di paure.*
(Italo Calvino)

Un'iniziativa del laboratorio di San Marcellino, parole e segni, "segni disegni" per dirla con le parole di Alighiero Boetti, poesie e pensieri di una comunità che c'è da sempre, e da sempre accoglie e sostiene le persone in difficoltà. Questo libro raccoglie parole e pensieri dei due laboratori, quello di Poesia e quello di Arte, e li mette in dialogo.

È un progetto corale, a più voci e a più mani, dove non c'è chi ha scelto cosa; c'è chi ha scritto e chi ha letto, c'è chi ha sentito le parole di un altro, chi ha cantato, chi ha pianto e chi ha disegnato, chi ha pasticciato, chi ha stracciato il foglio e chi l'ha lasciato in bianco. C'è chi ha espresso rabbia per una città che non lo ascolta, e chi invece esprime gratitudine per una città che lo accoglie, che lo ha cresciuto, o che lo ha liberato.

Questo taccuino, che racconta due anni di lavoro, dà voce alla gente di Genova. Voci indiscrete, voci immobili, voci nascoste, voci invisibili. Artisti dentro, artisti riconosciuti, artisti per un giorno, aspiranti artisti, artisti mai scoperti.

Vorrei terminare questa breve introduzione proprio con una frase di uno degli artisti a me più cari, Alighiero Boetti, che in pieno esprime il valore del sentir-

si comunità e dell'individualità che si ritrova nelle pagine di questo libro, un minuto prima di voltare pagina, con negli occhi un'immagine e nella testa delle nuove parole.

“Concentrarsi su se stessi o disperdersi all'esterno frantumarsi polverizzarsi divenire mille gocce che scenderanno su mille fiumi d'erba ed ogni goccia ha il suono – la sua nota così che la pioggia farà musica e si diffonderà col vento (...) pioggia e vento – energie dolci e violente ma forse il momento migliore è l'attimo prima della pioggia o la limpida calma prima che il vento si alzi”.

Laura Garbarino
esperta di arte moderna e contemporanea
in ambito italiano e internazionale
con particolare riguardo all'arte povera
e all'arte contemporanea internazionale

Ci sono piante...

Ci sono delle piante che riducono al minimo le loro foglie, riducono al minimo la superficie esposta al sole. Vivono in un ambiente ostile, caldo, torrido, che sembra impedirne lo sviluppo. Quelle piante viste dall'alto sembrano rinsecchite, morte.

Ma ciò che vediamo è solo una parte della pianta. Sotto terra ci sono le radici, meno cresce la parte in superficie e più si sviluppa quella sotto terra, le radici crescono in profondità alla ricerca di nutrimento e di umidità.

Per anni il laboratorio di poesia si è visto ogni quindici giorni, di mercoledì, per leggere scrivere, discutere. Cresceva florido, espandendosi nei luoghi di San Marcellino. faceva frutti, libri, reading, incontri. Ero molto felice di questa crescita, bastava dare un poco d'acqua, esporre regolarmente al sole, non pensavo mai alle radici, a cosa stava nascendo, invisibile, fuori dai momenti di incontro. Così quando la pandemia ci ha lentamente travolto, spariti gli incontri, chiusi i luoghi, una gelata improvvisa ha bruciato frutti, germogli, foglie. Il primo istinto è stato quello di aspettare, aspettare la bella stagione, aspettare che tornasse il bel tempo. E sperare, sperare che la pianta non morisse del tutto, senza la pioggia delle parole sentite, il sole degli abbracci, il concime delle accese discussioni.

Poi abbiamo deciso di metterci in contatto tramite cellulare, fare una chat. Ho pensato che questo scrivere a distanza non era vera pioggia, non era vero sole, che forse avrebbe tenuto la pianta in uno stato di vita

artificiale. Solo dopo mesi di messaggi e scambi ho capito che stavo vedendo le radici. Sopra la terra era tutto fermo, ma sotto le radici crescevano, si cercavano, emettevano segnali chimici potenti, comunicavano con le viscere della terra. La chat mostrava un altro luogo di crescita che alla luce del giorno non avevo mai visto, mostrava una tenacia e una vitalità che negli incontri del mercoledì non percepivo. Di giorno, nei laboratori, si percepiva la gioia del creare, la soddisfazione, a volte il compiacimento. Come se fosse un di più, un po' di panna sul caffè. Nella chat ho scoperto le radici, la necessità di comunicare, l'impellenza, l'urgenza, una forza che scava nel terreno, che spacca le rocce, che non si ferma mai, sia che sopra piova o ci sia il sole, di giorno, di notte, inarrestabile. Non più il frutto che maturando diventa più dolce, ma l'impellenza di affondare le radici come chiodi piantati nella roccia. Così anche nel laboratorio di pittura: levati gli spazi, i pennelli, i colori, le tele. Sulle panchine al freddo, con solo la carta e la matita, non c'è spazio per la decorazione e l'estetica, rimane solo l'urgenza di dire la parola che sale dalla pancia.

A inizio pandemia in un incontro dovevamo presentarci a un ospite, spiegare chi eravamo, come gruppo, come collettivo, come persone. Quel "noi" descriveva la pianta con foglie e frutti, quel noi si è poi rivelato nelle sue radici nei testi scritti in chat.

Lorenzo Penco

Scrivere poesia

Scrivere poesia è una condizione dell'uomo. Si può scrivere poesia in infiniti modi: inventando una favola per un bambino, scrivendo le parole di una canzone, un dialogo per la scena, scrivendo da "poeta laureato", tuffandosi nei suoni dei tanti dialetti che ci circondano, mischiando parole in un cappello futurista, e via e via.

Perché lo si faccia, bene non lo sa nessuno.

E' certo che scrivere poesie o leggerle può dare una piccola felicità, uno stupore, un fremito o ancora, in quel salto fra una idea e un'altra, una parola e un'altra che chiamiamo metafora, può permetterci di vedere oltre il consueto, il quotidiano, e così provare a capire quello che fino a quel momento non avevamo ancora provato o capito.

Scrivere poesia sa accompagnarci a capire un po' di più chi siamo noi, donne e uomini qui di passaggio, e consigliarci di guardare noi stessi e il nostro vicino con pietà, talvolta con divertita pietà, soprattutto, in questi tempi. (...)

E allora non abbiate paura di scrivere poesie, di osare, liberi. Io ho imparato che nello scrivere non ci sono regole precostituite, manuali, scuole. Quando sembra che esista un canone o un metodo riconosciuti, ecco che arriva qualcuno più libero o più ribelle che sparglia il gioco, libera il tavolo con la mano e ricomincia tutto da capo.

Certe regole si trovano da soli, provando, sbagliando, leggendo i poeti laureati, quelli importanti. E non sono le regole grammaticali o sintattiche a contare. Quelle che contano sono le regole del “sentire”. Quello che conta è quando ci si accorge che è sbagliato “scrivere tanto per scrivere”, scrivere per narcisismo, scrivere cose che non si sentono importanti o addirittura essenziali.

Scrivere è invece il piacere di ruminare, di masticare per qualche tempo nella testa un pensiero, un’immagine che ci ha colpiti, e sui quali pensiamo di poter dire qualcosa di diverso da quanto hanno detto gli altri, anche se questi altri si chiamano Leopardi o Eliot.

Perché qualcosa di nuovo possiamo dirlo tutti, sempre, altrimenti il mondo sarebbe già buio a cominciare dal mattino.

4 maggio 2018

Carlo Repetti (1947-2020)

drammaturgo, scrittore, autore teatrale

La città





Acquasola

Nel parco dell'Acquasola,
sotto i raggi dorati del sole,
che accarezzano dolcemente le foglie ingiallite,
i pittori si diletano a colorare la vita.
Le foglie prendono forma
e sinuose volteggiano portate dal vento della matita.
Un po' di marrone, giallo, bianco, oro e verde ed è
[fatta.

L'azzurro del cielo.
Ora seduta ai giardini guardo i germani reali prendere
[il volo!

E pensando a voi pittori mi immergo nella poesia.
Un po' di nostalgia, sì lo ammetto.
Essere lì con voi sarebbe stato perfetto!
Ora il sole comincia a calare e penso al mare.
Al mare calmo della sera,
alla brezza leggera
che ti scompiglia i capelli.
Alla vita piena di colori
che piano piano tramonta col sole
e domani si risveglia raggiante.



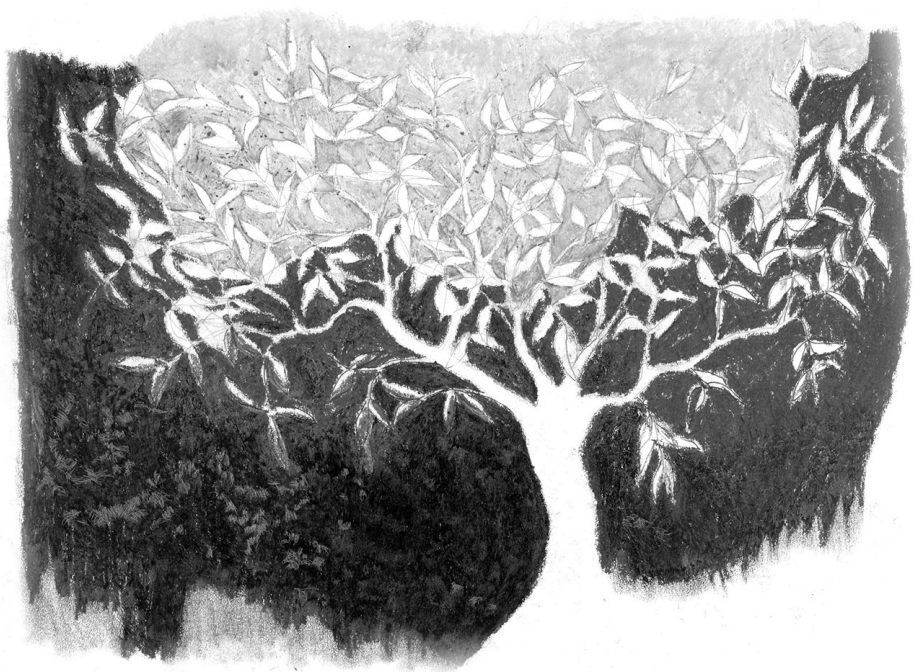
Autunno a Molassana

Le nuvole nere e minacciose incombono su
[Molassana.
Si confondono con i nuovi palazzi in costruzione,
[anche loro grigi.
Le ore scorrono veloci.
È sera e le piccole gocce di pioggia si posano
[dolcemente sugli alberi.
Alcune foglie sono cadute.
Alcune hanno la forma di cuore.
Un cuore tormentato dal vento che comincia ad
[alzarsi.



Sant'Antonio

Sono in Corso Italia
Vicino alla Chiesa di Sant'Antonio...
Seduto, desolato,
assordato da questo pensiero
che mi rimbalza sfrenato
fra le pareti dell'encefalo.



Ascolto Silenzio

Nel viale, tra la folla, all'improvviso scende il silenzio.
Intorno a me le persone parlano,
gesticolano ma io non sento nessun suono né rumore.
Stupita mi fermo ad ascoltare il suono del silenzio,
avvolta dall'ondeggiare delle foglie di ippocastano
che ingiallite volteggiano,
come danzatrici, silenziose nel loro viaggio autunnale.



Cornigliano

Ecco un leggero soffio di vento fa vibrare l'ultima
[foglia,
si stacca sì, si stacca no... non si stacca.
Un altro soffio leggero e la foglia tentenna ancora,
si muove e... si stacca,
volteggia nell'aria,
mille giravolte ci dona come una ballerina classica.
Eccola! Ultima giravolta e si adagia lentamente a terra
aspettando il suo triste destino.



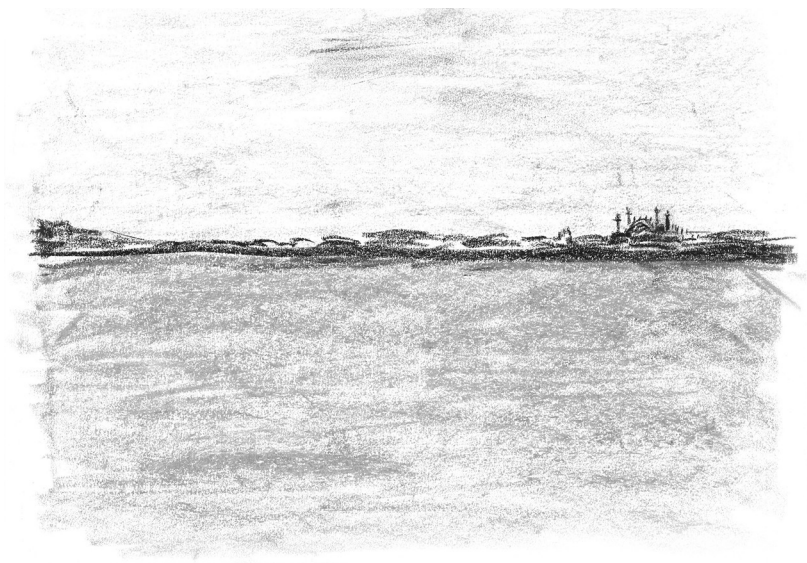
Pioggia (in città)

Grigio è il cielo,
scende forte la classica pioggia autunnale.
Corre veloce la città,
corre e non si ferma a guardare le gocce
che scendono rimbalzando al suolo e danzando.
Nuvole gonfie d'acqua,
vento forte che ti picchia in faccia,
l'aria sembra fermarsi per un attimo
lasciando il passo alla pioggia scrosciante.
Corre veloce la città
senza assaporare quante emozioni dà il temporale,
c'è chi lo ama, chi si dispera,
chi si ferma a guardare il suo riflesso nell'acqua,
chi scappa lesto a cercare riparo
e sulla faccia si nota un sorriso amaro.
Corre veloce la città
e non sopporta la pioggia autunnale
perché non può fermarsi a guardare.



Verso il mare

Camminando il cielo si fa misterioso,
il mare incalza con la sua profondità,
il mistero si infoltisce di speranze,
ed il tuo abbraccio rincuora l'anima...



Righi

Sali sull'erba al Castello
e arriva sul tetto
e poi lo vedrai davanti a te il mare.
Al ritorno cammina lentamente
e discesa ti sentirai una signora.



LA PERCEZIONE
LA SENSAZIONE CHE VA IN UN SENSO
CONTROBATTUTA DA CONCETTI
CONFERMATI PERÒ DALLA PRATICA
POI SONO PARANZIE

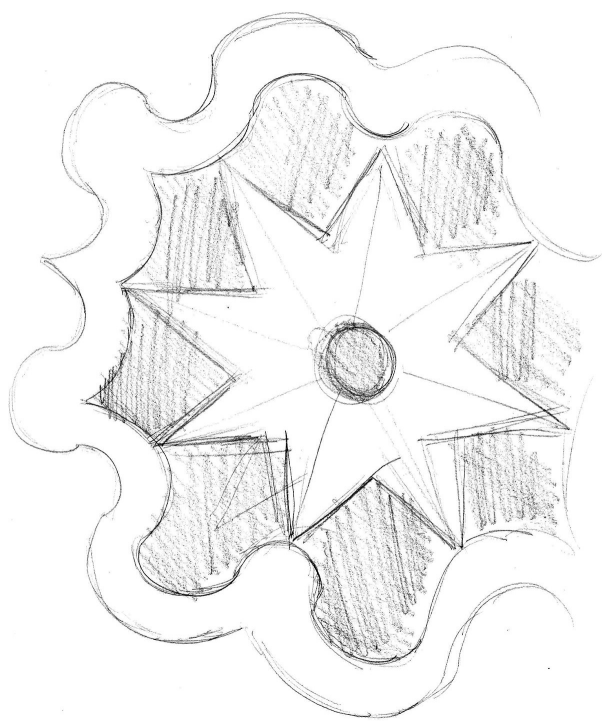
Il mio nome

Cerco il mio omonimo
lo cerco online in città.
In giro per il mondo lo cerco
per vedere cosa vedono gli altri
mentre mi vedono,
per sentire pronunciare il mio nome,
per capire cos'è un nome, il mio.



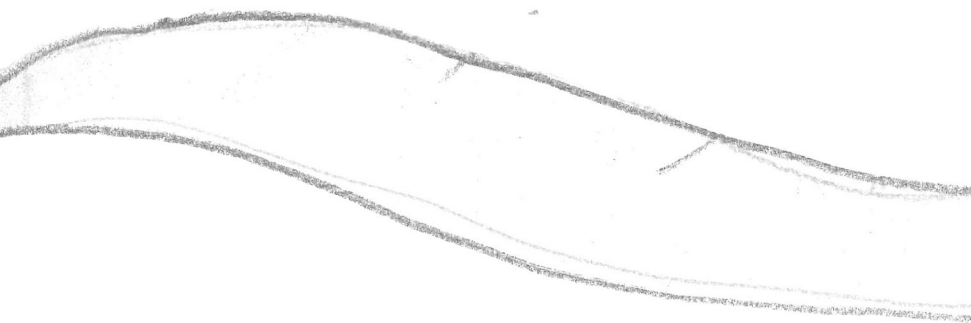
Il decreto

Il decreto vien di notte, se tu esci sono botte.
Se non segui le istruzioni ecco a te già le sanzioni.
Se non sai cosa mangiare però in chiesa puoi pregare.
Mascherine, gel e guanti, non pagare coi contanti.
Niente cene con gli amici
Ma sui bus tutti felici.
Coprifuoco ci hanno detto, il decreto vuol rispetto
Sempre colpa della gente anche quando non fa niente.
Al lavoro ci puoi andare, tutto il resto da scartare.
Ogni giorno ce ne è uno, ci vediamo nel 31.
Il decreto vien di notte, ogni giorno nuove botte.
Te lo butta lì in sordina e rovina la mattina.
Del doman non c'è certezza, mai nessuna sicurezza
Ma lo fa per il tuo bene, che morir non ti conviene,
Non di questa malattia, ma di stenti e di apatia.



Distanze/Vicinanze

La distanza non esiste,
la distanza è ciò che noi vogliamo che sia.
Ora tutti noi siamo insieme
perché l'amicizia che ci lega è più forte della
[lontananza...



Scrivere





La penna

Ho davanti un foglio bianco
dove io posso scrivere quello che voglio,
liberamente, senza freni.
I miei pensieri scorrono con la mia penna.
Gioia e turbamenti riaffiorano per momenti
[importanti,
A volte anche lacrime scendono sul viso.
poi pian piano la penna frena la sua corsa,
la tensione si fa meno e la scrittura più calma.
Paura, ira, inquietudine cessano.
Una sensazione di leggerezza e tranquillità mi
[avvolge.
Il sole torna a riscaldarmi
e la mia vita ricomincia, ma questa volta con più
[luce.



Poesia

Ho ritrovato l'ispirazione, la voglia di scrivere è infinita.

Le mie mani tremano con la penna tra le dita.

Scrivo fiumi di parole, alcune lacrime scendono ad
[accarezzarmi il viso.

Emozione del poeta.

Dalla penna fuoriesce dolcemente un inchiostro nero
e in corsivo scrivo le mie memorie.

Poi leggo e rileggo ciò che scrivo,
ma il più delle volte non mi piace e lo cestino.

Estrosità dei poeti.

Comunque sia, scrivo e ciò è importante.

Lascero' un qualcosa ai posteri, almeno spero!

Tristezza di poeta.

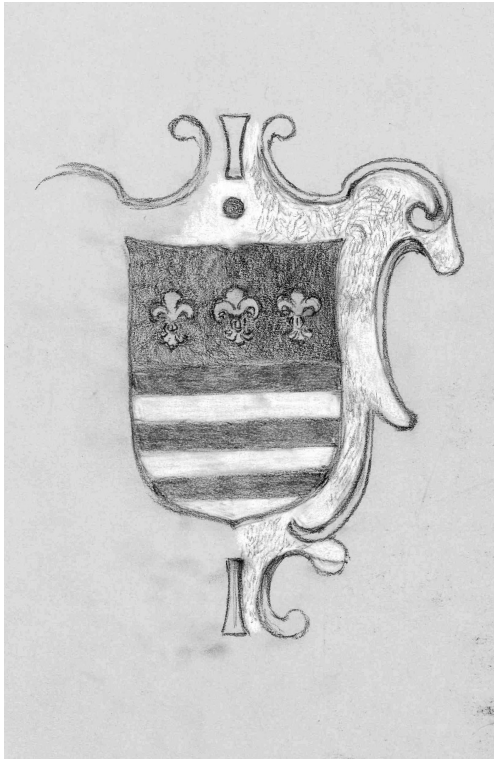
Ora metto un punto e torno a scrivere.

Saggia decisione da poeta.



Senza idee

Scrivo una parola dopo l'altra
cercando un pensiero
aspettando un ricordo,
qualcosa da dirti,
qualcosa di bello,
qualcosa per te.
Mi perdo nei labirinti
della mia mente
inseguendo un'idea
che non c'è.



Concetti

L'astrazione concettuale... massima evoluzione
[dell'essere umano...
per salvarsi da essa... si deve ricadere nella medesima
sotto forma poetica e artistica...



Dopo

Quando finisce qualcosa...
... resta questo insopportabile,
“assordante silenzio”.



Barbalunga

Barbalunga a pragelata sel ghe fato una risata.
A tomato una pignata per cocèr una frittata.
Scoccia i ovi, ruga el furmai.
Meti l'arlechin, briga-brega, el misturo l'è pronto.
Versa, coci, toma, magna.
Ghe manca el sal,
el formai l'è bun,
bevemugne el bruntulun,
n'a pera patocca, n'a ricotta,
panza piena, barba tinta.



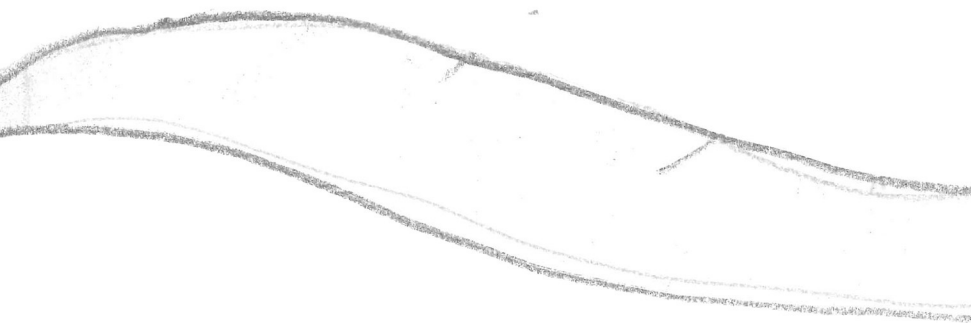
Scrivere emozioni

La poesia è quell'arte di emozioni
uscite da un inchiostro strusciato su un foglio,
che sia ricordato l'attimo di quell'emozione del poeta.



Consapevolezza

Viviamo tutti sotto lo stesso cielo
ma non tutti abbiamo lo stesso orizzonte.
Ogni mano è colpevole di tutto il bene che non ha
[fatto.



Noi





Umanità

Noi siamo quello che succede quando siamo insieme,
siamo parte dell'umanità.

Ma a seconda della scelta in classi, noi siamo
l'umanità intera.

Sotto la doccia volendo siamo l'umanità intera,
attraversando la strada volendo siamo l'umanità intera,
guardando il cielo volendo siamo l'umanità intera.

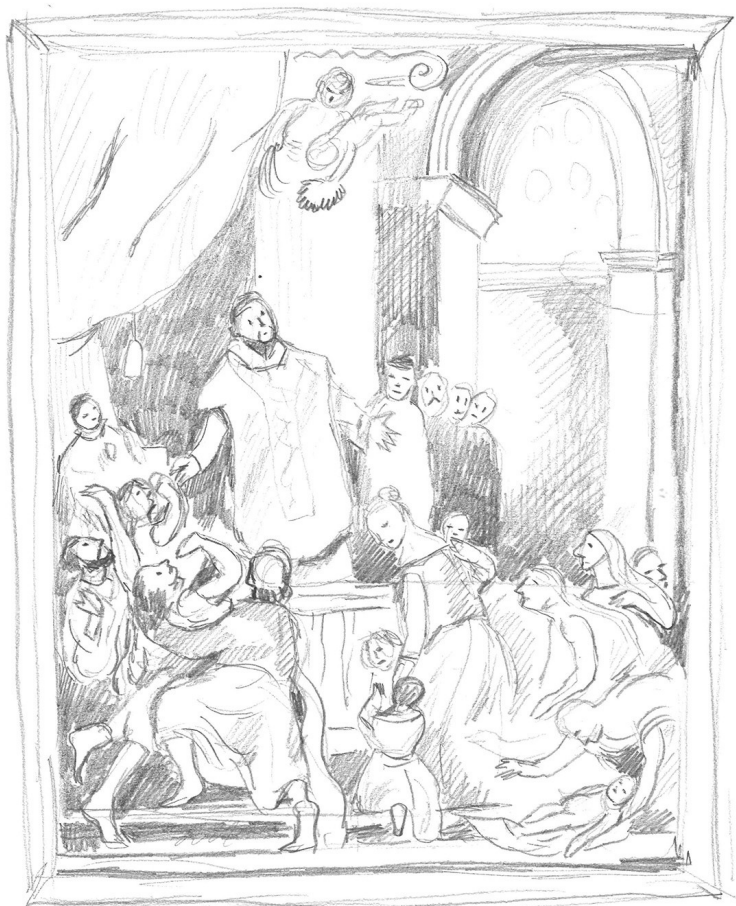
E attorno a un tavolo,
a volte conoscendosi poco più di qualche sorriso,
siamo di nuovo l'umanità intera.

L'umanità intera intorno a un tavolo e ancora di più.



Voglia di vita

Noi siamo corpi informi, leggeri, che vagano
[nell'universo infinito.
Poeti in erba che liberano le menti da pensieri, ricordi
riportandoli su papiri bianchi.
Andiamo lontano, illuminati dalla nostra sicura guida
percorriamo sentieri a volte tortuosi.
Ma troviamo ciò che è rimasto in noi.
L'amore, la fantasia, la voglia di vita piena
che ci regalano quegli attimi di intensa poesia
[collettiva,
piena di emozioni.



Spirito della poesia

Noi siamo qui tornati dopo l'alta marea che ci aveva
[isolati.

Lo spirito della poesia ci ha ricompattati
e quello della condivisione dopo la mestizia.
Noi siamo un piccolo gruppo ma anche grande,
dalla storia antica deriviamo e da quella più prossima,
quella del... prossimo.



Chi siamo?

Siamo o crediamo di sapere chi siamo.

Il saper chi sono mi vien più facile,

ma chi siamo mi par di capire che 1 o 10 o 100 è

[indifferente

ma l'enormità dei nostri pensieri è infinita

e se non fossimo così saremmo nulla.



Diversità

Noi possiamo essere vari tipi di essere umano,
tanti tipi diversi per il paese, il colore.
Possiamo essere simpatici e antipatici, sorridenti e
[tristi.
Decideremo di organizzare la festa adatta alla
[simpatia.
E si parlerà di nuovo di riunione e di scrivere.



Presenti

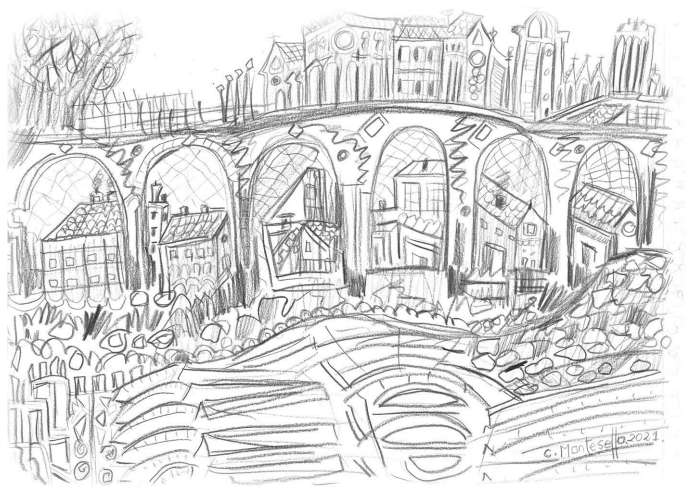
Noi siamo qui adesso, siamo presenti,
siamo presenza, ci presentiamo,
noi siamo e sentiamo.

Noi siamo lo spazio e il tempo in cui vivono le nostre
[sensazioni.



Una famiglia meravigliosa

Noi siamo la forza, noi siamo la vita!
Insieme formiamo una famiglia meravigliosa.
Tutti siamo utili l'uno all'altro.
Dipingiamo la vita a colori.
Descriviamo l'amore in versi.
E cantiamo la vita, quella vera di tutti i giorni.
Vasco Rossi doveva conoscere noi quando ha scritto:
"si può spegnere ogni tanto anche il cervello...".
Noi il cervello lo abbiamo sempre attivo,
anche di notte ed è proprio di notte che vengono le
[idee più belle!
Forza raga! Damoce dentro!



Pittori

Tutti i pittori sono bravi o quasi
tutti i pittori si diletano sulle tele
tutti i pittori espongono.

Alcuni provati dalla timidezza
lasciano sul proprio muro le loro tele.
Acrilico, olio, pastelli, acquerelli,
paesaggi, ritratti, natura morta,
foglie che cadono in autunno
demodé
amori che si struggono
eros.

Tutti i pittori sono sognatori
amano la vita
e dipingono anche il dolce far niente.



Scarti

Scarti: spazzatura, cose inutili,
oggetti che non servono più.
Orribile è associare la parola scarti a persone povere,
“gli invisibili” della città
che vengono considerati scarti dell’umanità.



Scarti

Alcune persone le scarti tu,
alcuni si scartano da soli perché sanno di essere
[indesiderati.

Molti vengono scartati perché non ritenuti idonei per
[la società.

Anche dopo morti alcuni vengono scartati,
niente funerali,
dritti al cimitero,
dimenticati.

Anche tu mi scarti dicendomi non ti amo più
e tutti gli scarti delle navi petrolifere che finiscono in
[mare?

Scarti, che fare?

Noi continuiamo a lottare.



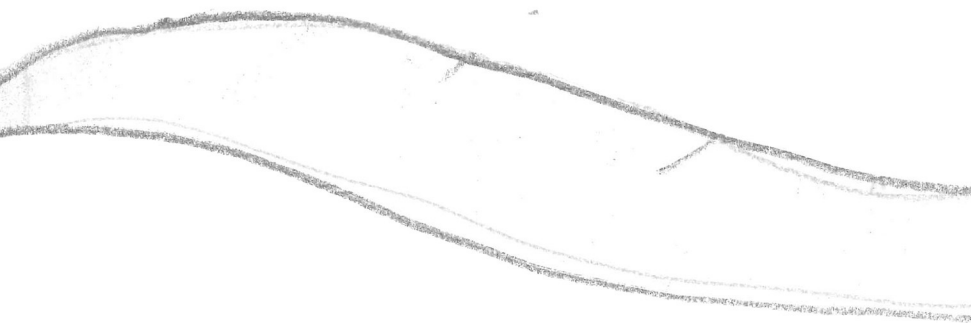
Compleanno

Ho levato la carta in fretta
volevo vedere cosa c'era dentro
l'ho buttata dietro di me poi ho aperto la scatola
conteneva matite colorate,
tantissime bellissime
volevo provarle ma non avevo più carta.
Riciclano la carta, riciclano il vetro, riciclano l'umido
che diventa terreno fertile, riciclano la plastica e anche
[l'acciaio.
Tu mi hai scartato
e ancora nessuno mi ha riciclato.



Meraviglia

Bevo da questo calice la nostra chat piena di poesie
e mi inebrio di vino e di versi.
Penso all'amore che ormai non vi è più
e a quello ritrovato per Gesù.
Ritorno bambina e riguardo le mie foto e dico:
“che belle cartoline”,
ma a chi scrivo?
Al passato che non tornerà più, al presente o al futuro?
Non ho niente da dire, mi dico.
E allora scrivo a voi poeti come me,
ma anche pittori, cantanti, operatori.
Riguardo al passato con voi,
al presente e futuro insieme e mi dico:
“Che meraviglia!”.



Bisogni





Abbracci

Punti, virgole, parentesi.

Solitari riposi in culle di poesia, numeri...

Unica certezza di vita.

Se insieme potessero danzare,

in quegli abbracci lontani dal giorno,

la terra forse smetterebbe di tremare

e l'uomo potrebbe anche tornare a sognare

sulle note di una poesia!



L'abbraccio

Un abbraccio è sempre bello che sia sincero o
[menzognero...]

Un abbraccio è un abbraccio,
di gioia, di dolore ma è un abbraccio
che ti stringe il cuore.
È allegro, spensierato e ti fa tornare al passato.
È un ritrovarsi e perdersi nei ricordi.
Un abbraccio al bambino appena nato,
un abbraccio alla mamma anziana,
a un amico, a un cagnolino abbandonato,
a un ammalato
e tanti abbracci ai disagiati.
Ora uniamoci e abbracciamo il mondo
sperando in un mondo migliore.



Amalbert

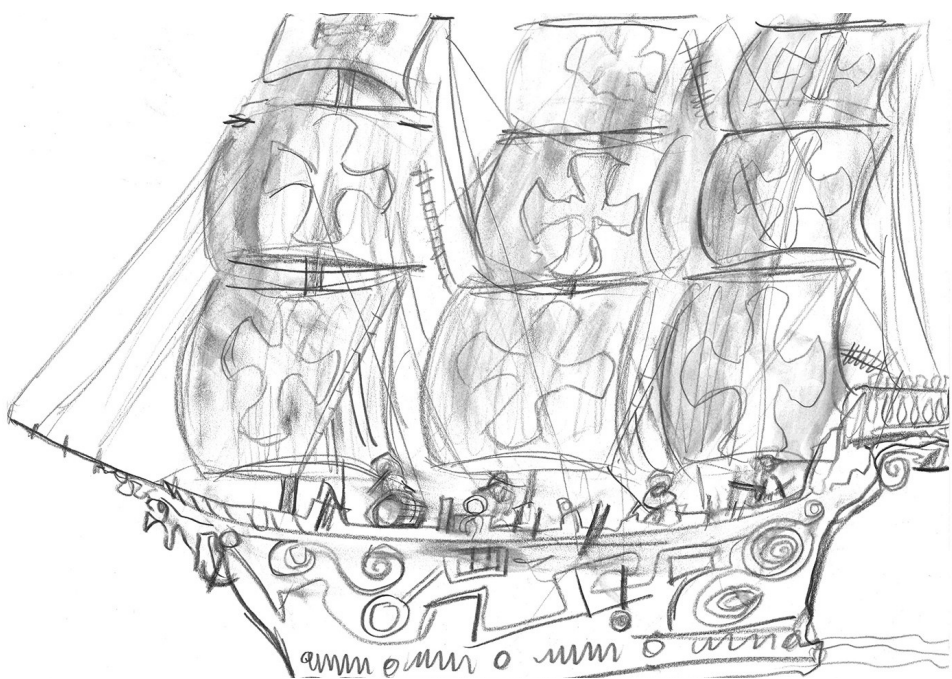
You can't always get what you want

Non possiamo avere tutto ciò che vogliamo,
ma possiamo accettare quello che non capiamo.
Non è la cosa più semplice da fare
ma ci possiamo almeno provare.

A volte arrivano gratis dei doni che sono davvero
[inaspettati.

Piccole cose che ci rendono felici,
come l'incontro con dei veri amici.
Non ci dobbiamo mai scoraggiare
perché la vita ci può riservare a volte fiori a volte
[dolori.

Con grande forza e un po' di costanza
non dobbiamo mai perdere la speranza.
Forza coraggio, se ci riproviamo
ad una giusta meta arriviamo.



You can't always get what you want

Non possiamo avere tutto ciò che vogliamo. Certo che
[no!

Purtroppo (o per fortuna?).

In realtà ci accontenteremmo anche di meno,
di poco, di qualche cosina.

E così è difficile accettare il limite, l'impossibile,
l'ostacolo, l'imprevisto,
la nostra condizione... umana.



Freedom

La libertà... come si può vivere la libertà
dove la libertà è solo un concetto...



Alone

Tutti i giorni sperimento la solitudine.

È un pensiero che ha tanti anni.

Si è ormai affisso in me.

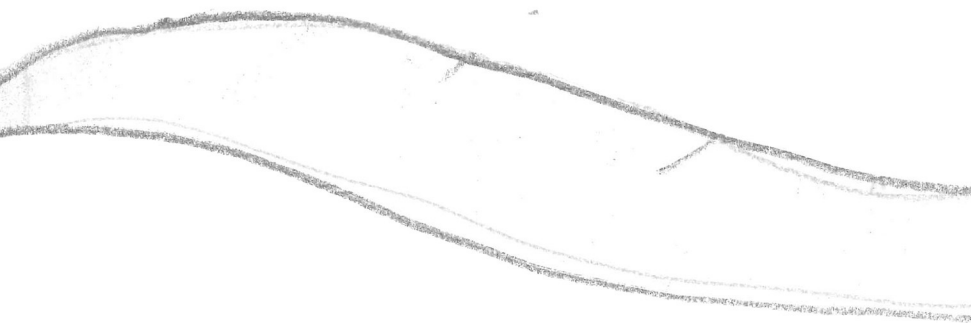
Se in questi ultimi anni vorrà ancora compagnia

Il Solo, solo.



A me

A me che se le cose vanno storte
Ho sempre il sorriso in faccia.
A me, che ogni volta che c'è da aiutare qualcuno
Sono sempre presente...
A me che non mi pento di niente.
A me che, anche se ho sofferto,
Continuo a seguire il mio cuore...
A me che se cado mi rialzo sempre!



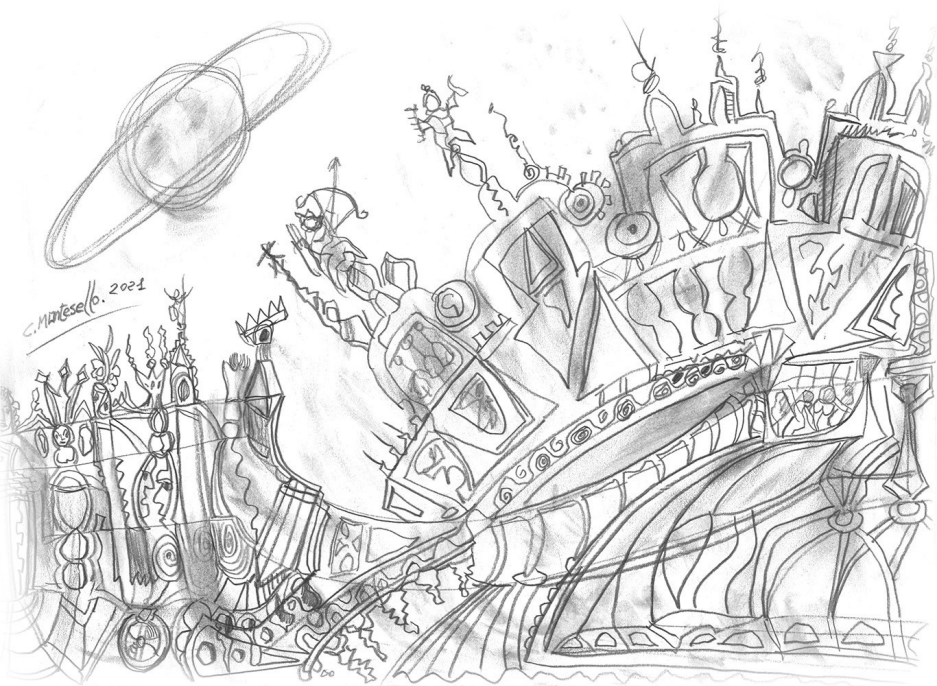
Sogni





Scoprire un mondo

Ho scoperto un mondo salendo in soffitta,
sopra la mia camera.
accendo la lampadina... non si accende... è bruciata
chissà da quanto tempo!
Accendo una torcia e, con difficoltà e inciampando,
ho scoperto un mondo di ricordi, belli e brutti.
in un angolo dentro una cassetta
ritrovo l'orso su un barile
e allora, prendendolo in mano,
ricordo quante lacrime ho fatto,
ritrovandolo quella sera sulla scrivania con la gamba
[staccata accanto.
la mia culla dove sono nata, fatta dal nonno
con il legno di castagno e, in un angolo sotto a dei
[giornali,
ho ritrovato la mia prima bambola di pezza
con i capelli fatti di paglia!
Sul mio viso è scesa una lacrima, mi sono emozionata
ripensando come era felice e contento il nonno del suo
[dono.
Non ho viaggiato, non ho visitato nazioni
ma, in una sola sera,
ho scoperto un mondo pieno di emozioni.



Tra sogno e realtà

Un muro davanti a me,
angoscia, paura.
Una turbina gira e mi risucchia,
mi ritrovo al di là del muro,
cammino sola coi miei pensieri.
Salto al di là di una siepe
E mi ritrovo in un labirinto mentale.
Non ho una mappa oppure sì?
Devo evadere.
Fuggire da me stessa.
Mi sono persa, ho svoltato prima a sinistra poi a
[destra.

Finalmente le istruzioni chiare davanti a me.
Volo pindarico.
Brusco viaggio ed è ancora ieri e già domani.
Un sogno.
Tra sogno e realtà.



A sera

È un'amica: nel suo buio mi nascondo e ritrovo
[serenità.
Nella sua oscurità i cattivi pensieri che mi logorano
come per magia si attenuano e a volte spariscono.
Mi sento immersa nella TRANQUILLITÀ
e alzando gli occhi al cielo stellato
guardo la luna splendente
e mi convinco che i pensieri che mi opprimono non
[esistano più.
Ma ahimè alle prime luci del giorno tutto torna come
[prima,
i pensieri molesti ricominciano a torturarmi.
Spero allora che torni presto la sera
per poter chiudere gli occhi e immergermi nel buio
per ritrovare la serenità del sonno.



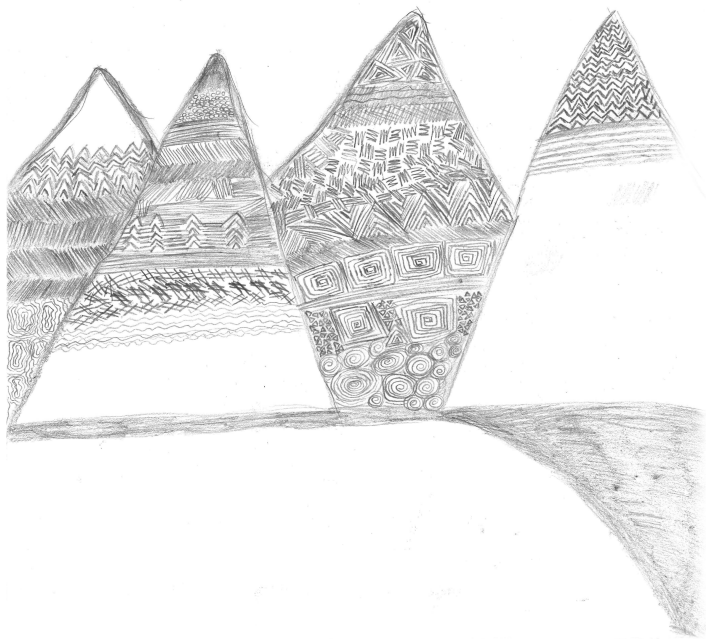
Enigma

Non è facile a dirsi
Nemmeno a farsi.
Le idee vanno e vengono
Come un turbine nella mia testa.
Tutto si concentra in un groviglio di idee.
Niente si realizza.
Mondi meravigliosi mi appaiono nel sogno,
Ma la vita non è ciò che sembra.
Ogni giorno è uguale all'altro.
Le idee si susseguono. Volere volare.
Partire.
Mille progetti in cantiere.
Carta su carta,
Inchiostro su inchiostro.
Una cartina appesa alla parete.
Uno zaino stanco di aspettare su una sedia.
L'orologio va avanti, ma in senso antiorario.
La mia pelle a squame,
Le mie notti insonni.
Le mie idee tracciate su carta.
Una bussola. Tutto si ferma,
Anche l'orologio.
Stanca e inerme, Mi accascio sul divano,
E anelo alla vita quella vera.
E attendo.



Portami via

Portami via con te
non voglio vivere questo incubo!
Sentieri si dividono.
La mia mente è un intreccio di cartelli stradali.
Mi ritrovo per caso su Marte.
Sono evasa da me stessa.
Una virgola, un punto
e niente è più lo stesso.
Grovigli di corteccia cerebrale.
Metafore, simboli,
un'atomica sta esplodendo dentro di me.
Ignoro, metabolizzo.
Poi spengo il mio cervello
e come un riccio mi chiudo in me stessa.



Mezzaluna

Nel buio della notte,
appesa a un filo invisibile,
spicca luminosa una stupenda mezzaluna.
A tutti gli occhi che la guardano,
ammirati di tanto splendore,
sembra dire: “Rallegratevi con me
che con la mia immagine
vi faccio sognare...
ma voi sulla terra
potete rallegrarvi della vostra frenetica esistenza?”.



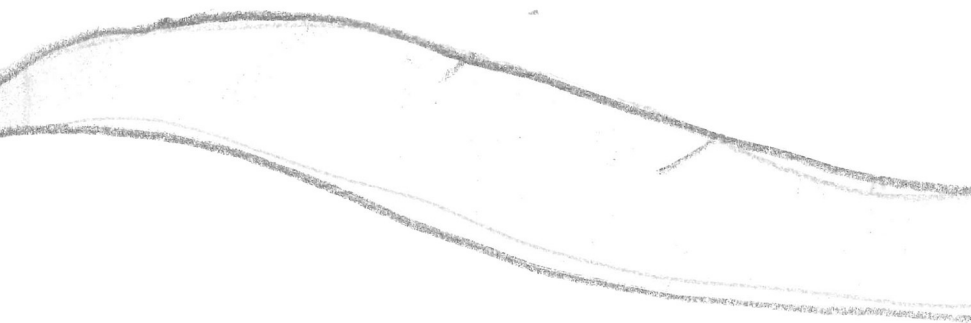
L'airone

In questa sera, con il sole nascosto dietro i monti,
il cielo azzurro e qualche nuvola grigia, penso:
quanto è meravigliosa la vita
anche se a volte è dura, piena di alti e bassi.
Più delle volte bassi.
Ma io mi rialzo e come un airone prendo il volo!
Alta nel cielo mi libro sopra le montagne
e guardo delle piccole formichine in basso,
coloro che non hanno voluto darsi la spinta per volare,
per riprendersi la vita in mano!
Ma io volo sempre più in alto e niente mi può fermare.
Unica parola d'ordine sempre:
“amore per la vita!”.



Evviva!

Scende ormai la sera,
il tramonto che scompare,
i lampioni che via via si accendono
qualche ritardatario verso casa.
Ultime giornate di autunno.
È l'Avvento,
aspettando il Natale.
Un po' triste quest'anno,
ma noi con la nostra chat,
le nostre poesie e i nostri colori
lo trasformeremo in una miriade di fuochi artificiali!
Evviva noi! Evviva voi!
Unici!
Fantastici!
Sublimi!



Musica e altro



Volontà e bisogni

*Non puoi avere tutto ciò che vuoi,
ma se ci provi puoi avere ciò di cui hai bisogno*

Il 2020 è stato un anno difficile; abbiamo visto come la pandemia e tutte le misure di contenimento adottate abbiano minato profondamente le difese (ma anche le risorse) psico-fisico-sociali e spirituali di tante persone, indistintamente da credo, ceto, colore della pelle. Questo ha portato a spirali discendenti in cui la paura l'ha fatta da padrona; a questa, la risposta prevalente è stata quella del *freezing*, congelamento, impieppimento. Sicuramente la società ha fatto un balzo verso il futuro, prima impensabile (videoconferenze, videolezioni, videomesse, concerti in *streaming* o, se in presenza, addirittura all'interno di bolle antisociali, vedi i concerti dei Flaming Lips), un futuro forse auspicato da alcuni, ma sicuramente lontano anni luce dalla nostra idea di esserci, per se stessi, per l'altro, con l'altro. Siamo partiti quindi da questa impossibilità per cercare di capire come farvi fronte. Il coraggio è sicuramente la risposta migliore alla paura e alla depressione, ma quale coraggio si può mai avere in questo periodo? Non quello impulsivo e irrazionale che spinge alcuni a strapparsi le mascherine in piazza disprezzando la paura degli altri, ma nemmeno quello impulsivo e irrazionale di far finta che non ci sia nulla e sperare di non "prendersele" non adottando alcun tipo di precauzione.

Il coraggio di cui si parla è quello di reagire, agire, non fermarsi, utilizzare tutte le proprie risorse resilienti e non farsi impietrire dall'immobilismo. Nonostante tutto la terra continua a girare, gli anni i mesi e i minuti continuano ad avanzare, restare fermi e immobili significa essere morti in vita, una vita non vissuta, subita, patita. Non possiamo avere tutto quello che avremmo voluto, ma abbiamo un grande bisogno di vivere. Ed è qui che ci vengono in aiuto i Rolling Stones, una delle band più longeve del rock, un gruppo che si è sempre tenuto al passo coi tempi reinventandosi centinaia di volte, ma soprattutto senza mai fermarsi di fronte alle ingiustizie/malattie/morti/traumi e problemi con gusto e passione per la vita. Arrivati alla soglia degli ottant'anni, non pensano minimamente di andare in pensione. Mick Jagger e Keith Richards hanno dimostrato di saper rinunciare agli eccessi pur di continuare a essere felici; il primo con la sua attenzione all'attività fisica, allo sport, all'alimentazione sana, il secondo è riuscito a smettere (già a metà degli anni Settanta) con l'eroina, e recentemente (non è mai troppo tardi!) a uscire dalla dipendenza dall'alcol.

Anno 1969. Come i Beatles di *Hey Jude*, anche i Rolling Stones volevano fare un pezzo con il coro e in poco tempo hanno composto *You Can't Always Get What You Want*, un brano che arriva alla fine della stagione d'oro degli hippy, il momento della disillusione; le droghe psichedeliche, che in un primo momento sembravano poter aprire le "porte della percezione", avevano cominciato a lasciare i loro gravi strascichi (vedi Brian Jones, bassista degli Stones, morto sotto effetto di sostanze, o Robert Wyatt, che sotto effetto di acidi si lanciò da una finestra per rimanere poi paralizz-

zato a vita, Syd Barrett dei Pink Floyd, Skip Spence, Brian Wilson leader dei Beach Boys, tutti affetti da gravi forme di schizofrenia prevalentemente dovute o favorite dall'LSD). Arriva così la fase obbligata del dover fare i conti con la realtà, il momento del “non puoi avere tutto ciò che vuoi”. Una frase nata da una banalità: si racconta di un drink che Mick Jagger avrebbe preteso al bar di un albergo di lusso, ma il barista gli disse che non aveva gli ingredienti. Alla rabbia di Jagger il barista rispose: “You can't always get what you want”, non puoi sempre avere ciò che vuoi. Questa frase e la successiva “but if you try sometimes, you get what you need” – ma se provi ogni tanto hai ciò di cui hai bisogno – mettono in gioco dei temi che forse vanno anche al di là delle vere e proprie intenzioni degli autori. Il tema che salta subito all'occhio è quello della volontà, quel “if you try”, se ci provi. Già, perché questo è proprio il primo aspetto del coraggio, sentire (come afferma Roberto Assagioli, padre della Psicodinamica) che *esiste* una volontà, per poi comprendere che *abbiamo* una volontà e arrivare a percepire di *essere* volontà. Il concetto di volontà in Psicodinamica è molto ampio ed esula dal contesto di questo articolo, ma basti pensare al fatto che quando in Psicodinamica si parla di volontà si contemplano tutti i suoi aspetti (l'aspetto forte, ma anche e soprattutto quello saggio, quello buono e quello trascendente). Per sintetizzare, possiamo avere l'immagine di una ascesa in montagna. L'aspetto di volontà forte è quello che ci permette di attivarci, muoverci e cominciare a salire, come una specie di “miccia”, ma se ci fosse solo questo correremmo il rischio di non arrivare al traguardo. Qui entra in gioco la volontà saggia, che porta a considerare e

valutare il percorso migliore per ascendere, porta alla preparazione e alla deliberazione. Poi c'è la volontà buona, che porta a non salire solo per se stessi, ma ad aiutarsi con chi sale con noi in modo da avere anche più possibilità di arrivare (tutti) al traguardo. E infine la volontà transpersonale, che è quella più in contatto con il trascendente, una volontà più grande della nostra, volontà divina, quella che fa percepire, usando le parole di San Francesco, di essere “strumento della sua pace”.

Ed ecco come la volontà e lo sforzo personale possono fondersi con la grazia, in un abbandono che non è resa ma costruzione attiva e attesa attiva. In questo modo possiamo entrare in contatto e trovare soddisfatti i nostri veri bisogni, quelli profondi. Che non sono quelli fondamentali della scala di Maslow – mangiare, dormire, essere protetti e riconosciuti, far parte di un gruppo (bisogni che sicuramente sono necessari e imprescindibili) – ma quelli che lo stesso Maslow descriveva come bisogni di autorealizzazione.

Con questo progetto abbiamo provato a lavorare su tutti i bisogni, constatando che davvero non potevamo avere tutto ciò che volevamo (registrare tutti insieme in sala di registrazione, cantare senza mascherine prima e dopo, doversi vedere all'aperto con la distanza e le mascherine, fare un videoclip ecc.), ma che nonostante tutto siamo riusciti a vederci, a confrontarci, a riconoscerci, a far parte di qualcosa di più grande di tutti noi.

Il Collettivo Moto Perpetuo, la band nata dal laboratorio di musica dell'Associazione San Marcellino, ha registrato in due giorni dell'ottobre 2020 la base strumentale del pezzo. Hanno suonato: Giorgio Laboria

alle tastiere, Luigi Oliveri al pianoforte, Carmelo La-tella e Mario Caria alle chitarre elettriche, Lorenzo Penco al basso, Michele Montecucco alla chitarra acustica, Luca Canini alla batteria con gli special guest di Marco Tindiglia (chitarrista e responsabile del Gezmatz, qui in veste di trombettista) e al sax Stefano Riggi, una delle perle del jazz contemporaneo. Queste due giornate sono state il frutto del lavoro iniziato subito dopo il primo *lockdown* di maggio.

Come cantante la scelta è caduta su Alberto Debenedetti, meglio conosciuto come Bobby Soul, gloria del soul genovese con più di vent'anni di carriera, con partecipazioni a gruppi come Blindosbarra, Sensasciou e Voci Atroci, con i quali ha registrato numerosi album. La scelta è stata dettata dalla sua verve, dalla grinta con cui propone il suo repertorio e dal suo timbro black, uno tra i pochi che avrebbe potuto reggere il confronto con Mick Jagger.

Il coro, composto da numerosi volontari, ospiti, operatori dell'associazione, e diretto dalla volontaria Giulia Zerbino, ha eseguito le prove durante un periodo compreso tra settembre e novembre, a cadenza settimanale; le registrazioni sono state rocambolesche, nella chiesa di San Marcellino trasformata in sala di registrazione per garantire la sicurezza di tutti (con gruppi di quattro persone separate da teli di plastica, ognuno con il proprio microfono, previa misurazione della temperatura e sanificazione).

Non ci siamo arresi, il nostro sforzo ci ha portati a far parte di qualcosa di più grande del mero insieme delle nostre parti. Ognuno si riconosce nel brano registrato pur facendo i conti e interrelandosi con l'altro, senza lasciare spazio a protagonismi inutili.

Al traguardo siamo arrivati tutti assieme, con gioia, passione, condivisione, sforzo e soddisfazione.

Questo libro raccoglie le poesie, i disegni, le tracce audio e il video. Un anno dopo la registrazione audio, abbiamo girato anche il videoclip. C'è voluto tutto questo tempo per creare una rete che progettasse un lavoro collettivo. Siamo partiti da un accordo con l'Università di Genova per avere supporto tecnico, l'Università ha coinvolto un regista, i laboratori si sono attivati, ne è nato uno proprio con lo scopo di girare il video. Ancora una volta si è fatta esperienza di comunità attraverso l'arte, come con la poesia e il disegno: mettere al centro l'arte ha permesso di creare percorsi di aggregazione, di comunità, in cui ciascuno si è sentito incluso e partecipe, a prescindere dalle proprie competenze o qualità.

Michele Montecucco

psicologo, psicoterapeuta, già responsabile
del Laboratorio di musica di San Marcellino

Contenuti extra



San Marcellino presenta
You Can't Always Get What You Want

Come tutti i laboratori di San Marcellino, quello di musica ha cercato di mantenere l'attività durante le restrizioni dovute al Covid. Siamo quindi riusciti a registrare la cover di *You Can't Always Get What You Want* facendo prove distanziate, registrando in diversi momenti, in diversi luoghi, abbiamo dovuto chiedere aiuto a molte persone, allargando così il laboratorio oltre i confini di San Marcellino e costruendo una comunità più ampia di quella di partenza. Quando le condizioni l'hanno permesso, abbiamo girato il video coinvolgendo ancora più persone, e grazie a questa esperienza (e all'Università di Genova che ci ha sostenuto) è nato il nuovo laboratorio di riprese video.



Inquadra il QR code dal tuo smartphone
per ascoltare il brano e guardare il video di
You Can't Always Get What You Want

HANNO PARTECIPATO ALLA REGISTRAZIONE DEL BRANO

MUSICISTI: Giorgio Laboria, tastiere; Luigi Oliveri, pianoforte; Carmelo Latella e Mario Caria, chitarre elettriche; Lorenzo Penco, basso; Michele Montecucco, chitarra acustica; Luca Canini, batteria

LABORATORIO DI MUSICA / COLLETTIVO MOTOPERPETUO: Michele Montecucco, Carmelo Latella, Mario Caria, Luca, Lorenzo Penco, Giorgio La Boria, Giulia Zerbino, Antonio Scicchitano, Luigi Oliveri, Tiziano Bennati

IL CORO DI SAN MARCELLINO: Giulia Zerbino, Francesca Barberis, Guido Bava, Danila Di Salvo, Claudio Mancini, Marta Profumo, Gabriele Torrisi, Sandro Montano, Paula Michelsen, Federica Mazzini, Lorenzo Penco, Michele Montecucco, Giovanni Lambardi, Anna Barberis, Patrizia, Carlo Montesello, Maria Teresa Parodi, Giorgio La Boria, Matteo Anselmo, Caterina Piserà, Antonio Scicchitano

FONICO: Luca Nasciuti

OSPITI SPECIALI: Bobby Soul, voce solista; Stefano Riggi, sassofono; Marco Tindiglia, tromba

HANNO PARTECIPATO ALLA REGISTRAZIONE DEL VIDEO

ATTORI E COMPARSE: Carlo Montesello, Maddalena D'Addario, Germano Pinto, Giampaolo Bisio, Massimo Semprevivo, Carmelo Latella, Lucio Basadonne, Bart, Niklas Albites Cohen, Marco Alloisio Monte, Barbara Pitto, Gianfranco Naitza, Silvana Abate, Fatijon Kanapari, Roberto Boccia, Pietro Garaventa, Tiziano Bennati

REGIA E COORDINAMENTO: Vanessa Bazzoni, Caterina Piserà, Pietro Garaventa, Walter D'Addario, Lucio Basadonne

AIUTO REGIA E PRODUZIONE: Valeria Piras, Alberto D'Agnano, Alberto Baschera

FOTOGRAFIA: Davide Colobino

OPERATORE DRONE: Giancarlo Galante

TRUCCATRICE: Katia

Prodotto da Università di Genova e San Marcellino

Indice degli autori

Lorenzo Penco	segno di pag. 16
Raffaella Mariani	parole di pag. 17
Carlo Montesello	segno di pag. 18
Raffaella Mariani	parole di pag. 19
Marco Alloisio Monte	segno di pag. 20
Marco Alloisio Monte	parole di pag. 21
Danila Di Salvo	segno di pag. 22
Milena Ceccardi	parole di pag. 23
Danila Di Salvo	segno di pag. 24
Milena Ceccardi	parole di pag. 25
Carlo Montesello	segno di pag. 26
Milena Ceccardi	parole di pag. 27
Dario De Angelis	segno di pag. 28
Raffaella Mariani	parole di pag. 29
Dino Galiazzo	segno di pag. 30
Habiba Yussuf	parole di pag. 31
Marco Alloisio Monte	segno di pag. 32
Matteo Anselmo	parole di pag. 33
Lorenzo Penco	segno di pag. 34
Raffaella Mariani	parole di pag. 35
Lorenzo Penco	segno di pag. 36
Raffaella Mariani	parole di pag. 37
Carlo Montesello	segno di pag. 40
Milena Ceccardi	parole di pag. 41
Carlo Montesello	segno di pag. 42
Raffaella Mariani	parole di pag. 43
Lorenzo Penco	segno di pag. 44
Lorenzo Penco	parole di pag. 45
Danila Di Salvo	segno di pag. 46
Marco Alloisio Monte	parole di pag. 47
Carlo Montesello	segno di pag. 48

Marco Alloisio Monte	parole di pag. 49
Carlo Montesello	segno di pag. 50
Raffaella Mariani	parole di pag. 51
Mona Khalil	segno di pag. 52
Dario De Angelis	parole di pag. 53
Lorenzo Penco	segno di pag. 54
Dario De Angelis	parole di pag. 55
Marco Alloisio Monte	segno di pag. 58
Filippo Balestra	parole di pag. 59
Lorenzo Penco	segno di pag. 60
Raffaella Mariani	parole di pag. 61
Lorenzo Penco	segno di pag. 62
Erminia Murchio	parole di pag. 63
Lorenzo Penco	segno di pag. 64
Dario De Angelis	parole di pag. 65
Dino Galiazzo	segno di pag. 66
Habiba Yusuf	parole di pag. 67
Danila Di Salvo	segno di pag. 68
Lorenzo Penco	parole di pag. 69
Carlo Montesello	segno di pag. 70
Raffaella Mariani	parole di pag. 71
Carlo Montesello	segno di pag. 72
Raffaella Mariani	parole di pag. 73
Mauro Piero Bisogno	segno di pag. 74
Milena Ceccardi	parole di pag. 75
Carlo Montesello	segno di pag. 76
Raffaella Mariani	parole di pag. 77
Carlo Montesello	segno di pag. 78
Lorenzo Penco	parole di pag. 79
Carlo Montesello	segno di pag. 80
Raffaella Mariani	parole di pag. 81
Danila Di Salvo	segno di pag. 84
Raffaella Mariani	parole di pag. 85
Carlo Montesello	segno di pag. 86
Milena Ceccardi	parole di pag. 87
Marcellino Amore	segno di pag. 88

Marta Profumo	parole di pag. 89
Carlo Montesello	segno di pag. 90
Erminia Murchio	parole di pag. 91
Carlo Montesello	segno di pag. 92
Marco Alloisio Monte	parole di pag. 93
Carlo Montesello	segno di pag. 94
Mario Giussani	parole di pag. 95
Lorenzo Penco	segno di pag. 96
Milena Ceccardi	parole di pag. 97
Carlo Montesello	segno di pag. 100
Milena Ceccardi	parole di pag. 101
Carlo Montesello	segno di pag. 102
Raffaella Mariani	parole di pag. 103
Carlo Montesello	segno di pag. 104
Milena Ceccardi	parole di pag. 105
Carlo Montesello	segno di pag. 106
Raffaella Mariani	parole di pag. 107
Dino Galiazzo	segno di pag. 108
Raffaella Mariani	parole di pag. 109
Tiziano Bennati	segno di pag. 110
Milena Ceccardi	parole di pag. 111
Carlo Montesello	segno di pag. 112
Raffaella Mariani	parole di pag. 113
Carlo Montesello	segno di pag. 114
Raffaella Mariani	parole di pag. 115

Oltre a tutti gli autori sopra citati, ringraziamo tutti quelli che hanno partecipato a diverso titolo e che ci hanno sostenuto in questi anni. In particolare, la pubblicazione di questo libro è stata resa possibile dai contributi di Maria Clara Grignolo, che da sempre raccoglie, custodisce e cataloga tutte le poesie; Matteo Anselmo, per la consulenza grafica; Danila Di Salvo e Juan Pablo Santi, che hanno seguito tutto il processo di raccolta e selezione dei testi e delle immagini, contribuendo in modo determinante alla forma del libro.

Indice del volume

<i>Istruzioni per l'uso</i> , di Lorenzo Penco	5
<i>Introduzione</i> , di Nicola Gay	7
<i>Genova di segni e di sogni</i> , di Laura Garbarino	9
<i>Ci sono piante...</i> , di Lorenzo Penco	11
<i>Scrivere poesia</i> , di Carlo Repetti	13
LA CITTÀ	15
SCRIVERE	39
NOI	57
BISOGNI	83
SOGNI	99
MUSICA E ALTRO	117
<i>Volontà e bisogni</i> , di Michele Montecucco	119
CONTENUTI EXTRA	125
San Marcellino presenta	
<i>You Can't Always Get What You Want</i>	126
Indice degli autori	129

