

1000

GOCCE DI RUGIADA

PER IL TERZO MILLENNIO

Terenzio Formenti

DALLA RUGIADA

ANCHE IL DESERTO

FIORISCE... UNA ROSA

Terenzio Formenti nasce nel 1923 a Bagolino e risiede a Brescia. Lavora per 25 anni come farmacista. Poi, passa alla psicologia e alla psicoanalisi e costituisce a Brescia il "Centro persona Coppia Gruppi" nel quale esercita la sua professione.

Dalla successiva scoperta dello psicodramma, che lui ama chiamare "teatro dei sogni", nasce negli ultimi quindici anni un incontro con la poesia.

La sua prima poesia "Io sono l'arcobaleno della notte" nasce il 14 Agosto del 1986 per declamazione spontanea in un seminario-laboratorio sul corpo e le emozioni tenuto dai terapeuti Paola Pacifico e Leonardo Molfetta nella tenuta di Rosano (AL), attività che attualmente ha luogo al Castello di Montiglio <info@castello-montiglio.it>

Escono successivamente i libri "Poesie nate d'estate", "Poesie portate dal vento", "Aquiloni-Cometas", con la traduzione spagnola di Juan Baladán Gadea, "Amore in Poesie", " Foglie sparse", "Gocce di rugiada" (poesie), "Punti bianchi", "Frammenti", "Bagolino, la vallata dell'infinito", "365+1 Gocce di rugiada per l'anno 2000", " trasparenze", "1000 gocce di rugiada per il Terzo Millennio" , "365 Gocce di rugiada felicità per il 2002", "Lo sguardo di Brescia", "365 Gocce di rugiada felicità per il 2003", e altri.

Ha intrapreso alcuni anni fa, per ricordare la figura dell'amico Editore Enzo Bruno, una iniziativa come psicoterapeuta-poeta con un intervento, in italiano, spagnolo, inglese, francese e tedesco su Internet dal titolo "Narrazione catartica", nel quale egli propone, attraverso lo scambio di poesie, fiabe, racconti, canzoni e sogni, una comunicazione che trovi nel simbolico fonte di arricchimento, realizzazione e scoperta dell'armonia, gioia e serenità possibile.

Da 1504 giorni mette in Internet, con l'aiuto dell'amico Danilo Curci <quadrant@iol.it> che ne cura e garantisce con sensibilità la pioggia giornaliera, una goccia di rugiada in sei lingue, goccia, creata da lui, o colta direttamente o per libera associazione dalla produzione letteraria di altri poeti.

Email Internet: terenziofo@virgilio.it

Poesie: <http://www.pegacity.it/15>

<http://www.geocities.com/Paris/9341>

<http://space.virgilio.it/terenziofo@virgilio.it>

<http://digilander.libero.it/linosonet/terenzio.html>

Gocce di rugiada: <http://groups.yahoo.com/group/dewdrop>

Terenzio Formenti

poeta e psicodrammatista

collana

"I sentieri di un rabadomante"

a Marisa

*emergesti dal mio sonno come sogno
e diventasti intensa realtà
di giorni da creare insieme*

**1000 GOCCE DI RUGIADA
PER IL TERZO MILLENNIO**

DALLA RUGIADA

ANCHE IL DESERTO FIORISCE... UNA ROSA

gocce ebbre di vita

magiche gocce

racchiuse in bocce di cristallo

gocce innocenti di pianto

gocce di generosa primavera

cristalli vivi...

d'ambra che stilla dalla roccia

CAPODANNO DI OGNI GIORNO

giorno dopo giorno

- dato l'addio

al sole che tramonta -

cerco nella notte

il mio arcobaleno

giorno dopo giorno

fatto un inchino al sole

che sale

alto nel cielo

- viandante senza meta -

camminando vado...

a vegliare e risvegliare

il mio e il tuo giorno natale

che la sabbia del passato

- insinuata nel piccolo

portugio del presente -

fattasi nella clessidra della vita

polvere di sole e stelle

lenta... ma decisa e contenta

riempia di stupore e meraviglia

il cielo del "nostro" futuro

Terenzio Formenti

Terenzio Formenti

poeta e psicodrammatista

GOCCE DI RUGIADA

GOCCE SUL PARABREZZA

cade

la prima goccia

sul mio vetro

attente...

le altre

si fanno

strada

ora

impazzite...

corrano

si sfiorano

s'accarezzano

si amano

piccole gocce

sul mio vetro

dal libro "Foglie sparse"

Indice

GOCCE DI RUGIADA 2000

Gocce di rugiada... N°. 1

Gocce di rugiada... N°. 2

Gocce di rugiada... N°. 3

Rafael G. Hernández M. dal libro "Così ti vedo donna"

Rafael G. Hernández M. dal libro "Sentire il silenzio"

Rafael G. Hernández M. dal libro "Rimani"

Terenzio Formenti: dal libro "Frammenti"

Terenzio Formenti dal libro "Punti bianchi"

Juan Baladán Gadea: dal libro "Di solitudine e amore"

Terenzio Formenti. Gocce portate dal vento

GOCCE DI RUGIADA 2001

Terenzio Formenti: Gocce portate dal vento

Gocce dalla canzone "Es la fiesta" inviata da "alepsiso"

Terenzio Formenti: Gocce portate dal vento

Gocce nate da poesie di Stefania Ferrini

Terenzio Formenti: Gocce portate dal vento

Robindronath Tagore: dal libro "Un fuoco fresco e verde"

Terenzio Formenti: Gocce portate dal vento

Osho: Gocce dal libro "I silenzi dell'acqua che scorre"

GOCCE DI RUGIADA 2002

Osho: Gocce dal libro "I silenzi dell'acqua che scorre"

Poeti di Mussomeli: Gocce dal libro "Profumi di montagna"

Gruppo Letterario Meteora: Gocce dal libro "Meteora 2000"

Lucilla Pia. Gocce dal libro "De adentro...hacia afuera"

Osho: Gocce da "Il libro dell'armonia interiore"

Bhagwan Shree Rajnesh: dal libro "La comprensione suprema"

Terenzio Formenti: dalla rivista "Campo Grupal -Anno 1 N. 2"

Gocce tratte dalla rivista "Campo Grupal -Anno 2 N.7"

Gocce tratte dalla rivista "Campo Grupal -Anno 2 N. 8"

Terenzio Formenti: Gocce portate dal vento

Dal libro "Scrittori in erba"-Lubrina Editore

Terenzio Formenti: Gocce portate dal vento

Peter Høerg: Gocce dal libro "La scimmia e la donna"

Terenzio Formenti: Gocce portate dal vento

GOCCE DI RUGIADA N° 1

- 1 Giocare a baseball con le gocce d'acqua che cadono sul parabrezza
- 2 Pennellare un'ombra di serenità su un volto triste, donandogli una poesia, un sorriso, o ambedue
- 3 Accettare la compagnia d'una goccia d'acqua incontrata nell'oceano... o sotto la pioggia
- 4 Catturare un'ombra nata dal buio... forse dalla luce
- 5 Accarezzare una pelle e far nascere un'anima
- 6 Accarezzare con gli occhi una figura che passa e che suscita armonia
- 7 Incontrare uno sguardo e sentire che qualcosa nasce dentro di noi
- 8 Accorgerci che qualcuno sta facendo qualcosa per noi, proprio per noi, a che lo fa con amore
- 9 Accarezzare un corpo e accorgerti che stai dialogando
- 10 Incontrare due occhi e sentire che parlano con i nostri
- 11 Accorgersi di star respirando l'armonia dell'universo
- 12 Sentire che un bambino si abbandona a noi perché sente di potersi fidare
- 13 Incontrare una persona che abbandona la sua scorza e la sua corazza e che si affida a noi
- 14 Ricevere una carezza che ci dà vita
- 15 Accarezzare un corpo che si lascia inventare
- 16 Incontrare uno sguardo che ci dona qualcosa
- 17 Sentire una goccia di sudore che ci scende per la schiena dandoci brividi di piacere
- 18 Stormire con le foglie del bosco
- 19 Salire nel vento con le foglie d'autunno prese da un vortice
- 20 Incontrare alla curva di una strada di montagna un turbine di foglie d'autunno che festose ci vengono incontro

- 21 Essere granello di sabbia che gioca con l'onda sulla battigia
- 22 Essere onda che si frange e rifrange contro gli scogli
- 23 Lavarsi gli occhi al mattino sentendo che con noi miliardi di occhi si aprono alla vita in quel giorno
- 24 Essere sotto la pioggia e non sentirsi soli
- 25 Essere nel sole sentendo che milioni di persone godono con noi il suo tepore, o soffrono il caldo che noi stiamo soffrendo
- 26 Guardare la luna con occhi da innamorato/a
- 27 Guardare la luna e sentirsi l'unica persona innamorata dell'universo
- 28 Sognare ad occhi aperti e accorgersene
- 29 Incontrare una mano che si affida alla nostra
- 30 Incontrare una mano che fa sentire il piacere di quell'incontro
- 31 Svegliarsi e sentire che qualcuno sta respirando accanto a noi
- 32 Affidare ad un fuoco che arde le nostre attese
- 33 Dare un fuoco alle nostre attese
- 34 Chiedere alla pioggia come nasce
- 35 Chiedere al vento dove ha il suo nido
- 36 Incontrare un suono e lasciarsi prendere
- 37 Lasciarsi catturare dall'armonia del silenzio
- 38 Incontrare una persona che ci saluta senza conoscerci
- 39 Far nascere con una poesia due lacrime di gioia
- 40 Ricevere in dono un sorriso
- 41 Camminare nella nebbia in compagnia di noi stessi e non perdersi
- 42 Affidarsi a corpo e anima nudi... almeno alle onde del mare
- 43 Addormentarsi sulla riva di un ruscello cullati dal mormorio delle sue piccole onde
- 44 Bere ad una sorgente di montagna, acqua, dono dell'universo
- 45 Scalare una montagna e sentire che le apparteniamo
- 46 Addormentarsi sentendo di appartenere al sonno dell'universo
- 47 Sentire che i pori della mia pelle respirano e ridono con l'universo

- 48 Far nascere una persona e ringraziarla del dono che ci ha fatto
- 49 Reincontrare ogni tanto con stupore il bambino che vive in noi
- 50 Sentire che ci stiamo inventando giorno per giorno
- 51 Essere nudi nel vento e lasciarsi sciogliere nel sole
- 52 Farsi un manto di luna che gioca tra i cespugli
- 53 Seguire con gli occhi un gabbiano nel vento e perdersi con lui in un volo infinito
- 54 Amarsi senza temere di perdersi
- 55 Perdersi senza temere di amare
- 56 Ricordarsi di dimenticare, e dimenticarsi di ricordare
- 57 Ascoltare per sentire
- 58 Guardare per vedere
- 59 Parlare e sentire il sapore dell'ascolto dell'altro
- 60 Fare in modo che l'altro, che sta parlando con noi, gusti il sapore del nostro ascolto
- 61 Accorgersi che ogni goccia del mare gioca con le vicine anche se non le conosce

GOCCE DI RUGIADA N°. 2

- 62 Una pietra che ci parla
- 63 Un mare che ci narra le leggende dei popoli che lo amano e di quelli che lo odiano
- 64 Cercare tra le nuvole il volto della persona amata
- 65 Una rondine che ci racconta le avventure del viaggio, fatto per tornare da noi
- 66 Un porcospino che ci racconta i suoi sogni
- 67 Una stella che cadendo ci chiede di esprimere un desiderio
- 68 Vedere l'arcobaleno in un cielo che ne è privo, o in una notte senza stelle
- 69 Augurare buona giornata ad una persona che ci guarda come per chiedercelo
- 70 Vedere le nuvole di un cielo che ci lascia a bocca aperta
- 71 Sentire il sapore di un abbraccio che ci fa esistere

- 72 Sentire che la primavera è nata anche per noi
- 73 Accorgersi che l'autunno non è solo l'anticamera dell'inverno
- 74 Il sorriso che illumina un volto che più non scorderemo
- 75 Ricevere un grazie ed accorgersi che, forse, abbiamo fatto dono di un frammento di noi
- 76 Accorgersi che, forse, la felicità non è solo una variante temporanea dell'infelicità
- 77 Percorrere un sentiero di montagna, dove ognuno saluta ed è salutato da chi incontra
- 78 Accorgersi che "oggi" non è solo un giorno che viene prima di "domani" e dopo di "ieri", ma che è il primo giorno della vita che avremo da vivere
- 79 Un fiore che ci canta una canzone d'amore
- 80 Accorgersi che l'aria che sfiora il volto dell'altro sfiora anche il nostro e viceversa
- 81 Accorgersi che in una piscina, un fiume, un lago, un mare, l'acqua che bagna il nostro corpo, bagna anche quello degli altri, di qualunque colore esso sia
- 82 Percepire il corpo che abbiamo dentro ai nostri vestiti
- 83 Accorgerci che stiamo respirando e sentirlo come un dono
- 84 Essere nella nebbia e sentirsene piacevolmente avvolti

GOCCE DI RUGIADA N° 3

- 85 Accarezzare con gli occhi le piante, in compagnia del sole, della pioggia, della neve, e della rugiada
- 86 Ridere con l'acqua del torrente e con la pelle del lago increspata dalla brezza
- 87 Provare sulla propria pelle i brividi di piacere che prova la montagna, frugata dalla falce del montanaro
- 88 Frugare un bosco come fa il sole con le sue lame di luce
- 89 Sentire la fragranza del fieno al sole e l'odore del bosco al primo scroscio di pioggia
- 90 Ascoltare i rumori del bosco che si sveglia

- 91 Arrischiarsi a fare quel passo che distingue l'accontentarsi

dall'essere contento

- 92 Incontrare due braccia che ti accolgono e ti donano l'abbraccio

dell'universo

- 93 Domandarsi se sempre la luna che noi vediamo è la stessa di

quella che vedono gli altri o se talvolta può essere anche diversa

- 94 Domandarsi se l'idea che è venuta a noi, anche se non ci sembra "luminosa", possa essere ugualmente "una bella idea"

- 95 Concedere qualche spazio al folle saggio che c'è anche in noi

- 96 Dare qualche spazio anche all'uomo o alla donna delle caverne

che vive ancora in ognuno di noi

- 97 Esercitarsi a scoprire che per incontrare la felicità possibile

bisogna, forse, cercarla, chiederla, donarla, seminarla dentro di sé e negli altri e attenderla sui percorsi che le sono abituali:

i cinque sensi: vista, alla scoperta del paesaggio visivo; udito, alla scoperta del paesaggio sonoro; tatto, alla scoperta del paesaggio percettivo; gusto, alla scoperta del paesaggio gustativo; odorato, alla scoperta del paesaggio olfattivo

- 98 Si potrebbe aggiungere il sesto senso, alla scoperta dei sogni, dell'inconscio, e dei linguaggi sconosciuti

- 99 Altri percorsi possibili potrebbero essere: il corpo, la mente e

"l'anima"; le componenti fondamentali dell'universo: terra, aria,

acqua, fuoco; le arti: disegno, fotografia, pittura, poesia, scultura,

musica, danza ecc...

- 100 Al tutto, forse, sarebbe opportuno aggiungere un po' di sana disponibilità al sorriso, al riso, e all'arguzia

Gocce di rugiada nate e distillate dal libro:

"COSI' TI VEDO, DONNA"

del poeta colombiano Rafael G. Hernández M.

pgrupo@epm.net.co

Soffermarsi in riva al mare dicendogli...

Sono qui, vecchio mare

rendimi come tu solo sai

la parola celata

che mi manca...

oggi

Che le mie parole

siano il tempo e il luogo

al quale gli altri possano...

avvicinarsi e rimanere

- 101 Coltivare nelle situazioni d'amore non solo il senso della

precarietà e dell'attimo

fuggente, ma anche quello della

permanenza e dell'eterno

- 102 Coltivare il senso dell'eterno ma anche l'autenticità e la

significatività di un ieri, di un

oggi, di un domani

- 103 Provare a sperimentare che cosa può significare respirare se

stessi e con se stessi, respi-

rare l'altro / l'altra,

e/o respirare con loro

- 104 Giocare con la vicinanza agli altri e la distanza dagli altri

ricordandoci che anche loro hanno bisogno di giocare a

nascondino con noi

- 105 Domandiamoci, nella coppia, nell'amicizia e nelle situazioni importanti che cosa possono significare le parole "noi" e "noialtri" e sentire quali emozioni ne nascono

- 106 Fare del nostro gusto o senso del sapore un "paesaggio dei

sapori", giocando a darne uno alle persone, alle cose, alle situazioni

- 107 Vivere l'incontro come reincontro, ogni volta nuovo, ogni volta

magico

- 108 Scoprire per gioco il profumo e l'odore dell'altra/o e continuare

a giocare nella realtà e nella fantasia con il paesaggio olfattivo

che è nato dall'incontro

- 109 Domandiamoci che cosa significa il nome dell'altro/altra e cosa proviamo nel pronunciarlo

- 110 Domandiamoci che sensazione specifica ci dà il sentirci

chiamare per nome dagli altri, da "quell'altro" o "quell'altra"

- 111 L'alternarsi delle realtà e della magia di ogni giorno generano

e ri-generano la sorpresa dell'incontro se siamo attenti e curiosi al mistero e ai misteri che continuamente si affacciano nella vita di ognuno di noi

- 112 Prestare attenzione al dono che possiamo ricevere nell'incontro con l'altro/a o che possono ricevere gli altri

nell'incontro con noi

- 113 Tener presente che una comunicazione è tanto più significativa quanto più ci stimola a giocare con le vicinanze e le lontananze, di qualsiasi tipo esse siano

- 114 Imparare ad accarezzare la vita e a lasciarci accarezzare da lei.

- 115 Coltivare il senso dell'abbraccio delle cose e delle situazioni

che ci parlano e che ci fanno

parlare della persona amata

- 116 Sperimentare la nostra capacità di creare, ri-creare e vivere giorno dopo giorno il

bisogno della reciproca compagnia

- 117 Vegliare affinché l'abitudine non renda piatte le cose belle che ci appartengono

- 118 Forse l'amore si nutre di magia, sogno, fortuna, ma anche di molta pazienza e tenacia

- 119 Intridere la vita di incontri da vivere nel modo più magico possibile

- 120 Non è solo importante la magia che fanno gli altri, ma anche quelle che possiamo fare noi

- 121 L'altro, l'altra sono un magico specchio nel quale guardare non solo ad occhi aperti, ma anche talvolta, chiusi e sognanti

- 122 Vivere ardentemente, intensamente e con fantasia anche le illusioni

- 123 Con poca o molta creatività le delusioni possono essere vissute anche come trampolino di lancio verso altre, nuove e meravigliose illusioni

- 124 Amare, forse, è anche lasciare che l'altro/l'altra viaggino nel nostro corpo e nella nostra mente come monelli vagabondi in cerca di se stessi

- 125 Amare è anche sentirsi presi e sorpresi dal mistero dell'altro/altra e non cercare troppo di voler capire

- 126 Amare è anche non buttar via una cosa o una persona bella per prevenire la paura di perderla o di essere lasciati

- 127 Amare è anche accettare e tenere dentro di noi ciò che siamo, e forse, talvolta, anche quello che ci da un po' di sofferenza

- 128 Incontriamo l'altro/l'altra per rispecchiarci in lui/lei, ma quale spazio lasciamo all'altro/altra per lo stesso suo eventuale bisogno

- 129 Forse non è sempre importante economizzare energie ed emozioni, si può anche viverle intensamente. Non sappiamo ancora come funzioni la coppia di forze fugace-etero

- 130 Nella coppia ognuno può fare da piacevole ombra all'altro.

Nell'eclissi anche la luna sa oscurare il sole, ma non ha convenienza a insistere troppo.

- 131 Amare è cavalcare la tigre dell'incertezza sui come e sui perché della vita
- 132 Amare può significare anche poter soffrire per il vuoto che può derivare dalle assenze e dai distacchi.
- 133 Un bel gioco della vita può essere quello di saper dialogare con le persone attraverso le cose e con le cose attraverso le persone
- 134 Incontrare una persona che sento mi rende presente nei miei spazi
- 135 La coppia è forse anche l'incontro di un io e un tu ben identificati, in un "noi-altri"
- 136 Domandiamoci infatti quanto possa essere importante che l'altro/l'altra siano anche una presenza "altra"
- 137 Perché la verità possa essere accettata nuda deve essere almeno vestita di magia
- 138 Perché ci sia la comunicazione a due, nessuno dei due deve specializzarsi a fare solo domande o a dare solo risposte
- 139 Appartiene all'amore anche il senso di malinconia, paura, nostalgia, tristezza e non solo quello di piacere, gioia, felicità
- 140 Essere aria anche per l'altro. Respirarlo e lasciarsi respirare
- 141 Per amarsi bisogna esserci, non basta avere, non basta fare
- 142 La speranza bisogna che sia viva... almeno finché c'è vita
- 143 Amare non è solo specchio e sala degli specchi, è anche eco e valle dell'eco
- 144 Ad una comunicazione d'amore può anche appartenere "la festa dell'eterno"
- 145 Nel mondo dei sogni il vicino e il lontano, il passato e il futuro appartengono ad un presente "eterno"
- 146 Se ascoltiamo la natura nel profondo sentiamo che tutta partecipa al rito dell'amore
- 147 L'in-canto e la magia dell'innamoramento richiedono non solo di non essere dimenticati, ma che si cerchi di rinnovarli giorno dopo giorno
- 148 Nell'amore incontriamo almeno una goccia di un mistero

sempre da velare, svelare e ri-velare

Gocce di rugiada nate e distillate dal libro:

"SENTIRE IN SILENZIO"

del poeta Rafael G. Hernández M.

pgrupo@epm.net.co

Sentire in silenzio, sentire il silenzio e percorrere i sentieri del silenzio

- 149 Il silenzio è l'universo che parla
- 150 Il silenzio è l'universo che ascolta
- 151 Il silenzio è l'universo che tace per ascoltare
- 152 Il silenzio è capacità di ascoltare
- 153 Per imparare ad ascoltare nel profondo bisogna saper tacere e tacersi
- 154 Il silenzio è capacità di tacere e tacersi
- 155 Se desideri essere compreso prova a tacerti
- 156 Il silenzio è una componente molto importante dell'armonia dell'universo
- 157 Andare in cerca dell'amore che è in me per ascoltare l'amore che c'è nell'altro /l'altra
- 158 Andare in cerca dell'amore che è nell'altro / altra per com-prendere l'amore che è in me stesso
- 159 Trattenersi attonito di fronte all'universo sulla soglia del sentire senza l'urgenza di rompere il silenzio
- 160 Godere il sapore del silenzio e dei silenzi della vita
- 161 Inventarsi di tanto in tanto un nuovo nord
- 162 Sentire il sapore e il significato di essere ombra, di fare ombra e di soffermarsi nell'ombra
- 163 Ponte tra me e il sole sia la mia ombra. Ombra di luce
- 164 Godere l'ombra e la luce: le due luci del crepuscolo
- 165 Percepire la magica forza nascosta nel noialtri e nel voialtri

- 166 Rendere nuovo l'altro, l'altra nel quotidiano
- 167 Rendere nuovo lo spazio di sempre per sentir nuovi l'altro, l'altra
- 168 Scoprire che anche il silenzio può dare sapore alla vita
- 169 Scoprire che le cose che mi uniscono e mi separano dall'altro/altra sono l'aria, lo spazio, il dolce movimento della terra e il calore del sole e dell'amore
- 170 Il silenzio non è solo il contrario del rumore e del fracasso, ma è anche contrappunto, eco e completamento della parola e dell'armonia dei suoni e dei sogni
- 171 Incontrarmi con il diverso che è in me per scoprire il mio autentico esserci e scoprire e svelare il tuo
- 172 Scoprire come può essere importante coniugare il desiderio di solitudine con la necessità di compagnia e il desiderio di compagnia con la necessità di solitudine
- 173 Vivere è anche donare solitudine alla compagnia e compagnia alla solitudine nostra e degli altri
- 174 L'incertezza è buona compagna nel processo di una vita senza fine ma non interminabile
- 175 Se cammini tra le pietre potresti pensare che stai camminando sul sentiero sbagliato, però forse quello potrebbe essere il tuo viottolo giusto
- 176 Tutti i giorni succede e si ripete il miracolo della vita. L'importante è rendersene conto
- 177 La luce è scoperta e certezza, ciò che manca talvolta nella vita per avvicinarsi all'incontro con le illusioni è fare spazio all'ombra dell'incertezza
- 178 Sto imparando ad ascoltare nella gioia dei fiori, nella carezza del vento, nel sorriso del sole e nel battito della natura che mi avvolge
- 179 Alla fine del nostro tempo si lascia soprattutto la testimonianza di esserci stati e non semplicemente di aver fatto
- 180 Parlare con te è facile solo se mi avvicino al sussurro che viene dal profondo di me
- 181 Godere coscientemente delle cose che stanno sempre lì accanto a noi
- 182 Quando mi comunico nella dimensione dell'amore accade qualcosa di magico come risultato di questo avvicinamento
- 183 Cercare il sapore dell'amore aiuta a conoscere la vita dal di dentro di ognuno di noi
- 184 Eternità non è solo il tempo inesistente, ma anche il presente
- 185 Il tempo è un bimbo che gioca a nascondino con la sua ombra

- 186 Il tempo è un bimbo che gioca con la sabbia sulla riva del mare
- 187 Le illusioni sono il parco giochi della felicità possibile, l'importante è giocarci e giocarsi
- 188 Ascoltare l'anima facendo tacere la forza del pensiero
- 189 Il pensiero può divorare il "sapere saputo", ma il "sapere sapore" rimarrà nel tempo
- 190 Quando la tua voce si tace è importante che il tuo sguardo e il tuo sorriso mi parlino
- 191 Tornando nel mio spazio di sempre incontrai l'altro / l'altra nella "tranquillità" del quotidiano e nell'in-canto della armonia dis-armonia tra luce e ombra
- 192 Sentire in silenzio il silenzio dell'universo è fermarsi a parlare con lui accettando e proponendo il rischio del dialogo

Gocce di rugiada nate e distillate dal libro:

"RIMANI" "QUEDATE"

del poeta Rafael G. Hernández M.

pgrupo@epm.net.co

Rimani... è una domanda, una supplica, un ordine, un desiderio, un grido, una preghiera ...

- 193 Lasciarsi volare dolcemente sulle ali del vento e accompagnare nel viaggio dall'armonia-ritmo dell'anima quando danza la sua festa d'amore
- 194 Diventare amore è una festa unica nel suo genere
- 195 Sentire che con la sua presenza un amico/una amica può dilatare il mio esserci più di quanto io non riesca a fare
- 196 Ascoltare l'incanto del canto della natura
- 197 Riconoscere di quale gioia e amore siamo capaci
- 198 Scoprire negli occhi dell'altra/o la magia dell'in-canto
- 199 Vivere la vita come incontro con la vita
- 200 Fare della notte il luogo del rinascere al nostro esistere
- 201 Domandarsi, quando l'altro si allontana, che cosa gli ho dato e/o che cosa mi ha lasciato

- 202 Ascoltare i tempi eterni che stiamo vivendo nel profondo di ogni istante
- 203 Avvicinarsi al mormorio dei sogni e accendere i colori per dipingere le fantasie della notte
- 204 Non permettere che la notte esaurisca la sua luce e la forza del suo mistero
- 205 Avvicinarsi con trepidazione al mistero che è la scoperta della nostra luce
- 206 Sentire il battito del tuo sorriso e il pulsare della tua danza
- 207 Vivere la notte come il luogo e lo spazio per ricaricarsi nei propri sogni
- 208 Amare e vivere il mio sonno nei tuoi sogni e il tuo sonno nei miei
- 209 Sentire la luce che brilla nei tuoi occhi come incontro con la vita
- 210 Sentire come dono quella parte dell'altro che ha deciso di rimanere con me
- 211 Trasformare l'incertezza prigioniera in incertezza mistero
- 212 Accostarsi al mistero come ombra della nostra luce e di quella degli altri
- 213 Libertà è anche vivere come liberante la realtà e il mistero di appartenere all'altro/a
- 214 Accorgersi che anche le nubi sorridono quando gli alberi danzano
- 215 Ascoltare le voci del silenzio della notte
- 216 Rendere sempre diverso l'oggi che avvolge noi e gli altri
- 217 Se vuoi liberarti, vivi il mistero della luce che si fa strada in te
- 218 Inventarmi l'amore oggi sarà una festa dove forse io mi sentirò l'unico invitato
- 219 Emergesti dal mio sonno come sogno e diventasti intensa realtà di giorni da creare insieme
- 220 Vivere la magia dell'incontro... forse di ogni incontro

**Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dal libro:
"Frammenti " di Terenzio Formenti**

- 221 Ogni particella del mondo è una lacrima d'infinito
- 222 Una carezza può arrivare anche dalla tempesta
- 223 Essere stupiti e felici per la vita che abbiamo ricevuto in dono e per quella che in

dono possiamo dare

- 224 Vegliare nell'universo, dormire con l'universo
- 225 Danzare al ritmo del respiro dell'erba
- 226 Invitare i sogni della notte a danzare con noi
- 227 Cercare e trovare la gioia che il nostro corpo-persona chiede
- 228 Andare alla scoperta del nostro animo poetico per condensare i frammenti del mondo nell'armonia dell'universo
- 229 Cogliere i fantasmi che vagano nello spazio della nostra mente e giocare con essi
- 230 Imprigionare ali per produrre energia, sprigionare energia per liberare la farfalla che vive in noi
- 231 Imparare ad accogliere con amore, ma anche, se occorre, a respingere con "sana" rabbia
- 232 Vivere come armonia anche un fiocco di neve che cade nel fuoco di un vulcano
- 233 Anche una libertà può passare attraverso le agonie della dipendenza
- 234 Forse, anche con un porcospino si può dialogare se abbassiamo le difese della logica
- 235 Accompagnarsi al vento che accarezza i fili d'erba del prato
- 236 Anche le cose che ci circondano, vivono, vegliano, dormono; proviamo a goderne con loro, forse, saremo meno soli
- 237 Vivere la realtà del giorno come qualcosa che può dar sapore ai nostri sogni
- 238 Cercare di inventare in noi nel giorno quella scultura che un raggio di luna paziente ha costruito in noi nella notte
- 239 Ascoltare il brivido profondo che, con le sue carezze, l'onda del tempo ha suscitato in noi
- 240 Vivere l'ambivalente ricchezza che ognuno di noi si ritrova tra un volto truccato e un'anima nuda
- 241 Essere alchimisti della vita e riconoscere l'oro generato dal nostro tocco e da quello degli altri
- 242 Accettare che ognuno possa tendere verso una sua felicità e possa avere i suoi modi e i suoi tempi per conseguirla
- 243 La felicità può arrivare anche dal cielo con una piuma di gabbiano, l'importante è riconoscerla, accoglierla, e se possibile, aggiungere un nostro tocco di magia

- 244 Esiste una solitudine che è pienezza e un'altra che è angoscia, la prima partecipiamola col gabbiano che vola alto nel cielo, la seconda affidiamola a lui che la sparga sull'oceano; ambedue sono una coppia di forze

- 245 Accorgersi che sono molte le cose, le situazioni e le persone che possiamo intridere con i colori dell'arcobaleno se proviamo a inventarlo in noi

- 246 Affascinati dall'armonia dei contrari possiamo accettare che gli altri ci possano sentire estranei ed anche strani

- 247 Rubare al tempo attimi di eternità privilegiando l'amore all'odio

- 248 Non sentirsi soli a salire e scendere il fiume della vita perché ogni goccia gioca con la vicina anche se non la conosce

- 249 Anche coloro dei quali non vediamo gli occhi, hanno occhi che sanno guardare

- 250 L'aria appartiene a tutti; essa ci separa, essa ci unisce, lasciamoci da lei accarezzare e affidiamole le nostre carezze

- 251 Se proviamo a guardarci a specchio in una goccia d'acqua che cade, forse arrischiamo di innamorarci di noi e degli altri

- 252 Se proviamo ad accarezzare l'aria, il mondo ci sembrerà più bello

- 253 Il ricordo dei colori dell'autunno può rendere caldo anche un inverno vestito di bianco

- 254 Anche il mare, come tutte le cose e persone che ci circondano, parla con i suoi occhi

- 255 Se riusciamo ad essere dono per gli altri, forse anche noi troveremo un gigante buono, che se necessario, sappia infonderci la pozione dei sogni

- 256 Saper godere di ogni attimo che ci vien donato "per volare ancora nel vento" finché c'è vita

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dal libro: "punti bianchi" di Terenzio Formenti

- 257 Cogliere il nero sul bianco e il bianco sul nero è facile, cogliere il bianco sul bianco e il nero sul nero è magia

- 258 Essere sempre attenti al bambino che dentro di noi è proteso a scoprire il mondo

- 259 Fare del presente il luogo della realizzazione dei sogni del bambino

- 260 Ricordarsi di far compagnia alla nostra ombra, affinché la nostra ombra faccia compagnia a noi
- 261 Dialogare con le stelle non significa aver la testa tra le nuvole
- 262 Ogni betulla nasce a primavera dal bianco manto della neve, e ne porta le tracce sul suo tronco. E noi?
- 263 Essere come il vento che non smette mai di giocare
- 264 Accarezzare con gli occhi ciò che di bello ci circonda
- 265 Percorrere con gli altri un sentiero di luce
- 266 Respirare, se appena ci è possibile, sole, amore, fuoco
- 267 Respirare con l'universo perché forse un uomo e una donna sono accanto a noi da prima che nascessero
- 268 Sono brezza, sono vento, sono voce del torrente, posso sempre giocare un gioco nuovo
- 269 C'è sempre un bimbo che dentro e fuori di noi curioso ci guarda
- 270 Carpire note all'armonia del silenzio
- 271 Accettare di stupire e di lasciarsi stupire
- 272 Cercare la culla e la gondola presenti in ogni falce di luna
- 273 Anche un cucciolo di nube smarrito può essere liberato da un buffo di vento
- 274 Di fronte ai condizionamenti liberare i nostri sogni
- 275 Lasciar vibrare la nostra anima anche se i gabbiani stridono nel vento
- 276 Prestare orecchio con stupore alle "cose che ci parlano" senza sentirci ne' stupidi, ne' folli
- 277 Essere brezza nei nostri sogni, e talvolta, anche nei sogni degli altri
- 278 Essere una candela accesa che illumina anche la notte più buia
- 279 Ogni libertà vive di un legame, ogni legame può aiutarci ad inventare una libertà
- 280Cogliere, magari anche solo con la fantasia, gli odori dissolti nel vento

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dal libro: "Di solitudine e amore " del poeta uruguayano:

Juan Baladán Gadea
juan@numerica.it

- 281 Sapersi affidare alle mani degli altri e saper offrire mani alle quali ci si possa affidare
- 282 Vivere intensamente anche la realtà dell'irreale
- 283 Cercar di essere, per chi accanto a noi va verso il domani, pietra del sentiero e isola di uccelli e fiori
- 284 Vivere il presente eterno di un domani che fu ieri e sentirlo tale
- 285 Nelle brume del tempo e della lontananza tornare ad essere bambini
- 286 Anche noi, come l'acqua che scorre, siamo viandanti in cerca di un mare
- 287 Essere fiume, saziarmi di uccelli e sogni, cullare la luna, dormire con le stelle
- 288 Viaggiare con le stelle che viaggiano instancabili, come viaggia il mondo nel quale io viaggio
- 289 ... e la vita mi farà ardere finché arrivi il giorno quando, io nudo, tornerò al silenzio, alla creta, al soffio primigenio
- 290 Amarti è anche... affacciarmi senza timore all'abisso del domani
- 291 Attraversare i confini del tempo anche se con lacerata voce
- 292 Ogni notte di sabato è uguale a tante notti, ma è anche, pur tanto diversa
- 293 Quando le praterie si perdono nell'azzurro e nella lontananza, c'è sempre una strada che porta a loro
- 294 Giocare con le luci e con le ombre che il sole porta nella nostra casa
- 295 Domandiamoci che spazi diamo a coloro che entrano sorridendo nella nostra solitudine
- 296 Perché davanti a un "fuoco che arde", invece di goderne il calore e di nutrirlo, ci domandiamo spesso: - ma quanto durerà ?-
- 297 Forse ciò che rende unico l'amore è questo suo inafferrabile morire e rivivere ad ogni istante
- 298 La voce dell'altro non giunge alle mie orecchie quando lui mi chiama, ma quando io lo sento e lo ascolto

- 299 Andare per le rive della vita può essere anche camminare sulla sabbia senza meta in cerca di sogni e illusioni perse nella spuma del mare
- 300 Penetrare l'orizzonte per vedere e guardare al di là
- 301 Nominare l'altro è renderlo luce che illumina
- 302 Per chi sa guardare, udire e sentire "tutto"; il lago, l'onda, il vento, la spiaggia e la pelle della sera giocano intorno a noi un gioco impreveduto, circolare, infinito
- 303 Dormire può essere anche... ricordarsi delle stelle che stanche dormono tra gli alberi lontani
- 304 Accarezzare le cose, parlare con le cose, far parlare le cose. La vita, forse, è anche questo.
- 305 E' bello talvolta sognare un mare lontano e quel porto straniero che forse non conoscemmo mai
- 306 L'uomo è anche un gabbiano, misterioso e bianco, in cerca di se stesso, che disegna nel vento inediti sentieri, inventati, trasparenti
- 307 Anche le stelle, come ragazze innamorate, giocano a inventare costellazioni e a guardarsi furtivamente nel grande specchio dell'universo
- 308 Quante cose sappiamo che vanno al di là delle parole!
- 309 Giocare a inseguire sogni, rubandone colorati petali, loro inventando parole, drammi e poesie
- 310 Credere nel fiore, nel seme, nel libro, ma anche e soprattutto nell'uomo
- 311 Giocare con i bambini e come loro, a inventare l'oggi e il futuro
- 312 Il mare mi invita a giocare e a tornare ad essere bambino... e da lui mi lascio cullare sognando
- 313 La notte gioca con sogni e desideri, risveglia stelle che scintillano lontane... e mi chiamano... mi chiamano...
- 314 Cercare fra rocce e onde qualche tavola o pezzo di vela o la bussola della nave perduta nell'abisso
- 315 Aspettare alimentando i sogni, macinando i giorni e gli anni
- 316 Talvolta ci si può salvare solamente vivendo ogni giorno nel domani aiutandosi reciprocamente a vincere l'angoscia e l'oblio
- 317 Infiniti possono essere gli amici se illimitata è la speranza
- 318 Come "ciotolo" che il fiume porta verso il mare (e con le sue mani di acqua di fronde arrotonda, accarezza, protegge), ti tengo tra le mie mani di sognatore artista, ti plasmo e mi trasformi, senza fretta, andando...andando...

- 319 A volte le mie parole si fan leggere come il vento, in silenzio ti accarezzano e giocano ad arruffare i tuoi capelli

Gocce portate dal vento

- 320 Abbiamo pensato ancora che dalla parola stupore può nascere sia lo stupido che lo stupito?

- 321 Abbiamo provato a scoprire che oltre il sapere sapore ci potrebbe essere anche il sapere stupore? E forse, anche il sapere gioco?

- 322 Chi sogna solo di notte, arrischia di non vedere mai le cose che vedono quelli che sognano anche di giorno

- 323 Forse bisogna mettere dentro di noi un po' di caos per poter vedere una stella danzare

- 324 Ci sembra di incontrare ogni giorno cose e persone ovvie, domandiamoci se sia possibile "giocare seriamente" anche con loro

- 325 Il ieri è storia, il domani è mistero. L'oggi è un dono. Forse è per questo che si chiama presente -Sandra Monroy-

- 326 Forse il tempo non è fatto per essere ammazzato

- 327 Ci sono infiniti modi per dire "Ciao". Sono tutti significativi se ci fanno sentire vivi

- 328 Forse l'infinito è stato inventato apposta perché noi avessimo a disposizione luogo e tempo per fantasticare ogni giorno

- 329 Spesso vorremmo che gli altri fossero perfetti, almeno quanto noi crediamo di esserlo. Proviamo a valutare i rischi che correremmo

- 330 Vivere è anche: velare, svelare e ri-velare se stessi agli altri e all'universo intero

- 331 Forse la rugiada del mattino porta a chi la sa cogliere le risa e i giochi dei folletti e degli gnomi della notte

- 332 Con la luce, il buio e i colori si possono inventare tanti giochi e anche, forse, un po' di gioia

- 333 Forse la felicità possibile consiste nel saper dare una risposta ai se e ai ma della vita, oppure nel riuscire a non cercargliene una

- 334 Imparare a ringraziare gli altri e magari anche se stessi per quanto si è e si fa

- 335 Non preoccupiamoci di inventare il mondo, ma non rinunciamo a farlo quando ci viene spontaneo

- 336 Inventare il presente, almeno quando è possibile, come luogo e spazio dello stu-

pore e della meraviglia

- 337 Guardarsi allo specchio, nella realtà o nell'immaginazione, e vedere il nostro volto riflesso nella nostre pupille
- 338 Può essere un bel gioco domandarsi come l'altro vede il suo volto riflesso nelle nostre pupille
- 339 Vedere il nostro volto riflesso nelle pupille dell'altro/a
- 340 Domandiamoci se un lungo sospiro sia un respiro in più o frutto di respirazioni a economia
- 341 Aprirsi agli altri, almeno qualche volta, anche quando ci sembra che interessi solo a loro
- 342 Giochiamo a domandarci se accontentare sempre gli altri sia altruismo, egoismo o auto distruzione
- 343 Accettare il rischio di trovarsi per perdersi è realtà, perdersi per trovarsi può essere magia
- 344 Non preoccuparsi troppo di imparare tutto affinché ci resti sempre qualcosa da inventare
- 345 Perché far notare all'altro/altra prevalentemente o solo i suoi difetti ed errori, quando noi ci aspettiamo che loro facciano esattamente il contrario
- 346 Volare non significa necessariamente smettere di stare con i piedi per terra
- 347 Per volare, soprattutto con la fantasia, non serve il brevetto di paracadutista
- 348 Se dimentichi cose e/o persone già conosciute e incontrate, non preoccuparti, avrai così la fortuna di fare "nuove conoscenze"
- 349 Se "hai le batterie scariche" ricorda che per ripartire puoi forse chiedere ad un altro/altra un po' di energia
- 350 Se le cose ti vanno bene prova ad inserire qualche cambiamento, potrebbe essere un'assicurazione contro i rischi della noia
- 351 Il possibile passa anche attraverso l'impossibile. Per esempio: essere sani come un pesce
- 352 Affacciarsi con curiosità al meraviglioso e talvolta terrificante abisso che unisce e separa realtà e sogno, prosa e poesia
- 353 Sperimentare nella realtà la differenza tra ridere e "ridere per non piangere"
- 354 Verificare nella realtà la differenza tra cantare e "non piangere"
- 355 Il significato della parola libertà lo si impara anche dall'uccellino in gabbia che "se non canta per amor, canta per rabbia", però canta

- 356 Spesso il riso si confonde col pianto: se prevale il pianto faremo una smorfia, se prevale il riso avremo un "ridere fino alle lacrime"
- 357 Curare e curarsi non è smontare un malato per ripararlo
- 358 Fortunatamente piacersi e piacere agli altri non significa necessariamente essere belli
- 359 Per essere felici può essere importante accettare di esserlo e anche e più semplicemente... accorgersi di esserlo
- 360 L'amore e la felicità si nutrono di sole, di stupore e di infinito
- 361 L'amore e la felicità si nutrono di sole, ma anche di nubi, pioggia, rugiada e talvolta anche di grandine. In questo caso, però, è importante mettersi al riparo
- 362 L'amore e la felicità non sono frutti da cogliere, ma con i quali maturare insieme
- 363 lo stupore fa in modo che l'amore non possa diventare abitudine
- 364 Si dice:- felice o infelice purché sia amore -, ma ognuno spera che il suo sia un amore felice
- 365 Far notare all'altro/a le cose belle che è, che ha e che fa, è fargli un meraviglioso dono
- 366 All'alba d'ogni nuovo giorno lame di luce svegliano lucciole innamorate, addormentate in gocce di rugiada, forse... sono le nostre

GOCCE DI RUGIADA 2001

- 367 Vivere in un presente pieno danzando con piede leggero sul proprio passato
 - 368 Usando più spesso il verbo scelgo e voglio in sostituzione di "devo", la vita diventerebbe senz'altro più interessante e leggera
 - 369 Ricordarsi, anche da adulti, quanto possa essere importante 'rubare' qualche volta la marmellata 'alla mamma'
 - 370 Riconoscere la propria paura e lavorarci sopra fa bene a noi e agli altri, anche a quelli che non conosciamo
 - 371 Creare un clima di bellezza nel piccolo mondo che ci circonda
- Ernesto Sabato-
- 372 In realtà l'amore è un nuovo modo di respirare
 - 373 Prenditi tempo per sognare, perché è un cammino verso le stelle
 - 374 "L'uomo che a 50 anni vede allo stesso mondo nel quale vedeva a 20 ha spre-

cato 30 anni della sua vita" -Mohamed Ali-

- 375 Vivere la vita come in-canto, lasciarla cantare, ascoltarla cantare, cantare con lei

- 376 In-ventarmi la vita, ascoltare il vento, vedere il vento: essere con

l'universo brezza, refolo, vento e forse, anche... uragano

- 377 Incontro... e vado cercando a tentoni, nel dolce incanto della tua ombra, il tuo corpo vestito di te -Francisco Arias Solis-

- 378 "Ognuno deve remare con i remi che ha." -proverbio inglese-

Ma puo' inventarsi anche dei remi nuovi

- 379 Incontrare l'aria e vederla in un raggio di sole che attraversa una buia stanza

- 380 Incontro... e vado cercando a tentoni, nell'in-canto della mia/tua ombra, il mio/tuo corpo-persona vestito di me/te, da me/te

- 381 Se fai un errore prova a cercare e magari a trovare in esso almeno un aspetto creativo. Forse c'è!

- 382 Costruire e inseguire dei sogni senza paura. La vita è un miracolo da vivere tutti i giorni con la curiosità di un bambino -Melba Ruffo-

- 383 Ricorda che tu conosci tutte le possibilità del tuo sogno impossibile

-Michael-

- 384 Sulla faccia della terra tutti sorridono nella stessa lingua -Michael-

- 385 Forse... il modo migliore per ricordare e ringraziare chi ci ha dato tante cose meravigliose e' il viverle e il parteciparle agli altri che vivono accanto a noi giorno dopo giorno

- 386 Il mistero della vita non è un problema da risolvere, ma una realtà da sperimentare -Michael-

- 387 Gocce di rugiada: gocce ebbre di vita, gocce racchiuse in bocce di cristallo, gocce innocenti di pianto: cristalli vivi... d'ambra che stilla dalla roccia

- 388 Se ci chiedessero se siamo nel mondo per partecipare, possibilmente, gioia e felicità, a noi stessi e agli altri, che cosa risponderemmo?

- 389 Perché non proviamo a collocare la felicità tra i nostri bisogni fisiologici, forse ne varrebbe la pena!

- 390 Ama ogni giorno come fosse il primo della tua vita d'amore

- 391 Al di là degli spazi del bene e del male c'è uno spazio nel quale vorrei incontrarti, forse è lo spazio dell'armonia fra di loro

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dalla canzone "ES LA FIESTA" inviata da Alejandro Simonetti alepsiso@ssdnet.com.ar

- 392 Mi piace scoprire il recinto costruito con i miei sguardi
- 393 Accorgersi di ridere e sentire che per oggi la morte è morta
- 394 Mangiare insieme a tutti le cose che hai fatte con le tue mani
- 395 Tessere con le vite di ognuno un poncho di ritmo e colore

- 396 Mescolare nella danza i corpi e le gioie
- 397 Fare della notte di festa semente di sole

Gocce di rugiada portate dal vento a Terenzio Formenti

- 398 Anche una nube che, passando sopra un deserto portata dal vento, sembra sparire nel nulla, rientra, anche se trasformata, nel tutto dell'universo
- 399 Abbiamo pensato ancora che le cose brutte alla fin fine sono solo brutte e che le cose belle possono essere anche meravigliose?
- 400 Tutta la vita, propria e altrui, è da guardare con occhi da bambino
- 401 Vivere l'essenza del nostro essere corpo persona è immergersi in "una nuova sospesa fisicità"
- 402 Il vento accarezza i tuoi occhi osservando la tua mente -Ilaria Floris-
- 403 Molto resta da inventare, molto, quasi tutto...
- 404 La sicurezza, la serenità, la felicità possibile derivano da come noi gestiamo ciò che noi non sappiamo, cioè l'ignoto
- 405 La rugiada è dialogo tra cielo e terra nel crepuscolo del mattino. La notte manda un augurio al giorno che inizia, il giorno ringrazia la notte per il riposo che le ha donato
- 406 Ci sono uomini che guardano la realtà com'è e si domandano:
-perché? Ci sono altri che se la inventano come vorrebbero che fosse e dicono: -e perché no?
- 407 "Domandarsi che cosa dicono gli occhi quando sembrano parlare di nulla"
- 408 Ama ogni giorno lo straniero che è in te. Offrigli pane, offrigli vino

-Derek Walcott-

- 409 Sbuccia via dallo specchio la tua immagine stereotipa. Siediti, metti in tavola la tua vita, compartecipala con lo sconosciuto che è in te, che ti ama e che ti ha amato fino ad ora -Derek Walcott-

- 410 Canto le umili acque della casa che con percorsi segreti vengono a colmare nel primo mattino la conca delle nostre mani

-Da "Canto le acque" in "Diverso inverso" di: Carla Paolini-

- 411 La pazienza vince tutto specialmente se è in compagnia della speranza

- 412 Nubi senza regole vagano in un cielo di sogno -Lucia-

- 413 Fuori, al di là dei campi del comportamento sbagliato e di quello giusto, c'è un spazio. Lì, ti incontrerò -Jelaleddin Rumi-

- 414 Ognuno si aspetta sempre qualcosa di meraviglioso dall'altro. Da lui attende che plachi la sua sete di stupore che sprigiona l'incontro col simile e col diverso -Susana Lewy-

- 415 Pensare quanto sia bello che si possa sognare anche senza vedersi sognare, e viverlo come utopia che può dar forza per continuare a vivere

- 416 Domandiamoci se per noi la pioggia congiunge il cielo alla terra o li divide

- 417 La felicità è come il vento, non lo si vede, ma si vedono i risultati, solo se si sa guardare intensamente

- 418 Gioca: gioca con lo spazio e con il tempo, gioca con cosa e con chi vuoi, ma gioca

- 419 Per diventare bambini ci vuole una vita -Pablo Picasso-

- 420 I bambini hanno ancora il potere di vedere -Paul Klee-

- 421 Vivere è anche "lasciarsi prendere nel mondo alla rovescia dell'infanzia, il mondo come prolungamento dei propri arti senza soluzione di continuità, infinitamente malleabile e reinventabile: il mondo del gioco -Fausto Lorenzi-

- 422 Elogio dell'immaturità: diventare "immaturi" e reinventare il tempo fuori dal tempo, e questo è proprio del bambino

- 423 Sii il tuo clown. Scopri il tuo modo di essere buffo, il tuo modo di saper ridere di te e con te -Anna Grasso Rossetti-

- 424 Guardandoci alla spalle forse non troveremo una sola cosa della quale poter dire:- "Era così importante da dovermene preoccupare"

- 425 Primavera: fresco è sentirsi giunco fiorito teso verso la terra

-Elisa Boldrini-

- 426 Proviamo ad accorgerci, leggendolo sui nostri volti e anche su quelli degli altri, come le illusioni alla fine si avverino

- 427 Ricorda che la norma talvolta può anche essere vissuta come eccezione all'eccezione

- 428 Vivere la vita come una continua sorpresa

- 429 Cercare l'origine poetica della nostra esistenza

- 430 Ricorda che il più grande ostacolo alla comprensione di un'opera d'arte (uomo e donna compresi) è quello di voler capire

-Bruno Munari-

- 431 Suona e risuona lungo il sentiero che vai facendo tuo.

Impegnato in questa direzione, le cose e le persone ti saranno guida e dilateranno i tuoi orizzonti

- 432 E' bello non ripetere e non ripetersi, ma creare e ricreare

ogni volta i gesti quotidiani del nostro vivere

- 433 Vivere il tempo e inventare il tempo. Noi apparteniamo a lui, ma anche lui appartiene a noi

- 434 La vita come scienza è conoscere che cosa dire e cosa fare; la vita come arte è sapere quando e come dirlo e farlo

- 435 Non dimenticare, anzi ricordare spesso, che essere al mondo può essere un dono che abbiamo ricevuto, ma anche un dono che possiamo continuare a fare a noi stessi e agli altri. Forse basta entrare nel senso della vita come dono da fare e da ricevere

- 436 Ricordare che libertà è anche sempre partecipazione

- 437 Ricordare che nel raggio di cinque chilometri, e anche meno, c'è sicuramente qualcuno che sta vivendo un momento di gioia e/o di felicità. Perché non partecipare?

- 438 Di cose belle e grandi non ne incontriamo molte nella vita.

In compenso ne possiamo trovare tante, belle, ma piccoline.

Guarda le balene come se ne vanno per gli oceani, allegre e fischiettando, eppure si nutrono solo di plancton

- 439 Allenarsi ad accarezzare i pensieri propri e degli altri, anche in contropelo

- 440 Che il nostro sorriso sia il dolce bisbiglio del riso! -Beverly Tucker-

- 441 Il gioco e il giocattolo "più meraviglioso" lo riceviamo in dono alla nascita ed è il nostro "corpo-persona"

- 442 Se desideriamo essere creativi, dimentichiamo la nostra costellazione e inventiamone una nuova ogni giorno. Tutte le stelle giocheranno con noi

- 443 Che sogni farò questa notte? E' una domanda che mi può aprire a un mondo nel quale dare i colori dell'arcobaleno ai momenti bui della vita
- 444 Forse il sogno è il nostro giocattolo della notte
- 445 Incuriosirsi di ciò che è un aquilone e costruirne pazientemente uno giorno dopo giorno, uno che sia il nostro, quello "vero", quello "giusto", che ci renda capaci di volare... come lui sa
- 446 Volare con le rondini che volano alte nel cielo , oppure anche semplicemente con quelle che palpitano nel nostro cuore
- 447 Svegliarsi al mattino e inventarsi ogni giorno un po' nell'incontro con se stessi, con gli altri e con l'universo che ci circonda
- 448 Chiedere all'universo se è disposto a giocare con noi
- 449 Se non riusciamo mai a dire di no, siamo ancora in tempo a impararlo
- 450 Ci siamo domandati ancora perché una chiave che funziona così bene per una serratura, non serva per le altre
- 451 Perché non sentire dono ciò che l'altro fa per noi anche se lui / lei ritengono che sia loro dovere?
- 452 Ricevere o chiedere un perdono forse assumerebbe un nuovo significato se diventasse una cosa fatta o ricevuta "per dono"
- 453 Giorno dopo giorno cercare nella luce del sole e nel buio della notte il proprio arcobaleno
- 454 Che ogni giorno la luce sia dono per il buio e il buio dono per la luce
- 455 Sentire che per noi il gioco tra finito e infinito è sempre aperto
- 456 Sentire che le onde della vibrazione del nostro corpo-persona risuonano con l'universo
- 457 Cogliere e promuovere in noi e attorno a noi la grazia di un amore viandante
- 458 Essere disponibili ad essere complici della saggezza dell'universo
- 459 Essere sensibili a cogliere la nuova magia che ci viene offerta a ogni sorgere del sole
- 460 Essere attenti al canto della sorgente che in ogni momento può sgorgare in noi
- 461 Sentire la preziosità di ogni granello di sabbia che vive accanto a noi sulle spiagge della vita
- 462 Cogliere come carezze i colori che catturano il nostro sguardo
- 463 Per tutte le cose c'è sempre per una sola volta una prima volta. Perché rovinarne la magia ripetendosi

- 464 Ascoltare le storie narrate dal vento a primavera
- 465 Che il nostro sorriso accenda l'azzurro del cielo e del mare!
- 466 Mescolare l'oro del sole con l'argento della luna
- 467 Domandiamoci se l'ombra possa essere stata inventata dal sole e dalla luna per permettere agli uomini di continuare a giocare tutta la vita

**Gocce di rugiada distillate e/o nate per libera associazione da poesie di:
Stefania Ferrini
s.ferrini@tin.it**

- 468 Bianco gatto zampetti nella neve donandomi le tue orme
- 469 Se andrò oltre, oltre quel limite, tu aspettami là
- 470 Cercavo te. Non arrivavi mai... e trovai me
- 471 Le tue mani, come parola lieve... mi parlano
- 472 Le mani parlano a chi le sa ascoltare
- 473 Una farfalla da brezza ai miei pensieri
- 474 Mi ami, mi parli, e io mi domando se so chi sono
- 475 Schiuditi per ascoltarmi
- 476 Il cielo confina con i nostri sogni
- 477 volare con il "nostro gabbiano" oltre i confini dei nostri sogni
- 478 C'è chi aspetta di avvistare una vela, c'è chi ogni giorno si dedica ad alzarne una
- 479 Che io liberi il mio sorriso all'invito del tuo
- 480 Che le nostre voci diventino l'una eco e contrappunto dell'altra e insieme... concerto infinito
- 481 Aggiungere al "tutto" l'ultimo dettaglio che gli manca perché io lo possa sentire tale ... o quasi
- 482 Per giocare con il "tutto" basta un "niente"
- 483 Dar voce all'eco del silenzio

- 484 Ad ogni angolo di strada posso incontrare un arcangelo... o almeno un marmoreo putto partorito da scalpello ignoto
- 485 Anche il pianto può rendere luminoso un volto che non lo teme
- 486 Il pensare di poter volteggiare sulle nuvole è bello. L'importante è provarci
- 487 Il gioco della vita è: io sono il fiume, tu sei le mie sponde; tu sei il fiume, io sono le tue sponde
- 488 Sentirsi parte, e bella, della natura intera
- 489 Una farfalla non può essere imprigionata perché è una proposta di liberazione
- 490 Vivere nel presente quel movimento eterno che è il tempo...
- 491 Registrare cose belle anche e soltanto nella nostra memoria senza voce può significare arricchire la memoria dell'universo
- 492 Vivere nell'acqua o fuori può prendere veste di enigma e nostalgia
- 493 Saper spogliarsi di certezze per vivere con stupore le ammalianti incertezze della vita
- 494 Avere occhi che a tratti si rammentano di riaprirsi
- 495 Avere occhi pronti ad avvistare vele che potrebbero apparire all'improvviso
- 496 Nel dubbio, penetro, m'inoltro, brancolo, indi pervengo illuminata... al dubbio
- 497 E' notte, tace il rumore... ma respira
- 498 Penna, conducimi con te lungo le vie di questo foglio
- 499 Mentre cadiamo possiamo anche imparare a volare
- 500 Forse anche vedere una macchia mi basterebbe, se restasse la certezza che anch'io sono colore

Gocce di rugiada portate dal vento a Terenzio Formenti

- 501 Fare e ricevere un massaggio forse è anche... passeggiare insieme sulla linea di confine che unisce e separa finito e infinito
- 502 Scopri, vivi e muovi l'universo
- 503 La cosa più deliziosa non è non avere nulla da fare, ma è avere qualcosa da fare e non farla. -Marcel Achard-
- 504 ...e se qualche volta provassimo a metterci anche il Padre Eterno tra le "persone" che possono aver bisogno di noi?

Forse ci sentiremmo più vicini al nostro prossimo

- 505 La mia vita, che non capisco, questa agonia-beatitudine di essere enigma -Luis Borges-

- 506 Dietro il nome c'è quel che non si nomina -Luis Borges-

- 507 Dare al "tempo" la magia di un orologio visto in un sogno
-Luis Borges-

- 508 Sentire gli odori e respirarli

- 509 Sentire il rumore dell'acqua che bagna il nostro corpo

- 510 Sentire il rumore del vento che accarezza il nostro corpo

- 511 La vita non ci dice che ci ama, ma ci chiede di provare ad accorgercene

- 512 La vita parla quando il vento ci arruffa i capelli

- 513 Guardarsi a specchio nelle cose che incontriamo

- 514 Accorgerci di incontrare persone che si amano e permettersi di sentirsi con loro

- 515 Apprendere la magia di rendere sole l'ombra e l'ombra sole

- 516 Provare a inventare libertà per gli altri e per noi stessi

- 517 Raccogliere chicchi di sorriso nel palmo della mano e spargerli nel vento

- 518 Cogliere raggi di sole e tesserne un manto che riscaldi chi ha tanto freddo nell'anima

- 519 Cogliere lame di luce per recidere germogli di paura

- 520 Raccogliere granelli di tempo per creare un infinito... il nostro infinito

- 521 Tendere reti al sole per catturare parole sospese nel vento

- 522 Vorrei leggere nell'iride dei tuoi occhi pensieri d'amore

- 523 Sei abbastanza felice per sentirti vivo/a o sei abbastanza vivo per sentirti felice?
Allora tutto ti è possibile!

- 524 Le illusioni se ne vanno scivolando tra le dita di una mano, ma ci sono sempre le

dita dell'altra mano pronte a raccoglierle

- 525 Lascia che la pelle del tuo corpo-persona sia comunicazione e filtro

per le energie dell'universo

- 526 Ricorda che dopo che tu hai giocato con l'uni-verso, anche lui si accorgerà di essere diventato di-verso

- 527 Non è che se noi avanziamo in qualsiasi direzione il sole per noi sorgerà prima!

- 528 Forse, in qualsiasi direzione andiamo, "il nostro sole" può venirci incontro

- 529 In autunno ciascuna delle foglie di un piccolo o di un grande albero ha un suo particolare modo di giungere a terra. Ce ne siamo accorti ancora?

- 530 C'è anche un sapere che è capacità di porre e porci domande che dilatino e nutrano la nostra sete di infinito anche se non sempre troveremo risposte

- 531 Godere i colori dell'autunno è prepararsi a quelli della primavera

- 532 Per completare il gioco della vita, forse, basta aggiungere un niente al tutto che già la contraddistingue

- 533 Una foresta ci precede e si fa corpo nostro -Jacques Dupin-. Una foresta ci segue e noi saremo il suo corpo

- 534 Diteci quello che sapete della neve e del fuoco. Il presente spazio non basta per respirare il tempo -Gezim Hajdarri-

- 535 La luce in primavera... sembra quasi parlarti

- 536 L' erba ha così poche occupazioni... accogliere in grembo la luce... e infilare gocce di rugiada come perle, per tutta la notte

- 537 ...e io ho il vento nel cuore e con la tempesta corro nei cieli carichi di pioggia - Erir Nemeton-

- 538 ... e io ho il sole nel cuore e con raggi sinuosi mi lascio scivolare fino a terra - Erir Nemeton-

- 539 ...e io ho la pioggia nel cuore in scrosci di acqua ridente

-Erir Nemeton-

- 540 Amare per ascoltare il vento piangere commosso

- 541 Amare per ascoltare l'acqua che ride cadendo

- 542 Ti sarò specchio per riflettere il tuo mistero

- 543 Saper chiedere può essere un dono che noi facciamo agli altri e a noi

stessi

- 544 Donare e donarsi, per liberare, liberarsi e libransi

- 545 Qualunque cosa mi succeda c'è sempre un cielo attorno che mi può fare compagnia

- 546 Se chiudi la porta a tutti gli errori, anche la verità resta fuori

-R.Tagore-

- 547 Anche dai sogni si possono estrarre pepite d'oro

- 548 Oggi ho parlato con un pettirosso che mi ha risposto ascoltandomi a lungo, immobile e attento

- 549 Lo stupore nasce dal mistero celato nelle piccole cose

- 550 Rispettare è anche "amare" i difetti dell'altro, nel quale spesso ci riflettiamo con i nostri. Potrebbe essere un modo per imparare ad amarci meglio

- 551 Realizzare l'impossibile è la cosa "più meravigliosa" che si possa fare sulla faccia della terra -BeverlyTucker-

- 552 La risata talvolta può attutire e sciogliere gli shock che la vita ci riserva -Beverly Tucker-

- 553 La mia libertà è la tua, la tua libertà è la mia

- 554 Forse... gli altri mi sorridono agli angoli delle strade

- 555 Autunno: foglie che ci regalano le magie del vento

- 556 Autunno: al magico volo d'una foglia che cade, stupito il tempo si ferma... e attende

- 557 Inventarsi la propria gioia, lasciandosi aiutare dagli altri, è rendere gli altri partecipi della nostra gioia

- 558 Quando sei in contatto con l'amore che vive in te puoi percepire meglio l'amore nell'altro

- 559 L'acqua cade a gocce... ma non sempre

- 560 Lo stupore nutre d'amore il mondo

- 561 Forse, lo stupore può attenuare anche la paura della morte

- 562 Fare in modo che la vita sia ogni giorno nuova, forse rende l'uomo saggio

**Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dal libro
di Robindronath Tagore "Un fuoco fresco e verde" Book Editore - Italia**

- 563 Creare un giocattolo di paradiso in terra
- 564 Le lucciole vagano determinate in cerca di qualcuno. E noi?
- 565 Ciò che è tuo dono resterà eterno nei ricordi dell'altro
- 566 Ciò che ho ricevuto è il mio tesoro imperituro
- 567 Nella tempesta vorticoso della sabbia delle parole aride, il viandante si sdraia nella polvere
- 568 Anche coloro che sono piccoli generano grandi ombre se il sole è basso
- 569 Con il vento della foresta ritorna l'invito con grida di gioia
- 570 Il vento ritornando pieno di meraviglia riconosce il profumo del bosco
- 571 Ogni farfalla volando di ramo in ramo porta in lettere diverse l'alfabeto della primavera
- 572 Rive di tenere erbe desiderano come compagna la corrente del fiume
- 573 La corrente del fiume canta il canto di lode dell'oceano
- 574 La terra timida si prostra in inchino, nella benedizione della luce, nel bagno della rugiada
- 575 Camminando sulle rive dell'orizzonte osservo nello spazio le splendide nubi senza ricchezze
- 576 In quei raggi di sole trasparenti vedrò colui che l'animo vuol vedere
- 577 Il battito del tempo si unisce al suono della mia danza
- 578 In grembo al cielo la luna ride, luci e ombre danzano sulle acque del mare
- 579 Nella notte vidi come la danza della luna fa danzare la luna sul mare
- 580 Il battito del tamburello danza nelle tue membra
- 581 Resta un po' di conoscenza della mia vita nella tua conoscenza
- 582 Le tue parole vengono portate dal chiacchierio folle del palpito del mio sangue
- 583 Con questo intrecciare bolle di sapone inganno la mia vita
- 584 Il cielo attento ascolta la formula magica della luce pallida che non si può capire

- 585 Dove ci sono storie molto antiche che guardano nello spazio a bocca chiusa ti vidi nell'ombra dei sogni in una notte di linguaggi perduti
- 586 Nel grembo dell'infinito rimane il tempo con il suo volto velato
- 587 Nel cielo roseo i canti della vicina foresta restarono attoniti nella speranza del sorgere di un nuovo sole
- 588 Parlami! Non conosco la lingua delle parole che non hai dette!
- 589 In te ho percepito il mistero della creazione, gloria dell'esistenza
dell'universo
- 590 Il tempo senza fine, il cielo senza limite, la luce senza sonno, si sono uniti prendendo corpo in te
- 591 A mezzogiorno, guarda nello stagno, sopra strati densi di muschio, il gioco degli insetti
- 592 Sotto il peso della benevolenza il suo spirito è chiuso come nube stupita piena d'attesa della donazione di sé
- 593 Lacrime tenere, insondabili compagne di gioco dei sorrisi, stendono ombre stupefatte davanti alle ciglia nere
- 594 I suoi occhi parlano. I gesti delle sue braccia dicono tante cose.
- 595 Quando i suoi piedi si muovono emettono parole che si ritrovano di foglia in foglia nella foresta, parole che ondeggiavano nei campi di riso
- 596 Nel camminare a piedi pare che si faccia dono di qualche cosa al suolo di polvere
- 597 La bugia ingenua allontana la maldicenza
- 598 Tutte le onde di gioia degli occhi di tutto il mondo sono venute a farsi vedere prendendo forma di donna
- 599 Conosce la lingua che parlano le foglie delle piante
- 600 Ferma nella pena e nei dispiaceri, la sua pazienza è piena di felicità che disperde tutti i pesi delle preoccupazioni
- 601 Il ritmo della prima creazione portò nelle sue membra la danza delle stelle, e l'arcobaleno, alla fine della pioggia, portò il suo corpo in terra.
- 602 Nella tua nuova vita le parole che compongono l'universo oggi si sono adempiute in nuove speranze
- 603 ... e il gioco misterioso dell'universo desidera manifestarsi nei luoghi di festa dell'uomo
- 604 Unire le mie ali di sogno al ritmo del tuo canto

- 605 Nell'aria del canto il vicino si unisce al lontano
- 606 Dentro la pallida presenza della nebbia, l'orizzonte lacrima
- 607 All'orizzonte oggi un umile sottile filo di luna in silenzio ci suggerisce tutte quelle parole che abbiamo da dire
- 608 Il canto che avevo cantato chissà quando al vento del sud oggi torna e mi ritorna appresso in questa fine d'autunno
- 609 Una densa ombra ha preso corpo di sogno dentro il tuo intimo
- 610 O appassionante arcobaleno, il tuo corpo di fantasia ha avuto nascita nella luce e nell'ombra
- 611 Nella foresta coperta di nebbia, si trovano fiori appassiti, resti in essi una goccia di rugiada
- 612 L'amore dell'universo è senza morte, anche tu sei immortale
- 613 Puoi sentire il suono del cammino del tempo
- 614 Mia è l'argilla della terra, se con essa crei un'immagine immortale il tempo della sera non troverà ostacolo
- 615 Tu stesso oggi forse comporrai con un poco dei miei ricordi tue parole rapite ai sogni
- 616 Qui, atomo per atomo sta il mio dono. I momenti di tenerezza si riempiono bevendo sorso a sorso dall'offerta del mio cuore
- 617 Quello che io ti ho dato è il tuo dono; quanto più hai accolto, tanto più mi hai fatto tuo debitore
- 618 Quante volte hai lasciato il disegno dei tuoi piedi alla polvere della strada del mio destino
- 619 Soltanto oggi ho riempito quel vassoio di libertà portandolo alla mia grande morte
- 620 Tu riempiendo gli occhi hai portato lacrime, hai stretto al tuo petto un insopportabile olocausto di fuoco
- 621 Nei rami della foresta improvvisamente si alzarono in esplosione i capricci del vento della primavera
- 622 La porta che apristi andando non si chiuderà in alcun modo, starà con l'orecchio teso verso la strada nella speranza del tuo ritorno
- 623 Tutto il tempo sulla riva del mare raccoglierai ciottoli e riempirai il vassoio del carico di conchiglie di colore diverso
- 624 Forse stai dimenticando le stelle che sono sulle sponde del cielo!

- 625 La terra pigra, stanca stende le vesti sotto le piante
- 626 Pare di sentire nei rami del giardino il flauto che suona la fine del giorno

Gocce di rugiada arrivate con il vento o colte qua e là da Terenzio Formenti

- 627 Incontriamo l'altro-l'altra come mistero da vivere con stupore e rispecchiamoci in lui-lei con disponibilità

- 628 La persona della quale ci innamoriamo è quella che ci apre e/o ci spalanca le porte di sé come universo e forse dell'universo intero

- 629 La prima necessità dell'uomo è il superfluo -Albert Einstein-

- 630 Non c'è vita che almeno per un attimo non sia immortale. La morte è sempre in ritardo di quell'attimo -Marcello Gambetti-

- 631 Niente è più costante del provvisorio

- 632 L'abitudine ci tesse ogni giorno una ragnatela nelle pupille

-Marta Toppelberg-

- 633 Non è necessario vivere, è necessario creare

- 634 Dalla presenza del finito si può dedurre la presenza dell'infinito. L'importante è pensarlo come spazio di gioco e non come voragine

- 635 E' bello insegnare a volare a un passerotto perché nella sua libertà

è già implicita la mia partecipazione

- 636 Ogni giorno che viviamo è un'occasione speciale, non lasciamo che si perda

- 637 Grazie a te perchè esisti, dammi un cenno perchè possa sentire che anch'io esisto

- 638 L'amore libera in noi sogni e radici -Elisa Cantarin-

- 639 Che fai? Niente. Guardo in silenzio lo scorrere lento di una nuvoletta bianca e solitaria in un cielo pulito -Tomaso Urso-

- 640 Che pensi? Niente. Inseguo la nuvoletta che sa di bambagia, sospesa e sperduta in un azzurro quasi irreale, che scorre cambiando sembianze nel gioco del vento. E ombra non fa

-Tomaso Urso-

- 641 Che aspetti? Niente. Solo rimango in attesa che il sogno si scioglia
con il dissolversi della nuvola stanca di giocare col vento

-Tomaso Urso-

- 642 Se non voglio annoiarmi per le cose che si ripetono, posso inventarmene di
nuove

- 643 Tu sei il fanciullo eterno, che vede tutto con meraviglia. Tutto per la prima volta
-Giovanni Pascoli-

- 644 Mi basta una carezza... una carezza... una carezza...

- 645 Sentire la carezza di ogni respiro che ci sfiora

- 646 Noi possiamo essere sole e/o ombra per l'altro, non sempre il sole è meglio del-
l'ombra

- 647 Ridatemi i miei colori -Manuela-

- 648 L'eccezione può diventare regola, ma va sempre usata con amore

- 649 Giocare anche con "il male", se necessario, per farne ombra di bene e di luce

- 650 Tagliare in due il mondo per ritrovarsi all'altro capo

-Roberta Scorrinese-

- 651 Di te ricordo il profilo di un corpo intagliato in un lampo di vetro

-Roberta Scorrinese-

- 652 Appartenersi anche nello specchio racchiuso nel nostro sguardo

-Roberta Scorrinese-

- 653 Trepida la mia mano ti scolpisce addosso il tuo universo intero

-Roberta Scorrinese-

- 654 Ruotano le nostre vite insieme al ricordo se niente si perde nel
vuoto tra un giorno e la sua notte -Roberta Scorrinese-

- 655 Il mio divenire è un essere pienamente qui, e con stupore, in questo
presente infinito nel quale io non fui mai prima d'ora

- 656 L'universo gioca a tempo pieno, e sembra... seriamente. E noi?

- 657 E' nella fatica del viaggio e nella scelta delle sue diramazioni che
si trova il Senso della vita -Li Po - poeta cinese-

- 658 ... se la musica deriva da una grande dissonanza, la si chiami amore

-Arturo Carrera-

- 659 Permettimi di porre in luce il tuo infinito, il tuo riso che ti rende

infinito -Arturo Carrera-

- 660 Il più bel viaggio è quello che facciamo quando andiamo l'uno verso l'altro -Mr. Shin - Corea-

- 661 Il gioco... il gioco...i nostri giochi sono la nostra essenza, la nostra esistenza - Ellen Keller-

- 662 Se possiamo arrivare a volare perché ce ne stiamo così appiccicati alle cose...

- 663 ... e dai libertà alla tua "anima" di cantare, ballare e farsi un bagno di sole

- 664 Esserci in modo totale per armonizzare il capire con l'agire

- 665 Esserci per agire, agire per esserci

- 666 Mutare per esserci ed esserci per mutare

- 667 Non si lavora o si pensa con il corpo, ma si è un corpo che lavora e che pensa

- 668 Non si dipinge ciò che si vede, ma ciò che si sente

- 669 Esistere è realizzare le emozioni

- 670 Cammino alla scoperta di paesaggi incantati

- 671 Attraversare i confini dell'infinito: guardare e vedere con le illusioni ciò che non è possibile guardare e vedere con gli occhi e toccare e afferrare con le mani

- 672 Lo stupore poetico è quello di sentirsi "in un qui ed ora" infinito, e non altrove e in un altro tempo

- 673 Se per chi viaggia le stelle sono dei punti di riferimento, per l'artista che vive o sonnecchia in ognuno di noi, sono un appiglio per costruire in tutto o in parte il nostro esistere

- 674 Intonare il nostro canto al ritmo delle nostre ali di sogno

- 675 Ripetersi per sopravvivere, creare per vivere

- 676 Bisogna avere il caos dentro di sé per generare una stella danzante

-Nietzsche-

- 677 Se vogliamo giocare con gli altri e che gli altri giochino con noi, può essere importante imparare a giocare con se stessi

- 678 Può essere importante ricordare che la porta che si è aperta all'inizio della vita non si chiuderà che alla fine dei nostri giorni, e non prima

- 679 Ogni folata di vento porta semi, fiori... e sabbia

- 680 Sembra duro destreggiarci tra finito e infinito forse è "semplicemente" un trovare, o almeno un cercare armonia tra limite e desiderio

- 681 Visto che sappiamo di dover morire perché non vivere in pienezza la vita

- 682 Chiudere gli occhi e guardare o inventare le immagini che appaiono

sullo schermo delle nostre palpebre... chiuse

- 683 Amare gli altri è un'arte. Amare se stessi è anche "amore per l'arte": l'arte di creare pazientemente l'armonia-disarmonia del proprio universo

- 684 Perché il nostro "tempo libero" lo sia davvero è necessario che vi collochiamo la nostra libertà

-Fausto Manara in "Scegliamoci il destino"-

- 685 Trasgredire quei divieti che impediscono conoscenza, emozioni e ricerca del nuovo -Fausto Manara-

- 686 Ritornare a ritrovarci nudi come quando siamo nati per provare a vestirci di panni nuovi

- 687 Il meglio della vita è ciò che succede mentre noi pensiamo ad altro.

-Oscar Wilde- Perché non prenderne atto?

- 688 Certe volte penso che le nuvole nascano dentro alla nostra anima...

-Paola Bracci "Il Fauno"-

- 689 La felicità è l'appartenenza ad un mondo assoluto al di là delle forme e del potere di queste sulla nostra vita -Patrizio Paoletti-

- 690 Mentre le molteplici vicende della vita mutano continuamente, la felicità è sempre lì, costante punto di riferimento

- 691 Felicità è: vivere il qui ed ora occupandosi della vita, e non, preoccupandosi di essa -Patrizio Paoletti-

- 692 Se il mio mondo è tutto ciò che non ho, non ho nulla, se il mondo è tutto ciò che ho, io ho tutto -Patrizio Paoletti-

- 693 Il mondo sono io in rapporto a tutto ciò che mi circonda

-Patrizio Paoletti-

- 694 Devi essere felice se vuoi la felicità; per andare lì dove vuoi, devi essere quel luogo -Patrizio Paoletti-

- 695 La meraviglia non è nelle cose o negli altri, è negli occhi di chi li guarda, bimbo o adulto che sia

-Gabriella Magrini nella "rivista allurelle"-

- 696 La meraviglia è tutta qui negli occhi che si lasciano sorprendere dalla bellezza del mondo -Gabriella Magrini nella "rivista allurelle"-
- 697 Senza occhi che la vedono, che la guardano, che la creano, non c'è bellezza - Gabriella Magrini nella "rivista allurelle"-
- 698 Tienimi come una piuma che vola nel caos -Roberta Scoranese-
- 699... senza timore, senza oblio, nella casa del tempo sta il passato, sotto il tuo piede che danza -Juan Gelman-
- 700 Amare, lasciarci amare, farci amare è il miglior investimento che noi possiamo fare durante la nostra vita

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione

dal libro: OSHO "I silenzi dell'acqua che scorre"

- 701 Ascoltare i silenzi dell'acqua che scorre
- 702 Io ascolto il vento, ascolto il vento della mia anima
- 703 Forse la sola funzione che si addice alla vita può essere quella di trovare l'immortale nascosto dietro ad ogni istante
- 704 La luna vaga intorno allo stagno nella notte che sfuma
- 705 Rugiada di autunno, brezza di primavera. A nulla è possibile interferire - Nibutsu-
- 706 Anche se resti appartato il mondo è tuo -Buman-
- 707 Sogni a mezzogiorno una libellula su di una roccia
- 708 Il flauto privo di buchi è il più difficile da suonare -Poeta Zen-
- 709 Il mio cammino è rivolto a Nord Est, diritto alle stelle
- 710 La mente è il suono della brezza che fischia tra i pini in un quadro a china
- 711 Estrai acqua limpida dagli abissi del fuoco
- 712 Una farfalla entrata nel mio cuore si appresta ad attraversare il mare. Scompare. Io torno a me stesso
- 713 Danzare in armonia con la danza delle stelle e degli alberi
- 714 Prova a vedere con i tuoi occhi i fiori di giunco sotto la luce della luna
- 715 Un ladro è scappato dal mio corpo: Il signore del nulla ha un volto oscuro

- 716 Farfalla: una foglia caduta che torna al ramo
- 717 Nascita dell'arte: il coro dei piantatori di riso, un coro che nasce dal nulla
- 718 Gocce di rugiada: cos'altro può lavare via meglio la polvere dal mondo
- 719 Sebbene le mie gambe siano fragili, vado là dove sbocciano i fiori
- 720 Se vuoi conoscere la via che porta in cima alla montagna la devi chiedere all'uomo che la percorre avanti e indietro
- 721 Semplicemente devi svuotare "è" di significato e non prendere "non è" come troppo reale
- 722 Ovunque nel mondo quel sorriso che ci dà il benvenuto è anche un addio
- 723 Nella mia capanna di bambù grande dieci piedi questa primavera non c'è nulla, c'è tutto
- 724 Nel vecchio stagno, una rana salta: grande silenzio
- 725 La luna nell'acqua, spezzata e ancora spezzata, eppure è sempre presente
- 726 Il mare a primavera tutto il giorno si alza e ricade, certo, si alza e ricade - Buson-
- 727 Nell'intimo del fuoco dimora una primavera nascosta
- 728 Oh mio sé eterno, ritto di fronte a me, fino dal primo tenero sguardo sei stato il mio amore segreto
- 729 L'acqua è viva, gli occhi del salice sono verdi
- 730 Dopo aver visto la luna la mia ombra s'incammina verso casa insieme a me
- 731 Questa è "la vera luce nascosta". Non conoscere nessuna ragione per "dover fare" qualcosa

Gocce di rugiada 2002

- 732 Essere fiume: una lunga linea che attraversa campi innevati
- 733 Dieci anni di sogni nella foresta. Ora sulla sponda del lago: ridere, ridere una risata nuova
- 734 Nel paniere di bambù senza fondo metto la candida luna
- 735 Nella ciotola dell'essenza di mente immagazzino brezza pura

- 736 I veri miracoli sono quelli che accadono spontaneamente nei silenzi del cuore
- 737 L'oscurità che si tramuta in luce è un'incredibile esperienza
- 738 Forse anche questo pino vetusto oziosamente sogna
- 739 Seduto in silenzio senza far nulla, viene la primavera e l'erba cresce da sola
- 740 Dov'è la ricchezza dell'incontro tra "è" e "non è", nemmeno i saggi possono saperlo
- 741 Le ossa del vuoto sono disseminate ovunque
- 742 E' bello sentire che respirare è respirare il proprio esserci, il proprio esistere
- 743 Guardare e vedere la sera che si avvicina
- 744 Sentire il canto del cuore nella notte
- 745 Non è il poeta che compone la poesia, ma è la poesia che compone il poeta
- 746 Bastano pochi buchi in un bambù cavo per farne uno strumento musicale
- 747 Anche l'esistenza ha il proprio suono e la propria musica se ascoltiamo in silenzio il silenzio del suo suono senza suono
- 748 Che ogni istante diventi un momento vibrante di danza!
- 749 La danza della pioggia preannuncia il sole
- 750 La mente è vento che fischia tra i pini. I pensieri sono sentieri tracciati sull'acqua o sulla sabbia di un deserto mosso dal vento
- 751 Le nuvole vanno e vengono, ma il cielo permane e anche lui si vergogna di essere tanto piccolo
- 752 Perfino uno spaventapasseri può sembrare bellissimo in una notte di luna... ma non è un uomo
- 753 La vera arte che si cela nell'armonia è la disarmonia
- 754 Se vai, se sei alla fonte delle cose sei unito al cosmo e forse sei più vasto del cosmo
- 755 Se sei in assoluto silenzio tutto ciò che accade assume una nuova colorazione, diventa nascita dell'arte
- 756 Anche le pietre più comuni parlano all'uomo, in silenzio
- 757 L'intera esistenza, da soli e con gli altri, può diventare un coro, un in-canto
- 758 L'essenza sembra essere vuoto, ma è in quel vuoto che ti unisci intimamente alla tua anima cosmica e al cosmo che le appartiene
- 759 Noi siamo piccoli suoni in grandi silenzi e grandi silenzi tra piccoli suoni

- 760 Il riflesso della luna può andare in frantumi mille volte eppure nell'essenza più intima del nostro essere la luna è piena e perfetta come sempre
- 761 Una goccia d'amore appartiene ad un amore oceanico. Perché porre dei limiti alla sua dilatazione
- 762 Forse solo gli amanti ai quali non fu mai concesso l'incontro sono ricordati nei secoli per il loro amore "eterno"
- 763 La vera alchimia della vita è saper gestire il gioco tra "maschera e volto"
- 764 Perché limitarsi a danzare e cantare senza unirsi al canto e alla danza del cosmo
- 765 Anche nel silenzio più abissale, quando nessuno mi è vicino, la mia ombra mi accompagnerà
- 766 Come fiume che fluisce verso l'oceano anche noi gli apparteniamo. Camminiamo danzando, procediamo con gioia... L'oceano ci aspetta senza impazienza. E se ci attardiamo, che l'attardarsi sia una nostra scelta
- 767 Teniamo una risata, una risata sempre nuova per quel mondo intero con il quale cerchiamo di giocare, sapendo di possederlo e continuando a cercarlo
- 768 Il nostro tesoro più grande dipende dalla capacità di effettuare ogni giorno "un nuovo risveglio" , una nuova nascita
- 769 Gioca tutti i giochi e spezza tutti i giochi inventati da tutte le tradizioni. I giochi appartengono a te e il gioco pure
- 770 Una luna piena entrando nella foresta non muove nemmeno un filo d'erba
- 771 Una luna piena entrando nell'acqua come riflesso, non provoca la minima increspatura, ma promuove "un risveglio"
- 772 Tu sei sempre colui che osserva. Se osservi colui che osserva, uno dei due non è altro che la mente che sta definendo "l'osservatore", mentre l'altro è il vero osservatore
- 773 Non c'è niente che rimanga del sapere se non il sapore delle cose che percepiamo
- 774... e una donna, laggiù, alla luce della luna, legge una lettera... e il silenzio si dilata
- 775 La goccia di rugiada si perde nell'oceano nel momento in cui l'oceano si perde nella goccia di rugiada -Kabir-

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dal libro

'Profumi di montagna' Antologia di poeti di Mussomeli (CL)

- 776 Se ascoltassi il silenzio gusterei frutti coltivati lungo assolati pendii

-Giuseppe Messina-

- 777 Ci raccontiamo tristezze mentre le gocce di rugiada spruzzano prati di sogno -
Giuseppe Messina-

- 778 Chissà dove saremo domani? Ci saranno ancora albe e tramonti , ancora notti e
giorni e crepuscoli invitanti a cose mai viste, a udire voci e canti e suoni -Giuseppe
Messina-

- 779 La gioia è luce di visi tra lacrime furtive -Giuseppe Palermo-

- 780 Tre chitarre suonano una vaga gioia. Tre chitarre piangono

-Giuseppe Palermo-

- 781 Quale pelle per note d'incanto, la mia, la tua? -Giuseppe Palermo-

- 782 Costruirò un mondo col tatto delle tue mani. E la pioggia non sarà lacrime e il
sospiro non sarà dolore -Giuseppe Messina-

- 783 I fiori non odono il pianto del vento, lo stelo sordo non si spezza, e il vento,
abbraccia la pioggia quando le foglie scrollano rivoli di pianto

-Giuseppe Palermo-

- 784 Ho incontrato il tempo all'osteria dei sogni, giocava a carte con il vento: io avevo
pianeti e nuvole, il vento comete e speranze, il tempo lustri e secoli -Giuseppe Palermo-

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dal libro

'Meteora 2000' del Gruppo Letterario Meteora di Palazzolo sull'Oglio (BS)

- 785 Come un fiume possiedo isole di quiete fra le canne e carezze d'erbe sulle
sponde -Vanda Guaraglia-

- 786 Gocce perdute, pellegrine scronon lente; dolce, pacifico letto nuziale, le accoglie
il mare -Fabrizio Orlandi-

- 787 Cigni: movenze sottili sull'acqua, rincorrono respiri e inseguono una silente
saggezza -Alessia Biasiolo-

- 788 Luccichio di rugiada, magia cristallina, echi di veli lontani, riflessi a fontana di un mondo nascosto -Primina Foresti-

- 789 Arcobaleni di nuvole... fremiti di sorrisi -Savino Frigeni-

- 790 Il tempo era lì. Mi ha chiesto chi sono, ho risposto sincera. Adesso compio gli anni a ritroso -Alessia Biasiolo-

- 791 Il sogno, torrente impetuoso, traccia sentieri, graffiando in ogni direzione fino ad affiorare al cielo, e lasciando al suolo un'aria pesante, ghiacciata in antiche convinzioni - Fulvio Capanni-

- 792 ... e ad occhi chiusi vorrei innamorarmi ancora: non per essere io ad amare, ma per sentirmi amata -Elisa Clerici-

- 793 Terra: la bellezza è stata con noi oggi. Un maggiolino su una foglia secca, attraversato da un piuma di luce -Monica Andreis-

- 794 Conservo tra le mani qualche briciola di sole -Veronica Abondio-

- 795 Saliamo fin lassù sotto il ciliegio, e ascoltiamo piano il nostro silenzio -Margi Battistella-

- 796 Stanca del tuo vagabondare, sulla terra ti sei adagiata nel caldo insonne abbraccio e guardando il cielo ti sei cosparsa di acqua e nuvole -Chiara Innocenti-

- 797 Aperto abbiamo i cuori alla sincerità... scoprendo come il bianco e il nero, prendono bene i nostri colori... i nostri profumi... i nostri desideri -Michele Montenero-

- 798 Vi fu un giorno in cui la mia gioia divenne azzurra come l'aria

-Matteo Costeniero-

- 799 C'è armonia dove non c'è diversità? -Lidia Buelli-

- 800 Il tempo incide una leggenda nel vento che scuote le foglie

-Alda Fortini-

- 801 Guardo nel folto di un giardino e corro fra le nuvole che si spengono leggere nell'aquilone che vola lontano -Alda Fortini-

- 802 Il vento si è portato via quanto non avevo donato -Domenico Novali-

Gocce tratte ed estratte da Terenzio Formenti dal libro

"De adentro... ..hacia afuera" di Lucilla Pia

LuPiaEstra@aol.com Colombia

- 803 Certe volte non sappiamo perché scriviamo... o perché disegniamo, solo sappiamo che questo ci fa sentir bene, e lo facciamo
- 804 Sono qui presente, scrivendo, guardando, ascoltando. Ma non faccio nessuna di queste cose... Semplicemente ti ho dato una mano, e abbiamo cominciato a camminare insieme per il sentiero dei sentimenti e dei sogni
- 805 Ho imparato a guardare gli occhi alla gente, a scoprire in essi; mille cose...
- 806 Lenta scese la sera, lasciando chiara la notte... e bella la luna
- 807 Lascio scorrere l'acqua dal rubinetto dentro alle mie mani: La prendo e la lascio passare. Infine riempio le mie mani di quest'acqua e mi lavo il volto

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione

**dalla collezione di poesie'In questo istante' del poeta argentino Rodrigo Campos
Alvo aalvo@filo.unt.edu.ar**

- 808 Cerco, e non trovo tra le mie lenzuola nessun'altro
che non sia il mio io
- 809 E' così, le cose volano e volano, e il fiume sempre porta il carico al suo destino,
ora e sempre
- 810 Una, dieci, cento porte si aprono. E la mia quale sarà?
- 811 Il mio riso vola fino ad incontrarsi col tuo volto
- 812 Ciò che non è possibile: partorire senza sensazioni, sentire senza volare, ridere
senza sognare
- 813 E dentro... si sente fluire; e fluisce e fluisce fino a diventar sorgente, la sorgente
d'acqua della vita terrena, che si muove, che muore, che ride e che piange....
- 814 Le acque del fiume... mi riempiono dentro, naturalmente...

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione da:

Osho: 'Il libro dell'armonia interiore' Edizioni del Cigno

e da Bhagwan Shree Rajnesh 'Tantra: La comprensione suprema'.

Edizioni Bompiani

- 815 Ricordarsi di se stessi, di quella 'centralità' intuita in un attimo di serenità, e così rinfrancati, riprendere il cammino, vivere... imparare a vivere e ad esserci
- 816 Guardando due gabbiani che prima di accoppiarsi accordano meravigliosamente il loro volo, ricordiamo anche noi che è possibile e importante, negli spazi dell'amore, danzare in armonia con il vento
- 817 Pensiamo ai fenomeni, a tutti i fenomeni, come se fossero anche sogni ed ombre
- 818 Quello che noi facciamo, facciamolo come se cavalcassimo il nostro respiro
- 819 Proviamo a dissolverci nell'oceano della nostra esistenza
- 820 Proviamo a mantenere e cambiare le nostre inclinazioni per tutto il tempo della nostra vita
- 821 Proviamo a porci continuamente l'interrogativo:- ma io , che cosa farò da grande
- 822 Proviamo a cambiare la nostra modalità esistenziale passando dal pensare al sentire
- 823 Se noi percorriamo un cammino con intensità ci accorgeremo che gli alberi attorno a noi 'fioriscono' in qualsiasi stagione. La stessa cosa può avvenire se percorriamo un sentiero fra gli uomini
- 824 Forse l'uomo è l'unico animale che può permettersi di continuare a vivere anche solo di illusioni
- 825 Non accontentiamoci di continuare a sapere e voler sapere, coltiviamo la capacità di saperci meravigliare
- 826 L'uomo è anche una corda da saltare e da percorrere come fa l'acrobata
- 827 Un sogno non è solo qualcosa da interpretare, ma un pezzo di vita da vivere, da rivivere e da trascendere
- 828 Quelli che non si propongono una meta, possono ugualmente raggiungerla se sanno 'fluire' inventandosi ogni giorno il loro percorso
- 829 Anche l'altro appartiene al mio sogno e come tale è una parte di me
- 830 La mente è momentanea, ma diventa eterna se appartiene a un corpo-persona

- 831 Passare dal fare, dall'essere ciò che vedo, a fotografarlo e anche a fotografarlo a specchio
- 832 Qualche volta per stare bene basta saper stare anche solo in silenzio con gli altri
- 833 Forse anche la reciproca intuizione appartiene alla consapevolezza cosmica
- 834 Sottoporsi ogni giorno intensamente al "massaggio del caos" come principio dell'ordine e del disordine
- 835 Porsi davanti allo specchio e guardare ciò che si può vedere dentro di sé chiudendo gli occhi
- 836 Che cos'altro si può fare quando qualcosa dell'ignoto penetra nel noto, se non cantare e danzare?
- 837 Diventa una canna di bambù cava, vuota dentro, e non appena sei diventata cava, labbra divine ti si accosteranno e la canna di bambù diventerà un flauto e la canzone avrà inizio
- 838 Seduto, ad occhi chiusi cerca di sentire chi sei e dove sei
- 839 La verità non ha bisogno di prove, ma del tuo amore
- 840 Vivi attimo per attimo con la consapevolezza che non sei solo
- 841 Pensavi ad un tuo amico ed avresti voluto vederlo ed incontrarlo ed ecco che bussa alla tua porta. Forse, come nei sogni, i tuoi pensieri creano il mondo che ti circonda
- 842 Le nubi che vagano nel cielo non hanno radici, ma hanno case
- 843 Le oscurità dei secoli non possono velare lo splendore del sole
- 844 I sogni sono 'follia' che nutre la nostra normalità
- 845 Come un bambù cavo, lascia che la tua canna sia pronta a ricevere cose nuove
- 846 Il mondo presente è tutto. Godi del presente e della bellezza delle cose ordinarie
- 847 Piccole grandi cose: camminare sul prato quando la rugiada non è ancora evaporata e sentire il tessuto dell'erba
- 848 Sentire il contatto con la terra, la freschezza delle gocce di rugiada e il respiro del mattino
- 849 Giacere nel proprio letto, sentire il contatto con le lenzuola che assorbono il calore del nostro corpo. Ad occhi chiusi sentire semplicemente di esistere
- 850 L'adulto chiede al bambino dove corra, ma il bambino non va da nessuna parte. Vive. Il bambino gode semplicemente della sua energia che si esprime nel tempo e fuori dal tempo
- 851 La bocca è una parte del corpo molto significativa perché è il punto dove la

prima attività si e' posata: il primo respiro, il pianto, il protendersi verso il seno materno

- 852 La vita non è un canale, ma un fiume che si scava il proprio letto.

Un canale è un vita di abitudine

- 853 Nei confronti della felicità il denaro è sicuramente un vantaggio. Con il danaro ci si può scegliere l'infelicità che si preferisce

- 854 La coscienza o consapevolezza cosmica è un oceano nel quale nessuno è un'isola. Ci incontriamo e ci immergiamo l'uno nell'altro senza confini

- 855 La creatività per un uomo semplice e naturale è facile. Qualsiasi cosa faccia è creazione

- 856 Il creativo, calmo, raccolto dentro di sé, in ogni luogo si sente come a casa sua, per lui ogni istante è un momento di creatività cosmica

**Gocce di rugiada colte da Terenzio Formenti nella Rivista
"Campo Grupal Anno 1 N. 2"**

e-mail roman@campogrupal.com *Website* www.campogrupal.com

- 857 C'è chi attraversa il bosco e non vede legna per il fuoco

-Leone Tolstoj-

- 858 L'arte è una catastrofe del senso

- 859 Se un autore non ci interessa, non ha scritto per noi

- 860 Il lungo peregrinare rende gli uomini discreti -Miguel de Cervantes-

- 861 Se vuoi ottenere risultati rimarchevoli, non fare sempre le stesse cose

- 862 La scienza "normalizza" la realtà trovandole delle norme, la poesia la rende più libera e liberante scoprendo al tempo stesso le eccezioni

-Eugenio Trias-

- 863 Il miglior modo di attendere qualcuno o qualcosa è andar loro incontro -
Manuel Trejo-

- 864 Una poesia è una lettera d'amore al mondo -Charles Chaplin-

- 865 Dopotutto l'unica muraglia sei tu. Se non la salti, mai riuscirai a fare un solo passo -Luis A. Spinetta-

- 866 L'abitudine ci tesse ogni giorno una ragnatela nelle pupille

-Oliverio Girondo-

- 867 Come iniziò l'incendio? Non so, era già tutto in fiamme quando mi avvicinai -
Charly García-

- 868 La vita è ciò che passa mentre siamo occupati ad altro -John Lennon-

- 869 Ogni progresso è una forma di insuccesso -Robert Browning-

- 870 Il vero mistero del mondo non sta nell'invisibile, ma nel visibile

-Oscar Wilde-

- 871 Colui che ha un perché per vivere troverà quasi sempre il come

-Nietzsche-

- 872 Le parole non fanno in modo che l'uomo comprenda, è necessario farsi uomo
per comprendere le parole -Herberto Helder-

- 873 Non sono le cose stesse quelle che ci turbano, ma le opinioni che noi abbiamo
di esse -Epitteto-

- 874 Sei già riuscito a rallegrarti di fronte alle difficoltà? -Iscrizione trovata su una
pietra nel Tibet-

- 875 Mi chiedi perché compro riso e fiori? Compro riso per vivere e fiori per avere
qualcosa per cui vivere -Confucio-

- 876 La confusione è la cosa più chiara -Graffiti-

- 877 La bellezza è nell'occhio dell'osservatore -David Hume-

- 878 Da quando studio l'inconscio mi sono trovato interessatissimo a me stesso -
Freud-

- 879 Che cos'è il toccare, che cos'è il sentire un altro corpo?

Gocce di rugiada colte da Terenzio Formenti nella Rivista "Campo Grupal Anno 2 N.
7" E-mail <roman@campogrupal.com> Website www.campogrupal.com

- 880 Non possiamo parlare di dolore, però possiamo cantare di dolore

-Andrés-

- 881 Ancora l'atmosfera trema con la prima parola, generata con panico e gemito -
Pablo Neruda-

- 882 Più che di adepti attivi, manchiamo di adepti commossi - A. Artaud-
- 883 Amata immaginazione, ciò che amo di più in te è che non perdoni mai -Andre Breton-
- 884 Le parole primordiali non significano cose, ma indicano relazioni
-Martin Buber-
- 885 L'idea di un testo definitivo rimanda o alla religione o alla spossatezza -Jorge Luis Borges-
- 886 Pronunciare una parola è come eseguire una nota sulla tastiera dell'immaginazione -Ludwig Wittgenstein-
- 887 La poesia deve essere realizzata da tutti -Conte di Lautremond-
- 888 Ogni solido si sublima nell'aria -Carlo Marx-
- 889 La cultura è ciò che resta dopo essersi dimenticati ciò che si ha appreso - André Maurois-
- 890 La vita non è un significato, la vita è un augurio -Charles Chaplin-
- 891 Chi sa annodare, annoda senza un nodo complicato -Confucio -
- 892 Quanto sforzo per arrivare al principio -Bertold Brecht-
- 893 I dettagli "insignificanti" generano emozioni forti -Riccardo Piglia-
- 894 Il poeta è colui che rompe, per noi, la consuetudine
-Saint John Perse-
- 895 Come correva ampia e libera per il tuo corpo la parola gioia
- 896 Dove hai nascosto il verde chiaro dei giorni, dove hai nascosto la vita che si spegne nel tuo sguardo? -Ferreira Gulla-
- 897 Con la mia mano voglio dare a questo paesaggio la piccola ferita della felicità - Leonor García Hernando-
- 898 "Pietà" per noi che esploriamo la frontiera dell'irreale -Apollinaire-

**Gocce di rugiada colte da Terenzio Formenti nella Rivista
"Campo Grupal Anno 2 N. 8"**
e-mail roman@campogrupal.com *Website* www.campogrupal.com

- 899 La poesia è indispensabile, ma vorrei sapere per che cosa
-Jean Cocteau-
- 900 A volte penso, a volte sono -Paul Valery-
- 901 L'uomo è la somma delle sue fantasie -Henry James-
- 902 Il cervello è per importanza il mio secondo organo -Woody Allen-
- 903 La natura umana cambia: questo è tutto ciò che noi sappiamo di lei
-Epicuro-
- 904 Il riso è la distanza più corta tra due persone -Bernard Shaw-
- 905 L'amore è l'architetto dell'universo -Esiodo-
- 906 Il più profondo dell'uomo è la pelle -Paul Valery-
- 907 I problemi sono opportunità per dimostrare ciò che si sa
-Duke Ellington-

Gocce di rugiada arrivate con il vento o colte qua e là da Terenzio Formenti

- 908 L'amico della saggezza è anche amico dei miti -Aristotele-
- 909 La felicità? E' quando si vede una persona e si arriva "a spiare dal suo cuore" -Cesare Lievi-
- 910 Intanto la felicità, intangibile, corre tra la gente senza parlare
-Paola Carmignani- ... ma c'è chi la sente e la ode
- 911 No, finiranno i miei fiori, ma non cesseranno i miei canti. Io cantore
li innalzo, si moltiplicano, si spargono -Nezahualcoyotl-
- 912 Era un gran "homo ludens", giocava con tutto...incluso con l'energia
- 913 Se qualcuno è troppo stanco per regalarti un sorriso, prova a

regalargliene uno tu. Nessuno ha più bisogno di sorrisi di chi non ne ha più, né per sé né da regalare

- 914 Il tempo: giocattolo di sole, presente, pieno e infinito

- 915 Il ricordo è poesia che si fa anche intuizione, premonizione, parola, scritto, e corpo eterno di una umanità in cammino

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dal libro: "Scrittori in erba" : Amici di Spartaco by Lubrina Editore

- 916 "...nudi nelle foglie sapersi strusciare contro gli alberi..."

-Barraco Massimiliano-

- 917 Riconciliarsi con l'acqua delle nuvole. ... nuvole, piccole e bianche gocce di mari sospesi -Barraco Massimiliano-

- 918 ...muoviamoci in silenzio per non disturbare gli amanti che amiamo

-Barraco Massimiliano-

- 919 Dov'è la tenera culla dove ogni mattino nasce il nostro sole?

-Sabrina Bonaiti-

- 920 Costruirsi ogni giorno anche se con fatica la certezza dell'illusione che come il cristallo si infrange e come l'aria si disperde...

-Sabrina Bonaiti-

- 921 Posso essere fuoco al centro del cerchio umano -Daniele Lusardi-

- 922 L'amore è anche volere il proprio bene insieme con l'altro, gli altri

Gocce di rugiada arrivate con il vento o colte qua e là da Terenzio Formenti

- 923 Vivere è anche convivere con ciò che ci fa più paura, la nostra assenza

- 924 Vivere è essere nel presente guardandolo con le pupille dell'infinito

- 925 Vivere è farsi lunghe capriole sul senso del mondo

- 926 Vivere la vita è coltivare due anime: l'una che sa rimanere aggrappata ai cieli rotanti e l'altra che fugge via trasformandosi in ombra incessante che segue i nostri passi e non può essere calpestata

- 927 Guardare il bambino che guarda il mare è imparare a guardare

-Vittorio Merlo-

- 928 Provando a mettere le ali si corre il rischio di volare

- 929 Guardando la donna giocare con il mare si può imparare ad immergersi nell'universo

- 930 Vivere e con-vivere giocosamente con il corpo-persona può significare andare anche sulla luna senza essere e diventare robot

- 931 I difetti dell'altro/a ce lo/la rendono interessante e significativo/a

- 932 L'amore è sale della vita, indispensabile per dar sapore alla realtà

-Van Gogh-

- 933 Se fossi venuto al mondo anche solo per farti sorridere, forse anche questo mi basterebbe

- 934 Se temi la morte dedicati intensamente a vivere, avrai meno tempo e bisogno di pensarla

- 935 Portami un girasole impazzito di luce -U. Saba-

- 936 "Non seguire il sentiero della consuetudine, tracciane uno diverso e lascia la tua traccia da seguire"

- 937 Quando stiamo vivendo una cosa bella proviamo a darle un colore, un sapore, un odore. Potranno aiutarci a ricordarla

- 938 Preferisci afferrare con una mano l'orizzonte o danzare sul filo dell'orizzonte?

- 939 Per non correre il rischio di sconfinare proviamo a danzare sulla linea del confine

- 940 Anche l'ombra che precede e che segue una bella persona esprime la sua luce interiore

- 941 Mentre noi dialoghiamo fugge invidioso il tempo, approfittiamo dell'oggi e affidiamoci meno che possiamo al domani

- 942 Amore: nido e nodo dell'universo, universo: nodo e nido dell'amore

- 943 Saper attendere, ma saper anche andare incontro alla persona o alla situazione che attendiamo

- 944 Se siamo disponibili al pensiero e all'azione positiva proviamo a vedere il bicchiere mezzo vuoto come bicchiere pieno a metà

- 945 Il massaggio: linguaggio dei pori come dialogo e comunicazione

- 946 Essere padre e madre del "fanciullino eterno" che è in noi e farlo e sentirlo nascere e rinascere giorno dopo giorno

- 947 Creare e ricreare ogni giorno il bimbo che è in noi guardando le cose e le persone con occhi da bambino

- 948 Perché ci accorgiamo di vivere solo quando le cose vanno male?

- 949 Forse è la dinamica "maschile-femminile" quella che fa girare non solo la testa, ma anche il mondo e l'universo intero

- 950 I miei ricordi sono come porte che si aprono nella notte

-Aviv Guefen-

- 951 Fare della morte che gioca a nascondino con la vita il vero e gioioso "gioco a nascondino" della vita

- 952 Forse la vera "rivoluzione permanente " è proprio una "normalità" sempre da inventare!

- 953 In amore non c'è disastro più spaventoso che la morte dell'immaginazione!

- 954 La vita è stata inventata per essere riempita di fantasia!

- 955 E' l'aver una coda che differenzia "spesso" gli animali dall'uomo, ma è la capacità di "fare la coda" che differenzia sicuramente l'uomo dagli animali

- 956 Può essere importante fare nella vita un posto anche "al serpente che / si avvinghia / al mio melo/ e mi offre / la parola"

-Diego Bastianutti-

- 957 Accorgersi che anche un semplice dire grazie può essere una cosa importante per noi e per gli altri

- 958 Fare in modo che ognuno di noi, nato originale, non diventi una copia di se stesso -Beverly Tucker-

- 959 Semina, semina; l'importante è seminare, poco, molto, o tutto, il grano della speranza -Dario Paganini-

- 960 La pelle non solo è la parte più profonda del corpo, ma è anche

la più vicina all'infinito

- 961 I fiori di campo rendono l'universo un campo di fiori

- 962 Facciamo in modo che la luce della velocità non cancelli l'ombra

della lentezza e che la luce della lentezza non cancelli l'ombra

della velocità

- 963 Con la speranza si assume il rischio di essere protagonisti della propria "umanità" -Tonino Zana-

- 964 La scelta di vita della speranza è faticosa e lenta. -Da "La speranza" di Francesco Alberoni- ma è anche gioiosa e giocosa

- 965 La speranza è l'aspetto profetico della vita: riprendere l'attività

di inventare, di sognare ad occhi aperti, di cercare la bellezza,

di rilanciare l'utopia -Alberoni-

- 966 L'utopia di oggi può essere la realtà di domani, ma facciamo anche in modo che la realtà di oggi crei le premesse dell'utopia di domani

- 967 Giocare con la consuetudine per far nascere la creatività

- 968 Usare il presente per frullare il passato e creare un futuro

- 969 Giocare con la morte perché è da questo gioco che nasce il senso creativo della vita

- 970 Fare di ciò che abbiamo appreso (cultura) il trampolino di nuove creazioni

- 971 Fare degli errori il lievito di nuove avventure creative

- 972 Il positivo lo vedo, il negativo lo penso -Antonella Grioni-

- 973 Trasformare gli ostacoli e le contrarietà in molle creative. Se nel torrente non ci fossero i sassi non ne godremmo il mormorio

- 974 Fare delle contrarietà il sale della vita, forse lo sono. La posta è alta, ma la si può giocare

- 975 Rendiamo omaggio ai nostri antenati cosmici, intendendo per tali non solo coloro che sono nati e morti prima di noi ma particolarmente quelli che, nel tempo e fuori dal tempo, intridono l'universo di stupore e magia. E se ci mettessimo in lista di attesa anche noi?

- 976 La vera saggezza consiste nel raccogliere da ogni giorno momenti preziosi - Beverly Tucker-

- 977 "...cercare e saper riconoscere chi e cosa, in mezzo all'inferno, non è inferno, e farlo durare, e dargli spazio" -Marianna Jelicich- dal libro "Le città invisibili" di Italo Calvino

- 978 La vita è come il gioco di un pezzo di sughero che ballonzola sull'oceano dell'eterno facendo il possibile e l'impossibile per scegliersi la propria danza, da solo e/o in compagnia
- 979 La vita siamo noi che "camminiamo il mondo" cercando di mettere a fuoco, con o senza occhiali, da sole o non, e magari anche ai raggi infrarossi, ciò che incontriamo nel nostro diuturno peregrinare
- 980 Perché non accettare che talvolta "un errore" possa essere "un'azione creativa" del nostro inconscio
- 981 Se ogni giorno seguiamo la tradizione corriamo il rischio di tradirla. Proviamo a correre il rischio di inventare ogni giorno qualcosa di nuovo!
- 982 Ognuno di noi ha almeno due anime. Non guasterebbe se ogni giorno, nel dubbio della scelta, ne facessimo lavorare una terza. Tentiamo! Potremmo anche divertirci
- 983 Trovare la nostra armonia personale e sociale tra liberare il nostro destino e fare quello che gli altri si aspettano da noi
- 984 Se ci impegniamo un po', la prossima volta riusciremo meglio. E sarà meraviglioso!
- 985 La vita è il gioco di offrire in dono certezze alle nostre incertezze e incertezze alle nostre certezze
- 986 Una persona "felice" non può bastare a se stessa, deve parteciparlo per esserlo

Gocce di rugiada distillate e/o colte per libera associazione dal libro:

"La scimmia e la donna" di Peter Høerg-Mondadori

- 987 Gli animali si distinguono dagli umani per una maggior semplicità dei loro processi mentali. Può essere interessante non dimenticarlo
- 988 Forse la gioia dei bambini che giocano non deriva dal fatto che "non hanno coscienza" della morte. Essi sentono per istinto che la morte, da vivi, è un avversario forte, ma non invincibile
- 989 Si diventa "adulti" solo quando ci si sente liberi di vivere come "i bambini"
- 990 Il vivere con armonia può essere "sentito" come una variante propria dell'eternità
- 991 Herasmus, la scimmia, parlava senza pensare, il suo linguaggio irrompeva in lui e accanto a loro, all'ombra dei rododendri c'erano gli spiriti dei celebri linguisti danesi, che aveva fatto suoi con la lingua che Madeleine le aveva insegnato
- 992 Non ci si può mai saziare, si può solo dondolarsi sul confine tra finito e infinito

- 993 Mentre Herasmus e Madeleine si lavavano, all'improvviso si diffondeva la luce. La rugiada evaporava. Poi arrivavano : il caldo, i rumori, gli odori, e le pulsazioni del giardino acceleravano rapidamente

Gocce di rugiada arrivate con il vento o colte qua e là da Terenzio Formenti

- 994 Il paradiso privato non esiste, bisogna imparare a vivere bene nel paradiso-inferno di tutti

- 995 Quando si cerca qualcosa di piccolo, talvolta si trova qualcosa di grande

- 996 Noi non smettiamo di ridere perché diventiamo vecchi, ma diventiamo vecchi perché smettiamo di ridere -Beverly Tucker-

- 997 Se fin dal primo momento l'idea non è assurda, allora per lei non ci sono speranze -Albert Einstein-

- 998 La curiosità ci può rendere ogni giorno diversi e creativi

- 999 Non dimentichiamo che viviamo nell'universo e dell'universo. Perché non ne ascoltiamo il concerto e non proviamo a parteciparvi attivamente?

- 1000 Questo oceano contiene mille gocce e non è infinito.

Ma la rugiada continua a scendere.

Terenzio Formenti

UNA GOCCIA DI RUGIADA... ANCHE NELL'OCEANO

Nella notte dei tempi una goccia di rugiada portata dal vento giunse in vista dell'oceano. Davanti a tante gocce essa si intimorì e si vergognò della sua piccolezza. Ma l'oceano, innamoratosi a prima vista, le porse una conchiglia che la raccogliesse nella sua valva in attesa che lei, piccola goccia, presentata alle vicine, chiedesse di giocare e di fondersi con loro nell'armonia dell'universo.

Goccia di rugiada n°. 0

GRAZIE

grazie a te
che mi stai leggendo
guardando ascoltando

mi stai scolpendo
con il tuo respiro

perché ci sei
ci fosti e ci sarai
nel tempo
e fuori dal tempo
nello spazio
e fuori dallo spazio...

del "nostro" universo

presentazione dell'autore

LA BALLATA DELL'INFINITO

voglio un'amaca
che mi dondoli
tra finito e infinito-
aldiqua e aldilà

e che

sospesa sul confine
ne cancelli la traccia

voglio
coscientemente
incontrare l'incoscienza
e nell'incoscienza
giocare con la coscienza

voglio
a piede zoppo
saltellare di qua e di là
e poi
cambiando piede
saltellare di là e di qua

voglio
scoprire la differenza
tra aldilà e fantasia
fantasia e aldilà
e poi
narrarla agli uomini che la temono...
e a quelli che la amano