

LO SCRITTORE È UN VIAGGIATORE DI PENNA

A chi scrive non serve nient'altro che una penna e un foglio bianco per farlo. La scrittura è una forma d'arte ed anche un modo, molto economico, per far luce dentro se stessi. Quanti di noi hanno posseduto, o possiedono, un diario segreto o un piccolo taccuino nella borsa dove hanno trascritto, e trascrivono, sensazioni emozioni e piccoli segreti da non rivelare mai a nessuno? Anticipo che alcuni di questi segreti verranno svelati sotto forma di storie, poesie e personaggi durante le lezioni di questo corso di scrittura creativa. Ma quanti altri ne scoprirete, voi, da soli!

La scrittura è un'arma bellissima che può aiutarci a stare bene con noi stessi, ma anche no, se sbagliamo ad utilizzarla. Spesso nei nostri diari ci sono i racconti di tante ipocrisie e bugie che, col tempo, se non proviamo a riscrivere le "battute" sotto un'altra luce, potrebbero finire col diventare realtà. Un realtà distorta. Perciò *bisogna stare attenti a ciò che scriviamo*. E non maltrattiamoci dicendo che scriviamo come un cane (ma poi chi vi dice che i cani scrivono male?); che le nostre poesie sono stupide e che noi siamo stupidi. Così finirete col crederci a danno della vostra stessa creatività che è immensa!

Se c'è qualcosa che può distruggere la nostra creatività è il senso di giudizio ed inadeguatezza che ci portiamo addosso fin dalla nascita. Nessuno potrà insegnare a qualcun altro a diventare un grande scrittore, ma è possibile che si possa, insieme, far emergere l'artista sepolto che è in noi. *Liberare questo artista significa liberare se stessi dai propri tabù, preconcetti, manie di perfezionismo*. E volare, finalmente liberi, nel pensiero e nell'anima.

Proveremo a creare personaggi, storie, poesie. Li faremo vivere ed agire. Esattamente come nella vita reale. Ci bagneremo nel lago dell'amore e ci sporcheremo in quello dell'odio. Perché chi scrive non può fermarsi soltanto all'esterno delle cose, ma entra giù, in profondità. E là c'è un mondo pieno di luoghi da scoprire. Se siamo qui, in un corso che parla di scrittura, è perché abbiamo voglia di iniziare anche un personale cammino verso noi stessi.

ESERCIZI DI SCRITTURA CREATIVA

- Esercizio di riscaldamento
- Esercizio per associazioni analogiche

I FERRI DEL MESTIERE

Ciò che serve ad uno scrittore è relativamente poco. Potremmo sintetizzarlo in una penna e un foglio bianco. Ma a ben vedere è possibile scrivere su qualunque cosa e con qualsiasi mezzo. Non c'è limite alla creatività umana.

Tuttavia, per iniziare bene occorre munirsi di:

- penna scorrevole e leggera
- fogli lisci e bianchi
- pazienza
- tempo.

È in effetti il tempo il nostro ostacolo principale. Ci giustificiamo dicendo che non possiamo scrivere perché non abbiamo tempo. Se, invece, il tempo lo abbiamo, procrastiniamo. E rimandiamo ad un altro giorno la scrittura.

***Il momento migliore per scrivere non esiste.
Prendetevelo ora.
In questo istante.***

Se aspettate un altro po' il tempo vi passerà davanti. Nulla di male, se non vi interessa lo scorrere della vita. Ma con molta probabilità dentro di voi ci sono tante parole che vogliono uscire fuori. Hanno bisogno di esprimersi. Cercano, con l'ingordigia di chi è stato troppo a lungo senza cibo, di gustare il senso dell'esistenza. **E di cosa si cibano le parole?** Di emozioni, sensazioni e pensieri.

Scegliete il quaderno e la penna che fa per voi. Andate in cartoleria e cercateli. Vi accorgete che non tutte le penne sono adatte, alcune hanno una forza diversa. Con altre vi sentirete frenare. Altre, invece, scorrono come un fiume in piena. È un po' come Harry Potter quando trovò fra tante bacchette l'unica capace di farlo diventare il mago che era.

ESERCIZI DI SCRITTURA CREATIVA

- Impugnate la vostra penna e provate a sentire che emozioni vi suscita. Poi scrivete. Scrivete quello che volete, non ha importanza. Come vi sentite... la mano come si sente? La penna che avete usato è riuscita a star dietro alla forza delle parole?

REGOLE IN LIBERTÀ

Prima di scrivere rileggete queste semplici regole, che mi piace chiamare *Regole in libertà*. Per essere certi di esprimere le proprie emozioni senza più vincoli.

- Continuate a scrivere sempre anche quando dentro di voi, una voce silenziosa, cercherà di bloccarvi con i suoi giudizi e il dito puntato sugli sbagli.
- Non abbiate paura di sbagliare.
- Non cancellate i vostri pensieri, anche se volevate tenerli nascosti. Fateli vivere, senza dargli più peso di quello che hanno.
- Che importa dell'ortografia e della grammatica. Ci penserete dopo, durante la revisione del testo, a correggere tutto.
- Basta pensare, scrivete e basta.
- Non girate intorno al tema, andateci dritti in fondo. Una volta scoperte le carte l'ansia passa senza complicazioni.
- **Perdete il controllo.**

Sono regole molto semplici, che vale la pena seguire e trasgredire (se ne vale la pena). Ci aiuteranno a far emergere quell'energia latente che desidera perdere un po' del controllo che ha per raggiungere vette elevate di poesia e di emozioni. È proprio questa energia che darà colore ai nostri scritti. Altrimenti sarebbero tutti opachi e spenti.

LA SCRITTURA A TEMPO

Come per qualsiasi attività anche per scrivere bisogna esercitarsi. In questo corso utilizzeremo l'esercizio a tempo. Consiste nel darsi un tempo di 5 minuti, poi dieci, poi venti e così via, in crescendo. Durante il quale faremo degli esercizi, e scriveremo senza staccare la penna dal foglio.

Rispettare il tempo è importante per darsi quella disciplina necessaria per portare avanti un compito. Non pensate che possa essere un tempo interminabile, è solo l'inizio difficile perché siamo tesi, impauriti, abbiamo paura di sbagliare. Tutto ciò non farà niente altro che allontanarci dalla scrittura.

Scrivere senza pensare troppo è questo l'inizio.

Molti considerano la scrittura una semplice passione. Invece, è qualcosa in più. Perché la scrittura scende in profondità. E superata la prima fase di: "che bello questo testo... è ben scritto... complimenti, nessun errore", arriva la fase della pulizia vera. Quella che lava via quell'aria da scrittore snob che molti si portano dietro. E fa emergere l'essenza di un testo. Il succo. Il nocciolo. L'anima, oserei dire.

Per questo allenarsi con la scrittura a tempo, *senza mai fermarsi né correggersi, è importante*. Perché ci aiuta ad esprimerci senza condizionamenti. La riscrittura limerà il tutto, certo, ma con la consapevolezza di non aver scritto sotto dettatura di un Io gigante ed egoista, ma di un Sé creativo e benevolo.

I primi pensieri hanno una grande forza ed energia. Non sono condizionati dall'ego: "sono il modo in cui la mente illumina qualcosa con un improvviso lampo di luce".

ESERCIZI DI SCRITTURA CREATIVA

- Dunque forza, mettiamoci all'opera con la scrittura a tempo. Sincronizzate 10 minuti di orologio e non fermatevi mai. Usate pure la musica che volete per ispirarvi e procedete senza nessun condizionamento. Non importa se usciranno fuori cose che non ci piacciono, fanno parte di noi e vogliono soltanto essere ascoltate, nulla più. Se volete un piccolo suggerimento per superare il blocco da Pc o da foglio bianco aprite a caso il vocabolario e partite dalla prima parola che avete adocchiato. In questo caso ho pensato per voi ad una frase. Incominciate a scrivere partendo da: **Mi ardo nel cuore...**

La frase da cui sono partita per l'esercizio fa parte di una bellissima poesia di Sandrino Aquilano "Le parole del cuore".

Il cuore ha un linguaggio universale. Tutti capiscono le parole che giungono dal cuore. Riuscire a parlare con questo linguaggio non è da tutti. Ma non lo è semplicemente perché non ci lasciamo andare. Bisogna sedersi e ascoltarsi. E la voce che sentiremo sarà carica delle parole del cuore.

Le parole del cuore

Mi ardono nel cuore
mondi che non ho mai visto
parole che non ho mai sentito
toccano l'anima mia
come angeli venuti dal cielo.

Non so quale è la mia strada
non conosco gli amici di domani
le mie lacrime si chiedono
perché la mia anima sorride
Perché il mio cuore s'illumina
perché la mia vita risplende
e non ho mai chiesto così tanto.

Posso attraversare il mondo
incontrare i sentimenti
quelli di tutta la gente
Posso ascoltare
leggere le parole del cuore
con i messaggi che mi rivelano
allontanare la mia sofferenza
Posso tornare ad essere felice
rapito dai suoni della tua voce
dimenticare che cos'è la paura
cancellare l'ansia del tempo che passa.

Sandrino Aquilani

ESERCIZI DI SCRITTURA CREATIVA

A questo punto siete abbastanza carichi di energia per scrivere la vostra biografia in 10 minuti. Siate aperti per ricevere le parole dettate dal cuore.

LA CREATIVITÀ È UN DONO

Siamo tutti esseri creatori. La creatività ci è stata data. A noi non resta che accettarla e farne dono anche agli altri.

Eppure la trascuriamo, perché siamo cresciuti con la convinzione che fossimo incapaci, che dovevamo essere dei grandi scrittori fin da bambini, altrimenti non eravamo nessuno. Tutto questo non ci ha fatto altro che immagazzinare stati di ansia e di rabbia impressionanti.

Guardate questa scena de I colori dell'anima: un film del 2004, uscito nelle sale italiane il 13 maggio 2005, scritto e diretto da Mick Davis.

Viene ritratta l'attività di creazione di Modigliani, Soutine, Rivera, Sisley e Utrillo per una gara di misurazione delle loro abilità. Non è tanto il quadro finale quello che a noi importa, ma la loro capacità di lasciarsi trasportare dalla creatività. Perdersi per trovarsi. Solo questo ha fatto la differenza.

Il link del video: <http://www.youtube.com/watch?v=gShcC3MoDRg>

ESERCIZI DI SCRITTURA CREATIVA

Provate a lasciarvi andare. Scrivete la prima cosa che vi viene in mente e buttate giù le parole. Scoprirete versi meravigliosi