

RACCONTI 2026 IL GORPO

ANTOLOGIA DI RACCONTI E POESIE DEGLI STUDENTI DELL'ISTITUTO E. CONTI



PREMESSA

Questa piccola ma preziosa antologia raccoglie le prose e le poesie del contest RacConti 2026, organizzato dai docenti Claudio Bovino, Emanuela Lauricella, Giacomo Marzullo e Alberto Ungari. Come ogni anno, l'obiettivo primario di questo progetto è quello di avvicinare, quanto più possibile, i ragazzi al mondo della scrittura, della letteratura e, più in generale, della cultura.

Il *fil rouge* che lega tutti i lavori riguarda il *corpo*, poiché alla loro età è un tema delicato, basti pensare ai cambiamenti fisici, alla dismorfia, alla somatizzazione dell'ansia, ai disturbi alimentari e all'accettazione. Aspetti che, tra l'altro, noi insegnanti conosciamo bene e che cerchiamo di affrontare quotidianamente nelle nostre aule. Pertanto vogliamo ringraziare tutti i partecipanti che hanno deciso, anche tra le righe, di raccontarsi o lasciarsi semplicemente trasportare.

L'ordine dei testi non rispecchia la classifica della cerimonia di premiazione che si è svolta il giorno 26 maggio 2026, l'unico criterio adottato è quello che riguarda la separazione per genere letterario. Inoltre si è scelto di inserire solo i brani dei finalisti, cioè quelli che sono stati valutati dalla giuria di qualità.

Infine, il nostro team auspica che tutte le studentesse e tutti gli studenti possano continuare a liberare la fantasia per essere più consapevoli del genio creativo che è dentro ciascuno di loro.

Il team di RacConti

Prof. Claudio Bovino

Prof.ssa Emanuela Lauricella

Prof. Giacomo Marzullo

Prof. Alberto Ungari

FINALISTI

PROSA

Il nostro film, Chiara Citterio (2LDS)

Il mio diario, Francesco Parlatore (1LA)

Armatura e ali, Ludovica Locatelli (1LCS)

La macchina, Giulio Del Moro (1LA)

Corpo di stato, Edoardo Lanzotti (4LB)

Al di là di te, ma con te, Sofia Riccio (1LE)

La mia matematica, Ester Cicognani (1LA)

Vi ringrazio amici miei, Yi Lei Gianni Zhou (1LB)

2077: Protesi Meccaniche, Andrea Marotta (1LA)

POESIA

Così com'è, Filippo Cecchin (5MEA)

Circoscrizione alla carne, Jamal Manuel Taib (5MEA)

Passione Country, Alessandro Paolo Graf (4LDS)

Anima Tormentata, Maro Ashraf Nagib Daoud Gerges (4LA)

Essere, Michele Buccino (4LF)

Segni invisibili, Girgis Antonios (1LE)

Capodanno a Crans-Montana, Jessica Usama Zarif Kamel Farag (3LG)

Struttura, Helmi Mohamed (2LE)

Il villaggio in un corpo, Matteo Crea (1LA)

IL NOSTRO FILM, Chiara Citterio

Il corpo rappresenta il primo spazio dove qualcuno entra a contatto con il mondo ed è l'unico capace di contenere i segreti e le cicatrici che raccontano storie che non si ha il coraggio di condividere con nessuno.

Il corpo è in grado di parlare anche senza parole: un brivido, un sorriso, una lacrima. Ed è anche l'unica parte che deve portare la pesantezza di ricordi passati che creano un buco nello stomaco. Reputo il mio corpo la parte più forte e allo stesso tempo più fragile di me, poiché non contiene un ricordo qualunque, ma molto di più: è in grado di contenere due anime, la mia, che è quella che ci vive, è quella di mio fratello, che però ci vive passivamente. Marco è il mio gemello che ormai non c'è più. Non ho potuto accumulare tanti ricordi di lui, ma i pochi che ho sono fondamentali per costruire un'immagine completa della persona che era e che risulta essere tuttora per me. Lui è sempre qua con me, anche se non fisicamente, e nonostante io sia cresciuta, mi sia creata un mio carattere, delle nuove amicizie e una bellissima famiglia, so di non essere mai da sola. In ogni mio traguardo e in ogni mio passo avanti c'è sempre qualcuno che mi prende la mano e mi tira anche quando tutto sembra impossibile, che mi dà un cuore anche quando tutto sembra andare a rotoli e che mi dà un sorriso anche quando la vita sembra mettermi nell'angolo. Ed è quando sento un senso improvviso di tristezza, giorni in cui mi brucia il petto senza una ragione precisa, che capisco di non star provando in prima persona quei sentimenti, ma di star provando quelli di qualcun altro che vive dentro di me. Non è un tema che affronto frequentemente, né con i miei amici né tantomeno con la mia famiglia. È un argomento che mi distrugge interiormente. Riesco a comprendere quanto sia faticoso metabolizzare la perdita di un figlio, perché dalla mia parte riesco a sentire quanto sia difficile accettare di aver perso la mia metà. Il mio corpo è stato in grado di capire il dolore ancora prima di saper formulare delle frasi o creare parole. Quando se n'è andato, io non ho potuto salutarlo, non ho potuto stringerlo, e un po' me ne pento, ma è successo tutto così velocemente che lì, sul momento, non sono stata in grado neanche di percepire cos'era successo. La mia mente non sarebbe stata in grado di creare parole razionali per potergli dire che lo avrei portato con me. Ma il mio corpo lo ha fatto. La mamma mi dice sempre che nella vita contano i fatti e non le parole, per questo ho deciso

di conservare il suo posto, anche se impercettibile. Io cerco sempre di trovare una ragione a tutto, ma in quindici anni che vivo non sono ancora riuscita a trovarne una, sia da poter spiegare a parole sia per riuscire ad andare avanti senza che il ricordo mi tormenti, a volte più e a volte meno. E io a una conclusione ci sono arrivata: potranno passare infiniti anni, ma il dolore resterà sempre lì, nel profondo del cuore, e tu non puoi fare niente se non aggrapparti ai ricordi. Sì, non sono una persona molto altruista, anzi non lo sono proprio, ma avrei preferito cedere a te il posto in questa vita per non sentire la tua assenza, anche se avrei preferito che riservassi un posto in prima fila anche per me, così che potessimo guardare insieme il nostro film.

Il MIO DIARIO, Francesco Parlatore

Non avevo mai visto il mio corpo da fuori. Oggi lo vedo per la prima volta e lo guardo immobile, disteso in una bara. Ci ho messo qualche secondo a capire che quello ero io.

La prima cosa che noto è il viso pallido e spento con un'espressione neutra, lo fisso per qualche secondo prima di iniziare a vedere tutti quei piccoli dettagli che chi solo ci ha vissuto può riconoscere. Inizio a vedere tutte le imperfezioni per le quali per anni mi sono fatto paranoie e che ora non contano più, ma vedo anche tutti quei segni che riportano in me ricordi.

Guardo gli occhi ma le palpebre sono chiuse, mi limito a immaginare come possa essere lo sguardo, vuoto e profondo, così lo penso.

Arrivo alla bocca, le labbra sono secche, penso a tutte le risate fatte in famiglia, con gli amici e davanti alla televisione ma penso anche a tutte le parole dette e non, mi soffermo proprio su queste ultime, quelle solo pensate, ringraziamenti mai espressi, scuse mai fatte e idee tenute dentro per il pensiero del giudizio altrui.

Esamino ancora per un secondo il volto e vedo la barba perfettamente tagliata, forse del viso la barba è l'elemento meno "importante" ma qui non posso non pensare a mio padre, la persona più importante della mia vita, lui che mi ha insegnato a ragionare, lui che mi ha trasmesso le sue passioni e lui che mi ha insegnato a radermi per la prima volta.

Pensare a mio padre mi fa rendere conto di quanto tempo sia passato e guardando il mio corpo mi vengono in mente tutti gli anni passati con lui.

Mentre ci penso torno al corpo e osservo le mani e lì vedo delle cicatrici, bianche quasi invisibili, me le sono fatte da bambino con un vaso di ceramica che apparteneva a mia nonna, altre invece a lavoro con qualche attrezzo.

Il mio sguardo lentamente si focalizza sul petto, la casa del cuore, lì dove ha luogo l'amore, che è sempre stato presente nella mia vita, ho amato, amo e amerò nell'eternità le persone che mi sono state vicine.

Andando verso il basso a guardare vedo le gambe, a vederle la mente mi si riempie di ricordi delle partite di calcio, lo sport che praticavo, l'ansia delle prime gare, le vittorie, le sconfitte e le amicizie.

Le gambe mi hanno sorretto per tutta la vita, mi hanno fatto rimanere in piedi ora invece le vedo lì, troppo stanche per potersi muovere.

Ora guardo tutto il mio corpo per intero, e capisco che non era solo carne.

Era un diario, ogni segno, ogni cicatrice è parte della mia storia.

Ripenso a tutte le parole non dette, a tutti i gesti che ho compiuto senza accorgermi, alle persone che ho avuto con me e mi rendo conto che vedo tutto questo attraverso il corpo che mi è appartenuto.

ARMATURA E ALI, Ludovica Locatelli

24 Novembre 2025

Caro diario,

è successo di nuovo: mi sono trovata in preda all'ansia. Sono qui seduta a ripensare all'accaduto di stamattina che non ha fatto altro che fomentare le mie insicurezze. Pensavo che non si sarebbe più ripetuta una scena come quella del mese scorso e invece sono qui a raccontartene un'altra.

Fino a ieri sera mi sentivo sicura di me e di quel che sapevo, poi stamattina alla parola della prof "Interrogiamo", ho iniziato a irrigidirmi. Mi tremavano le gambe, mi sudavano le mani, mi mordicchiavo il labbro in continuazione. Cercavo il più possibile di non farlo notare, ma l'ansia stava quasi per uccidermi. Il mio cuore non rallentava più, da quanto batteva veloce sembrava quasi avessi fatto una maratona.

All'improvviso ho sentito chiamare il mio nome e lì ho iniziato ad avere un vuoto allo stomaco. Continuavo a deglutire e a ripetere tra me e me che le cose le sapevo e che non dovevo andare nel panico, ma non è servito a nulla. Mi sono seduta a quel maledetto banco in prima fila e, mentre ripassavo nella mia testa, sfregavo e asciugavo le mani nei pantaloni ormai bollenti.

Quei minuti sono stati interminabili perché ogni domanda della prof. sembrava quasi una spinta che mi faceva fare un passo indietro e non riuscivo a reagire: avevo un nodo alla gola, ero pietrificata.

Ora non faccio altro che pensare a questo episodio e spero di tornare a scriverti qualcosa di bello.

28 febbraio 2026

Caro diario,

finalmente ce l'ho fatta, sono qui per raccontarti qualcosa di bello. Alla gara sono riuscita a dare il meglio di me ottenendo un buon risultato!

Nonostante la mia paura di fallire ancora, grazie al sostegno delle mie allenatrici, ho superato questo blocco che mi impediva di esprimermi al meglio. Quando mi sono resa conto che continuavo a saltellare sul posto e che mi mangiavo le unghie, ho iniziato a temere il peggio; avevo talmente tanta paura di scordarmi l'esercizio che nei secondi prima di entrare nel campo gara, non riuscivo a concentrarmi e a ripassarlo mentalmente: a causa dello

sguardo del pubblico e dei giudici mi distraevo in continuazione. Poi, però, grazie all'incoraggiamento delle mie compagne di squadra sono riuscita a scrollarmi di dosso tutti i pensieri negativi. Ho preso un bel respiro, ho guardato verso i giudici e mi sono lanciata in pedana con l'energia a mille!

Ho finito questa gara soddisfatta e fiera di me stessa; adesso lo sguardo delle persone era positivo e non volevo per nulla nascondermi, anzi avrei voluto far sapere al mondo quello che sono riuscita a fare.

Finalmente per la prima volta dopo tante settimane, sono felice di essere quel che sono.

6 marzo 2026

Caro diario,

eccomi qui, accanto al camino che scoppietta, a scriverti. Il suo calore è un toccasana, mi scalda le ossa e ammorbidisce tutti i muscoli del corpo come un balsamo.

Questa giornata è stata impegnativa; la sveglia è suonata presto. Attendevo questo momento da un anno, dopo che quella caduta rovinosa sulla pista nera mi ha squarciato il legamento del ginocchio. Era il momento di mettermi alla prova: la mente era pronta, ma non sapevo se il corpo lo fosse e dovevo provare a me stessa che potevo superare anche questo ostacolo.

Appena inserii i piedi negli scarponi rigidi e freddi sembrava quasi di infilare un'armatura dolorosa. Le punte dei piedi urlavano vendetta, allacciandoli, stritolavano sempre più le gambe e i polpacci sembravano trapassati da lame taglienti ed affilate tanto era il male, ma dovevo stringere i denti e sfidare la montagna. Sulle piste poca gente, potevo sfrecciare nel silenzio del bosco.

Eccomi pronta in cima alla seggiovia. Le gambe sapevano come muoversi, veniva tutto naturale. Le movenze erano fluide e aggraziate. Il dolore che tanto avevo temuto non era più uno spauracchio: mi stavo godendo il momento.

Ero tornata ad avere fiducia delle mie possibilità e del mio corpo e riprendere a sciare è stata una grande vittoria!

La tua sportiva

LA MACCHINA, Giulio del Moro

Mia madre dice sempre che il corpo è come una macchina perfetta perché riesce sempre ad avvisarti se c'è qualche "guasto" in modo che tu riesca a risolvere il problema prima che sia troppo tardi. Io non la penso così. Per esempio, partiamo da questi "segnali": hai fame? Dolore allo stomaco. Hai sonno? Dolore alla testa. Cammini troppo? Dolore. Urti qualcosa? Dolore. Ti fai un taglietto? Indovina un po'? Dolore. Non so perché ma non mi sembra proprio una macchina perfetta. Ma non è finita qui, in realtà, c'è un altro tipo di dolore. Quel tipo di dolore per il quale piangere, disperarsi e urlare a squarciagola non basta perché passi. Quel dolore che ti fa sprofondare il cuore in un punto talmente in basso che diventa quasi impossibile farlo risalire. Io sono diverso. Lo sono sempre stato. Il mio cervello è così veloce, che non riesco a raggiungerlo. Sembra forte essere intelligente, vero? Finché non lo sei per davvero. Una bella fregatura no? La verità è che quando sei intelligente... pensi. Sembra stupido, lo so, ma più pensi, più stai male. Per me è come essere sintonizzato su cinquanta canali differenti contemporaneamente. Posso solo dirvi che non è affatto bello. È come vivere in un corpo che non è il tuo, troppo lento, troppo stanco, incompatibile con il tuo cervello... gli altri si relazionano, si divertono, si amano... e tu... beh, tu, per quanto ti sforzi non ci riesci. E mentre tutti vanno avanti, tu, per quanto intelligente, rimani indietro. Come se il tuo corpo, la tua "macchina", non riuscisse a fare un aggiornamento software. All'inizio provi ad ignorarlo, scherzi, ridi, fai il simpatico, cerchi di nascondere in modo che gli altri non se ne accorgano. Perché se gli altri non se ne accorgono, magari non te ne accorgi neanche tu. La verità è che te ne accorgi. Sempre. Provi a fare finta di niente, fingi di essere felice e poi provi a dimenticare che stavi fingendo. Per un po' funziona, ma poi... poi ti accorgi che non può più durare. Non più ormai. Alla fine, ti ritrovi senza sapere più cosa fare, il dolore, tanto caro al tuo stupido corpo, diventa il tuo migliore amico. Lui è sempre con te. Costantemente. Continuamente. Inevitabilmente. Puoi anche non sentirlo a volte, puoi non pensarci, puoi perfino essere felice, ma qualunque cosa accada, Lui è sempre lì, sullo sfondo. Ma alla fine la vita è così, fa schifo. E poi muori. È esattamente ciò che pensi finché non inizi a chiederti: perché? Perché il tuo corpo ti fa questo? Perché Lui ti fa questo? Rimugini su queste domande per ore, giorni, mesi... magari perfino anni.

Finché, l'illuminazione! Macchina, macchina, macchina! Questo è il punto! Non sei una macchina! Non sei il tuo corpo, le altre persone o gli eventi che ti accadono, TU sei solo e soltanto tu! Lui sei tu! Per tutto il tempo, il tuo persecutore, il tuo migliore amico, il tuo dolore, eri solo e soltanto... tu! Sembra brutto detto così ma la verità è che ogni volta che stai male, provi dolore, tristezza o sconforto, sei solo tu che dici a te stesso "ehi, sono qui! Sono vivo! Sei vivo!" tutto ciò che il tuo corpo ti fa sentire, serve a dirti che sei vivo! È l'unione delle cose belle e di quelle brutte che ci rende persone e ci distingue dalle macchine! Ed è allora e soltanto allora, che finalmente ti rilassi, ti stendi in un prato fiorito e ti godi la visione della tua nuova alba. O almeno... lo spero. Un giorno spero di guardare la mia nuova alba. Sono stanco della notte.

CORPO DI STATO, Edoardo Lanzotti

La nostra fu una stirpe imbattibile, o almeno così credevamo. Non eravamo originari di qui, ma abbiamo saputo adattarci in fretta. Sembravamo destinati a prenderci tutto. Si dice che i nostri avi provenissero dal Sacro Yogurt. Informazione che noi, ultima generazione, non potremo mai verificare.

Sì, avete capito bene, gli ultimi. Di noi non resterà che il ricordo, nessuno dei nostri farà più breccia in questo Corpo.

Io sono Escher Coli, uno dei pochi superstiti del “Quinto battaglione d’assalto Reni”, e scrivo le mie memorie speranzoso dell’arrivo di questo messaggio ai nostri superiori, per rimanere eterni agli occhi dei nostri successori.

Il Corpo apparve sin da subito il luogo perfetto per sviluppare la nostra società, al tempo misera e arretrata. Tuttavia, crescendo, fu necessario per noi affrontare una dura realtà. Il Corpo, così caldo e generoso nell’accoglierci, era abitato da altre forme di vita, probabilmente già da molto prima che i nostri antenati ci mettessero piede.

L’unica cosa che potevamo fare era farci spazio tra quel poco che non era stato occupato da quelle bestie inferiori, avidi di terra quanto di potere. In guerra, non saremmo certo stati da meno. Una volta messe le radici iniziammo a moltiplicarci a dismisura, finché lo spazio non fu più sufficiente. Nacque così una fame di potere che non poté che aumentare di pari passo al nostro numero. Non c’era altra soluzione se non lottare.

Iniziammo ad armarci ed addestrarci in modo da intimorire quegli esseri. Attaccammo dapprima le cellule più deboli e vecchie. I nostri avversari, loro compagni, le abbandonavano e le lasciavano morire. Sembra come se fossimo quasi utili ai loro scopi. E i mostri saremmo noi? Non additateci come tali per aver eliminato cellule indifese. Noi, a differenza loro, non abbandoneremo un nostro compagno, neanche a costo della vita.

Il mio pensiero ritorna ai compagni e al Tenente Colonnello, tutti morti in un’imboscata dentro un’aorta. Sono stato fortunato, quel giorno mi trovavo in infermeria per via di un tremendo mal di stomaco. È solo grazie a un virus se mi trovo qui a narrare questa storia, ma torniamo a noi.

Con il tempo imparammo a combattere anche i loro eserciti. Avevano una divisa bianca, a simboleggiare la loro falsa purezza. Erano solamente esseri senza un’anima capaci di tradirsi e abbandonarsi pur di sopravvivere.

Forti e ben organizzati, sembravano imbattibili. Dalla nostra avevamo il numero, loro mandavano rinforzi ogni 2 giorni circa, noi ci moltiplicavamo ogni secondo che passava.

In breve tempo prendemmo il controllo dello stomaco e delle vie urinarie, la lotta ci permise di conquistare talmente tante terre da poterci vivere per generazioni. I nostri generali, però, volevano di più, senza accontentarsi nemmeno dopo l'occupazione del polmone sinistro.

La tracotanza e la fame di avere ci distrussero dall'interno.

La nostra guerra aveva estremamente impoverito sia le nuove terre conquistate, luogo di cruento battaglie, che i nostri già poverissimi territori natii. Fu allora che, come una manna dal cielo, arrivò in soccorso ai nostri avversari il loro Messia. Si faceva chiamare Antibiotico, così potente da sconfiggere un intero plotone in appena mezza giornata. Solo chi l'ha visto all'opera ha potuto testimoniare la sua potenza, si comportava come se sapesse in anticipo ogni nostra prossima mossa, impedendoci ogni contrattacco. Per la prima volta ci trovammo in difficoltà davanti ad un nemico imbattibile, giunto da chissà dove in aiuto a esseri immondi e senza pietà per il prossimo.

Se solo i piani alti si fossero accontentati. Non fossi stato altro che un sottoposto, avrei agito in altro modo. Il nemico era debole e noi innumerevoli. Con il senno di poi mi pento di aver anche solo pensato a un finale positivo per la nostra razza.

Poco tempo fa mi è giunta notizia che anche la nostra terra natia è stata occupata dal nemico, attaccano anche quella terra così infertile da essere stata abbandonata anche da loro che abitavano questo Corpo già prima di noi. Pattugliano arterie e polmoni, temono che qualcuno di noi riesca a fuggire per via respiratoria, vogliono sterminarci tutti.

Non credo che ci sarà più un futuro per noi in questo Corpo. Altrove chissà, tutto ciò che posso fare ora è pregare mentre scrivo le memorie di questo fallito "Corpo di Stato".

AL DI LÀ DI TE, MA CON TE, Sofia Riccio

Per otto anni ho visto mia zia vivere in un corpo che era diventato una fortezza, una prigionia, la malattia lo aveva reso un luogo di fatica. Ma lei non era il suo tumore. Lei era il mare delle nostre estati, le risate che facevamo sotto il sole, i pranzi a casa mia, la pizza che mi preparava con le sue mani, la felicità che quando eravamo insieme non cessava mai, anche se la stanchezza la frenava.

Ricordo ancora l'ultima estate che abbiamo trascorso insieme: il suo corpo era ormai fragile, a causa di quelle ultime chemio e quei mesi di peggioramento, ma la sua anima non lo rispecchiava, era come se lei fosse fuori da quel corpo, era impegnata a scherzare e a regalarci abbracci che sembravano eterni, come se fosse libera tra le onde del mare. Non si è mai arresa perché la sua voglia di vivere era maggiore di qualsiasi ostacolo al mondo. È stata una vera guerriera che ha combattuto fino all'ultimo istante per vivere.

Poi è arrivato ottobre 2025, il suo ricovero e un mese dopo, il 21 novembre, quel guscio fisico ha smesso di rispondere, si è schiuso e l'ha fatta uscire per sempre. Pensavo che da quel momento fosse finito tutto, che la storia tra una zia e sua nipote fosse giunta al termine, ma lei mi ha dimostrato che la sua anima si era già mossa verso il futuro, verso di me.

A Natale mio zio mi ha consegnato un regalo che mi aveva ordinato proprio lei, dal letto di un ospedale. Era una tazza. Sopra spiccava un riccio, il simbolo del nostro cognome, un cuore e il mio nome. Tenere in mano quell'oggetto è stato come poter rivivere tutti i momenti passati con lei e poterla riabbracciare. All'inizio non volevo aprirlo perché sapevo che quello sarebbe stato l'ultimo regalo fatto da lei, invece è stato l'inizio di una nuova fase. Il riccio con i suoi aculei protegge un cuore dolce, proprio come ha fatto lei per otto anni: ha usato il suo corpo come scudo per proteggere la sua dolcezza, la sua voglia di dare consigli e l'amore che non ci ha mai fatto mancare.

È difficile andare avanti senza di lei, senza una persona che mi ha sempre fatto da guida, ma ora, anche se lei non è più qui fisicamente, io la sento lo stesso, come se fosse uscita da quella prigionia che rinchiudeva il suo corpo e non le permetteva di godersi al meglio la vita.

La sento nel mio giardino, dove amava respirare la libertà tra i fiori, la sento nella sua cagnolina che ancora cerca il suo sguardo, la sento quando stringo il

pupazzo che mi aveva regalato da piccola. La sento quando vedo i poliziotti in divisa, lei amava il suo lavoro, amava essere una poliziotta di cui tutti si potevano fidare e a cui chiunque poteva chiedere aiuto. Infatti ha usato il suo corpo malato come se fosse una divisa, per proteggere me e la mia famiglia dal dolore, mostrandosi forte. Non voleva che noi soffrissimo per lei.

Io la sento sempre, ogni volta che guardo quella tazza. Lei sapeva che quel regalo mi sarebbe arrivato quando il suo corpo non ci sarebbe più stato, ma lo ha preparato comunque per la sua nipotina. Penso che me l'abbia lasciato per dirmi che non se n'è andata, ha solo cambiato luogo e modo di vivere il mondo. Prima chiusa in un corpo malato che la faceva soffrire, ora libera dalla sua malattia e finalmente spensierata. Ora non è più legata a cure e la sua voglia di vivere, quella che ha sempre difeso, è diventata aria, luce ed energia. È volata in alto, lontana, libera per sempre da ogni dolore, ma vicina al mio cuore e per sempre la zia che c'è sempre stata per me. Mi ha trasmesso tanti insegnamenti, il più importante è che non devo mai mollare, devo lottare sempre e avere tanta forza. Credo che il corpo sia solo un capitolo di un libro; l'anima, invece, è una storia che continua, che è fortissima al cuore, anche se invisibile agli occhi. Ogni volta che la sera alzo lo sguardo verso il cielo, io la ritrovo; ammiro la sua anima nella luce di una stella e la sento forte nel mio cuore, l'unico posto dove il suo amore mi arriva al di là di un corpo.

LA MIA MATEMATICA, Ester Cicognani

C'è stato un breve periodo della mia vita in cui avevo un'ossessione per la matematica, ma una matematica diversa da quella che tutti conosciamo, quella matematica mi faceva paura, ogni volta che un numero aumentava mi sentivo un voto allo stomaco. Avevo il terrore dei numeri troppo alti quindi ho iniziato a mangiare sempre meno e solo quando obbligata. Ero ossessionata delle mie imperfezioni come le smagliature, i brufoli sulla schiena, il fisico decisamente non perfetto e le cosce troppo grandi, che mi erodevano da dentro, mentre fuori si vedeva solo una ragazzina calma e solare.

Per cercare di nascondere le mie imperfezioni, stavo seduta sulle punte o al bordo della sedia per non mettere in evidenza le cosce, evitavo di mettermi maglie che lasciavano scoperte la schiena per non far vedere i brufoli sulle spalle. Dopo un po' il dolore soffocante alla pancia era sparito, mi sentivo solo vuota. Questo vuoto è difficile da spiegare, non è come il vuoto che descrive Leopardi nell' *L'infinito*, ovvero che ti permette di immaginare quello che lo sguardo non ci permette di vedere e neanche il vuoto che ci descrive Nietzsche, per lui il vuoto è un qualcosa che ci trasforma. Il mio vuoto non ti permette di provare emozioni a parte il dolore.

Ogni volta che mangiavo mi sentivo in colpa come se farlo mi stesse rovinando non salvando da qualcosa più pesante di me, che nessuno poteva vedere perché ero brava a nasconderla e a mentire quando mi chiedevano "come stai?" o "quand'è l'ultima volta che hai mangiato?". Sempre in quel periodo, ho sofferto di attacchi d'ansia, sempre più frequenti, ma che ormai sapevo gestire abbastanza bene, perché ero già abituata, infatti il mio primo attacco d'ansia è stato in prima elementare e da lì sono sempre continuati.

Per fortuna, sono riuscita a uscirne dopo un paio di settimane perché una mia amica stava iniziando a mangiare sempre di meno. Sapevo come si sentiva come e non volevo che anche lei provasse il vuoto allo stomaco, il sentirsi in colpa per tutto e la paura della matematica che entrambe amavamo. Quindi, ho deciso di ricominciare a mangiare più frequentemente, per darle il buon esempio, uscire a pranzo con le mie amiche per offrirle il mio cibo e per potermi assicurare che mangiava. Grazie a questo, sono riuscita a smettere di avere paura della matematica e non mi spaventava più il numero che saliva

sulla bilancia, inoltre il fatto che lo stessi facendo anche per qualcun altro mi ha aiutato ad uscirne più velocemente.

Purtroppo, ancora oggi quando mi abbuffo di cibo non mi sento in colpa, ma non è così, sento un morso allo stomaco che non mi abbandona, ma che lentamente sta sparendo, continuo a vedere tutte le mie imperfezioni, ma adesso me ne prendo cura e me ne vergogno un po' di meno.

Soffro ancora di attacchi d'ansia, ma sono sempre meno frequenti.

VI RINGRAZIO AMICI MIEI, Yi Lei Gianni Zhou

Quando avevo diciassette anni sono stata colpita da una roccia in testa, i medici dicevano che avevo perso troppo sangue e che probabilmente sarei morta dissanguata, ma stranamente il giorno dopo mi svegliai come al solito e il mio corpo era estremamente leggero e mi sentivo meglio di qualunque altro momento, ma solo dopo ho capito che questa leggerezza (rafforzamento del corpo) aveva un prezzo molto caro.

Il giorno dopo avevo il cervello annebbiato che appena cominciavo a ragionare, il mio cervello veniva avvolto nella nebbia e non riuscivo a ricordarmi niente di quello che avevo studiato (perché di solito avevo una buona memoria). Questa situazione è continuata per un anno, in questo periodo stavo per impazzire, nessuno può capire questo tipo di disperazione di studiare tantissimo e al momento della verifica non sapere nulla.

L'unico modo per spazzare la nebbia dalla mia mente era provare dolore, in quel breve tempo potevo finalmente avere quel minimo di lucidità, mi sembrava di essere libera e in quei momenti piangevo, ma questo negli occhi altrui era una pazza che piangeva e rideva.

La svolta avvenne nel giorno del mio diciottesimo compleanno, mi svegliai alle prime ore del mattino da bisbigli, forse sentendo che mi ero svegliata le due voci si fermarono e una di queste parlò. Aveva una voce dolce, delicata e limpida come l'acqua di una sorgente che ascoltandola mi tranquillizzò: "Ti sei svegliata." Con voce tremolante chiesi "Chi sei? Dove sei?", la voce mi rispose sempre con quella voce tranquillizzante: "Sono Guyu e sono dentro di te, non ti sembra che nell'ultimo anno la tua mente è diventata lenta ed i pensieri sono diventati annebbiati? Questo è in parte colpa nostra: abbiamo usato tutte le nostre forze per guarirti, stavamo utilizzando la tua vitalità mentale per recuperare energia. Da ora in poi, tutto tornerà come prima."

"Hai detto 'noi'? chi è l'altro o l'altra?" Chiesi.

All'improvviso una voce scherzosa e vivace parlò: "Guyu è colpa tua! Che succedano certe cose, lo vedo dalle stelle."

"Questa 'osservatrice' delle stelle si chiama An, dice che guardando le stelle è in grado di capire molte cose"

Con la voce scherzosa chiesi: "Signorina An guardando le tue stelle riusciresti a capire qual è il mio manga preferito?"

"Ehm aspetta un secondo.. .. il tuo manga preferito. è Kaiju Girl, un romantico giusto?"

Meravigliata le chiesi come avesse fatto e lei mi rispose, un po' scocciata, che guardava le stelle.(e anche un sacco di cose strane che non capivo) Dopo seppi che Guyu era un maestro di spada di un tempio famoso (che non conoscevo) e An invece era una profetessa dello stesso tempio di Guyu. Anche i loro nomi erano molto interessanti Guyu era il nome di un giovane contadino coraggioso e gentile che nel mito salva una ragazza (di nome DongFeng) che finisce per innamorarsi di lei (che carini!) e An invece significa pace e tranquillità, il mio nome invece è QiuNian, Qiu sta per autunno e Nian sta per ricordo(nostalgia), anche se sembra un nome molto comune, a me piace. Fin da piccola non ho mai avuto tanti amici, questo è dovuto al fatto che sono cresciuta in un paese che non era il mio, gli altri bambini avevano già la loro compagnia, e a nessuno interessava di fare amicizia con me(forse perché avevo i capelli bianchi?), col passare degli anni sono diventata una persona fredda e solitaria.

Ammiravo le ragazze solari ed estroverse che ovunque andavano si facevano sempre degli amici, per me è ancora più difficile fare degli amici, ormai tutti sapevano che ero una persona con più personalità cioè una persona instabile che da un momento all'altro poteva cambiare.

Guyu e An sono diventati i miei migliori amici, però ogni giorno ognuno di loro controllava il mio corpo per fare le loro cose: An guardava le stelle ogni sera fino a tardi(che sonno!) e Guyu dichiarava di doversi allenare con la spada di legno anche con lo scopo di rafforzare il corpo(diceva: "Se per caso incontriamo un cattivo non riusciresti neanche a scappare, è tutto per il tuo bene! Ringraziami!).

La mia vita continuava tranquilla come sempre, finché non morì mia madre, al suo funerale avevo ventitré anni, non sapevo precisamente cosa provavo, mi tornarono in mente i ricordi di mia madre, non si prendeva particolarmente cura di me, Però faceva in modo di non farmi mancare niente che fosse indispensabile.

Nonostante ciò le volevo lo stesso bene (come diceva mia madre: "Tu sei un pezzo caduto dal mio corpo"), piansi così tanto che non mi ricordavo neanche come fossi tornata a casa.

Ma il giorno dopo, i bisbigli abituali di An e Guyu non si sentivano più, ero un po' agitata non sapevo neanche perché, ma quando chiamai Guyu e An non mi risposero, mi si strinse il cuore, ma non sentivo ancora niente.

Sono passati due mesi dall'ultima volta che li ho sentiti. In quel periodo passavo le giornate a piangere, ma io lo capivo che la vita doveva continuare, ho fatto amicizia anche con l'infermiera che si prendeva cura di me, se An e Guyu mi vedessero da qualche parte penso che sarebbero felici.

Ma come dicevo prima la vita deve andare AVANTI.. .. Grazie An e Guyu.

Da QiuNian,

la vostra migliore amica

Sono cresciuto in una società che si è lentamente corrotta, tutti oramai sostituiscono pezzi del loro corpo con protesi all'avanguardia, non a causa di malattie fisiche che portano all'amputazione forzata di un arto o di un organo, bensì per il puro e insano volere di diventare migliore degli altri ed essere accettato da essi.

Mio padre mi ha parlato che già quando era giovane i primi "Mezzi-Umani" camminavano tra le strade della città, cercando di convincere le altre persone di diventare come loro, inseguendo quella che loro chiamavano "La Perfezione", ovvero la sostituzione, mediante qualsiasi tipo di intervento, di parti umane e carnose, ritenute imperfette e quindi sacrificabili, con innesti robotici che non smetteranno mai di compiere il loro lavoro. Per queste persone il corpo che per un quarto di milione di anni ci ha portato a questo punto, con i suoi pregi e con i suoi difetti, è stato solo il piccolo pezzo di carbone che ha alimentato una fabbrica di dimensioni colossali, un qualcosa che ora può essere sostituito da un nuovo carburante, questa volta però, potenzialmente eterno.

Io, come mio padre d'altronde, mi sono ripromesso di non sostituire la mia pelle con il metallo, salvo per qualche eventuale intervento salva vita, decidendo di continuare a vivere con il corpo con cui mi sono sempre sentito bene e in pace con il mondo, senza provare a nascondere qualche mia debolezza dietro quelle parti robotiche fredde e senz'anima.

Uscendo di casa trovo quasi solo persone come me, che si vogliono vivere la vita con il corpo che hanno già. Noi siamo individui che ormai sono stati completamente affossati dalla società, dei veri e propri reietti che vivono in zone isolate dai "Perfetti", ma che comunque dobbiamo condividere spazi comuni con loro.

Oggi, a proposito, è il primo giorno di scuola dopo un breve periodo di vacanze durato circa una decina di giorni a causa di una festività, e so già che anche questo giorno io e i miei amici senza parti metalliche saremo bullizzati dai nostri compagni. Neanche arrivati davanti al complesso scolastico centinaia di alunni si mettono a bisbigliare i loro patetici e inutili insulti contro di noi, lanciandoci occhiate di disgusto e superiorità, inconsapevoli che di quelle parole non ce ne importa niente. Uno dei bulli della nostra classe

si avvicina al mio piccolo gruppo, ha due braccia d'acciaio possenti che potrebbero sollevare decine di chili con estrema facilità, ma sono su una persona che di forte non ha niente, solo la bocca con cui fa uscire parole senza utilità.

"Volete una mano a portare gli zaini?" Chiede incrociando le possenti braccia e mostrando il collo, pensando di infastidirci con quell'aria da spaccone e supponendo che non fossimo abbastanza forti da portare quegli zaini pesanti. Nessuno gli rispose, ci limitammo a scrutare quel suo sguardo da finto energumeno mentre lo superavamo per entrare a scuola.

In classe la situazione, purtroppo, non è diversa, siamo in 30, 26 dei quali hanno qualche potenziamento cibernetico con cui pavoneggiarsi agli occhi degli altri: c'è chi ha due gambe-trampoli con cui salta sul soffitto, chi ha un braccio completamente sproporzionato al corpo con cui neanche riesce a impugnare facilmente una penna, chi sulla schiena ha macchinari che permettono agli organi interni di dare il 110% del loro potenziale, e chi invece arriva solo con il proprio cervello immerso in un liquido non meglio identificato che si muove su un robot a cingoli... questi ultimi mi chiedo ancora come facciano a fare le scale visto che l'ascensore è rotto sin da quando la scuola ha aperto.

Io mi limito a sedermi al mio posto come sempre è stato, sono vicino al mio migliore amico che ho conosciuto dai tempi della scuola elementare, momento in cui ha sostituito il suo cuore con uno sintetico, non per orgoglio o cos'altro, lui ha avuto una malattia al cuore da piccolo. È una persona d'oro, non come tutti gli altri "Mezzi-Umani" che si mettono in mostra, lui la pensa come me: la tecnologia ci ha permesso di arrivare fin qui e di permettere a persone come lui di poter andare avanti pur di fronte a un problema che qualche secolo fa avrebbe portato alla morte dell'individuo, e di questo ne andiamo fieri, ma quando queste tecnologie vengono usate solo per l'orgoglio umano ci ribolle il sangue.

Le lezioni proseguono naturalmente, nessun problema, nessun assente, solo qualche battuta qua e là dei miei compagni di classe che mando giù senza ormai troppa difficoltà. So come potrei farli tacere, conosco quello che nascondono sotto quel velo in metallo, loro erano ragazzi come me e come tutti quelli che ora prendono in giro, ragazzi che ora hanno voluto nascondere quei loro problemi e un pezzo della loro umanità dietro quelle stupide protesi

parzialmente inutili. Ma non penso di volerlo mai mettere in evidenza, non sono uno che si abbassa a questi livelli, grazie anche al mio migliore amico che mi aiuta a non far vincere la rabbia dentro di me.

Finite le lezioni mi appresto verso l'uscita per tornare a casa, solo che il bullo, assieme ad alcuni suoi tirapiedi, si mette tra me e la porta. Li conoscevo bene quegli scansafatiche, tutti e tre sono praticamente la copia sputata dell'altro, tutti che provano a nascondere quello che in realtà sono, solo dei poveri ragazzi che non sono stati accettati dal mondo, grazie alla loro forza sopra la media, pensando così di poter fare i bulletti. Faccio come ho fatto all'entrata, li aggiro, solo che uno mi afferra per la maglietta e mi tira indietro con una facilità incredibile. OK mi sono stancato di questa situazione, anch'io per quanto non abbia un potenziamento cibernetico, posso esercitare la loro stessa autorità, appena mi rimise davanti ai suoi amichetti, io mi sono buttato su di loro senza esitare, provando almeno a smuoverli un pochetto per poter passare dalla porta. Non ci riuscii, con un pugno ben assestato al mio petto mi fanno cadere indietro, sotto gli occhi di tutti gli altri scolari. A nessuno è importato di me, mi hanno lasciato dolorante a terra senza provare a darmi una mano, non potevo neanche contare sul mio amico visto che era uscito prima di me. Forse sono io il problema? Forse merito tutto questo? Sono io che non ho saputo adattarmi a questa nuova società?

Non lo so, queste domande mi perseguitano da quando sono nato, ma sono sicuro di una cosa, se tanto un giorno dovrò adattarmi a questo mondo, non cambierò il mio essere e non mi nasconderò con quelle protesi che stanno cambiando il mondo e la psiche degli umani, voglio restare quello che sono, senza che questa società mi corrompa come ha fatto con quasi tutti i miei compagni.

COSÌ COM'È, Filippo Cecchin

Il corpo è forte
ma non lo è.

Il corpo è fragile
ma non lo è.

E allora
che cos'è?

Noi lo vogliamo
così com'è.

CIRCOSCRIZIONE DELLA CARNE, Jamal Manuel Taib

Come la perla: io,
chiuso nella mia conchiglia.
Ma da lì, il tatto.

L'anima mia che, più dell'acqua
voleva il cielo, sottomessa
dall'oppressiva ceramica salmastra.

E lì, la nera quiete: pescatrice;
levando perla al guscio, ma ora io,
al freddo stanco.

Senza guscio, o mani,
cedo all'impotenza.
Neppure dell'acqua, sento.

PASSIONE COUNTRY, Alessandro Paolo Graf

Battono i piedi il suolo polveroso,
muscoli tesi al fuoco della fiamma;
il corpo antico grida il proprio dramma
in un rito di guerra, impetuoso.

Oggi lo stivale è rumoroso,
ma sotto i jeans pulsa la stessa fiamma:
la linea danza e il gesto si infiamma,
nel sudore del petto, vigoroso.

Era la danza del guerriero stanco,
ora è il tacco che percuote il legno,
colpo su colpo, fianco contro fianco.

Cambia la scena, resta lo stesso segno:
siamo una riga sola dal cappello bianco,
che batte il tempo e si sente degno.

ANIMA TORMENTATA, Maro Ashraf Nagib Daoud Gerges

Nell'oscurità di questa stanza fosca
vago, cercando invano una via di fuga
dal sommo silenzio che stride,
che fa rumore.

Allo specchio scorgo un altro difetto
l'ennesimo.
Sento un vuoto,
crescere fa paura.

Rassegnato, ammiro da lontano la Luna
sperando un giorno di poterla raggiungere.
Anche lei ha tanti difetti
eppure spicca in quel cielo cupo.

Prendo coraggio, ci riprovo.
Sta tornando la Vergogna,
mi afferra per i piedi e
non ho modo di oppormi.

Torno a rifugiarmi in questo letto, scomodo,
in questa stanza marcia,
in questa bolla fuori dal mondo.

ESSERE, Michele Buccino

Espressione dell'anima
espressione della mente,
parte più intima,
colei che non mente.

Ogni forma è una poesia
ogni aspetto un quadro,
non ne esistono di più belli,
poiché ognuno è umano.

Ciò che mostra ci rappresenta
ciò che proviamo viene messo a nudo,
non c'è sentimento che si esenta,
copertura o scudo.

SEGNI INVISIBILI, Girgis Antonios

Il corpo ascolta anche se fai finta,
ogni critica entra, resta e ti stritola.
Uno sguardo pesa più di una parola,
si ferma addosso e non vola via sola.
Se ti giudicano il corpo si chiude,
si fa più piccolo, piano si delude.
Le spalle si abbassano senza volerlo,
come se il peso volesse trattenerle.
Ogni commento lascia un segno leggero,
che sembra niente, ma resta davvero.
Il corpo si ricorda ciò che hai sentito,
anche se gli dici di averlo capito.
Ma può imparare ad esser più forte,
a non crollare ad ogni sorte.
Può rialzarsi, cambiare postura,
capire che il giudizio non vale la misura.
Il corpo allora torna a parlare,
non per piacere ma per respirare.
E tra le critiche impara pian piano
a restare se stesso a restare umano.

CAPODANNO A CRANS-MONTANA, Jessica Usama Zarif Kamel Farag

Ogni tuo abbraccio, mamma, era soffocante,
ma come il fumo che ho qui davanti.
Ora mi circonda un buio profondo,
mentre mi allontano da questo mondo.
Vedo la luce, qualcuno mi tiene in braccio,
mentre la vita si scioglie come ghiaccio.
Sopra un telo rosso mi hanno disteso,
il triage dice che il mio tempo è arreso.
I paramedici dicono: "Non ce la farà",
e l'inevitabile presto accadrà.
Il mio corpo ora riposa in una bara,
mentre la tua voce urla, mamma cara.
Mi manca l'abbraccio, il tuo calore sentire,
stare attaccati e non dover partire.
Ma ora sono a metri sotto la terra,
mentre il silenzio tutto mi afferra.
Giace qui il corpo, nel freddo destino,
ma la mia anima ti resta vicino.
Voglio su voi in ogni momento,
oltre la polvere, oltre il tormento.

STRUTTURA, Helmi Mohamed

Caro mi è il corpo che porto
Il mio fusto che mi rende fermo e fiero
E la mia mente, la cassaforte di ogni pensiero.
Schiena dritta, sono alto in piedi Sulle spalle,
porto i giorni pieni Vado avanti, il tempo è corto
È solo un filo con un inizio e con un termine
Dentro ho la mia linfa rossa
Che trasporta il rosso e il blu,
Me li porta alle ossa, alla pelle.
Le mie mani si aggrappano e i miei palmi raccolgono,
I miei occhi scrutano, disegnano, sognano,
Con loro vedo anche le giornate più scure,
Le gambe dure come i tronchi di un albero,
Sto arrivando dritto al cuore.
È da qui che parte la linfa rossa.
Mente mia, ragiona e fai ragionare il cuore,
Che si tuffa ad ogni fossa.
Cuore non pensare, pensa solo a pulsare.
Non ti abbandonare,
Non divenire pallido,
cingiti al mio braccio.
Crolla, si fa languido..
Dimora mia dei pensieri,
Ma dov'eri oggi e dov'eri ieri,
Mi lasci solo per giorni interi.
Da piedi a testa, da radici a fronde,
Tutto si connette come il mare e le onde.

IL VILLAGGIO IN UN CORPO, Matteo Crea

Il corpo un po' come inferno e paradiso,
un po' come sangue sul più bel viso.
Il corpo come un villaggio da coltivare,
ingranaggi difficili da associare.
Il corpo: fuori protetto, splendente e coraggioso;
dentro: cascate di sangue, battaglie e un castello roccioso.
Fiumi rossi, con soldati e guerrieri abbattuti,
mandati dal nemico, e poi caduti.
Ogni struttura lavora e lavora,
lavora per la sicurezza a qualsiasi ora.
Per la città ci sono pericoli
che vengono da fuori, da tutti i vicoli.
Entrano agguerriti, tsunami o tornadi;
se si rompe qualcosa, può non esserci un domani.
Il corpo è delicato, anche molto prezioso:
qualcosa fuori posto e diventa disastroso.
Atomi combattono con virus infiltrati,
per farti vivere lottano, senza essere pagati.
Bere, fumare: conseguenze pesanti;
la vita è crudele, non ti fa andare avanti.
Errori semplici da evitare,
e senza distrazioni il tuo corpo è a lavorare.
In alto c'è il cervello, che dirige ogni questione:
muove ogni pedina: il villaggio migliore.