

CONCORSO  
FOTOGRAFICO LETTERARIO

IMMAGINI E PAROLE  
ANNO 2016 - VIII EDIZIONE

**VOGLIA DI LEGGEREZZA**

Si ringraziano:

famiglia Germano



## *La leggerezza della liberta'*

Ho tanta voglia di leggerezza,  
o per lo più, di spensieratezza.

Sono stufo dei pensieri  
tristi e opprimenti,  
mi ricordano il mio ieri  
pieno di rimpianti.

Ci vuole tanta pazienza,  
dinanzi a me ho un futuro  
e un sogno non maturo;  
sogno un futuro di buona sostanza.  
Ma un destino ottimo non è sicuro  
quindi scavar mi tocca fin all'oscuro.

Tanta ansia e tanta fatica,  
proprio come la formica.

La fortuna non si sogna,  
la fortuna si guadagna.

Nessuno nasce forte  
e nessuno è potente!

Sii fiducioso, che ce la farai,  
libertà e leggerezza otterrai.





*Il gabbiano*

## *La leggerezza della fantasia*

Quando il modo reale non è all'altezza delle mie aspettative

Quando ho così tanti pensieri per la testa che mi sembra di annegarci dentro

Quando vorrei essere qualcun altro

Allora prendo un libro.

Mi perdo tra il profumo delle sue pagine,

Tra la bellezza delle sue parole

E mi libero di tutto e di tutti

Assaporando ogni momento

Di quel mondo così vicino e irraggiungibile.





Siamo convinti di essere a posto con noi stessi rubando frasi e condividendole con gli amici.

Vogliamo tutto senza rinunciare a niente.

Vogliamo essere diversi, ma non sappiamo essere unici.

Vogliamo avere sempre ragione, pensiamo di essere quelli fuori posto, quelli nel posto giusto al momento sbagliato, quelli che vogliono staccare la spina.

Troviamo conforto nell'illusoria sensazione di libertà tratta dal desiderio di leggerezza, che ci pervade in quegli attimi che ci sembrano l'unica via da percorrere per sentirsi onnipotenti, per sconfiggere quel Golia che ci vuole tarpare le ali, senza renderci conto che siamo noi i protagonisti di quella pellicola che chiama Vita, rimanendo così incatenati al suolo.

Siamo il vento, devastatore o soffio vitale, sta a noi decidere.



## *La leggerezza del panorama*



Riesco a concepire la mia leggerezza  
solo affacciandomi dal mio balcone.

Da un appartamento al sesto piano  
si riesce a vedere quanto in realtà  
il mondo sia sconfinato e pesante.

# Laugh

Mondo maledetto  
Lacrime sul volto  
Mondo maledetto  
Schegge sul corpo  
Mondo maledetto  
Lacerata anima mia  
Mondo maledetto  
Come  
Macigno  
  
Brezza felice  
Aria giovane  
Vento di libertà  
Risata leggera



Ridiamo  
Piccolo bimbo  
Ridiamo  
Vecchio uomo  
Ridiamo  
Dolce donna  
  
Per alleggerire  
Il nostro macigno  
Ridiamo  
  
Laugh.



Cosa c'è di più leggero di una nuvola che vola nel cielo?

Ah, il cielo. Una volta gli uomini lo guardavano molto, in cerca di risposte;  
ma oggi, presi come siamo dalle nostre faccende, non ci facciamo caso.

Mi fermo ad osservarlo: ne ammiro i colori, le forme, il mutare continuo e incessante.

Che sia la Luna in una notte d'estate, un'alba tra i campi,

il Sole del Mezzodi o come in questa foto, un tramonto tra i tetti.

Contemplo la sua bellezza, la sua maestosità, la sua immensità, la sua dignità.

Gli astri scorrono lenti, indifferenti a quello che accade sotto di loro.

Penso a come sia diverso quaggiù, a tutto quello che accade su questa martoriata terra.

“Possibile che non t’interessi nulla di tutto questo?”

“Possibile che tu, che sei più profondo del mare, sia così cinico, insensibile?”

“Dovrei forse fare lo stesso verso questi tormenti che mi spezzano il cuore?”

Forse già lo faccio e non me ne rendo conto!”



## Uno sguardo sull'Infinito

Dopo capisco che in realtà sono io a sbagliare. Non è così.  
Non superficialità, ma leggerezza; non cinismo, ma distacco; non freddezza, ma lucidità.

Non fermarti sulla superficie delle cose, non farti invischiare da esse;  
ma innalzati in cielo e osservalo dalla distanza.

E allora vedrai le cose così come sono, con le giuste proporzioni;  
e smetterai di preoccuparti dei tuoi problemi .

Vai ancora più su. Ti sentirai cambiare dentro e potrai migliorare il mondo.

Ma neanche questo ti basterà:

come un bambino curioso, dovrai proseguire ancora,  
bramoso di nulla se non dell'essere, della conoscenza.

E infine, dopo mille e più salite, arriverai in cima.

Da lassù, da questo sommo Cielo, riceverai la luce e sarai completo.

Capirai che gli uomini, le cose, la Terra tutta, in realtà non sono nulla.

Ogni cosa rigenera in un ciclo senza fine.

Niente è eterno, tutto scorre. Il Tutto è il Niente.

Tutto si fonde: gli opposti si uniscono, le apparenze sono scacciate dalla realtà.

Tu sei solo una piccola parte del Tutto.

Sei solo un punto nell'infinito.

*Girasoli*

Siate girasoli,  
Volgetevi allo splendore della vita!

Erica Zamparo – Il ALS



*L'uomo e il gabbiano*



*Sospesa tra le nuvole*



Chiara Revoltella – V ALS

Volo,  
incredibilmente libera,  
tra le bianche nuvole  
e la spuma delle onde  
che impreziosisce questo diadema naturale.

Volo,  
allegrementemente distaccata  
per prolungare l'attimo,  
mentre l'Universo fluisce  
dentro e fuori me.

Volo,  
spensieratamente sola,  
da un confine all'altro  
del mio piccolo mondo,  
dimenticando ciò che mi opprime.

Non ora.  
Sogno, non svanire ancora,  
sostieni questo mio volo,  
dolcemente accompagnami  
fino al risveglio.

## *Equilibrio e Aritmia*

Peso e leggerezza

corpo abbandonato sull'acqua

dolore incessante alla testa.

C'è scompiglio dentro me

ma sono tranquilla.

Agitazione e calma

pulsare incontrollato

occhi serrati.

Equilibrio e aritmia:

il cuore batte,

troppo.





# Trasgressione

Una sana trasgressione alleggerisce la vita.





## Vivere serenamente

Nessuno di felicità ne ha molta  
ma io tanta ne ho raccolta.  
In una scatola l'ho posta  
perché a tutti venga "imposta".

La vita è una sola  
può finire con una parola.



Per questo...

Sempre in alto vorrei andare  
con gli amici continuare a sognare.  
Oltre le nuvole c'è il sereno  
dipingeremo un arcobaleno.  
C'è anche una stella che scintilla  
per una notte serena e tranquilla.

Della vita abbiate cura  
tuffatevi dentro senza paura.

## *Scia d'aeroplano*

Un soffio di primavera  
un alito di vento  
e la tua anima si libra nel cielo  
leggera  
come scia d'aeroplano.  
E nell'immensità dell'azzurro  
alla mia si unisce  
per un attimo di eternità.



## *Voglia di leggerezza*



*Camminavo  
e ti ho visto crollare.  
Correvo  
e ti sono venuta ad alzare.  
Piangevi  
e ti ho sorretto pian piano.  
Sorrivevi  
e ti ho lasciato lo mano.  
Ora mi guardi confuso  
mi chiedi chi sono,  
spero di non averti deluso,  
scompaio senza alcun suono.  
Mi cerchi senza trovarmi  
ma puoi ancora sentirmi,  
sono io che allontano la tristezza  
sono la voglia di leggerezza.*

Sara Di Benedetti e Beatrice Di Just – III ALS

## *Legata ad un filo*



Sogno solo un po' d'aria di libertà  
per potermi librare per un momento  
distante da qui.

Allontanarmi  
dalle troppe preoccupazioni,  
dalle tante incertezze e dai continui,  
comuni giudizi.

Resto legata a questa società,  
incapace di volare.

Quanto lieve e delicata è l'anima  
per un corpo così pesante,  
teso invano verso l'infinito.

Voglia di leggerezza,  
dell'aria di vita dello spirito.

Respira, anima mia,  
la brezza

della partenza e dell'arrivo.

## *Sorridiamo, come i bambini*

Impariamo ad essere leggeri

Scopriamoci capaci di sorridere al mondo,

Come i bambini.

Alleggeriamoci

Da ogni preoccupazione,

Da ogni incubo,

Da ogni lacrima.

Dammi la mano,

Voliamo insieme

Leggeri come le nuvole.





## *Soffio*

L'immensità del cielo  
Rispecchia la mia libertà  
Mentre un soffio di vita  
Mi porta via da qua



*Lib(e)rarsi*



Dinanzi l'ostacolo  
L'onda non s'arresta  
Ma prende il volo e si fa schiuma  
Per immergersi nel cielo

Alberto Diviaco – III ALS

## *Piuma*

*Leggerezza è  
il pensiero di un momento  
in cui la mente si svuota  
e, libera dai fardelli...*



## *Fermati un istante*



*Fermati un istante,  
ascolta i battiti del tuo cuore,  
ascolta la forza della terra  
che ti sostiene,  
ascolta la forza del tronco  
che in passato segnava un confine.  
Fermati un istante,  
così in punta di piedi,  
ecco la tua voglia di leggerezza  
quella sensazione d'equilibrio  
che ti fa stare in pace con te stessa.*

## *Poesia*

Troppi pensieri nella mente,  
che fanno pensare,  
fanno gonfiare gli occhi.

Troppe ansie e preoccupazioni,  
che fanno soffrire.

Avere il bisogno di sfogarsi  
e non riuscirci...

Una lacrima mi accarezza il viso  
e come una piuma mi sento più leggera



Catia Raugna – V ASA



*Ti prego soffia*

Non è forse vero che viviamo  
solo per pesarci  
dell'illusione  
di essere compresi?

E cosa può delineare meglio  
i segmenti  
della tua anima  
se non un semplice bacio?

Come leggero soffio,  
Rubato al tempo.

“Dedicato a Jey N.”

Alessandro Guerra – IV ASA



*Al tramonto*

*Ed ecco che, quando il sole cala e il cielo si colora d'arancio,*

*la tranquillità della sera ci si presenta, e noi soavemente,*

*al rimembrar la quotidianità,*

*ci stendiamo sulla sabbia bagnata dalle onde*

*per guardar la buia luna che sovrasta il sole.*



Jessica Bauccio – IV BLL



## *Voglia di leggerezza*

Spesso ci capita di essere schiacciati dal peso dei problemi della quotidianità, dalla tristezza, dalla fatica, dal dolore. La leggerezza è la capacità di planare sugli ostacoli della vita, ma è anche l'abilità nel volare sempre più in alto e sapersi rialzare se questo volo dovesse andare storto. È un valore fondamentale del nostro essere, è la chiave per vivere una vita più lieve e serena. È qualcosa a cui tutti dovremmo ambire, è la voglia di mostrarsi aperti al mondo ricchi di sfumature ed emozioni, allontanandoci dai modelli compatti ed opachi della società. È avere voglia di sognare, sperare ed evadere dal tracciato, voglia di colorare la propria vita come si vuole.



*Voglia di leggerezza*

*Vorrei percorrere i sentieri della vita,  
con la stessa leggerezza di queste anatre selvatiche,  
che spiccano il volo, libere nell'oceano della vita.*



Tommaso Ligovich – Il ASA

## *Selezione naturale: leggerezza della vita*



*I sogni,  
come i fiori,  
nascono in un attimo,  
con un'intrinseca leggerezza,  
che li accompagna anche  
nel momento in cui essi svaniscono,  
avvolti dalla complessità dell'esistenza.  
Pochi sopravvivono e,  
condotti da un flebile vento,  
delicatamente si realizzano,  
facendoci volare,  
così da poter raggiungere  
il punto più alto del nostro vivere.*

Alessio Fontanot – IV ASA

## *Il vento*

Le grigie nuvole nel cielo  
piene d'acqua.

La pioggia.

Trasportate dal leggero vento

sono le piccole gocce

Le foglie bagnate tremano

colpite dal leggero vento

## *Il suo mondo*

Non parla con la natura:  
gli alberi,  
gli animali,  
i fiori,  
sono loro che parlano a lui.  
Ma lui sente,  
comprende,  
e agisce,  
perché lui vive nel suo mondo.





## *Incanto*

Restai ad osservare quel luogo rapita in uno stato di magica e sospesa contemplazione: mai in vita mia tanta magnificenza mi aveva ammaliata al pari d'allora.

Mi ritrovai a vagare come uno spirito errante fra un'epoca passata e quella presente, immaginando la mia vita in quel tempo che non ho mai potuto possedere ma che mi aveva abbagliata con la sua radiosa bellezza.



Margherita Tonut – Il ASA



## Nuvole

*Nuvole sospese sopra un mare tranquillo,  
Creano un soffice muro bianco che dona all'uomo  
La liberta'.*



Leggera come un petalo, fragile, accarezzato dal vento,  
come l'aria, invisibile, misteriosa nel suo silenzio.

Leggera come la pioggia, preziosa, che scende inarrestabile,



*(Voglia di) Vivere*

Martina Barnaba' – Il ASA

*Tramonto*



Lisa Lorenzon – Il ASA

## *Casualita'*

Marta Grimolizzi – Il BLL

*Forse è solo un caso che leggerezza rimi con giovinezza.*



## *Volare con i miei sogni*



Al calar del Sole,  
vi vedo librare nel cielo  
senza meta e pensiero  
come vorrei unirmi a voi  
e sentirmi libera, leggera  
e portare con me i miei sogni  
in un volo d'abbandono dalla realta'  
che mi dispera.



## *L'armonia della natura*

Aiutare la propria famiglia

è come assicurare la nascita di una nuova vita,  
salvaguardare il futuro.

La leggerezza è sapere che dopo di te,  
ci sarà un futuro migliore per le persone a te care.



Martina Riccobon – Il ASA



*Voglia di leggerezza*

Voglia di sognare,  
voglia di sentirsi leggeri,  
voglia di tornare bambini.

Gloria Fabbricatore – Il ASA

*La piuma*

Il vento che mi sfiora  
il Sole che mi scalda  
il tramonto che mi incanta,  
la mia anima leggera  
come una piuma in primavera.



## *Pensieri liberi al vento*

Chiudi gli occhi, immagina di lasciare i pensieri liberi al vento,



## *La leggerezza di un sorriso*



Tutti noi cerchiamo un rifugio, un luogo dove sentirci a casa, un posto lontano da pensieri che ci faccia sentire leggeri, come una nuvola.

Ognuno di noi desidera la felicità e la spensieratezza. Ma siamo noi stessi che decidiamo quando essere felici: ciò che ci rende felici lo possiamo conoscere solo noi. Quando siamo felici siamo leggeri perché la felicità non è altro che quella sensazione di leggerezza che si libera con un sorriso.



## Zero Gravity

*La leggerezza è un'irresistibile tentazione.*

*Per capire davvero il suo significato bisogna*

*Vivere una vita ricca di sfumature, emozioni,*

*avere la possibilità e la speranza di sognare,*

*poter decidere di quali colori vogliamo*

*il NOSTRO mondo guardandolo dall'alto!*

Teresa Bulfone – IV BLS



## Nuvole



*Tante volte ho visto passare nel cielo le nuvole  
e ogni volta mi sorprendevo quella loro leggerezza  
che tanto lontano le portava...  
così lontano  
che non le ho mai più riviste.*

Il vento muove l'erba verde e i rami degli alberi. Con cautela, come se fossero cullati, come se venissero accarezzati. Il cinguettio dei passeri risuona nell'aria portandosi via ogni mio pensiero. La luce chiara illumina tutto ciò che ho intorno e mi riscalda il cuore. Sto qui, in pace, come una piuma che leggera vola nel cielo.



*Come una piuma*



*La leggerezza della musica*



Quando ascolto la musica  
percepisco la leggerezza che mi circonda  
Quando rimango solo con le mie canzoni e le mie bacchette  
mi faccio cullare dalla loro riservatezza e leggerezza  
Quando rimango solo con la leggerezza  
sono circondato dalla musica



## *La leggerezza della vita*

La leggerezza diventa un'emozione quando tutto attorno a noi ci appare come vogliamo che appaia.



## Leggerezza



Antonio Valentini – I ALS

Dopo una giornata di duro lavoro, impegni e corse mi trovo finalmente seduto a tavola proprio davanti alla finestra, rivolgo lo sguardo fuori e vedo una meravigliosa scena: degli uccellini che volano intorno alla mangiatoia nel giardino. Guardandoli mi chiedo se anche noi siamo capaci di avere la loro leggerezza, di sicuro non siamo in grado di volare, ma possiamo cercare di diventare leggeri dentro. Proviamo ad aprire le nostre menti come loro aprono le ali, far diventare i nostri pensieri leggeri e positivi, pensare ogni tanto con ironia, sorridere più spesso, osservare la natura incontaminata che ci circonda senza che ce ne accorgiamo, come le foglie che cadono danzando in autunno, il fascino dei fiocchi di neve in inverno, la brezza proveniente dal mare. Solo così si può capire che leggerezza non è superficialità, ma la capacità di guardare le cose dall'alto.

## *Cercando*

La leggerezza non è un qualcosa di superfluo, né di superficiale. Non è il prendere alla leggera il corso della vita, ma una ricerca di un modo più piacevole per affrontare il quotidiano ed il futuro. Una ricerca che, anche se profonda e con salde radici, può svanire in un attimo, con una piccola e leggera folata di vento...





## *Libera*

Vorrei essere Libera  
come un dolce respiro  
per poterti seguire  
lungo tutto il Cammino.

Vorrei essere il vento  
che ti spinge a sognare  
e poi farti vedere  
che puoi anche Volare.



La bellezza degli uccelli è quella di riuscire a prendere il volo ed andarsene senza lasciare nessuna traccia del loro passaggio.

## *La leggerezza di una goccia d'acqua*

L'acqua ha la potenza di sradicare perfino un albero, ma può anche appoggiarsi con leggerezza su una foglia, senza nemmeno piegarla.





*Il mio senso della leggerezza*

Francesca Plet – I ALS

Attimo leggero colto da giovani mani

