

# RACCONTARE PER RACCONTARSI

di Silvana Sandri

A mille ce n'è... Cominciava così una canzoncina che introduceva le fiabe sonore, narrate nei dischi di chi era bambino negli anni '60 e '70.

È vero, mille ce n'è di storie che ci appassionano, ci seducono e ci interessano, ma quando siamo noi a scrivere qualcosa ne riflettiamo sempre e soltanto una: la nostra. Con le molteplici sfaccettature dei personaggi, dei fatti, delle vite degli altri, delle esperienze viste, vissute o narrate, ma le impressioni e lo stile sono sempre i propri.

Ognuno di noi, prima o dopo, indotto o spontaneamente, ha preso in mano una matita e ha lasciato fluire i pensieri e le emozioni dal cuore e dalla mente, alle dita e allo strumento, per lasciare una traccia sulla carta, su un muro, su un banco. Fosse anche soltanto una parola.

Dentro a quella parola c'è una catena di emozioni che ha trovato uno spiraglio per uscire allo scoperto e dichiararsi, far sapere al mondo che non poteva più stare chiusa là dentro, anche se è solo abbozzata, insufficiente e incompleta per tradurre l'impeto che l'ha generata.

Chi scrive, per diletto o per professione, sa bene quanto sia lungo e laborioso "rendere l'idea" nel modo più integro possibile, quanto a volte sia faticoso limare e aggiustare, per trovare la parola appropriata. Ma è consapevole che l'inizio è un impulso, una percezione che parte da sensi profondi e nascosti, inspiegabile come l'emozione che l'ha originata.

L'inizio è un'immagine. Una figura, una forma. Un'impressione che prende corpo, come il negativo che si trasferiva sulla carta fotografica e dopo ripetuti bagni emergeva come dal nulla, con colori, profili e significati. Significati.

Scrivere è anche cercare significati. È dare un senso al turbine interno, è dare ordine alle esperienze vissute. È dare una visione di sé sulle cose, spiegarle prima a noi stessi e poi, eventualmente, agli altri.

Perché abbiamo bisogno di comunicare. È un bisogno primario come mangiare e dormire. E la scrittura fa in modo che gli altri ci conoscano meglio, più o meno nell'intimo, che trovino un contatto emotivo con noi e che ci collochino nel panorama della loro vita.

Nei laboratori creativi la condivisione fa parte del percorso. Dopo aver lasciato fluire le parole, liberamente o con un progetto, individuale o di gruppo, lo scritto di ciascuno viene letto, e l'emozione che ha preso forma sul foglio entra nel cuore dei compagni di strada. Da emozione in potenza diventa atto concreto, e da elaborato si trasforma in relazione, con se stessi e con gli altri.

Parlare di scrittura creativa è semplice. Ogni scrittura istantanea è di per sé creativa e non occorre aver frequentato una scuola artistica per ascoltarsi e trovare le parole per dirlo, basta un po' di silenzio, di allenamento e la totale assenza di giudizio, perché il fine non è l'apprezzamento, ma lasciarsi emergere, esprimersi e riconoscersi.

Se saper scrivere bene è un dono della natura, un talento, lo Scrivere è comunque un dono, un dono fatto a se stessi e agli altri, che tutti possono sperimentare.

Che l'intento sia l'espressione delle proprie emozioni e sensazioni, o che sia una poesia, una canzone, una fiaba, un racconto o l'autobiografia, chiunque può lasciare fluire le parole e tracciare segni di sé, che solo lui stesso potrà mettere in relazione con impressioni personali e fatti significativi della propria vita. Quando a ciò si aggiungono il talento, lo studio e il metodo, allora la risultante è lo scrittore.

"Ogni vita merita un romanzo", ha scritto sapientemente lo psichiatra Erving Polster. E ogni vita è più interessante ed emozionante di qualsiasi invenzione stilistica. Spesso ci sentiamo spinti all'autobiografia quando attraversiamo momenti critici, quando ci riprendiamo da emozioni e periodi intensi, che ci hanno spostato dal nostro baricentro. E allora le parole e la scrittura possono venirci incontro e in qualche modo definirci, collocarci, risanarci.

Anche quando si affronta la stesura della propria biografia, la parola più importante è ancora "improvvisazione". Non importa cominciare dall'inizio, con il luogo e la data di nascita, si può partire da un evento, da un ricordo, da un'immagine, anche semplicemente dal proprio nome. Ognuno di questi spunti è come un sassolino che il nostro "Pollicino" interiore si accinge a toccare con le mani, a cogliere, a valorizzare, e a collocare nella propria tasca, per rielaborarlo e trarne consapevolezza, insegnamento, direzione, con la sensazione unica ed irripetibile del viaggio di ritorno a casa.

Madre Teresa di Calcutta si definiva "una matita nelle mani di Dio". Ognuno di noi può trasformarsi in matita. Ognuno di noi lascia una traccia. Ognuno di noi può lasciare volontariamente una traccia scritta della propria esperienza di vita.