

GIORNATA MONDIALE DELLA LENTEZZA

25 febbraio 2008

rallentare per vivere meglio



Mi fermo un momento a guardare

Non correre. Fermati. E guarda.

Guarda con un solo colpo dell'occhio
la formica vicino alla ruota dell'auto veloce
che trascina adagio adagio un chicco di pane
e così cura paziente il suo inverno.

Guarda. Fermati. Non correre.

Tira il freno alza il pedale
abbassa la serranda dell'inferno.

Guarda nel campo fra il grano
lento e bianco il fumo di un camino
con la vecchia casa vicina al grande noce.

Non correre veloce. Guarda ancora.

Almeno per un momento.

Guarda il bambino che passa tenendo la madre per mano
il colore dei muri delle case

le nuvole in un cielo solitario e saggio
le ragazze che transitano in un raggio di sole

il volto con le vene di mille anni
di una donna o di un uomo venuti come Ulisse dal mare.

Fermati. Per un momento. Prima di andare.

Ascoltiamo le grida d'amore

o le grida d'aiuto

il tempo trascinato nella polvere del mondo
se ti fermi e ascolti non sarai mai perduto.

A handwritten signature in black ink that reads "Roversi". The signature is stylized with a long, sweeping underline that extends to the right.

(Roberto Roversi)

Leggere una poesia: un dono che, per la salute della nostra mente dovremmo farci tutti i giorni.

Centro Antartide

info: www.centroantartide.it - www.vivereconlentezza.it