



*Le dolci
ali
dell'adolescenza*

a cura di Maria Paola Langerano

Le dolci ali dell'adolescenza

Il tesoro sommerso

In una scena dell'emozionante pellicola di Peter Weir del 1989, "L'attimo fuggente", il docente di Letteratura inglese, Prof. John Keating, strappa le pagine dell'introduzione di un'antologia che propongono un metodo infallibile per misurare la qualità artistica di una poesia. Intenzione del prefattore così censurato sarebbe stata quella di fornire la chiave matematica e, dunque, incontrovertibile, che avrebbe consentito di fare entrare nelle nostre consuete categorie di classificazione ciò che, per la sua stessa natura, le supera tutte. Perché frutto autentico del nostro umanissimo istinto di creare Arte.

"Non leggiamo e scriviamo poesia perché è carina. Leggiamo e scriviamo poesia perché siamo membri della razza umana. E la razza umana è piena di passione". Spiega ai suoi esterrefatti studenti il Prof. Keating.

L'uomo è creatura poetica e sente il bisogno di dare una forma al paesaggio della sua anima, renderlo riconoscibile, metterlo a disposizione degli altri. Condividere è l'indispensabile materia che crea una comunità i cui individui si identificano l'un l'altro nella capacità di sentire. Particolare non così scontato, dati i tempi saturi di rumore che stiamo vivendo, che i nostri ragazzi si trovano spesso ad affrontare senza la presenza di noi adulti.

Insegno Lettere da vent'anni nella Scuola Media Inferiore, dopo esperienze professionali che mi hanno portata a confrontarmi con persone e settori assai diversi.

Nell'ambito della programmazione didattica settimanale, ho sempre eretto un recinto sacro, dedicato alla composizione poetica. Un appuntamento a cui si giunge dopo essersi sbarazzati degli abiti della consuetudine, dove si indossano vesti nuove che noi stessi ci cuciamo addosso, su misura delle emozioni che invadono lo spazio del nostro spirito e cercano il varco per diventare patrimonio di tutti.

I ragazzi sono sempre pronti a cogliere l'opportunità di misurarsi con un'esperienza nuova, per la maggior parte di loro, si fermano ad ascoltarsi, osservano il proprio universo interiore, lo traducono nelle parole delle liriche che scrivono. Diventano autori di un personalissimo progetto fatto di versi, si esaltano nello scoprirsi poeti e molto spesso continuano a comporre, anche dopo aver terminato il triennio della scuola media, perché hanno bisogno di poesia, perché ne hanno fatto esperienza come strumento di espressione di una riflessione interiore.

Non è solo la poesia, naturalmente, a offrirsi in qualità di medium a questa operazione di progressivo svelamento di sé: l'esercizio di qualsiasi forma d'arte o, più semplicemente, di qualsiasi attività in cui ci si identifichi profondamente, lo consente.

I ragazzi hanno semplicemente bisogno di qualcuno che sia disposto ad ascoltarli e che li sostenga in questo affascinante cammino, in mezzo a una società frastornata, imprigionata nella rete della velocità e copiosità dei messaggi di una pseudo comunicazione in tempo reale, in cui ogni

conoscenza diventa subito raggiungibile, accumulabile e, per questo, soggetta ad oblio. Una comunità di persone che spesso non si accorge delle loro urgenze, che talvolta hanno bisogno di essere gridate per essere intese.

“Le dolci ali dell’adolescenza” è la selezione delle liriche scritte dagli studenti del corso A dell’Istituto Comprensivo “Paolo Stefanelli” di Roma, durante l’ora settimanale dedicata alla composizione poetica. Una selezione, dicevo, perché la produzione dei ragazzi è stata davvero impressionante e rileggendo in classe, insieme, il lavoro di tre anni, ognuno di noi si è reso conto di quanto fosse cresciuto nella forma di quanto aveva scritto.

Essere adolescenti oggi, in un mondo che ha moltiplicato in apparenza la possibilità di conoscersi e di raggiungere in un istante distanze incalcolabili ma che, di fatto, rende il contatto umano così problematico, non è un’impresa semplice. Il tessuto politico-sociale di questo universo globale si fa sempre più complesso e isola l’individuo, paradossalmente sempre più solo.

La nostra pubblicazione prende le mosse proprio dallo sconcerto, dal disorientamento che può condurre alla paura di non comprendere e di non essere compresi, per seguire, poi, itinerari differenti, che muovono dall’universo delle emozioni, degli affetti, dei sogni, nella dolcissima prospettiva della vita che si dispiega luminosa davanti ai nostri occhi, giorno per giorno.

Certe volte mi chiedo come sia possibile che in una sola ora ognuno dei miei ragazzi riesca a tuffarsi dentro se stesso, raggiungere il fondo, in apnea, rimuovere la sabbia e riemergere alla superficie con un tesoro appena recuperato.

Sempre, nei loro versi, trovo la risposta.

Maria Paola Langerano

Uragano *che mi stravolge*
buio squarciato
bolla di fuoco
liberarsi da pesanti catene
sole tagliente
specchio *che mi mostra chi sono*
fuoco ardente.
Aprire le braccia alla sincerità

 vento imponente
fulmine che illumina il silenzio
angolo dei miei segreti
vivere in un mondo parallelo
tutti i riflessi di me stessa.

 Irrompe la poesia
 tempesta di colori
 sposa silenziosa

 incisa come fuoco sul mare

Giulia, Agnese, Alessio, Rosa, Zoe, Aurora, Arianna, Riccardo, Lorenzo, Alessandro, Francesca, Alessandro, Simone, Lorenzo, Luana, Chiara, Giulia, Sofia

Ho paura

Attentato

Occhi

gocce di terrore.

La gente

si spegne

con l'eco degli spari.

L'anima

è una macchia di dolore.

Agnese Barbaliscia

17 agosto 2017

La Rambla grida
coprendosi gli occhi
dalle urla soffocate.

Morte.

Trema al ricordo
che forte la tormenta.

Rosa Bellavitis

Terremoto

E nuove

piccole gocce di pioggia.

Trema

il verde dell'erba

e il cielo

crolla

in un mondo

dove il fuoco

è il padrone

di ogni vita.

Aurora Blasi

Berlino, 19 dicembre 2016

Urla

vite infrante.

Schegge di sangue

macchiano

le strade.

Cade il cielo

sulle anime e sulla polvere.

Berlino

mercatino di Natale.

Aurora Blasi

Grida inascoltate

Privi di animo

gli uomini

strappano alla terra i loro fratelli

abbandonandoli

tra le avide braccia della morte.

Non c'è pietà

giustizia

compassione

per quegli occhi

tormentati e stanchi

che si spengono

dopo un ultimo sguardo

di dolore.

S'alzano grida al cielo

strazianti

taglienti

implorano aiuto

ma nessuno li ascolta.

Arianna Caputo

L'ultimo sorriso

Passeggiata vicino al mare

risate di bambini incoscienti

urla silenziose ricoprono la strada

lacrime innocenti cadono nell'acqua

rumori inquietanti dietro le mie spalle.

Mi volto...

Nizza, 14 luglio 2016.

Lorenzo Cupellini

Mondo di guerra

Scappo

le gambe mi formicolano

sono inseguito dai servi della morte

i piedi si bloccano nel fango

sprofondo abbandonato a me stesso

mi inginocchio, tremo, prego

chiudo gli occhi

nell'ultimo attimo che mi rimane

grido.

Lorenzo Cupellini

Mare di tombe

L'alba infuocata non lascerà più
gli occhi ardenti di ogni pescatore
il mare è diventata una tomba oscura
che cattura ogni sogno alle onde celesti cobalto
assassino.

Lorenzo Cupellini

Addio

L'uomo

creatura indifesa

così incomprensibile e arrogante.

Quando il cielo si dipinge di rosso

penso

che è il sangue versato dagli innocenti.

La terra lo assorbe

concedendolo al cielo

per un ultimo addio.

Francesca Galante

Il pianto del cuore

Scappo

macchiato dal buio.

Piovono lacrime

dal mio cuore.

Ascolto

il dolore

di un mondo

senza fine.

Simone Galante

Buco nero

Un ricordo buio

la città coperta

da un mantello

rosso.

Una pozzanghera

di sangue.

La libertà ormai

un buco nero

dove la gente

muore.

Chiara Lupi

Il Nord dell'atlante

Guardiamoci

sprofondati negli allori,

ingordi

di quel che resta del mondo

ormai sfinito.

Spalanco gli occhi

a una guerra

che osservo da lontano-

Noi

gli egoisti

seduti a giudicare

ciò che diventa cenere.

Giulia Mari

Respiro spezzato

Da sola

cammino

in cerca della felicità.

Una goccia

infinite

tutte insieme

cadono senza una meta

in silenzio.

Il mio respiro

soffocato.

Sofia Montano

Fiamma di speranza

In un mondo
di inganni e pregiudizi
cerchiamo la pace
tra falsità e ricchezza.

Le lacrime rigano il nostro viso
uomini in nero
ci voltano le spalle
lasciandoci crescere
su un pianeta distrutto.
E il fuoco divampa in noi.
Un'ultima fiamma di speranza.

Sofia Montano

Corro

Fuga

Rabbia.

la mia penna

non dipinge più me.

Voglio strappare il foglio

urlare

scappare

in quell'angolo

di mondo

in cui non ho bisogno

di nascondermi.

Agnese Barbaliscia

Nella notte ...

Grida, pianti e paura
nel mondo povero
di vita.

Scappo nel vuoto
in cerca
di impronte di luce.

Incubi
mi perseguitano
senza fine
e lasciano in me
segni d'oscurità.

Alessio Barnini

Sono qui

Sola

tra le mille stelle

del cielo

stanca

delle mura

che ogni giorno costruisco.

Corro

ad occhi chiusi

felice esplodo

e grido

la mia esistenza

in un mondo

di sordi.

Rosa Bellavitis

Sfioro la luna

Corro

balconata di pensieri.

Mi perdo

nella carezza

di un sogno.

Sprofondo

nel mare

di un incubo.

Non respiro.

Crescono le mie ali

tengo il mondo

nel palmo della mano

e sfioro la luna

con mille parole.

Aurora Blasi

Anima bianca

Ribelle

scappo da questo mondo ingiusto.

Nascosta

Dietro occhi di vetro

Sorrido alla paura.

Mi impiglio

Nei battiti del cuore.

Anima bianca

Pura.

Aurora Blasi

A testa alta

Ormai lontana

la mia infanzia.

Nei miei occhi

l'anima

impetuosa,

s'accende

la fiamma,

mi divora,

percorro bendata

la strada della vita,

ho paura di precipitare

nel vuoto infinito

ma alzo la testa

e corro.

Arianna Caputo

Arrivederci

Guardo incompreso

ciò che mi circonda.

Scappo e mi rifugio

in un'altra realtà

che mi abbraccia

come un fratello maggiore.

Riccardo Coiante

Un'altra storia

Cerco una strada

la felicità

in questo mondo difficile,

scappo

senza pensare,

faccio un salto nel vuoto,

mi guardo intorno

nel tentativo di trovare

quel che voglio veramente.

Basta conseguenze,

seguo l'istinto,

la voglia di andare avanti,

volto pagina

scrivo un altro capitolo

mi lascio andare

continuo a correre

mai nessuno

potrà fermarmi.

Alessandro Di Marco

Dolce sussurro

Corro

verso l'infinito

dimentico tutto

sussurrando alla vita

i miei pensieri.

Alessandro Galante

Un tappeto di sogni

Cresco, cambio.

Guardo la vita

su un tappeto di sogni.

Cado nella realtà

corro

la meta è lontana.

Si riempie il mio cuore

d'amore.

Sempre più in alto

fino a toccare

l'infinito.

Simone Galante

La mia pazza giovinezza

Sento rabbia dentro di me

mi devo sfogare,

ho voglia di correre,

saltare,

ma mi calmo

e ascolto la musica.

Ci sono solo io

e nient'altro.

Luana Lanzalunga

Se chiudo gli occhi

Chiudo gli occhi

corro

sempre più forte

non sento rumori

solo un fruscio.

Li riapro

mi giro intorno

mi specchio nel mio riflesso

i miei pensieri

si scontrano

in un vortice

di emozioni.

Sofia Montano

Oltre il tempo

Una corsa

oltre il tempo

l'ansia

la paura

di non essere in grado

di continuare

fin lì

dove saresti

finalmente

te stesso.

Sofia Montano

Cambio e ricordo

Prigioniera

Intrappolata in un corpo da adulta

senza via d'uscita.

Nei miei occhi

la paura.

E' cambiato tutto.

Giulia Aranci

Il ricordo

Il ricordo

un pensiero che naviga senza meta

una carezza

l'anima che si nasconde

intimorita

e va via

tornando nel suo manto oscuro.

Giulia Aranci

Specchi di desiderio

Da un seme

a un giglio luminoso

un raggio di sole dalle mille sfumature.

Rinasco

come una rondine

in un mare dorato.

Alessio Barnini

Per un istante

Fermare

tutto il corpo

per un istante,

pensare

alle lontane giornate

di una volta

quando correvi spensierato

nei giardini fioriti.

In quell'arco di vita

eri ignaro di tutto

sapevi soltanto

chi eri.

Rosa Bellavitis

Naufraga

Navigo

immersa

nelle mie paure infantili.

Pensieri

coltelli affilati

trafiggono

il mio cuore.

Solo il tempo

può salvarmi

da ciò che sto diventando.

Aurora Blasi

Spiagge di sogni

Specchi di ricordi passati
e frammenti di cuori terreni
sopra un sospiro di vento celeste
lasciano piccole gioie all'infanzia.

Spiagge, mari e conchiglie
sullo sfondo di un roseo tramonto
diventano musiche innamorate.

Il sole in uno sguardo
e l'acqua in una carezza
rendono la schiuma del mare
un cuscino innocente
su cui si appoggiano angeli di vetro
fragili per ogni parola.

Il mare riflette la notte
lasciando scoperto il suo manto dorato di stelle
e con il suono delle onde
una lieta musica infonde nell'aria
sogni e speranze perpetue.

Arianna Caputo

Metamorfosi

Mi trasformo

neanche me ne rendo conto

sono stupito, spaventato

da me stesso.

Quando respiro mi si appannano gli occhi

sono schiacciato dalla pesantezza

degli errori che mi porto dietro

e affronto i giorni che vengono

con una maschera di cera.

Illuso da me stesso

trasformo la mia ombra

in qualcosa

più grande

di me.

Lorenzo Cupellini

Campo di grano

Il mio sentiero si illumina d'arcobaleno
le mie ali prendono forma
ho paura di volare
il grano mi tira a sé
nella sua luce opaca e triste
guardo il cielo che mi sorride
sento il mio cuore
correre forte
così spicco il volo
e divento un uccello di un grande stormo.

Lorenzo Cupellini

Nostalgia

Un giorno all'improvviso
non sono più un bambino.

Parole, sorrisi
tutto è cambiato

la mia vita corre veloce
ne ho un po' nostalgia.

Ricordo i colori, i giochi, le fiabe
il mio piccolo mondo
in questo presente complicato,
il futuro, i progetti, i libri da leggere.

Il tempo fugge via veloce
vorrei fermarlo
e rivivere quei giochi
smorzati troppo in fretta
dalla voglia
di essere già grande.

Alessandro Di Marco

Un salto nel vuoto

Cresco

cambio

salto nel vuoto

impaurito

insicuro.

Trovo

il mio piccolo mondo

uno spiraglio di luce

nell'immenso infinito.

Alessandro Galante

Piccola me

Trovo una foto,

voglio ritornare

lì.

Cammino sulla sabbia,

segno la mia

impronta

in questo mondo.

Mi lascio trasportare

Dalle onde.

Navigo nelle braccia

Di un mare blu.

Chiara Lupi

Libera

Un canto soave

mi solleva portandomi via

senza meta.

Mi butto dal cielo

libera dal desiderio

di cambiare.

Giulia Mari

In mezzo alla vita

Come in un sogno

Vago

tra nuvole

soffici e fragili,

come me.

E come in un sogno

navigo

fra desideri e realtà

in una vita colorata

di un mondo in bianco e nero.

Agnese Barbaliscia

Nel mio scrigno

Brillano

chiusi in uno scrigno

protetti

nel buio di un respiro

scappano

nell'incertezza del domani.

Rosa Bellavitis

Il mio rifugio

Aggrappata

al cielo,

sorretta

dalla brezza

del vento.

Protetta

dall'intreccio

dei folti rami.

Assorta

nei miei pensieri,

sola

a parlare

con la mia

anima.

Rosa Bellavitis

Allegria

Ballo,

danzo

il ritmo della vita.

Corro,

grido

il sapore

della felicità.

Salto,

cado

e sorrido

al mondo.

Rosa Bellavitis

Noia

Le lancette

corrano veloci,

il tempo passa

e io sto ferma.

Si sentono

solo i miei pensieri

nel silenzio spaventoso

della notte.

Rosa Bellavitis

Tristezza

Sento come una lama trafiggermi
il cuore quando penso a te
che sei così nervoso e arrabbiato con me.
Ho paura di perderti quando
non sono stata capace
di volerti bene.

Zoe Bernardo

Incenso

Bussa

Alle porte

della mia anima,

bussa,

leggero,

odore d'incenso.

Rosa Bellavitis

Riflesso immaginario

Le mie mani s'impigliano

nei miei occhi,

non le riconosco.

Gli occhi,

i battiti del cuore,

non mi assomigliano.

Sono un riflesso

immaginario.

Aurora Blasi

Silenziosa gioia

S'accende

una scintilla

negli occhi

ora pieni

di silenziosa gioia.

Scoppia

il cuore

in mille

fragorose risate

che cancellano

il buio

dalla mente stanca.

Sulle labbra

porta delle mie parole

si dipinge

pian piano

un sorriso.

Arianna Caputo

Io tra le rose

Sono la margherita

nel campo di rose

che pungono e mi sovrastano

altezzose.

L'anima fragile

osserva

silenziosa

volti estranei.

Intorno a me

giudici severi

che mi condannano

alla malinconia.

Arianna Caputo

Consumato dal tempo

Ormai l'anno è consumato dal tempo,
scivola silenzioso alle nostre spalle
prezioso come l'ultima folata di vento
prima di un sole perpetuo.

In un frammento di quell'addio
c'è chi vuole dimenticare in fretta
e chi invece conserva geloso
ogni irripetibile istante.

Arianna Caputo

Un buio accecante

Perso.

Chiuso

Nel buio.

L'oscurità mi acceca

cado a terra

ho paura di

rialzarmi

e mi trascino umiliato

alla ricerca della felicità.

Riccardo Coiante

Volare

Volare all'improvviso

più in alto di tutti

nell'infinito manto celeste

che ci ricopre completamente

e, senza avere una meta precisa,

eccomi lassù - vedi? -

in mezzo alle nuvole

che continuo a volare sempre più in alto

e pian piano

scompaio.

Lorenzo Cupellini

La mia danza

Ballo

sono libera

viva

speciale.

Mi muovo

i miei piedi toccano terra

il suolo trema

il cielo si apre.

Francesca Galante

Adolescenza

La mia adolescenza

un'esplosione di colori

di emozioni.

Mi allontano dalla mia famiglia,

da me stessa.

Piango

ogni lacrima versata

un ricordo che svanisce.

Francesca Galante

In barca

Mi ritrovo nel mare,

in mezzo al nulla.

Navigando nella notte,

con le stelle all'orizzonte.

Francesca Galante

Colori pazzi

Guardo il cielo

come un grande foglio azzurro,

con gli occhi

ci scrivo sopra le emozioni.

Si riflettono su pazzi colori

che lo dipingono

di felicità.

Simone Galante

Un nuovo passo

Mi perdo

nei colori della natura.

Sento il rumore del mare

in un mondo

che ha ancora tanto

da spiegare.

Lorenzo Isgrò

La speranza

S'innalza dal suolo

l'angelo bianco

che dal vuoto infinito

appare divino agli occhi del cielo.

E brucia il male

illumina il perdono.

Silenzioso

si spegne nel nulla.

Lorenzo Isgrò

Raggio di luna

Come una farfalla

volteggio

nel blu immenso.

Sprofondo

un fiore

mi abbraccia.

La luna

si avvicina

materna.

Chiara Lupi

Illusione

Con un sospiro

le mie piccole ali

si aprono al mondo.

Aspettavo un dolce abbraccio.

Precipito

la vita è crudele.

Giulia Mari

Il mio sogno

Il sogno

è vivere la vita.

Senza uno scopo

da raggiungere

il gusto di assaggiare

il cammino

così com'è.

Cambiare strada

di volta in volta.

Assaporare

ogni successo

ogni sbaglio.

Giulia Mari

Anima e paesaggi

Sassetta

La mia casetta.

Il paese

labirinto di amicizia.

Poi il bosco

sussurra

il mio mondo.

E la libertà

che abita in quel verde

mi accompagna

per scie di dolce profumo.

sensazione di primavera.

Il sole si addormenta

dietro l'orizzonte

lasciando colori brillanti.

le lucciole

sono le ultime scintille

che nascono nei miei occhi.

Agnese Barbaliscia

L'orchestra del pino

Ondeggiano

aghi verdi,

nel coro

del soffio leggero.

Danza

il pino.

Nevicano foglie

chiudendo il sipario.

Agnese Barbaliscia

La foglia

Strappata dall'albero

danza leggera,

sulle note del vento.

Avvolta

da caldi raggi

volteggia

nella brezza

dimenticata dal buio.

Agnese Barbaliscia

Nel cielo

La luna piena
illumina la città
con la sua luce
chiara e splendente
riaccende l'anima delle persone
riscalda i cuori
attenua il buio
e prepara il sorgere dell'alba
dietro l'orizzonte.

Alessio Barnini

Riflessi

Gocce di felicità

in me

si accendono al cielo

brillano

come il sole

che mi guida

nella terra della libertà.

Alessio Barnini

Il fuoco

Brucia

in silenzio

l'anima viva,

il suo corpo vivace

ondeggia ribelle

nel buio della notte.

Rosa Bellavitis

Strade di Tagliacozzo

Cammino

si sente

solo il rumore delle foglie

sotto le scarpe

sulle strade

di Tagliacozzo.

Piccole case

si affacciano

al fiume.

Fresco profumo

di rugiada.

Tanti sono gli anni passati

sul balcone

a guardare il boschetto

dove ogni mio passo

si confonde

con la voce

degli uccelli.

Aurora Blasi

Quiete estiva

Vestita di un dolce far niente

mi distendo annoiata

sul letto di ore oziose

e mi faccio cullare

dalla rumorosa quiete estiva.

Solo i silenziosi raggi solari

che penetrano accarezzandomi il viso

mi risvegliano bruschi

dalla mia ora di letargo.

Arianna Caputo

La luce nelle tenebre

Figlia della madre notte,
ci ammira dall'alto silenziosa
la perla che di luce chiara
fa risplendere anche le buie tenebre.
Ascolta senza giudicare
i pensieri detti inascoltati dal mondo
di gente che poi tace di giorno
e sussurra sotto il suo sguardo silenzioso.

Arianna Caputo

Un quadro da ascoltare

Leggere ventate di violino
attraversano mari sconfinati.
Pennellate su soffi di flauto
contrapposti
come due fazioni in guerra
calano al tramonto
su fiori dorati di viola.

Riccardo Coiante

Al calare della sera

Arrossisco

come al calare della sera.

Occhi fissi su di me

si chiude lo stomaco

come l'implosione di una stella

quasi vorrei scappare

ma sono

immobile.

Riccardo Coiante

Onde

Sdraiata su un'immensa distesa di sabbia,
ascolto il lamento del mare.

Chiudo gli occhi,
mi lascio trasportare dalle onde,
sogno di navigare tra i tanti pensieri
che mi affiorano nella mente.

Francesca Galante

Al soffio del vento

In mezzo agli alberi

sento

il fruscio delle foglie

si muovono

al soffio del vento.

I pioppi

si specchiano nell'acqua

io guardo il cielo

che non finisce mai.

Luana Lanzalunga

Musica

Sono

in armonia

come una pianta che sboccia,

e all'alba

rifiorisce sempre.

Le note lievi

attraversano il mio cuore.

Chiara Lupi

Fuoco d'artificio

Nella volta celeste,

nel silenzio

assoluto

si vede

una scintilla

che si espande

nel cielo buio.

Un fiore

che sboccia,

un pon pon

appeso

al filo della luna.

Giulia Mari

Indice

Il tesoro sommerso	Maria Paola Langerano	pp. 4, 5
Irrompe la poesia	le ragazze ed i ragazzi della III A	p. 6

Ho paura

Attentato	Agnese Barbaliscia	p. 8
17 agosto 2017	Rosa Bellavitis	p. 9
Terremoto	Aurora Blasi	p. 10
Berlino, 19 dicembre 2016	Aurora Blasi	p. 11
Grida inascoltate	Arianna Caputo	p. 12
L'ultimo sorriso	Lorenzo Cupellini	p. 13
Mondo di guerra	Lorenzo Cupellini	p. 14
Mare di tombe	Lorenzo Cupellini	p. 15
Addio	Francesca Galante	p. 16
Il pianto del cuore	Simone Galante	p. 17
Buco nero	Chiara Lupi	p. 18
Il Nord dell'atlante	Giulia Mari	p. 19
Respiro spezzato	Sofia Montano	p. 20
Fiamma di speranza	Sofia Montano	p. 21

Corro

Fuga	Agnese Barbaliscia	p. 23
Nella notte...	Alessio Barnini	p. 24
Sono qui	Rosa Bellavitis	p. 25
Sfioro la luna	Aurora Blasi	p. 26
Anima bianca	Aurora Blasi	p. 27

A testa alta	Arianna Caputo	p. 28
Arrivederci	Riccardo Coiante	p. 29
Un'altra storia	Alessandro Di Marco	p. 30
Dolce sussurro	Alessandro Galante	p. 31
Un tappeto di sogni	Simone Galante	p. 32
La mia pazza giovinezza	Luana Lanzalunga	p. 33
Se chiudo gli occhi	Sofia Montano	p. 34
Oltre il tempo	Sofia Montano	p. 35

Cambio e ricordo

Prigioniera	Giulia Aranci	p. 37
Il ricordo	Giulia Aranci	p. 38
Specchi di desiderio	Alessio Barnini	p. 39
Per un istante	Rosa Bellavitis	p. 40
Naufraga	Aurora Blasi	p. 41
Spiagge di sogni	Arianna Caputo	p. 42
Metamorfosi	Lorenzo Cupellini	p. 43
Campo di grano	Lorenzo Cupellini	p. 44
Nostalgia	Alessandro Di Marco	p. 45
Un salto nel vuoto	Alessandro Galante	p. 46
Piccola me	Chiara Lupi	p. 47
Libera	Giulia Mari	p. 48

In mezzo alla vita

Come in un sogno	Agnese Barbaliscia	p. 50
Nel mio scrigno	Rosa Bellavitis	p. 51
Il mio rifugio	Rosa Bellavitis	p. 52

Allegrìa	Rosa Bellavitis	p. 53
Noia	Rosa Bellavitis	p. 54
Tristezza	Zoe Bernardo	p. 55
Incenso	Rosa Bellavitis	p. 56
Riflesso immaginario	Aurora Blasi	p. 57
Silenziosa gioia	Arianna Caputo	p. 58
Io tra le rose	Arianna Caputo	p. 59
Consumato dal tempo	Arianna Caputo	p. 60
Un buio accecante	Riccardo Coiante	p. 61
Volare	Lorenzo Cupellini	p. 62
La mia danza	Francesca Galante	p. 63
Adolescenza	Francesca Galante	p. 64
In barca	Francesca Galante	p. 65
Colori pazzi	Simone Galante	p. 66
Un nuovo passo	Lorenzo Isgrò	p. 67
La speranza	Lorenzo Isgrò	p. 68
Raggio di luna	Chiara Lupi	p. 69
Illusione	Giulia Mari	p. 70
Il mio sogno	Giulia Mari	p. 71

Anima e paesaggi

Sasseta	Agnese Barbaliscia	p. 73
L'orchestra del pino	Agnese Barbaliscia	p. 74
La foglia	Agnese Barbaliscia	p. 75
Nel cielo	Alessio Barnini	p. 76
Riflessi	Alessio Barnini	p. 77
Il fuoco	Rosa Bellavitis	p. 78
Strade di Tagliacozzo	Aurora Blasi	p. 79

Quiete estiva	Arianna Caputo	p. 80
La luce nelle tenebre	Arianna Caputo	p. 81
Un quadro da ascoltare	Riccardo Coiante	p. 82
Al calare della sera	Riccardo Coiante	p. 83
Onde	Francesca Galante	p. 84
Al soffio del vento	Luana Lanzalunga	p. 85
Musica	Chiara Lupi	p. 86
Fuoco d'artificio	Giulia Mari	p. 87