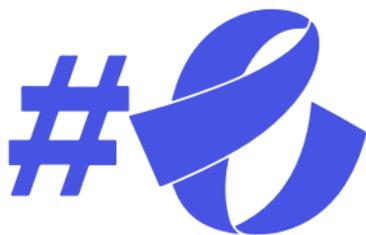


***Percorsi
di scrittura***



Tenete tra le mani molto più di un semplice modulo di formazione: è il frutto di un lavoro attentamente riflettuto, un approccio pensato per fornire chiavi, parole e prospettive di fronte all'endometrio.

Il progetto #ENDOs è sostenuto dal programma ERASMUS+ Educazione e Formazione degli Adulti e co-finanziato dall'Unione Europea.

Questo documento è realizzato sotto licenza Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License, nell'ambito del progetto europeo #ENDOs, KA220-ADU-23D7562E.



Co-funded by
the European Union



Indice

POESIA AUTODATATA	2
RITRATTO CINESE	4
LISTE	6
RITRATTO ALFABETICO	8
ISTRUZIONI	10
Per andare oltre	12

Questo modulo sviluppato in collaborazione con Eduardo Berti è molto più di uno strumento di apprendimento: è un invito a costruire ponti tra la conoscenza medica e l'esperienza personale, a tessere un'alleanza in cui la cura diventa un atto condiviso, e a immaginare insieme un futuro più giusto, più illuminato e più umano. Leggendo queste righe, contribuite anche voi a dare parole alla malattia e a tracciare percorsi verso una gestione più rispettosa, più consapevole e più carica di speranza.

#1

POESIA AUTODATATA

Una "poesia autodatata" che segue la data del giorno.

Si tratta di una poesia di otto versi, poiché il nostro modo di registrare la data del giorno di solito comprende otto cifre. Ad esempio: 27 11 2025.

Nelle poesie autodate (inventate da Benoit Richter, autore vicino all'Oulipo), ogni verso è contato in numero di parole secondo la data del giorno. Meglio spiegato: se siamo il 27 novembre 2025, i primi due versi (corrispondenti al giorno) avranno rispettivamente 2 e 7 parole, il terzo e il quarto verso (corrispondenti al mese) avranno una sola parola ciascuno, mentre gli ultimi quattro versi (corrispondenti all'anno) avranno due, zero, due e cinque parole rispettivamente.

Così, la poesia avrà questo aspetto:

- (2) ——— due parole
- (7) ————— sette parole
- (1) — una parola
- (1) — una parola
- (2) ——— due parole
- (0) (verso bianco)
- (2) ——— due parole
- (5) ————— cinque parole

Usate questa forma per redigere una sorta di diario poetico. Scrivete una poesia al giorno. Naturalmente, gli otto versi delle vostre poesie non avranno mai, giorno dopo giorno, la stessa quantità di parole.

Un esempio di poesia autodatata che sarebbe stata concepita il 14 giugno 2026:

dolore
arriva, se ne va

questa nausea dentro di me
lungo, profondo

dolori addominali,
qualcosa come un colpo basso

Proponete a un'altra persona di scrivere poesie autodate in collaborazione con voi. Questo può avvenire alternativamente. In questo caso, scriverete la poesia del 3 aprile, l'altra persona scriverà quella del 4 aprile, voi risponderete il 5 aprile con una nuova poesia, e così via.

Al lavoro!



#2

RITRATTO CINESE

Fate il vostro "ritratto cinese" dell'endometrio.

Un ritratto cinese, variante di un antico gioco di enigmi in voga nel XVII secolo, consiste nel delineare il ritratto di una persona (o di qualsiasi altro soggetto) attraverso una serie di confronti.

Nel ritratto cinese classico, si tratta di completare frasi come "Se fossi un paese, sarei...", "Se fossi una canzone, sarei..." o "Se fossi un piatto, sarei...". Questo permette di affrontare il tema centrale da angolazioni multiple.

Ecco una sorta di "scheda da compilare" --non esaustiva-- con l'obiettivo di tracciare un ritratto cinese dell'endometrio.

Se l'endometrio fosse un colore, sarebbe...

Se l'endometrio fosse un animale, sarebbe...

Se l'endometrio fosse una stagione, sarebbe...

Se l'endometrio fosse un film, sarebbe...

Se l'endometrio fosse un sentimento, sarebbe...

Se l'endometrio fosse un personaggio di finzione, sarebbe...

Se l'endometrio fosse un elemento, sarebbe...

Se l'endometrio fosse un suono, sarebbe...

Proponete di completare queste stesse frasi non solo a donne che soffrono di endometrio, ma anche a persone (donne o uomini) che non ne sono affette. La condivisione di questo gioco con persone non affette dovrebbe mettere in luce sconosciuti sulla malattia, fantasie o percezioni errate.

Aggiungete altre idee possibili a queste otto aperture: "se l'endometrio fosse uno sport...", "se l'endometrio fosse una parte del corpo umano...", "se l'endometrio fosse un quadro famoso...", "se l'endometrio fosse un vestito...".

Dai, divertitevi!



#3

LISTE

Fate una lista secondo le vostre voglie.

Sei Shōnagon è un'autrice giapponese del decimo secolo. Nel suo libro "Note di chevet", racconta i suoi anni come dama di compagnia alla corte imperiale.

Nel corso delle pagine del suo libro, uno dei capolavori della letteratura giapponese dell'epoca, Sei Shōnagon raccoglie impressioni e aneddoti della sua vita, ma redige anche una serie di "liste di cose". Tra queste, inventari su "cose che fanno battere il cuore", "cose che hanno una grazia raffinata", "cose che passano", "cose che si disprezzano", "cose tumultuose" e persino "cose che guadagnano a essere dipinte" seguite da "cose che perdono a essere dipinte".

Ognuna delle sue liste ha una lunghezza variabile: quattro, otto, dodici immagini o esempi.

Un estratto, tradotto da André Beaujard:

“Cose che fanno nascere un dolce ricordo del passato”

Le rose malvarose essiccate.

Gli oggetti che servirono per la festa delle bambole.

Un giorno di pioggia, in cui ci si annoia, si ritrovano le lettere di un uomo amato un tempo.

Una notte in cui la luna è chiara.

Utilizzate le liste per parlare dell'endometrio.

Scrivete, ad esempio, la lista delle “cose che non si possono fare quando il dolore è intenso”, ma anche “le cose che si possono fare nonostante il dolore intenso”. Oppure le “cose che non si dicono quasi mai ad alta voce riguardo all'endometrio” o le “cose che si potrebbero fare per sensibilizzare la società all'endometrio”.

Lasciatevi trasportare dalle parole!

#4



RITRATTO ALFABETICO

Fate un ritratto alfabetico dell'endometrio.

Un ritratto alfabetico è un elenco di parole (eventualmente accompagnate da complementi, o anche frasi brevi) che evocano un soggetto determinato e che si ordinano come un abecedario.

Per fare il vostro ritratto alfabetico, scegliete una serie di parole chiave: dieci, quindici o venti parole, ad esempio, che vi sembrano rappresentative dell'endometrio.

Disponetele in ordine alfabetico. Attenzione: non dovete scegliere più di una parola che inizia con la stessa lettera.

Nel suo celebre «Don Chisciotte», ad esempio, Cervantes ci offre un ritratto alfabetico dell'amante o dell'amore perfetto, e per farlo utilizza tutte le lettere dell'alfabeto: affettuoso, benevolo, caloroso, dolce, elegante, forte, galante, onorevole, integro...

Potete anche provare a utilizzare tutto l'alfabeto. In ogni caso, una volta scelti i termini (handicap per «h», malattia per «m», ventre per «v», ecc.), scrivete un piccolo testo di tre o quattro righe a partire da ciascun termine della vostra lista.

Potete: (a) dire cosa rappresenta per voi questa parola, (b) raccontare un piccolo aneddoto legato alla parola, (c) scrivere una piccola poesia, (d) proporre una sorta di definizione umoristica, (e) presentare la parola come se doveste spiegarla a un extraterrestre...

Cercate non solo di esprimervi con pedagogia ma in modo ludico e poetico.

Ogni parola della vostra lista può ispirare uno stile diverso. È la forma alfabetica che darà coerenza al vostro insieme!

#5

ISTRUZIONI

Immaginate istruzioni legate alla malattia.

Ispirandovi ai manuali, scrivete istruzioni legate all'endometrio.

Ad esempio, "Istruzioni per andare al lavoro in caso di endometrio".

Potete scrivere le vostre istruzioni all'imperativo o all'infinito. Potete parodiare le ricette di cucina o le istruzioni per montare oggetti. Potete numerare (o meno) ciascun passaggio.

Tre esempi che potrebbero spingervi a scrivere o inventare altre istruzioni dello stesso genere:

Istruzioni per spiegare cos'è l'endometrio a un bambino di otto anni.

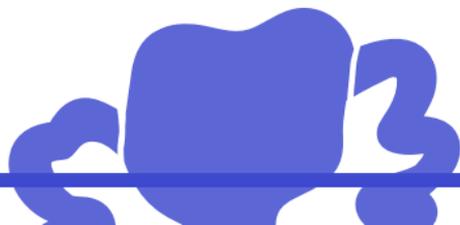
Istruzioni per viaggiare in aereo (o in altri mezzi di trasporto) in caso di endometrio.

Istruzioni per lo sport in generale o per uno sport particolare in caso di endometrio.

Potete accompagnare le vostre istruzioni con alcune illustrazioni: disegni realizzati da voi o da una persona designata a tale scopo; così come collage, o semplicemente immagini trovate: scelte, ritagliate e incollate a margine del testo.

Nel suo libro "Cronopes e Famosi", Julio Cortázar propone "Istruzioni per piangere". Ecco un estratto, che potrebbe darvi spunti:

"Per piangere, rivolgiti verso te stesso la tua immaginazione (...) I pianti apparsi, ci si coprirà per decenza il viso servendosi delle due mani, il palmo rivolto verso l'interno. I bambini piangeranno con il braccio ripiegato sul viso, preferibilmente in un angolo della loro camera. Durata media dei pianti, tre minuti."





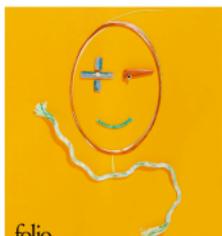
Per andare oltre

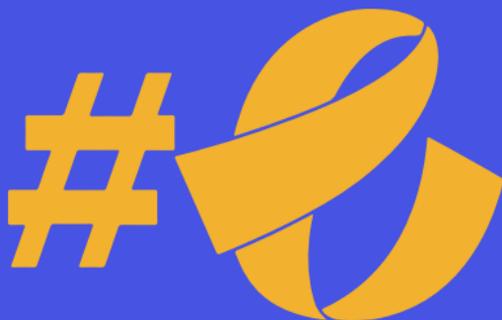
« Scrivi, che nessuno ti trattenga, che nulla ti fermi », proclamava Hélène Cixous. Ecco alcune risorse e suggerimenti che potrebbero aiutarvi a farlo! La lettura e la scrittura formano un dialogo incessante, che si nutre come un fuoco da campo. Leggete, scrivete, seguite il motto di Clarice Lispector: « Scrivo per me, per sentire la mia anima parlare e cantare, a volte piangere... ».

Julio Cortázar
Cronopes et Fameux

CRONOPES E FAMOSI

Libro di Julio Cortázar. Sapete salire una scala con cognizione di causa? Storie tanto fantastiche quanto assurde.





Cofinanziato
dall'Unione europea

