



## **RITROVARSI IMPROVVISAMENTE SOLI**

Rubrica Nella Musica  
Dondi – Palazzi / 3 – Novembre 2013

### **E SE POI** – Malika Ayane

E se poi capissi che tutto è uguale a prima  
e come prima mi sentissi inutile

Io non ho mai pensato se  
anche l'abitudine è un bel posto per ritrovare me

Ma senza di noi ho ancora quella strana voglia di sentirmi sola  
senza di noi ma non da ora se non altro per vederti andar via ancora

E se mai cercassi te sarebbe per paura  
e la paura è sempre quella a vincere

E tu non puoi far finta che niente sia cambiato  
dopo il cuore che ho strappato via da te

Ma senza di noi ho ancora quella strana voglia di sentirmi sola  
senza di noi ma non da ora se non altro per vederti andar via ancora

Senza di noi ho ancora quella smania di fuggire via da sola  
ma senza di noi chi vola? son solo ali e piume e nient'altro ancora

Certo che non ha prezzo il tempo passato insieme a spasso  
tra questo mondo e un altro per trovare l'universo adatto al nostro spazio  
ogni giorno più stretto per contenere i sogni tutti dentro ad un cassetto  
ed ecco perché scappo ora ricordo e scappo  
ho solo tanta voglia di sentirmi viva adesso

Ma senza di noi ho ancora quella strana voglia di sentirmi sola  
senza di noi ma non da ora se non altro per vederti andar via ancora

Senza di noi ho ancora quella smania di fuggire via da sola  
ma senza di noi chi vola? son solo ali e piume e nient'altro ancora

Certo che non ha prezzo il tempo passato insieme a spasso  
tra questo mondo e un altro per trovare l'universo adatto al nostro spazio  
ogni giorno più stretto per contenere i sogni tutti dentro ad un cassetto  
ed ecco perché scappo ora ricordo e scappo  
certo che non ha prezzo il tempo tu restami un po' addosso

Attività proposta:

## **POSITIVO e NEGATIVO**

Facciamo ascoltare la canzone.

Diamo una chiave interpretativa partendo dall'articolo.

Usiamo due colori e sottolineiamo con uno tutti gli aspetti negativi della solitudine e con l'altro quelli positivi.

Poi, a piccoli gruppi, discutiamone e proviamo a fare sintesi, tentando di fare un piccolo *vademecum* di quando si vivono momenti di "rientro in sé", affinché siano vissuti bene.

In plenaria, condividiamo per arrivare a un *vademecum* unico di gruppo.

Quando usarla:

- Per un incontro sul ripartire dopo un momento difficile.
- Per meditare sulla forza della rielaborazione, del deserto.