



# IL TRENO SERENO

C'è un treno che parte, che passa sereno,  
che sbuffa, che ciuffa, che fumo che fa!  
Si chiama, si prende e poi non si scende  
finché alla stazione non arriverà.

DLIN DLON!

Treno Sereno sul binario solitario,  
in perfetto orario!

Arriva la locomotiva! (*testa*)

Attenzione, ora è il turno del vagone! (*busto*)

Le rotaie arrugginite, indolenzite,  
vanno oliate! (*massaggio alle gambe*)

Prendi posto, stai composto! (*braccia dritte sui fianchi*)

Tieni stretto il tuo biglietto! (*mani sovrapposte sul petto*)

Controllore, per favore! (*mano-visiera sugli occhi*)

Scendi in pista, macchinista! (*camminare nell'aria*)

Più vicino al finestrino! (*rotolare verso destra*)

Ora all'altro finestrino! (*rotolare verso sinistra*)

Ora fatti un pisolino.

Sveglia, stirati un pochino!

C'è qualcuno che saluta da laggiù...

Fai presto! Salutalo anche tu:

muovi mani e piedi e fai...

CIUF CIUF! (*fare il solletico*)

CIUF CIUF!

CIUF CIUF!

CIUF CIUF!



# LA TALPA E IL BUIO

C'era una volta una piccola talpa che scavava allegramente la sua galleria notturna usando il naso per orientarsi.

Quando uscì fuori dalla terra sentì una voce che le chiese: -Chi sei? Che cosa stai facendo?

La piccola rispose:

-Sono una talpa, vivo qui sotto e scavo gallerie per cercare da mangiare. E tu chi sei?

-Io sono il buio, sto dappertutto ma nessuno mi guarda, nemmeno tu. Avete tutti paura di me.

Allora la talpa disse al buio:

-Io non ho paura di te. Non ti guardo perché non ti vedo. Ma sei già mio amico. Buio, chiudi gli occhi. Che cosa vedi?

Il buio disse che non vedeva nulla, per questo si sentiva solo.

Ma la talpa gli consigliò di fare come lei, e riempire il nulla con le sue sensazioni, piano piano, ascoltando i rumori, annusando gli odori, sentendo il vento su di lui e il calore delle stelle.

Così il buio capì che la talpa, anche se aveva gli occhi chiusi, era tanto felice, e non aveva paura di niente.

Sì, il buio ci provò, e non si sentì più solo. Proviamoci anche noi...



# RICCIOLI D'ORO

C'era una volta una famiglia di orsi, papà orso, mamma orsa e piccolo orso, che stava facendo una passeggiata nel bosco in attesa che la zuppa bollente preparata per cena si raffreddasse un po'.

E c'era una bambina che si chiamava Riccioli d'oro, che giocando a esplorare il bosco vide la loro casetta, ma non sapeva di chi fosse.

La bambina sbirciò dalla porta socchiusa, vide con gli occhi la luce della candela accesa, e tre scodelle fumanti sul tavolo.

Con il naso sentì il profumo. Con le orecchie sentì il silenzio.

Entrò e assaggiò la zuppa prendendo i recipienti con le mani.

La scodella grande era troppo calda e la scodella media era troppo fredda.

La zuppa nella scodella piccola, invece, andava benissimo e se la pappò.

Poi Riccioli d'Oro provò a sedersi con il sedere nella poltrona grande, ma era troppo scomoda.

In quella media, ma cigolava troppo.

Si mise quindi sulla seggiola piccola, ma la ruppe.

Allora salì al piano di sopra dove trovò tre letti.

Quello più grande era troppo duro per la sua schiena.

Si spostò in quello medio ma era troppo morbido, invece il letto più piccolo era proprio l'ideale per farsi una bella dormita. Riccioli d'oro chiuse gli occhi, e quando li riaprì vide i tre Orsi, si prese un grosso spavento e scappò dalla finestra. Tornò a casa sua tutta indolenzita.

Ma la sua mamma le fece tante coccole e massaggi come faccio io, adesso, con te.