

DIPINTI E POESIE DI MIA PAMPALONI

UNDICI

INSOMNIA



WWW.UNDICI.ART

UNDICI

INSOMNIA
2026

Mia Pampaloni

Le opere presentate in questo catalogo sono una selezione della produzione artistica di **Mia Pampaloni** nel suo **sedicesimo** anno d'età.

Il progetto **UNDICI** è iniziato nel 2021 con la prima mostra personale della pittrice a Livorno, in cui erano esposte 28 opere create da Mia all'età di undici anni.

UNDICI - Insomnia è il quinto appuntamento con Mia, che prosegue il suo percorso artistico attraverso un nuovo dialogo tra pittura e poesia.

Ogni quadro è accompagnato da una poesia scritta da Mia, dando vita a un progetto intimo e personale in cui immagine e parola si incontrano per raccontare suggestioni, emozioni e visioni interiori.

UNDICI - Insomnia

Insomnia richiama una notte senza sonno, ma soprattutto una condizione mentale ed emotiva: uno stato di veglia interiore, proprio di chi sente intensamente e si lascia attraversare da ogni pensiero.

Per Mia, l'insonnia diventa il momento in cui tutto ciò che durante il giorno resta sospeso, trattenuto o inascoltato trova finalmente spazio. Quando il resto si spegne, arrivano le idee; quando il silenzio si fa più profondo, emergono le domande, la sensibilità e il bisogno di esprimersi.

In questo progetto, Insomnia assume così il valore di un simbolo: la tensione di una generazione che fatica ad adattarsi passivamente al rumore del mondo e che sceglie di trasformare inquietudine e fragilità in immagini, parole e ricerca personale.

Le opere di Mia nascono dentro questa dimensione: non come fuga dalla realtà, ma come forma di ascolto, resistenza e presenza. Un modo per dare voce a ciò che spesso non trova parole, e per riconoscere nella sensibilità non un limite, ma una forza creativa autentica.



Desiderio

Voglio perdermi e non ritrovarmi
sprofondar in più candide membra
naufragar ne' tuoi teneri sguardi.
Ch'obliar così possa mi sembra
mie cure,
miei affanni
e bear mi.
Sì!
Vo' ragione in tal guisa sopire
e mortale lassar il pensiero
che m'allaccia
e mi morde
e poi fere.
Oh mio amor,
mio sublime peccato,
perdizione più pura,
martire!
Che mora il primiero e mi strugga
più ardente un novello patire!
Via, dimentica fammi di morte:
sol in te, mio bel porto sicuro,
sorte rivegga e lieto futuro.

Ma non giungi, crudele mio amato,
tua sembianza in nessuno ravviso,
non rifulge splendente il bel lume,
non arde mordente il tuo guardo,
in alcuno presente bel viso.
Non ho udito il soave tuo passo,
qui non spira il tuo dolce sospiro.
Non ho in te giammai ristorato
lo spirto dal duolo sì lasso.

Ahi, col temibile dardo
fere Amor sol chi 'l fugge e ch' il teme,
poiché 'l guercio crudele disprezza
chi sì brama sua tenera ebbrezza.

E fra l'affanno e il crudo lamento
tutta mi struggo languente
bramando, sorte crudele,
il suo tormento.

Matita su carta
22.7 X 30.4 cm
Livorno 2026

—



Caduta

Pur cieco il timoniere
ne' porti che il rapiro
il picciolo veliero
ben seppe traghettare.

Ma per più trista sorte
non una speme porto,
schiavo mi fece 'l porto,
presto darammi morte.

Divenne esso pregione:
è certo tal martire
del mio insensato ardire
il giusto guiderdone.

Apprendi buona cosa:
se con il molle stelo
l'alma ad un cor di gelo
lega citerea rosa

nato tronca quel laccio,
spina non fera il core,
pria che ti tolga onore,
vigor e forza al braccio.

Matita, smalto e olio su carta
27.5 X 33.4 cm
Livorno 2025



L'apostata

Che fu non so ben io:
o Dio il guardo mi tolse
o il guardo tolsi al Dio.

Fui donna e casta e pia
che forte il servir volse
e or che svolta ria!

Schernir soglio virtute,
sprezzar posso pietate;
son sola io fra la gente,
che il fine chiaro ha in mente.
Triste, spersa, son spezzata.
il nulla, oltre la morte,
vegg' io qual trista sorte.

Degna non son di pietà?
Pietà?
Folle valore!
Ah!
Vostro immane errore.

Si tolse il vel mendace
e non son più fallace.

Pur non gioisce il core,
io peno,
il cor m'è aperto
e 'l duol v'irrompe 'n copia
e fugge dolce calma.

Matita e acrilico su carta
22.7 X 30.4 cm
Livorno 2025

Ma cessi il mio lamento!

Tempo è di farsi forte,
trovar novella guida,
sprezzar timor di morte.
Non vale il vano pianto
a spegner tal tormento!

Convien svenar Dolore
nel folleggiante braccio
del figlio di Semele,
spezzar severo laccio
che stringemi a dottrina
che l'om fece già pio
e far di me
il mio Dio.





Lullaby

Dormi, casta prediletta della Luna.
Oscura i fulgenti lumi,
distendi il corpo lasso,
che la tua dolce diva sì chiaramente alluma.
Vergognoso il capo abbasso!

E voi tacete,
chiassose genti!
Venti, spirate piano:
non destate la dea nel suo riposo
non oda i penosi lamenti,
non vegga l'orrori,
l'orribili scempi
di questo tempo infausto e doloroso.

Matita e smalto su carta
27.5X 33 cm
Livorno 2026

Nerone

Sabina, guancia di rosa,
mia dolce sposa
occhio di stella,
crine di rame,
cara mia vita,
più non tardare!

Vien al tuo sposo, dolce a me parla
schiudi il rubino in beanti parole,
schiudilo e infoca e infiamma il mio ardore.
E tosto ch'io sia del tutto bruciato,
mie ceneri spargi sulla tua vita,
sul lungo collo,
sul ventre amato
e con le tue membra ridonami vita.

Ma al dolce mio inganno non porre poi fine
non schiudermi gli occhi dal duolo sì stanchi
sognar voglio il crine e dolci rai amanti.

Eterno mi culli il germano di morte,
a lui mi legghi un' obliosa ritorta,
ch'io sempre mi scordi,
o cara,
che sei morta.

Matita e smalto su carta
27.5 X 34.4 cm
Livorno 2026

—



La preghiera

Dispero in spenta speme,
aborro l'almo amore
poi che fu franto il seme
ben pria che fosse fiore.

Ratto da trista mano
mie virginale giglio,
giammai s'asciuga il ciglio
poich'è cercarlo vano.

Né alcun non porge aita
e torce 'l guardo il mondo
veggendo prava vita
ch'ha già toccato il fondo.

Ma niuna meraviglia
destar dovrian durezza,
rotta questa bellezza:
nequizia è di mal figlia.

Ohimé dimora parme
di duolo l'alma mia!
Soverchia è vita ria
ch'io ben possa portarme.

Dunque l'arme gittate,
del giusto paladini,
il grido omai cessate

e nude blande mani
mi sfiorin lasso el viso,
e render bramin riso.

Matita su carta
27.5 X 35.3 cm
Livorno 2025





Incantatrice

La beltà ch' albergavami in seno
gran virtù simulò 'n ciò ch'è rio:
leso il senno fu d' om saggio e pio
dal soave sembiante et ameno.

Era omai mia Ration sì debile
che captiva d' Inganno fu docile.
Ma poi i lacci spezzò e le ritorte
Chi dà miel oppur fiel oltre morte.

Tolto 'l vel, manifesto l'errore,
cessò alfine quel tristo mio incanto
ma Dolor fugò ancora saggezza.

Dell' orror la più triste contezza,
vergognoso mi rese e nel pianto
mio aguzzin fei di me con l'acciare.

Matita su carta
22.7 X 30.4 cm
Livorno 2026

—

L'incontro

Spirava un'aura e dolce spandesi
un obliato olezzo d'antichi odori
e le rose e le viole mostravansi
più dolci e vaghe fra verdi splendori.
Il fonte nel suo corso pareva in stasi
chiare sì scorrean l'acque fra i fiori.
Di ninfa udiassi o di sirena canto
formando con l'augelli bel concento.

Più soave udita non fu voce
sì che il passo alla ragion rubello
sprezzò il timor e 'nver si mosse audace
come corre al pastor lo fido agnello
verso inumano son ch'ancor non tace
ma in me risona tormentoso e bello.
Scoversi allora la vocal creatura
principio e fine della mia iattura.

Amor volse rubar duo faci ardenti,
rose vermiglie e candidi ligustri,
porle in quel volto e ancider tristi amanti
con la bell'arma ancor uomini illustri
in lagrimosi spasimi e lamenti,
credendo forse costoro pravi e ingiusti.
Col crin aurato ha ognun costei legato
e sì bramata non ha null'om amato.

Erano i vaghi rai fulgenti stelle
guide al vassel che mi smaniava in petto
quando dal seno fuggì crudo e rubello
il folle legno, Amor avendo eletto,
stanco d'antiquo, qual porto novello
inver menando seco el mie intelletto.
Ma il lido che gli parve 'sì sicuro,
morte gli diede nell'abisso oscuro.

Con la sua aurata luce quel bel nume
di por tanta vergogna ebbe possanza
nel ben più fioco d'intelletto lume
che questo si partì mesto in sembianza
e privo mi rimasi d'ogne acume
e di giudizio per cotanta amanza.
Ma a nulla ragionar val di mia face:
monna accendendo amor, fé morta pace.

Amante la bella a rimirare
rimasi allor finché fé cenno lieta
con la sua dolce man lei di seguire
e le obbedii nova sperando quiete.
Mi menò allor soave in riva al mare
nel loco più ridente et il più ameno
e ciel e terra mi parlar d'amore.
Errai a prestar fede alla parvenza
e non provar inver somma temenza.

L'insana bella mi gittò fra l'onde
ove era immersa una gran schiera in danza
di dolci e inumane donne bionde
e belle e angeliche in sembianza.
L'alma dolente il mal ch'avvenne asconde
ch'orrenda troppo è in me la rimembranza.
Sol dirò che della spoglia sulle sponde
trovò miei resti lei che m'accese amanza
e fè del morto corpo, fera et empia,
orrendo et inaudito folle scempio.

Matita su carta
22.7 X 30.4 cm
Livorno 2025





Il sogno

Passato era già 'l Vespro,
tristo Borea gridava
nel bosco scuro e aspro
e fosco ov'io vagava.

Stringeva crudo un algore
le mie smaniose membra
di gelo e di pavor
nell'aspra coltre d'ombra.

Inopinatamente
fra i foschi scuri corsi
maravigliosamente
madonna giacer scorsi.

Tra la caligin negra
la face mia lucea
e valse a coglier ch'egra
l'amata si spegnea.

Delle duo smorte braccia,
a schermo del gran gelo,
difesa alla sua faccia,
al busto faceva velo.

Io lagrimando dissi:
"Lasso, che tu t' estingui!",
i rai tenendo fissi
su chi mi mosse' l sangue.

"Vien meco idolo bello,
lungi ti porterò,
perdonato t'è già 'l fallo:
ognora io t'amerò!

Vien a schivar la morte
meco, se non mi brami,
Amor m'ha dato in sorte
sempre che pur i' t'ami.

M' abbandonasti, ingrata,
io non farò lo stesso,
oblio la fuga odiata,
vien dunque in tal amplesso!"

Rispose ella fra l'ombra:
"Non ho disio d'aita:
di dirti ch' i' son ombra,
ch' altrove è la mia vita.

Il giorno fia tormento,
se teco tu mi meni,
la notte aspro lamento:
ognor sarà che peni!

Fuggi la mia illusione:
a me solinga morta
del duolo tuo cagione
slegar lice ritorta.

Sordo fu alla favella,
o, l'intelletto, muto.
Meco menai la bella
e tutto fu sparito.

M'avvidi ch'era sogno,
trista illusion mendace,
cui ancor per tempo indegno
me piacque far fallace.

Io sempre lei salvai
finché mi fei coraggio
e seco la lasciai,
dal lume reso saggio.

Il dì nato seguente,
non più trovai languente
me pel cieco signore
che mi ferì nel core
per l'occhio di costei.
e, alfin,
mi liberai.

Matita e olio su carta
30.4 X 22.7 cm
Livorno 2026

—

L'ora tarda

Melanconica tenzone
d' instancabili pensieri
questa sera mi tormenta:
si contendon quei l'impero
della mente in confusione
e conoscer non mi lice
del mio duolo la cagione.

Ma del duol ha più possanza
un più dolce imperatore:
un vaghissimo gioire
silenzioso signoreggia
in quest'anima solinga,
figlio forse di tenebra
genitrice de' tormenti.

Vaga notte, cielo fosco,
chiare stelle, freddo gelo
ascoltate le modeste,
se vi piace,
mie richieste:
addolcite questo toscano,
attoscate questo miele!

Vasto mar, deh, spiaggia nera,
io v'imploro:
fate eterna la mia sera...
sì sgomenta e tanto amata
è delizia dolc'amara
questa pena sì beata,
è tortura troppo cara!

Matita e smalto su carta
27.5 X 33.4
Livorno 2025

—



Adrenalina

Aver non credo il viso amato e 'l riso
ch'or che costui alfin goder mi lice
mai arde 'l petto mio se lo mir fiso
e non più bramo audir ciò ch'ei mi dice.

Non ha sua voce l'antico dolce incanto,
non è pupilla stella, non un bel manto il crine.
Ma a che vale di ciò ragionar tanto?
È l'ardor mio ormai giunto a sua fine.

Ma ben ch'amor non mai di lui, comprendo,
fu inver ma del periglio orrendo
ch'io allor correa congiunta con costui
e d'inebriante senso d'esser rei.

Or calmo è 'l mar e meco dorme in porto
il muto amante e a vita mia noiosa
cui torno parendo a me già morta
finir chiedo o cangiar in perigliosa.

Io non che del periglio son amante.

Matita su carta
27.5 X 35.3 cm
Livorno 2025





Idillio

Tal al fringuel fra le fronde e le foglie
compare fido all'ardenti mie voglie
il cor canta gioivo entra 'l mio petto
festeggiando nel più dolce diletto.

Non più crudo il mio crudo tormento
l'amoroso schernì aspro lamento
Cantate augel l'amor che mi diletta!
Ombroso bosco, e tu odi i miei detti...

S'a dir io valgo tu intendi virtute
dell'idol mio che donommi pietate
e l'onora col più vago contento.

Ispira alle ninfe un più dolce canto,
ordina all'acque scrosciar delicate,
sussurra a' venti "soavi spirate!"

Ma lasso, è la più vana fantasia,
a nulla vale essere fida e pia:
il mio vago or mi sfugge e mi sprezza

e languir deggio in dogliosa amarezza.

Matita su carta
27.5 X 35.3 cm
Livorno 2025

—

*Un ringraziamento speciale a Lucia Poloni, Ludovica Tenerani
e Martina Gorini, compagne di sensibilità, che con la loro
presenza e i loro linguaggi artistici hanno contribuito a rendere
la mostra Undici - Insomnia un momento vivo di incontro,
ascolto e condivisione artistica.*



WWW.UNDICI.ART



WWW.UNDICI.ART

