

SARA CALVANELLI  
ONIRONAUTICHE



# TRACKLIST

01. Introduzione (2:46)
02. La Torre (4:37)
03. Lunare, arcaico, focoso (10:27)
04. Intermezzo (2:04)
05. Venti (1:10)
06. Sirene (4:39)
07. Acqua (6:24)
08. Farfalle Rosse (3:34)
09. Ninna Nanna (9:16)

Total time [45:00]

**Sara Calvanelli** (Accordion, Voice, Indian Harmonium)

**Eloisa Manera** (Violin)

**Giancarlo Parisi** (Bagpipes, Zi-flute, Friscalettu, Jew's Harp)

**Giovanni Sollima** (Baroque Cello)

**Floraleda Sacchi** (Harp)

**Danila Massimi** (Steel drums, Drums, Cajon, Tibetan Bowls)

**Music composed and arranged by Sara Calvanelli**

The background of the image consists of several layers of translucent, flowing fabric in various shades of blue and green. The fabric appears to be moving, creating soft, undulating waves and folds. The colors range from a deep, muted blue at the top to a bright, almost white-green at the bottom. The overall effect is ethereal and dreamlike.

# ONIRONAUTICHE

Testo italiano



*Onironautica* è un termine coniato dallo psicanalista tedesco Frederik van Eeden per descrivere l'esperienza del sogno lucido, quello in cui si è creatori attivi e consapevoli di ogni singolo evento, colore, scenario. Quando sogniamo siamo spesso protagonisti passivi, spettatori di noi stessi. Nel sogno lucido ci trasformiamo in esploratori, inventori, viaggiatori, onironauti.

Per quanto appassionata di tematiche legate alle potenzialità della mente e dello spirito, ho voluto prendere in prestito questa parola dal sapore mitologico per fini esclusivamente poetici, affascinata soprattutto dalla sua etimologia che evoca viaggi attraverso i sogni, navigazioni tra una stanza e l'altra dell'inconscio, acque sotterranee.

Gran parte delle musiche presenti nella raccolta sono state scritte durante la mia prima gravidanza, periodo in cui mi sembrava di percepire tutto sotto una luce nuova, più silenziosa e densa allo stesso tempo, e mi capitava spesso di vivere esperienze oniriche intense.

A fine giornata ero solita improvvisare lasciando fluire i pensieri liberamente e, col passare delle settimane, sentivo crescere il desiderio di affiancare al suono della fisarmonica quello della voce.

Ho sempre percepito una certa dualità nel mio strumento, una sorta di stimolante scissione, quasi una sfida: se da un lato la fisarmonica è ventre, polmone acceso, canto, fisicità vibrante, dall'altro è distacco, freddezza, razionalità, quella delle altezze determinate, della precisione meccanica, dell'emissione artificiale. In questo progetto avevo bisogno di una nuova chiave, un registro vagante, naturale, che mettesse in stretto contatto il metallo delle anse con la liquidità della pancia: il canto.

Le improvvisazioni sono pian piano diventate linee definite e col tempo ho sentito il bisogno di coinvolgere anche altri musicisti, artisti con storie e linguaggi differenti l'uno dall'altro, ma tutti accomunati da un'unica, grande caratteristica: una concezione arcaica e magica del suono.

Dedico, dunque, queste *Onironautiche* a mia figlia Maia, piccola, grande ispiratrice di sogni.

Con tanto amore e riconoscenza,

Sara

## LA TORRE

La Torre, arcano XVI. Una delle carte più temute e fraintese dei tarocchi.

Spesso interpretata in chiave negativa, se non catastrofica, custodisce, a mio parere, un significato profondo e vitale di libertà.

Una torre crolla, colpita da un fulmine.

In primo piano due uomini a testa in giù. Non è chiaro se stiano precipitando assieme alle macerie o, al contrario, danzando invasi da una vorticoso follia.

Di sicuro stanno guardando il mondo da una prospettiva nuova, rovesciata, dinamica: la struttura che li proteggeva - o li imprigionava - è crollata, distrutta improvvisamente.

Per quanto l'arcano venga chiamato anche "Maison de Dieu" a causa della sua forte carica simbolica (la torre di Babele, il fulmine che colpisce la presunzione di chi ambisce vette troppo elevate), sono assai più affascinata dalla sua dimensione umana: non importa quante convinzioni o gabbie possiamo costruire attorno a noi stessi, quanti piani possiamo escogitare, perché la vita ci viene a cercare, sempre e inaspettatamente, e dobbiamo essere pronti a danzare con lei, ad abbracciare una prospettiva nuova, libera, talvolta folle.

Sono una appassionata di Tarocchi e credo ogni carta racchiuda un mondo, ma l'arcano XVI è sempre stato uno dei miei preferiti, proprio per la sua natura ritmica e selvaggia.

Il crollo della torre all'inizio del disco vuole, dunque, essere una sorta di invocazione alla musa rovesciata e carnevalesca, un richiamo ai sensi e alla loro prontezza, un'esaltazione della fantasia di vivere: ingredienti fondamentali per esplorare l'ignoto.

## LUNARE, ARCAICO, FOCOSO

*Lunare, arcaico, focoso* è un brano ispirato e dedicato all'archetipo femminile presente in ognuno di noi e alle sue infinite sfaccettature: intuito, ricettività, fantasia, ma anche passione e sensualità, follia e inquietudine oscura, malinconia e solitudine.

Parla del coraggio di agire di pancia seguendo la propria voce interiore, a qualsiasi prezzo.

O della paura di farlo.

## SIRENE

Le sirene - siano esse le donne-uccello della mitologia greca o le magiche ragazze marine che hanno ispirato secoli di ballate e leggende - sono per me sinonimo di attrazione magnetica e letale, il loro canto simbolo di assuefazione ipnotica, la loro duplice natura l'incarnazione di amori impossibili e contraddittori.

Capita a volte di desiderare ardentemente qualcosa di distante dai propri principi e confini, qualcuno con cui morire per rinascere.

Molto spesso, però, si scopre di non essere in grado di tuffarsi veramente dentro la bellezza, per paura di perdersi, e ci si ossessiona, di conseguenza, per tutto ciò che non si ha il coraggio di vivere o non si riesce a raggiungere.

Credo che ognuno nel proprio viaggio si imbatta prima o poi in qualche sirena, trovandosi almeno una volta in questo limbo di desideri, paure e controsensi.

## ACQUA

Ho sognato due teste che si toccavano, nuca contro nuca.

Due enormi teste di pietra che fluttuavano su un mare mosso, per nulla minaccioso.

Io nuotavo sicura e al tempo stesso stupita dalla meravigliosa scultura che avevo dinanzi: due volti antichissimi, che, pur guardando in direzioni diverse, erano un solo pensiero, un'unica memoria.

E non riuscivo a comprendere come un'architettura tanto imponente potesse rimanere sospesa sulla superficie dell'acqua, oscillare leggera, senza il minimo decadimento.

Sapevo che era il nostro tempio, mio e tuo, il nostro luogo sacro fuori dal tempo.

"Forse un giorno si sgretolerà" pensavo "crollerà, sprofonderà. Ma in acqua niente si perde, né muore: sarà fondale, fango, gioco sulla sabbia. L'inizio di una nuova vita".

## FARFALLE ROSSE

Quando ero incinta di Maia, pochi giorni prima di saperne il sesso, mi accadde di fare un sogno che non scorderò mai.

Nella casa dei miei nonni c'era una culla con legato un fiocco rosa: era nata una bambina.

Io la prendevo in braccio ma non riuscivo a tenerla perché la neonata iniziava a divincolarsi con un' energia potentissima e d'un tratto si trasformava in una bellissima farfalla rossa, volando via.

Alzavo gli occhi e la vedevo unirsi a un enorme sciame di sue simili - un gigantesco tracciato rosso che volava lento e leggero- e sparire piano piano in cielo.

Io rimanevo lì, sorpresa e calma allo stesso tempo, invasa da una gioia profonda.

Da qui il brano *Farfalle rosse*.

## NINNA NANNA

*Ninna nanna* appartiene alle mie memorie più antiche.

Mia mamma me la cantava per la buona notte quando ero ancora una lattante.

Di questo rituale della sera, una volta cresciuta, mi erano rimasti alcuni vaghi ricordi: una melodia triste e magnetica, il terrore per il lupo, la bambolina che rimaneva abbandonata sul sentiero.

Con grande stupore scoprii che mio fratello - che possiede una memoria musicale incredibile- non ne aveva alcuna di questo brano: si tratta, infatti, di una ninna nanna dedicata alle bambine.

Mia madre l'aveva trasmessa solo a me e, a sua volta, l'aveva ricevuta in eredità dalla mia bisnonna.

Un giorno- avevo già vent'anni- le chiesi di cantarmi nuovamente quella canzone che mi aveva tanto terrorizzata in passato.

Da lì decisi di intraprendere una ricerca su queste strofe particolari, ma senza risultato: nessuna traccia sul web, nessuna similitudine con altre ninna nanne di tradizione italiana, persino la metrica e la linea melodica mi facevano pensare a un esemplare unico.

Una sensazione non mi abbandonava: che avesse un legame con certe melodie e metriche greco-albanesi, o comunque di stampo adriatico.

La mia famiglia proviene dall'Appennino Tosco-Emiliano, da una zona dell'entroterra ma di frontiera, una vallata che nei millenni ha vissuto influenze di ogni genere e provenienza, soprattutto dalla vicina Romagna.

In alcuni paesini più arroccati si parla ancora oggi un dialetto di origine greca, resistito per quasi 1500 anni, dal periodo in cui i soldati di Bisanzio occupavano Ravenna e i territori adiacenti.

Forse la mia ninna nanna arriva da lì? Che sia l'Impero d'Oriente la chiave?

Non ho ancora risolto l'enigma ma, forse, è più giusto così.

In fondo la bellezza dei canti è nella loro essenza acquatica, in quel potere di tramandarsi e rinnovarsi, di generazione in generazione, senza perdere purezza e legittimità.

*Quando bimba pei sentier del bosco m'aggiravo in cerca di fiorelli,  
teneva stretta la mia bambolina dai capelli biondi e gli occhioni belli.*

*Io correvo alla pendice e gridavo ognor felice  
quando a sera la mamma mi chiamava a riposar.*

*E nel dormir sognavo le fatine belle,  
le fatine belle io sognavo allor, sì, allor.*

*Un bel giorno che nella foresta pascolavo il gregge coi fratelli  
vidi un lupo dal feroce sguardo che guatava attento pecore ed agnelli.*

*Io corsi alla capanna e gridai cercando aiuto  
ma nel correr la mia bambola perdei nel sentier.*

*E allor che fece il lupo alla bella bambola?  
La sbranò vorace con le pecore e gli agnel.*

The background of the image consists of several layers of translucent fabric in various shades of blue and teal, flowing and draped across the frame. The fabric has a soft, ethereal quality, with light passing through it, creating a sense of movement and depth. The colors range from a pale, almost white blue to a vibrant, saturated teal. The overall effect is dreamlike and artistic.

ONIRONAUTICHE

English text



*Onironautica* is a term created by the German psychoanalyst Frederik van Eeden to describe the experience of the lucid dream, a state of being in which the dreamer is active and aware of every single event, color, scenario. When we are dreaming we are often passive protagonists, viewers of ourselves, on the contrary in the lucid dream we turn into explorers, inventors, travelers.

Beside my interest in themes related to the potentialities of mind and soul, I wanted to borrow this word with mythological flavor for purely poetical purposes, fascinated especially by its etymology which recalls travels through dreams, navigations among the spaces of the unconscious, underground waters.

Most of the music of this album was written during my first pregnancy, a time when I seemed to perceive everything in a new light, more silent and more intense at the same time, and when I often experienced intense dreams.

At the end of the day I used to improvise, letting my thoughts flow freely, and with the passing of the weeks, I felt the desire to match the sound of the accordion with that of the voice.

I have always felt a certain duality in my instrument, a kind of stimulating split, almost a challenge: the accordion is a belly, a lively lung, singing, vibrant physicality, but on the other hand it is the detachment, coldness and rationality of determined pitches and chords, mechanical precision, artificial emission. In this project I needed a new key, a wandering natural register, that would put the metal of the reeds in tight contact with the liquid belly: the singing.

The improvisations slowly became definite lines and over time I felt the need to involve other musicians, artists with different histories and languages, but all sharing a single, great trait: an archaic and magical conception of the sound.

Finally, I dedicate these *Onironautiche* to my daughter, Maia, a little and great inspirer of dreams.

With so much love and gratitude,

Sara

## LA TORRE (THE TOWER)

The Tower, 16th arcane. One of the most feared and misunderstood tarot cards.

Often interpreted in a negative, even catastrophic way, it holds, in my opinion, a profound and vital meaning of freedom.

A tower collapses, struck by a thunderbolt.

In the foreground two men upside down. It is unclear if they are falling down with the rubble or, on the contrary, they are dancing pervaded by a swirling madness.

For sure, they are looking at the world from a new inverted perspective: the structure protecting them - or imprisoning them - collapsed, suddenly destroyed.

Although the arcane is also called "Maison de Dieu" because of its strong symbolic meaning (the tower of Babel, the thunderbolt, the presumption of those who aspire too high peaks), I am more fascinated by its human dimension: no matter how many beliefs or cages we can build around ourselves, how many plans we can create, because life comes to us, always and unexpectedly, and we must be ready to dance with her, to embrace a new, free, sometimes crazy perspectives.

I'm a Tarot fan and I think every card contains a world, but the 16th arcane has always been one of my favorites, just because of its rhythmic and wild nature.

The collapse of the tower at the beginning of the album, therefore, has to be intended as a sort of invocation to the overturned and carnival muse, an appeal to the senses and their promptness, an exaltation of the fantasy of living: fundamental ingredients to explore the unknown.

## LUNARE, ARCAICO, FOCOSO (LUNAR, ARCHAIC, FIERY)

*Lunare, arcaico, focoso* is a composition inspired and dedicated to the feminine archetype present in each of us with its infinite facets: intuition, receptivity, imagination, but also passion and sensuality, madness and obscure unquietness, melancholy and loneliness.

It tells about the courage to act instinctively following our inner voice at all costs.

Or about the fear of doing it.

## SIRENE (SIRENS)

Whether they appear as women-birds of the Greek mythology or as magical marine girls who inspired ballads and legends for centuries, for me, the sirens are the synonymous of magnetic and deadly attraction, their singing is the symbol of hypnotic addiction, their dual nature embodies the impossible and contradictory loves.

Sometimes it happens to ardently desire something far from our own principles and boundaries, someone to die with to be reborn.

Very often however, it turns out that we are not able to dive into the beauty, for fear of getting lost, and thus we get obsessed with everything we do not have the courage to live or we cannot reach.

I think everyone in his own journey will sooner or later come across some mermaids, experiencing at least once this limbo of desires, fears and contradictions.

## ACQUA (WATER)

I dreamed of two heads touching each other, nape against nape.

Two huge stone heads floating on a waving sea, absolutely not thundery.

I was swimming safe and at the same time amazed by the wonderful sculpture in front of me: two ancient faces that, even if looking in two different directions, were just one thought, one memory.

I could not understand how such a majestic architecture could remain suspended on the surface of the water, swinging lightly, without the slightest sign of decay.

I knew it was our temple, mine and yours, our sacred place out of time.

I thought: "Maybe one day it will crumble, it will collapse, it will sink, but in the water nothing will be lost or dying: it will become backdrop, mud, play on the sand. It will be the beginning of a new life".

## FARFALLE ROSSE (RED BUTTERFLIES)

When I was pregnant of Maia, a few days before I knew her sex, I had a dream I will never forget.

In my grandparents' house there was a cradle tied with a pink ribbon: a little girl was born.

I took her in my arms, but could not hold her because the baby started to wiggle with such a powerful energy and suddenly she transformed herself into a beautiful red butterfly instantly flying away.

I looked up and saw her joining a huge swarm of similar butterflies: a huge red trace flying slowly and softly and disappearing gradually in the sky.

I stayed there, surprised and quiet at the same time, taken by a deep joy.

After this dream I composed *Farfalle rosse*.

## NINNA NANNA (LULLABY)

*Ninna nanna* comes from my earliest memories.

My mom was singing it to me for wishing me good night when I was still a babe.

Once I grew up, I had some vague memories of this ritual of the evening: a sad and magnetic melody, the fear for the wolf, the doll that remained abandoned on the path.

With great surprise I found out that my brother - who possesses incredible music memory - did not remember this song: it is, in fact, a lullaby dedicated only to girls.

My mother had only transmitted it to me and, in her turn, she received it from her grandmother.

One day - I was already twenty - I asked her to sing me again that song that terrorized me so much in the past.

Then I decided to undertake a research on these particular verses, but without results: no trace on the web, no similarity with other lullabies of the Italian tradition, even the metric and melodic line made me think of a unique model.

A suspect did not abandon me: the lullaby had a connection with certain Greek-Albanian melodies and metrics, or anyway it arrived from Adriatic area.

My family comes from the Appennini region between Tuscany and Emilia Romagna, an hinterland area, but in reality a border, a valley that in the millennia has experienced influences of any kind and origin, especially from near Romagna.

In some of the most perched villages there is still a dialect of Greek origin, which was used for almost 1500 years, from the period when the Byzantine soldiers occupied Ravenna and adjacent territories.

Perhaps my lullaby comes from there? Is the Empire of the Orient its key?

I have not solved the puzzle yet, but perhaps it is just better this way.

At the end the beauty of the songs remains in their fluid essence, in their power to hand down and renew, from generation to generation, without losing purity and legitimacy.

*Little babe, when I was wandering in the wood paths and looking for flowers,*

*I was always embracing tightly my blond hair doll with beautiful eyes.*

*I ran at the slope always singing happy*

*When in the evening my mummy called me to rest.*

*And in my dreams I dreamed of beautiful fairies,*

*at that time the beautiful fairies I dreamed of, yes!*

*One day in the forest while grazing the flock with my brothers*

*I saw a wolf with a fierce gaze observing sheep and lambs.*

*I ran to the hut and shouted for help*

*But running I lost my doll on the path.*

*And what did the wolf do to the beautiful doll?*

*He ate it voracious as well as the sheep and the lambs.*



# CREDITS

Music composed and arranged by Sara Calvanelli  
[www.saracalvanelli.com](http://www.saracalvanelli.com)

Recorded and mixed by Fabrizio Campanelli at Candle Studio  
Mastered by Eleven Mastering  
Produced by Sara Calvanelli and Fabrizio Campanelli  
Voice (Track 7) Arianna Scommegna  
Photo by Reto Albertalli  
Body Art by Sofia Morandotti

© & © & 2017 Amadeus Arte  
Cat. No. AA17004  
[www.music.amadeusarte.com](http://www.music.amadeusarte.com)



|A|M|A|D|E|U|S|  
A|R|T|E|

