

*ROSARIA IZZO*



*RIFLESSI DI RIFLESSIONI*

## INDICE

<i>I buoni propositi</i> .....	4
<i>Aspettando</i> .....	7
<i>Manca l'aria</i> .....	9
<i>La mia storia</i> .....	10
<i>Solamente Sola</i> .....	12
<i>Una mattina di sole</i> .....	13
<i>E' tutto così strano</i> .....	14
<i>Farfalle nello stomaco</i> .....	15
<i>Anime gemelle</i> .....	16
<i>Chiusa</i> .....	18
<i>Sogni d'oro</i> .....	20
<i>Non me l'aspettavo</i> .....	21
<i>Come una foglia</i> .....	23
<i>Insolito Inverno</i> .....	25
<i>Dolci Curve</i> .....	26
<i>Aria</i> .....	27
<i>Perché correre?</i> .....	29
<i>Le grandi scelte</i> .....	31
<i>Fammí una domanda</i> .....	32
<i>La vera felicità</i> .....	34
<i>Seguí lo sguardo</i> .....	35
<i>Esser forti</i> .....	37
<i>Non dimenticare</i> .....	38
<i>Amicí</i> .....	40
<i>Passato Presente</i> .....	42

<i>E' Finita</i> .....	43
<i>La tua età</i> .....	44
<i>Il vuoto nel vuoto</i> .....	46
<i>Non ti arrabbiare</i> .....	47
<i>Pace</i> .....	49
<i>Vivi positivo</i> .....	51
<i>Io sono</i> .....	52
<i>Il giorno presente</i> .....	53
<i>L'ultima volta</i> .....	55
<i>Lacrime</i> .....	56
<i>Unica ma non solo</i> .....	57
<i>Un fiore di primavera</i> .....	59
<i>Ho perso la concezione del tempo</i> .....	61
<i>Un Buon Vino</i> .....	63
<i>Vicino</i> .....	65
<i>Una fetta d'estate</i> .....	66
<i>Nuda</i> .....	67
<i>Per rabbia e per amore</i> .....	69
<i>Nel silenzio</i> .....	70
<i>Camomilla</i> .....	71
<i>Guarda il panorama</i> .....	72
<i>La verità</i> .....	74
<i>Fino alla fine</i> .....	75
<i>Respira</i> .....	77
<i>Cambiamenti</i> .....	78
<i>Il mio mondo</i> .....	80
<i>Delusa</i> .....	81
<i>Come un gabbiano</i> .....	82
<i>Cosa si aspettano da me?</i> .....	83
<i>Come</i> .....	84

<i>Immagina di volare</i> .....	85
<i>Notti d'estate</i> .....	86
<i>Malata</i> .....	87
<i>Sí ricomincia</i> .....	88

## *I buoni propositi*

*A cosa pensi?*

*Devo mettere giù le mie idee. Devo farlo con distacco.*

*Qual è la tua vita? Da cosa è fatta?*

*Devo poter fare un elenco di quello che è la mia vita.*

*Ho bisogno di conoscerla.*

*Devo considerare tutto. Analizzare ogni componente.*

*Capire cosa provo.*

*Non posso rinunciare a quello che sono.*

*Mi piaccio ora.*

*Mi piaccio passionale, triste, sensibile, emotiva, attenta.*

*Soffro di più ma così vivo.*

*Voglio essere più aperta a tutto quello che c'è intorno.*

*Non concentrarmi solo su alcune cose o persone.*

*Tutto passa, tutto!*

*Ma vivere quello che succede lascia qualcosa dentro. Ti riempie.*

*Ecco, questo è già voler qualcosa: Voglio Vivere.*

*Sorridi, ma da dentro.*

*Non aver paura dei piccoli dolori, passano in fretta lo sai.*

*Basta chiudere gli occhi e quando li riapri è passato.*

*Non pensarci su.*

*Lascia che le cose succedano.*

*Tutto accade comunque come deve accadere.*

*Non forzare quello che è fuori di te ma ascoltati.*

*Fai quello che senti. Agisci con più istinto.*

*Cosa vuoi davvero? Cosa è più importante?*

*Passione, Pato.*

*Non è difficile, basta credere in quello che fai.*

*Non pensare a quante cose belle o brutte possono accadere ma a come sono.*

*Quando capita, cogli l'attimo e godilo fino in fondo.*

*Fermati, ascolta e prendine coscienza.*

*Godi i momenti belli completamente anche se durano attimi.*

*Vivi senza pensare ad altro.*

*Non forzare le cose.*

*Sii sincera.*

*Guarda negli occhi le persone e fatti guardare e scoprire senza paura.*

*Sarai sempre te stessa anche se qualcuno scopre quello che pensi o senti.*

*Nessuno può rubarti i tuoi sentimenti.*

*Rilassati.*

*Non distrarti con cose inutili.*

*Credi in quello che senti ma non farti troppe domande su quello che sentono gli altri, tanto non lo saprai mai.*

*Sii sincera.*

*Vuoi bene e questo è vero.*

*Ami?*

*Sì perché sei gelosa, perché soffri, perché ti manca, perché provi passione, perché ti vien voglia di urlare, di scappare, di chiuderti in te stessa e non far più nulla.*

*Non è male.*

*Non essere ricambiata di questo hai paura.*

*Certo può essere così: si ama sempre qualcun altro.*

*Non puoi essere tu a decidere. Non puoi costringere nessuno.*

*Devi essere solo te stessa.*

*Sai quali sono le regole del gioco.*

*E' un rischio ma bisogna giocare.*

*Scopri le tue carte, tutte.*

*Sai che puoi perdere ma lo farai avendo giocato.*

*Sai cosa vuoi. Dillo!*

*Devi essere chiara.*

*Non hai nulla da perdere.*

*Non ferire, non attaccare, non nasconderti.*

*Fermati e osserva. Chiedi e ascolta.*

07/01/2003

## *Aspettando*

*Il tempo incomincia a scorrere veloce ma a volte è troppo lento.*

*Aspetti e sembra che non passi mai.*

*Chiudi gli occhi, respiri ed è già passato tanto tempo.*

*Non c'è equilibrio nel tempo. Non c'è ordine.*

*Non sai cosa fare.*

*Non puoi fare nulla, devi solo aspettare che il tempo passi e faccia sì che le cose accadano.*

*A volte vorresti accelerare a fai quello che sai di dover fare dopo.*

*Anticipi ma il tempo non vuol saper ragione.*

*Così ti trovi a dover **aspettare**.*

*Così passa il tempo ma non succede nulla.*

*Le tue speranze svaniscono.*

*Quello che pensavi che il tempo ti avrebbe portato non arriva..*

*Hai aspettato inutilmente e così ti chiedi se non era meglio agire.*

*Fare qualcosa anche se non nel momento giusto.*

*Alla fine, cosa aspetti?*

*Forse non è mai il momento giusto per certe cose o forse lo è sempre.*

*I minuti, le ore, i giorni, avvolte attimi così importanti che non vorresti più altro tempo.*

*Ti bastano quei piccoli secondi per stare bene.*

*Potresti cancellare tutto il resto del tempo e conservare solo quei momenti.*

*A cosa pensi, in effetti, di tutto il tempo vissuto?*

*Somme di brevi spazzi di tempo.*

*Un puzzle di secondi, minuti, ore, giorni che fanno parte di un tempo lungo ma a cui non pensi mai.*

*Vorrei il mio tempo. Il mio tempo fisico, il mio tempo emotivo. Il tempo del mio cuore.*

*Non vorrei più aspettare ma seguire il tempo della mia anima.*

08/01/2003

## *Manca l'aria*

*Oddio, mi manca l'aria.*

*Non si respira in questo posto.*

*Chiusa in una stanza, in un edificio, in una città.*

*Non c'è aria .*

*Non la vedi, non la senti.*

*In questo posto c'è troppa gente, ci sono troppe cose.*

*E' un posto fatto di cose inutili.*

*La mia casa., un posto fatto di cose non miei.*

*A volte anche lì non si respira.*

*Non posso vivere in posti così. Mi tocca sopravvivere.*

*Ma fino a quando?*

## *La mia storia*

*E' la storia della mia vita.*

*Ognuno ha la sua storia lunga o breve come la sua vita.*

*La mia storia è lunghissima se penso a tutti i miei ricordi, se ricordo tutto ciò a cui ho pensato.*

*Quante cose fanno di una storia la propria storia.*

*Non posso fare a meno di nulla di ciò che fa parte della mia storia.*

*Il guaio è che la storia è lì e più ci pensi e più non vuoi perderla.*

*Come si fa a cancellare una parte di ciò che è stato? Eliminare nel presente ciò che è stato nel tuo passato?*

*Non puoi.*

*Tutto quello che fai oggi può cambiare solo il tuo futuro ma la tua storia rimarrà la stessa.*

*Ci penserai sempre e ti ricorderai di tutte le risate.*

*Con le lacrime agli occhi non puoi fare altro che guardare quel film che vivi ad occhi chiusi.*

*Tante immagini che si sovrappongono, tanti pezzi della tua storia.*

*Se ci pensi profondamente il cuore ti batte forte e ti dici che non vuoi rinunciare a questo, non vuoi perdere la tua storia.*

*E' così importante quello che hai fatto che non puoi rinunciarci.*

*Non vuoi far altro che aggiungere altri pezzetti a quel mosaico, altre parti colorate perché sia più ricco e più bello.*

*Pensa a se non sarai più la stessa dopo aver buttato via la tua storia.*

*Dovrai crearti una nuova storia ma senza basi, senza te stessa.*

*Il tuo passato è ancora troppo forte per dimenticarlo, ti duole ancora il cuore a pensarci.*

*La tua storia forse non finirà mai.*

17/01/2003

## *Solamente Sola*

*Ascolti nel silenzio la pioggia.*

*Suoni leggeri che ti fanno compagnia.*

*Ascolti rumori lontani e il pulsare del tuo cuore.*

*Ascolti le tue idee e i tuoi pensieri come voci esterne alla tua mente.*

*Riesci ad ascoltare il mondo perché non c'è nulla che ti disturba.*

*Sei sola e il silenzio ti fa compagnia.*

*E' sorprendente quante cose riesci a sentire in questi momenti, a quante cose riesci a pensare.*

*La tua mente si muove libera, spazia senza limiti, può andare ovunque o in nessun posto.*

*Il tempo si ferma, rallenta i tuoi movimenti e riscopri te stessa.*

*E' tutto più chiaro.*

*Riesci a vedere cose che si perdevano nel caos.*

*Ritrovi ciò che pesavi perso.*

*Metti insieme tutte le componenti di quello che vedi e la visione è finalmente completa.*

*Non sei più sola ma insieme all'essere che è in te.*

19/01/2003

### *Una mattina di sole*

*Dal sole l'energia si libera e tutto rivive.*

*Tutto brilla di luce e il viso si colora.*

*Senti il sangue scaldarsi e le forze del corpo rinascere.*

*L'aria è leggera e il respiro ti riempie il cuore di nuove particelle.*

*La vita ritorna.*

*Tutto rinasce e niente può più fuggire.*

*Tutto si ferma ad ascoltare la vita che ritorna, l'energia che  
esplosa, il cuore più leggero.*

*Nel sole ritrovi la vita e non c'è nulla che può più fermarsi.*

*E' tutto così strano*

*La stranezza della vita ti colpisce sempre.*

*Le cose più ovvie, ormai risapute, all'improvviso ti sembrano strane.*

*Non sai perché ma tutto acquista un'aria nuova, insolita.*

*Non ti viene altro che pensare che è tutto strano, tutto così strano!*

*E' nel viverla che senti la stranezza delle cose.*

*L'aria si muove all'improvviso, parole non previste, odori mai sentiti.*

*Ma non è un singolo elemento.*

*La stranezza di certi momenti è dovuta a un insieme di sentimenti, a più componenti che si uniscono e si mischiano in un modo che non avresti mai pensato.*

*E' pure ti vien da dire: è tutto così strano!*

*Ma in fondo cosa vuol dire? Cos'è in effetti strano?*

*Non ci sono risposte perché non c'è misura nella stranezza, né una sua concretezza.*

## *Farfalle nello stomaco*

*Le farfalle, con le loro piccole ali, con i loro mille colori.*

*O anche bianche e leggere come macchie nell'aria, che si accendono e si spengono come piccole luci.*

*Le ali delle farfalle sono come carezze e non puoi non pensarci quando ricordi quelle cose leggere, quei pensieri sfuggenti.*

*Piccoli sentimenti, sorrisi veloci, gli occhi negli occhi in un secondo, contatti leggeri come il tocco di ali trasparenti.*

*Leggero, lieve, inconsistente.*

*Ora è qui e ora vola via.*

*Ti sfiora e lo senti appena.*

*Non riesci a pensarci perché è così difficile da prendere, da definire.*

*E' un brivido, un sussulto, un fremito, un respiro, un batter d'occhi, un piccolo movimento, il tocco leggero delle ali di una farfalla.*

*E' solo un bacio ma è così profondo!*

27/01/2003

## *Aníme gemelle*

*Due vite lontane, due mondi divisi, due esseri diversi*

*Due storie vissute, passate, future.*

*Un unico presente.*

*Essenze che si fondono, senza motivo, in un certo istante.*

*C'è un incontro, un conoscersi, un avvicinarsi, un pensarsi.*

*C'è un momento in cui non c'è più spazio, non c'è più tempo.*

*Non esistono distanze, tutto è breve e veloce.*

*Non è mai esistito niente, non ci sarà mai altro.*

*Senti solo quello che vedi, esiste solo ciò che vivi.*

*E non è soggettivo, non è la tua emotività, non è solo la tua anima.*

*Dentro di te rispecchi un altro mondo. Diventa tuo come il tuo stesso esistere.*

*E' un'unica esistenza, diventa un'unica vita.*

*Non è più solo il tuo pensiero ma è un insieme indefinito.*

*E' il sentire qualcosa che non nasce da te ma è dentro di te.*

*Con gli occhi capisci, esplori, ti leghi.*

*Lì chiudi e vedi in te quel mondo.*

*Sentimenti nuovi che non sono tuoi ma che ti fanno stare male, ti fanno stare bene, ti fanno emozionare.*

*Sai a chi appartengono, sai che sono veri, sai che esisteranno sempre.*

*A questo punto l'uno è nell'altro e basta poco perché il contatto ritorni, perché il respiro si unisca.*

*Non c'è bisogno di altro.*

*Uno sguardo profondo, un suono sottile, un ricordo improvviso e tutto ritorna, tutto rinasce, tutto è presente.*

*Non c'è tempo, non c'è spazio, non c'è diversità, non c'è colore, non c'è sentimento nuovo.*

*C'è ciò che è sempre esistito.*

*C'è simbiosi: due esseri divisi ma per sempre uniti.*

## *Chiusa*

*Un piccolo contenitore rosso; un cofanetto di legno antico chiuso da un lucchetto.*

*E' una scatola preziosa, affascinante, interessante.*

*Non ha fessure, non riesci a guardarci dentro ma ne sei attratto.*

*Puoi toccarla e sentirne la superficie liscia e a tratti cesellata.*

*Ne odori il profumo, il suo senso naturale e fresco.*

*Senti che ti piace.*

*E' una sensazione a pelle, è un piacere istintivo.*

*Non c'è un vero motivo.*

*E ti chiedi cosa ha che la rende particolare, perché è così diversa dalle altre.*

*Non è quello che vedi che la rende speciale, è quello che non riesci a sapere ma che puoi solo immaginare.*

*E' il suo contenuto.*

*Cosa c'è all'interno? Cos'è nascosto? Perché è così ben chiusa, di cosa ha paura?*

*Provi a scuoterla.*

*Un dolce suono, un tintinnio.*

*Poche parole, qualche sorriso, frasi spezzate, pensieri sfuggenti.*

*E' troppo poco per capire, c'è ancora troppo mistero.*

*Bisogna aprirla, bisogna scoprire i suoi pensieri, i suoi sentimenti.*

*Tutto quello che c'è dentro.*

*Bisogna aprire quel lucchetto.*

*Ma la chiave qual è? Esiste?*

*Bisogna trovare il modo, il più adatto dei modi.*

*Ma forse non esiste, forse non ne vale la pena: troppa fatica,  
troppa energia!*

*Eppure basta poco.*

*Basta essere attenti, notare i suoi segnali.*

*Quei piccoli messaggi scritti sulla sua superficie, impressi nei suoi  
occhi.*

*La voglia di essere scoperta, conosciuta, capita.*

*Non servono tante chiavi per arrivare al suo interno, al suo IO.*

*Basta darle fiducia e si aprirà come uno scrigno magico.*

## *Sogni d'oro*

*Sensazioni strane, immagini flash che ti ritornano in mente.*

*Ti svegli ma non è ancora finita.*

*Rivedi e rivivi pezzetti di quei sogni.*

*A volte è così forte la visione che le emozioni non ti lasciano per giorni.*

*Ad occhi aperti ritorni in quel mondo perché non finisca.*

*Cerchi di ricostruire il tutto, di mettere insieme le parti che rivedi staccate.*

*Cerchi di capire il motivo, di trovare il significato.*

*Ma ti perdi nel fumo, via via il ricordo svanisce.*

*Gli oggetti, le persone, i luoghi, i colori diventano sfuocati. La luce si spegne, i suoni diventano rumori del giorno.*

*Sei sveglia ma sogni.*

*Sogni quello che vivi o che vorresti vivere, vivi quello che la tua fantasia e la tua immaginazione ti fanno sognare.*

*Perché non c'è un'unica realtà, non esistono sogni.*

*Esistono solo i sentimenti e le sensazioni che ti porti dentro.*

*Sogni e vivi, realtà e immaginazione.*

*E' una bella confusione ma non cercare sempre una spiegazione.*

*Ora dormi e sogni d'oro!*

*Non me l'aspettavo*

*Cosa ti aspetti dalla vita?*

*Non lo so, io non mi aspetto niente. Non ho aspettative.*

*Ma non è così.*

*Non puoi non sperare che ti chiami, non puoi non credere che ti stia pensando, non puoi non voler che succeda quello che desideri con tutta l'anima.*

*Non puoi non aver aspettative!*

*E allora che fare?*

*Non vuoi rimanere delusa ma non riesci a prendere la vita così com'è.*

*Non accetti che si verifichi quello che non volevi che accadesse ma che in fondo sapevi già.*

*In effetti, basta essere sinceri con se stessi.*

*Non aspettarsi più di ciò che è possibile, più di ciò che già conosci.*

*Non aspettarti il sole in una buia giornata d'inverno, un sorriso in chi abbassa gli occhi, un bacio da chi sta fuggendo.*

*Non aspettarti che la vita sia semplice ma che sia bella questo sì.*

*Quando meno te l'aspetti accade qualcosa che non credevi possibile, che non avresti mai immaginato.*

*Qualcosa a cui non pensavi.*

*Smette di piovere e ritorna un sole caldo e sereno, gli occhi ritornano nei tuoi, le emozioni si svegliano, la mente si muove veloce.*

*Non smettere di sperare ma vivi aspettando che la vita ti porti un giorno e poi un giorno e poi un altro giorno.*

*Aspettati quello che il tuo cuore sente già e che la tua anima già conosce e non rimarrai delusa.*

*Come una foglia*

*E' sereno, è ritornato il sole.*

*Hai lasciato tutto e sei lontana.*

*E' tutto così tranquillo.*

*Non senti nulla di particolare, niente di specifico.*

*C'è il verde, l'aria leggera.*

*Un senso di distacco da tutto quello che ti circonda.*

*E' come vedere un film. Essere parte di qualcosa che non ti tocca,  
che riesci a vedere dal di fuori.*

*E' il non pensare a nulla, il non voler nulla.*

*Sei qui e la vita si muove e ti porta in giro senza sforzi, senza che  
ti venga chiesto nulla.*

*Dove sei? Cosa fai?*

*Io mi lascio portare in un posto o in un mondo nuovo. Per poco  
ma che vale molto.*

*Serena e sincera, senza doveri o voleri, senza aspettare, senza  
pensare.*

*Viaggio e pure non mi muovo, sono lì vicino ma così lontana.*

*Sono leggera e volo via.*

*Mi fermo ma per poco. Riprendo il mio cammino.*

*Presto sarò non so dove, presto partirò di nuovo.*

*E' il senso di non appartenenza, di non avere casa, di non essere  
qualcuno.*

*Mi muovo, mi muovo, mi muovo.*

*Sono fresca, sono imprevedibile, sono gaia e tranquilla.*

*Sono quello che tu vorresti essere, sono una foglia che è volata via dai rami.*

*Il mare è calmo e il sole va giù nell'acqua, sono una foglia che vola verso il tramonto.*

## *Insólito Inverno*

*E' inverno ma il sole ti riscalda.*

*L'aria è calma, gli uccelli si muovono lenti come lento è il tuo vivere.*

*Non c'è un obiettivo preciso né una ragione, ma cammini senza strada, senza delle indicazioni.*

*Vai senza stancarti, senza pensare.*

*Sei leggera perché il sole ha preso il tuo peso per sé e ti ha donato l'energia che cercavi.*

*E' tutto così preciso e calmo in questo inverno, tutto così solido e regolare.*

*E' freddo ma è sano. E' l'inverno più puro, più caldo.*

*E' l'inverno che cercavi, quello che ti serve per rinascere.*

*L'insólito inverno ti può aiutare, ti può dare la voglia di ricominciare.*

## *Dolci Curve*

*Dolci colline dalle curve morbide.*

*E' un fluire continuo della vista.*

*Segui il movimento delle onde senza interruzioni.*

*Un movimento dolce, morbido, sensuale.*

*Non ti stanchi di osservare, di godere di quella vista.*

*Ti rilassi, ti senti sicuro.*

*Sei a casa tra queste onde, tra verdi colline, su questo corpo che non ha spigoli.*

*Ogni parte è dolce, ogni punto scoperto è sorprendentemente morbido.*

*Non c'è nulla di cui aver timore, non c'è nulla che ti può ferire.*

*Coccolati, riscaldati.*

*Entra pienamente in questa vista dolce, in questo mondo morbido.*

*Tranquillo, sereno. Non ci sono problemi.*

*Tutto si scioglie, diventa fluido, vellutato.*

*Dondoli la vista, culli i tuoi sensi.*

*Onde, curve, su e giù dolcemente, lentamente, senza interruzioni.*

*Nel mare con le sue onde, nel paesaggio di queste colline, nel suo corpo solamente ritrovi la pace e la calma del cuore.*

09/02/2003

## *Aria*

*E' l'aria calda di questo inverno, un'aria finta che ti soffoca.*

*E' un'aria sporca, viziata.*

*E' l'aria del rientro, del tuo ritorno.*

*Devi pulire l'aria che respiri dalla polvere del passato.*

*Devi renderla libera dalla polvere del presente.*

*L'aria vissuta, condivisa da tutti quelli che ti circondano.*

*L'aria inquinata dai fatti, dagli eventi esistenti.*

*L'aria di tutti che ti obbligano a respirare.*

*L'aria che passa da bocca a bocca, da vita a vita, da anima ad anima.*

*Non è la tua aria questa. Non accettare che sia così.*

*Devi filtrarla, purificarla. Devi renderla nuova, tutta tua.*

*Sarà un'aria fresca che ti dà brividi e voglia di agire.*

*Un'aria che senti dentro come un sorso di acqua frizzante.*

*Allora avrai voglia di respirare!*

*Aprirai i polmoni e ogni respiro ti darà voglia e vita.*

*Sentirai il suo profumo di nuovo, il suo senso di incontaminato e di naturale.*

*Sentirai che è un'aria buona, sana.*

*Ti farà bene perché è solo tua, perché pulirà la tua essenza, la tua anima.*

*Purificata e sana, sentirai solo profumo di fiori e di erba bagnata  
dalla rugiada.*

*Sentirai che è frizzante, fresca, viva.*

*Sentirai che è la tua aria, la tua vita.*

*Perché correre?*

*Corri. Devi farcela. Non puoi fermarti.*

*Devi riuscire a prendere quel treno. Devi riuscire a salire su.*

*Devi essere anche tu lì con gli altri.*

*Non puoi rimanere indietro, lasciare che quel treno passi senza prenderlo.*

*Corri continuamente.*

*Non c'è tempo di fermarsi a pensare, a riflettere.*

*Non c'è tempo!*

*Devi muoverti velocemente. Devi fare tutto di fretta. Devi fare tutto e velocemente.*

*Hai il fiatone ma devi correre ancora.*

*Non sei ancora arrivata, non puoi ancora fermarti.*

*E intanto pensi che non ce la farai mai, che non riuscirai ad arrivare in tempo.*

*Perché correre? Perché insistere?*

*Se perdi quel treno puoi sempre prendere quello dopo. Puoi aspettare che ne passi un altro.*

*Ma non è la stessa cosa. Sarai in ritardo, sarai sempre in ritardo!*

*Ci sarà sempre qualcuno che è arrivato prima di te.*

*Ci sarà sempre qualcuno che ti dirà che sei in ritardo, che avresti dovuto fare meglio, che non riesci a stare al passo.*

*Intanto sei lì che corri e ti dici che questa volta ce l'hai messa tutta.*

*Hai fatto tutto quello che dovevi: hai stretto i denti, hai mosso le gambe velocemente.*

*Senti che tutta te stessa ha fatto di tutto per farcela, che volevi riuscirci a tutti i costi.*

*Pensi a quanto hai corso per non rimanere indietro, per non perdere quel treno.*

*Ci sei vicina .*

*Sai che manca poco ma incominci ad aver paura.*

*E se avessi dimenticato qualcosa?*

*Nella fretta potrei aver perso qualcosa di importante, potrei aver lasciato qualcosa di necessario.*

*Il passo si rallenta. La mente prende il sopravvento.*

*E' un momento di equilibrio sano tra i tuoi movimenti veloci e il tuo pensare.*

*Rifletti su quello che stai facendo, su dove stai andando, sul perché stai correndo.*

*Incominci a pensare se è meglio ricominciare a correre o tornare indietro per riprendere quello che hai dimenticato.*

*Se è giusto sforzarsi tanto per qualcosa di cui non sai bene il valore.*

*Correre per qualcosa che tutti vogliono ma che forse tu non vuoi.*

*Non sai se è giusto o no. Non sai cosa è meglio. Non sai se ce la farai e neanche se ti interessa davvero.*

*Ormai sei ferma lì a pochi passi dai binari.*

*Sei ancora in tempo ma ti manca ancora della strada.*

*Puoi farcela ma puoi anche aspettare.*

*Puoi correre o rallentare. Sta a te la scelta.*

## *Le grandi scelte*

*Cosa vuoi fare da grande?*

*Prima di tutto voglio crescere, voglio diventare grande!*

*O forse no, voglio rimanere così come sono.*

*Voglio poter essere bambina quando voglio o essere matura se è necessario.*

*Voglio decidere di vivere sorridendo o piangere vivendo.*

*Voglio essere qualcuno di importante o qualcuno che vive nei boschi.*

*Voglio fare, fare, fare o solo guardare.*

*Voglio costruire castelli in aria, scalare montagne, arrampicarmi sugli specchi.*

*Voglio scendere giù negli inferi o salire fin su le stelle.*

*Voglio volare e planare. Correre e mangiare.*

*Voglio pensare ed amare finché voglio.*

*Baciare la luna o un verde rospo.*

*Voglio essere buona e brava, voglio essere una marziana.*

*Farò grandi cose da grande!*

*Farò tutto quello che fino ad ora ho fatto e di più e di meglio.*

*Farò tutto quello che mi diranno di fare ma non farò nulla che non vorrò fare.*

*Sceglierò, deciderò, crescerò.*

*Vivrò e questo è l'importante.*

*Fammí una domanda*

*E tu come stai? Come va? Voglio dire come te la passi?*

*Cosa stai facendo? La tua vita va bene, ci sono problemi?*

*Insomma, sei felice?*

*Domande, domande. Troppe domande.*

*Cosa vuoi sapere veramente?*

*Dai, chiedimi quello che davvero vuoi sapere.*

*Tu vuoi sapere cosa sto pensando in questo momento, cosa provo.*

*Tu vorresti essere lì, dentro di me, e scavare, scavare, arrivare fino in fondo.*

*Entrarmi nella mente, nei miei pensieri.*

*Scoprire, trovare, indovinare.*

*MA allora chiedimelo!*

*Chiedimi cosa sento in questo momento. Chiedimi perché.*

*Chiedimi cosa è successo.*

*Fammí tutte le domande che vuoi. Sono qui, aspetto.*

*Sono pronta e rispondo.*

*Ti dirò tutto, risponderò a tutto.*

*Ma tu non vuoi che io risponda. Non vuoi sentire le miei risposte.*

*Hai già tutte le risposte. Hai le tue risposte e le mie.*

*Non ci sono domande perché non ci sono risposte.*

*Non ne hai bisogno. Non ne ho bisogno.*

*Non farti troppe domande.*

*Domandatí solo a quale domanda tí piacerebbe rispondere.*

*Chiediti cosa vorresti che ti chiedessero.*

*La domanda più bella, la più vera, quella che viene dal cuore,  
quella che leggi negli occhi.*

*La domanda che non ti viene fatta ma che leggi nella sua  
anima.*

*Questa è l'unica domanda che merita risposta.*

## *La vera felicità*

*Non riesco a pensarci.*

*Non riesco a capire cosa sia in fondo la vera felicità.*

*Essere felici di una felicità interiore.*

*Di una felicità che ti rende leggera, che ti fa camminare ad un metro da terra.*

*Che ti fa dimenticare tutto: chi sei, dove vivi, cosa fai nella vita.*

*Non esiste più nulla, niente è più importante.*

*Non ti importa di quello che può succedere fra un attimo.*

*Sei felice, sei felice e solo questo conta.*

*Vuoi dirlo a tutti.*

*Vuoi raccontare della tua felicità, del perché sei così felice.*

*Cosa senti, cosa provi quando sei felice?*

*Ti scoppia il cuore, ti tremano le mani e non fai che sorridere.*

*Può anche durare solo un secondo ma è così bello, è così profondo.*

*Felice, lo so vuoi essere felice.*

*Vuoi vibrare di felicità.*

*Lo sai che si può essere veramente felici. Che si può vivere di una felice serenità.*

*Lo sai che c'è il modo perché questo succeda. Sai cosa ti potrebbe rendere finalmente felice.*

*Cosa aspetti allora?*

## *Seguí lo sguardo*

*Seguo da lontano quel filo che unisce i nostri occhi.*

*E' una sensazione forte, ipnotica.*

*E' una scena al rallentatore.*

*I due sguardi si avvicinano, i due corpi si muovono lenti.*

*Passo dopo passo ognuno raggiunge l'altro, fermo lì senza muoversi.*

*Guarda la scena!*

*E' come se tutto si spostasse nello spazio.*

*Non si è più per strada tra rumori e la vita che scorre. Si è in altra dimensione, in un altro tempo.*

*Continui a tenere lo sguardo fisso nello stesso punto in cui è fisso il suo.*

*I due sguardi si fondono in una finta realtà.*

*Ti avvicini e non vedi l'ora di essere lì, nel suo sguardo, nei suoi occhi.*

*E sorridi.*

*E' un sorriso fisso nel suo sguardo, si perde in quello.*

*Cammini su quel filo che ti porta ai suoi occhi.*

*Cammini come un equilibrista, facendo attenzione a non perdere quel filo, a non cadere.*

*Ti muovi spinta da nient'altro che dai suoi occhi.*

*Ti lasci guidare da ciò che ti attrae, dall'energia che senti, dallo sguardo che ti chiama.*

*Sei sempre più vicina.*

*Quel filo è forte, non può spezzarsi.*

*Sei ad un passo dai tuoi occhi. Sei lì dove puoi perderti definitivamente.*

*Sei vicina, vicinissima.*

*Ma qualcosa rompe il filo, qualcosa fa chiudere quegli occhi.*

*Cadi nella realtà di sempre, senza guida, senza sguardi.*

*Senza quegli occhi perdi il filo della tua esistenza.*

## *Esser forti*

*Ora sono più forte. Ora ci riesco, posso farcela.*

*Sono forte per resistere, per sopportare, per non cedere.*

*Per non dirti ciò che vorrei dirti, per dirti ciò che devo dirti.*

*Sono più forte, lo so, lo sento.*

*Posso, ora posso.*

*Riesco a far finta che va tutto bene. Riesco a convincermi che va tutto bene.*

*Riesco a vivere la distanza, la mancanza, l'assenza e non dire nulla, non raccontare nulla.*

*Sono più forte e posso nascondere i miei sentimenti, le mie emozioni.*

*Sono più forte e non soffro.*

*Sono più forte e non penso, non ricordo, non sogno.*

*Sono corazzato, sono maturato, sono duro e resisto.*

*Ho le mie strategie, la mia tattica; posso farcela!*

*Sono più forte di una forza dovuta, necessaria, imparata.*

*Sono più forte e affronto la vita sapendo e vedendo. Conoscendo il mio presente, la realtà, l'evidenza.*

*Sono più forte e ti dico: "Non ho paura, non aver paura".*

*Non dimenticare*

*Mi perdo nei ricordi e ritrovo quello che avevo dimenticato.*

*Il fumo, la nebbia dei ricordi.*

*Lontani, affollati ricordi. Tanti, tutti lì che ritornano.*

*Immagini, suoni, parole, pensieri.*

*Ricordi di un passato vicino, di giorni presenti.*

*Ricordi belli e brutti. Vissuti, amati, sognati.*

*Ricordo tutto, ferma lì a ricordare.*

*Vai indietro con la mente ai particolari. E le sensazioni sono forti, ancora più piene e dense.*

*Rivedi ogni cosa nella sua luce migliore; lentamente e con calma.*

*Fermi le immagini, assapora gli eventi.*

*Le cose che pensavi dimenticate sono tutte lì, nella tua mente, nella tua anima.*

*Ricordi sorridendo, rabbrivendo, arrossendo.*

*Rivivi nei ricordi le calde giornate di autunno.*

*I primi sorrisi, i primi sguardi.*

*Ricordi le parole, gli odori, i colori.*

*Quante cose dette, quanti silenzi nei tuoi ricordi.*

*E lunghe serate, le stelle dell'estate.*

*Ricordi i nomi, i suoni, i batticuori.*

*Ricordi le mani, i lenti intrecci e il sfiorarsi veloce.*

*Ricordi i luoghi, gli oggetti presenti e quelli solo immaginati.*

*Ricordi tutto perché hai voglia di ricordare, perché non vuoi dimenticare.*

*Ricordi tutto e lo ricorderai perché non è possibile dimenticare.*

## *Amici*

*Ci scherzi e ci litighi.*

*Chiacchieri, ascolti, giochi e ti arrabbi.*

*Storie che si intrecciano, vite che si legano.*

*Il tempo le rende più salde o le dissolve come polvere.*

*Le amicizie nascono e muoiono ogni giorno.*

*Si animano o si spengono per niente.*

*Nascono spesso senza ragione, senza volerlo.*

*Te le trovi lì, fresche e simpatiche. Ne fai parte, ci stai dentro.*

*Ti prendono, ti colpiscono.*

*Diventano una parte importante di te, della tua vita.*

*E' un evento naturale, non puoi rinunciarcí.*

*Gli amici sono l'anello di congiunzione tra la tua vita intima e quella sociale.*

*Sono ciò che ti permette di distrarti nei momenti tesi.*

*Di riprenderti quando sei a terra.*

*Di ridere quando non vorresti che piangere.*

*Sono la più importante valvola di sfogo del tuo quotidiano.*

*Gli amici, quelli veri, sono sempre lì quando ne hai bisogno.*

*Lì cerchi e li trovi pronti a condividere con te le vicende, i fatti, la vita.*

*Gli amici di un tempo, gli amici del presente, gli amici di sempre.*

*Ne possono essere tanti o pochi.*

*Divertenti, seriosi, permalosi.*

*Alcuni romantici, altri ribelli.*

*Sono diversi.*

*Li vuoi bene, ti vogliono bene.*

*Nell'amicizia questa è l'unica cosa che conta.*

*Passato Presente*

*Ci deve essere una relazione tra gli eventi.*

*Il passato ritorna nel presente e ne giustifica i fatti, ne spiega le ragioni.*

*I collegamenti tra i passaggi della vita, tra i momenti di un'esistenza.*

*Apparenti irragionevoli eventi trovano la loro ragione se viste collegate ai fatti, agli eventi del passato.*

*Ci deve essere una relazione tra gli eventi.*

*Un fluire continuo e sottile delle situazioni, delle circostanze.*

*Il destino, il fato, la vita.*

*Ogni componente segue la sua scia, la sua strada.*

*Percorre un sentiero segnato e percorso dagli eventi del passato.*

*Ci deve essere una relazione tra gli eventi, tra i destini, tra le stelle.*

*Basta trovare il filo, seguirlo, legarlo a se.*

## *E' Finita*

*La fine è l'inizio di tutto.*

*E' un momento decisivo, è un momento di passaggio.*

*Dici "basta è finita" e incomincia una nuova era.*

*E' l'interruzione di un verso della vita, del suo andare secondo una certa direzione.*

*Ti fermi, cambi, ti sposti.*

*Ricominci da un'altra direzione, ti muovi su un altro binario.*

*La fine, quando davvero è la fine, è un **no** assoluto ad un percorso, ad un fase, ad una storia.*

*E' porre un punto, è chiudere una porta, è spegnere l'interruttore.*

*E' dire BASTA.*

*E' cancellare dal tuo futuro quello che c'è nel tuo presente per far spazio a qualcosa di diverso, di nuovo.*

*Ma è finita davvero? La fine è davvero la fine? Cosa inizia dopo?*

*Può nascere qualunque cosa anche senza finire quello che è già nato.*

*Non devi finire se non vuoi.*

*Non devi necessariamente pensare che è finita.*

*Se non vuoi puoi non dire BASTA.*

*La fine può essere l'evoluzione, il cambiamento.*

*L'inizio di qualcosa che nasce non dalla fine ma dalla crescita.*

*La fine non è che l'inizio.*

## *La tua età*

*Gli anni della vita sono l'età di un'esistenza.*

*Descrivono il corso del tempo, il suo passaggio, il suo fluire.*

*L'età di un uomo è la fotografia dei suoi anni, del suo tempo.*

*Spesso, però, è solo un'etichetta, un contrassegno.*

*E' un modo per identificare, per catalogare, per distinguere, per dire chi sei.*

*Sei un giovane trentenne, sei un vecchio ottantenne. Sei un bimbetto di cinque anni ed è giusto che sei lì a giocare. Sei un uomo di quaranta anni ed è arrivato il momento di maturare.*

*Sei l'età che hai o hai l'età che sei?*

*Spesso l'età non rispecchia lo stato, l'essere di una persona.*

*Spesso ti senti più giovane, più vecchio o solo distante dal tuo tempo.*

*Eppure l'età divide il tempo che è trascorso da quello che passerà.*

*Ti dice che hai fatto della strada e che ne dovrai fare ancora.*

*La tua età è la somma degli anni che hai vissuto giocando, correndo, lavorando, amando.*

*Ti possono sembrare tanti o pochi dipende dall'intensità della vita che vivi, da quanto sei leggero e da come senti il tuo respiro.*

*Dipende da come ti vedi quando chiacchieri con gli amici, quando sei in giro per il mondo, quando sei fermo a pensare.*

*La tua età è solo l'età che tu vuoi, quella fisica e psichica del tuo essere e non può essere paragonata a quella di nessun altro.*

*Ognuno alla sua età e la sua età è solo una piccola parte del tempo dell'intero mondo.*

*La tua età sarà visibile sulla tua pelle, sarà pesante per il tuo corpo e la tua anima o sarà indecifrabile, indefinibile, assolutamente irrilevante.*

*Ci sarà corrispondenza tra l'età che senti, quella che vedi e quella che ti attribuiscono oppure vivrai senza età, senza tempo, senza passato né futuro.*

*In fondo a cosa ti serve sapere di aver trent'anni? A cosa serve agli altri?*

*Sei l'età della tua esperienze fatte e di quelle che dovrai ancora fare.*

*Sei l'età che sei e quella che sarai.*

11/03/2003

## *Il vuoto nel vuoto*

*C'è il vuoto anche laddove c'è tutto.*

*C'è sempre una parte che manca.*

*Senti spesso la mancanza di qualcosa di importante.*

*Di qualcosa di piccolo o di grande che potrebbe riempirti l'anima.*

*Il vuoto laddove è tutto pieno.*

*C'è dello spazio vuoto nel cuore, nei giorni, nella vita.*

*Nei momenti in cui sei sola e quando c'è tanta gente.*

*C'è del vuoto da riempire, da colmare, da eliminare.*

*Uno spazio vuoto da cosa, da chi?*

*Uno spazio per i silenzi, per i pensieri, per le emozioni.*

*Il vuoto, il nulla, l'assenza che si ripete nel tempo, che va e viene.*

*Per quanto tempo dura il vuoto?*

*Secondi, attimi, una vita.*

*Il vuoto potrebbe essere lì per sempre se cerchi sempre qualcosa che pensi di non avere, se desideri sempre quello che non hai.*

## *Non ti arrabbiare*

*La senti nelle vene.*

*Sale, sale. Diventa più forte, più dura.*

*Ti brucia la pelle, ti arrossisce gli occhi, ti fa tremare la voce.*

*Sei furiosa, incontrollabile, frenetica.*

*E' la rabbia.*

*Ma perché? Perché così? Perché è successo?*

*C'è sempre un motivo apparente.*

*Ma la rabbia nasce da dentro.*

*Il vero motivo è qualcosa di profondo che non conosci o che non vuoi conoscere.*

*Te la senti dentro all'improvviso e non puoi più controllarla.*

*Non puoi perché vuoi che esca fuori, che sia evidente, che faccia quello che deve fare.*

*Quando sei arrabbiata non ci sono limiti, le misure si ampliano, i confini si sciolgono.*

*Ti senti libera, senza condizioni né preoccupazioni.*

*Non ti frega di quello che possono pensare gli altri.*

*Sei arrabbiata e non ti frega.*

*Non è importante se così è giusto o pure no. Sei tu che hai ragione.*

*E anche se così non fosse non ti frega, sei arrabbiata e non ti frega.*

*E' evidente la tua rabbia.*

*I tuoi occhi, la tua voce, il tuo sorriso esprimono quello che senti,  
quello che vivi.*

*Sei arrabbiata e si vede, si sente.*

*Urlí, parlí, parlí e poi non dici piú niente.*

*Ti muovi continuamente, ti brucia l'anima.*

*Ma poi passa.*

*Ritorna il respiro regolare, il pulsare piano del cuore.*

*Non ricordi piú nulla.*

*Non sai piú perché eri arrabbiata.*

*Calma e tranquilla riprendi il tuo cammino.*

*Pace*

*Fuori c'è tanto rumore.*

*Il mondo si muove, si organizza, parla, decide.*

*E' forte, è pericoloso.*

*Il popolo respira piano, aspetta e ha paura.*

*Ascolti nella tua stanza di vetro i rumori del mondo.*

*Sei qui, inerme e impotente.*

*Guardi lontano a posti dove non sei mai stata, pensi a tutte quelle persone che non hai mai conosciuto.*

*Immagini quello che può accadere a breve, a quello che sarà dopo.*

*Non vuoi che succeda ma non puoi far niente.*

*Non puoi fermare quello che sembra inevitabile.*

*Non puoi convincere chi ha già deciso.*

*Sei sola e indifesa come tanti altri milioni di persone.*

*Hai paura come tutti i bambini del mondo.*

*Se riuscissi ad urlare tanto forte da fermare il tempo, da far dissolvere la tensione, da far tornare la pace.*

*Se fossi tanto brava da calmare gli animi, da placare i venti, da far brillare il sole.*

*Se fossi così potente da salire in cielo fin su le stelle e parlare al mondo di amore, di vita, di futuro.*

*Se fossi un angelo dalle grandi ali bianche potrei guardare negli occhi ogni essere e senza parlare far spuntare lacrime dai loro occhi e sorrisi sui loro visi.*

*Se solo sapessi cosa fare, dove andare, come lottare aiuterei la vita a ritornare e la speranza a ricominciare.*

*Farei in modo che si placino i rumori del mondo, che svanisca la paura dai cuori, che di dimentichi la parola GUERRA.*

23/03/2003

## *Viví positivo*

*L'energia vive nel profondo delle persone, pronta ad uscire.*

*A volte non viene fuori, ha paura.*

*A volte è piena e travolgente, affascinante.*

*La vitalità di un essere positivo è coinvolgente, ti rende serena.*

*Guardare il mondo con gli occhi di chi è felice, di chi vuole esserlo.*

*E' armonia, tranquillità. Voglia di fare.*

*E' essere positivo.*

*E' pensare che non ci sono problemi, che bisogna essere sereni, che è bello così.*

*Devi essere positivo.*

*Devi sempre esserlo, per te, per me, per il mondo, per chi ti sta accanto.*

*Io sono*

*Non esiste qualcuno che mi assomigli.*

*Qualcuno che senti e pensi come me.*

*Qualcuno strano al punto da amare ciò che gli fa male.*

*Non esiste qualcuno che mi assomigli nell'aspetto, nella forma,  
nel profondo.*

*Fratelli di sangue; con lo stesso spirito, con la stessa carne.*

*Forse sono nata dal nulla, forse non ho parenti.*

*A chi assomiglio se non a me stessa?*

*Sono una persona sola che ha tutta se stessa, che è solo se stessa.*

*Un essere giovane e vecchio, chiaro e scuro.*

*Una bambina in un mondo di adulti, un'adulta che sogna di  
giocare con le farfalle.*

*Non assomiglio a nessuno.*

*Non sembro qualcuno che hai già incontrato, qualcuno che già  
conosci.*

*Non sembro una che incontri per strada per caso.*

*Una che guardi per la prima volta, solo una volta.*

*Chi sono allora?*

26/03/2003

## *Il giorno presente*

*Forse un giorno guarderai indietro e dirai "quanto tempo è passato".*

*Forse un giorno avrai voglia di ricordare e così ti fermerai, ti siederai e incomincerai a ricostruire.*

*Persone, luoghi, fatti.*

*Sempre più indietro, sempre più nel profondo.*

*Tutto quello che vivi oggi sarà il tuo passato, l'insieme dei tuoi ricordi.*

*Farai paragoni, confronti.*

*Troverai delle affinità, dei legami.*

*Perché la continuità del tempo, del passato con il presente, rende la vita fluida.*

*E' questo fuggire, continuo fluire, ad impedirti di vivere pienamente il presente, ad assaporare fino in fondo l'esistenza, la realtà della vita.*

*Se tutto fosse più lento ti accorgeresti di ogni tuo movimento, sguardo, pensiero.*

*Ti accorgeresti di tutto ciò che ti sta intorno, delle persone che ti sono vicine e di quelle che stanno per andare via.*

*Daresti il giusto peso alle cose, la giusta importanza ai sentimenti, sia tuoi che di chi ti sta accanto.*

*Forse un giorno guarderai indietro e penserai a quante cose hai perso, a quante ne hai avute.*

*Penserai a questi giorni e ti emozionerai più di quanto non lo sei adesso.*

*Forse un giorno ti sembrerà tutto così lontano, tutto dimenticato.*

*Un giorno del tuo futuro capirai quanto è importante vivere tutti i giorni del tuo presente.*

## *L'ultima volta*

*L'ultima volta non è mai come l'ultima volta.*

*Non è mai come te l'aspetti, come pensi che sia l'ultima volta.*

*E' che non sai che è l'ultima volta.*

*Non sai che dopo quel giorno non ce ne saranno altri.*

*Per te è come sempre, come tutte le volte.*

*Vivi come se quello che hai in quel momento è tuo per sempre.*

*Vivi quegli attimi, quei magici momenti non sapendo che non ce ne saranno altri.*

*Se avessi saputo che era l'ultima volta!*

*Se qualcuno mi avesse detto che quella era l'ultima volta!*

*Cosa avresti fatto? Come avresti vissuto quella volta, quell'ultima volta?*

*Forse avrei fatto qualcosa di diverso, avrei detto qualcosa di speciale, qualcosa da ricordare.*

*Non sarei stata tanto tranquilla come se niente potesse cambiare.*

*Avrei preso tutto quello che potevo, avrei fatto tutto quello che volevo.*

*Non avrei lasciato nulla di incompiuto, nulla che potesse essere fatto dopo.*

*O forse non avrei fatto niente di più di ciò che ho fatto.*

*Perché non sai mai che è l'ultima volta.*

*Perché spero sempre che non sia l'ultima volta.*

*Lacrime*

*Non piangere!*

*Le lacrime sono come piccoli cristalli.*

*Scendono piano piano e poi si fermano.*

*Brillano di una calda luce.*

*Sono fiammelle bianche e inconsistenti.*

*Non piangere, non ce né motivo.*

*Lascia che le lacrime vadano a bagnare le tue mani, il tuo cuore.*

*Lascia che vadano dove vogliono.*

*Non piangere, non ce né motivo, nulla è cambiato.*

*E le lacrime cadono una ad una come perline lucenti.*

*Si perdono sul viso, sul collo, nei capelli.*

*Le senti piano piano accarezzarti il corpo mentre lasciano lente i tuoi occhi.*

*Non piangere, non ce né motivo, nulla è cambiato, la vita è lì presente non devi aver paura.*

*Le lacrime, le lacrime, le lacrime che non vuoi piangere, le lacrime che conservi dentro.*

*Le lacrime che nessuno ha mai visto.*

*Unica ma non solo*

*Voglia di essere, di esistere.*

*Così come sei, con tutta te stessa.*

*Non è sbagliato essere come sei. Se sei come sei è perché ci credi.*

*Ascolta chi racconta di se, non sei l'unica.*

*Pensi e credi in ciò che senti. Non sei l'unica.*

*Non sei mai stata tanto sincera come ora.*

*Non sei mai stata tanto sincera.*

*Credi in quello che è nella tua mente, nelle tue mani, nel tuo istinto.*

*Credi e senti. Credi, senti e vivi.*

*Non sei l'unica.*

*Sei sola come tutti quelli che credono di esserlo.*

*Se sola ma non sei l'unica.*

*Esiste in te come negli altri, come in tutti quegli altri che vivono pensando di essere gli unici, di essere i soli.*

*Unici e soli, tanti e pochi ma vivi e uniti.*

*Mille fili sottili che uniscono le menti, le anime.*

*E' difficile dire, far capire.*

*A volte basta una sola frase, un solo pensiero leggero detto con il sorriso, raccontato con gli occhi.*

*E così capisci che non sei sola, non sei l'unica.*

*Un incontro imprevisto, uno sguardo non voluto, capitato per caso.*

*Le parole che ascolti, i modi di muoversi, di dondolarsi.*

*Non sei l'unica e ne sei felice.*

*E' così.*

*I concetti pensati e di colpo ascoltati.*

*Le frasi cantate uguali a quelle che hai sempre amato.*

*E' così, non sei l'unica.*

*Credici, ora non sei l'unica.*

**14/04/2003**

## *Un fiore di primavera*

*Gentile margherita.*

*Petalì, petalì e fiumi di sorrisi.*

*Corri, voli via, non c'è tempo in questa primavera.*

*Non puoi respirare ed assaporare l'aria.*

*Muoviti, non puoi fermarti.*

*Frenetica primula. Campanelli chiassosi e squillanti.*

*Rumori per nulla, ma tanto è primavera!*

*Le rose pungono tutto intorno.*

*Non c'è tempo.*

*Velocemente passi oltre con le violette nel cuore e la mente affollata.*

*Dolce tulipano, alto e sottile. E le mani: intrecci di spine.*

*Ma non c'è tempo. Corri rugiada.*

*Fare, fare ma non sprecare il tuo profumo.*

*Piccola stella, odore di menta.*

*Fresca foglia che il vento porta via.*

*Parli; papaveri inebrianti. Scrivi; rami striscianti.*

*Primavera, ma che strano!*

*Fiore amante, fiore sognante.*

*Un fiore fiorellino che non può starti vicino.*

*Non può vedere il sole ma deve solo correre.*

*Un girasole che si muove non per amore ma per inerzia.*

*Un fiore, un filo d'erba leggero ma saldo al suolo.*

*Lo accarezzí, lo calpestí ma non lo strappí, non lo puoi portare  
vía.*

*La primavera e i suoi fiori, i suoi tanti colori.*

*Fiore pensa che è primavera, senti che è primavera.*

*Calma i tuoi fremiti, rilassa i tuoi petali che ad uno ad uno si  
staccano e andranno via portati dal vento di questa intrepida  
primavera.*

## *Ho perso la concezione del tempo*

*Oggi che giorno è?*

*Non so, non lo ricordo.*

*E' tempo di che? E' giusto il momento?*

*Che fine ha fatto il mio tempo?*

*Tutto quel tempo non c'è più, è sprecato.*

*E allora cosa ho fatto fino ad ora?*

*Ho usato il tempo, tutto il mio tempo.*

*Ho consumato i minuti.*

*Ho dato via una ad una tutte le ore.*

*Ho regalato la vita.*

*Ho donato gli anni.*

*Ho preso a strappare i secondi e a buttarli lì per strada, dove capitava.*

*Ho tirato, ho allungato, ho spezzettato, ho ingurgitato il mio tempo.*

*E così ora ho dimenticato che ora è.*

*Ora non ricordo più qual è il mio tempo, il momento giusto, l'attimo fuggente.*

*L'ho perso, l'ho consumato.*

*Nella mia mano non ci sono segni: il tempo del destino.*

*Nei miei occhi non c'è la luce dei giorni: il sentimento che scorre nelle immagini della vita passata e della speranza futura.*

*Nel mio viso non leggi le rughe che l'esperienze segnano nella vita.*

*Non vedi il mio tempo, non riesci a capire dov'è, perché non c'è.*

*Dove è fuggito?*

*Come ho fatto a perderlo, a dimenticarlo?*

*Eppure c'è ancora altro tempo.*

*Lascia che sia vero.*

*Goditelo.*

*Ama ogni minuto che la vita ti dà.*

*Tieni il tempo stretto a te; nel tuo cuore, nelle tue braccia.*

*Fa che ti scorra nelle vene, lento e caldo.*

*Lascia che ti guidi passo dopo passo.*

*Non lasciarlo andar via senza accorgertene, senza averlo  
baciato, senza averlo posseduto pienamente, intimamente.*

*E' tuo, è solo tuo.*

*Dividilo con chi vuoi. Vivilo fin che puoi.*

*Saprai in ogni momento, in ogni istante, che ora è e che giorno è.*

## *Un Buon Vino*

*Forza interiore, convinzione, sincero fino in fondo.*

*Profondo, caldo.*

*Un buon vino lo senti dal profumo.*

*Lo ascolti mentre lo versi.*

*Non ti stancheresti mai di sentire ciò che ha da dire.*

*Ogni sorso è un po' di se.*

*Ogni parola è da assaporare, da interiorizzare.*

*E' lì nel tuo bicchiere.*

*Basta agitare piano e il senso, il suo essere, vien fuori, riempie  
l'aria.*

*Non puoi non aver fiducia.*

*Non puoi non credere in lui.*

*Vorresti berlo tutto d'un fiato perché sia completamente in te, per  
conoscere ogni sua particella.*

*Ma gustarlo piano, lasciarlo e poi riberlo, amarlo un po' alla  
volta aumenta il suo sapore, lo rende irresistibile.*

*Sostanzialmente sano, buono, dolce.*

*Ti va alla testa.*

*Ti inebria e ti rende felice.*

*Ascolti i suoi racconti e non finiresti mai.*

*Ogni volta è diverso e ogni volta è come sempre.*

*Sei lì pronta ad assaporare ogni goccia, ad ascoltare ogni parola.*

*Finché c'è né, finché è disposto a donarsi.*

*Finché è possibile godere del suo calore, del suo odore, non smettere di amarlo, di volerlo, di berlo.*

## *Vicino*

*Sei vicino, mio caro.*

*Tendi nell'aria la tua mano.*

*Prova a toccarmi, ad avvicinarti.*

*Prova a pensare a me, a sentirmi dentro.*

*Non è difficile, non è impossibile.*

*La distanza in chilometri, in metri, in millimetri, non conta  
nulla.*

*Sei vicino, sei qui da me.*

*Eppure non è così.*

*Vuoi che ci sia spazio tra noi, distanza, lontananza.*

*Sei sicuro così, sei più sicuro.*

*Lo credi davvero?*

*Lo spazio è così importante?*

*C'è davvero tanto distanza?*

*Sei vicino, vicinissimo.*

*La tua voce è nell'aria, è intono a me, vicino a me.*

*Riesci a vedermi?*

*Riesci a guardarmi negli occhi?*

*Ti sono vicina, nell'anima profondamente.*

*Una fetta d'estate*

*E' arrivata. Presto, in fretta*

*Stranamente è già qui.*

*Che senso ha? Non è ancora estate!*

*Eppure eccola qua: calda e vera.*

*Sulla sabbia, nel mare, fino al cielo.*

*Nei giorni di sole, nelle notti di luna piena.*

*E' arrivata ma andrà via.*

*Presto o tardi non ci sarà di nuovo.*

*Ora sembra proprio che ci sia!*

*Sembra vera, sembra davvero qui.*

*Non so quanto durerà.*

*Fino a quando non farà più caldo, fino a quando non verrà*

*l'inverno.*

*O fino al prossimo mese, al prossimo giorno.*

*Per ora è qui e me la godo.*

*Una piccola fetta d'estate che mi fa compagnia e mi riscalda*

*dalla nostalgia.*

## *Nuda*

*Fresco fiore, liscio e sottile.*

*Morbido, profumato.*

*Guardi il tuo corpo nudo e rilassato.*

*Un corpo giovane ma al tempo stesso vecchio.*

*Un insieme di particelle che formano la tua pelle.*

*Un involucro, un contenitore.*

*Un fiore dai fragili petali.*

*Guardi il tuo corpo e lo senti respirare.*

*Vedi quanto è nudo ma pieno.*

*E' ciò che contiene il tuo essere, è ciò che protegge la tua anima.*

*E' un sottile strato di foglie.*

*E' un leggero abito di seta.*

*Il tuo corpo nudo che non sa di esserlo, che non crede in ciò che è.*

*Vedi il tuo corpo muoversi lento, fermarsi ad ogni batticuore, ad ogni pensiero d'amore.*

*Si sdraia e si riposa ma è pronto a scattare, a tremare, a ballare.*

*Il mio corpo nudo. Svestito di tutto ciò che è inutile.*

*Essenziale e lineare.*

*Un fresco fiore nascosto tra gli alberi, vissuto nei boschi.*

*Guardo il mio corpo nudo e ne accarezzo i segni, le linee curve, le onde morbide.*

*E' ciò che è, è così come è.*

*E' una parte di te, è il tuo fiore all'occhiello.*

*E' ciò che più di ogni altra cosa non vedi, non guardi, non ami.*

04/05/2003

*Per rabbia e per amore*

*Son qui a pensare.*

*Calda dal sole e dalla rabbia di non riuscire a capire, di non riuscire a sentire.*

*Mi chiedo perché, cosa c'è questa volta, cosa è andato storto.*

*Mi trovo a fare cose che non avrei mai pensato di fare.*

*Dico cose che non avrei mai voluto dire.*

*E' tutto inutile.*

*E' meglio zittire.*

*E intanto penso alla mia rabbia, al mio amore.*

*Penso a quello che pensi.*

*Mi chiedo perché.*

*Il sole diventa sempre più penetrante, sempre più insistente.*

*Mi brucia dentro.*

*Non so più se per rabbia o per amore.*

*Non so più se è meglio dormire.*

*Scaldato dal sole placò i miei dolori e la rabbia svanisce.*

*E l'amore?*

## *Nel silenzio*

*Nel silenzio fumo ed osservo i miei piedi.*

*Ascolto il silenzio che è fuori e i rumori della mia anima.*

*Nei silenzi delle parole si sentono i respiri e le lunghe attese.*

*I momenti migliori li vivi nei silenzi degli incontri.*

*Tutto parla tranne la tua voce.*

*Ascolti tutto tranne la sua voce.*

*Spegni ogni suono, ogni luce, attenta a non rovinare il silenzio.*

*Non è semplice.*

*Bisogna imparare a capire i silenzi, a conoscere i significati.*

*Esasperata da tanto dire, godo i lunghi e brevi sguardi, i tranquilli respiri.*

*Guardi le tue mani, osservi i suoi occhi.*

*Non sai che dire, non c'è niente da dire.*

*Silenzio nei buoi della notte, nelle stelle, nella vita.*

*Silenzio al telefono e alle domande per cui non ci sono risposte.*

*Intrecci le dita e il rumore della pelle copre il silenzio.*

*Ti muovi lentamente e il tuo respiro riempie l'aria.*

*Ferma senza fiatare, con la mente lucida e i sensi vivi.*

*Silenzio nei tuoi occhi, nelle tue orecchie.*

*Nei silenzi della vita ascolti i silenzi, il loro fascino, il loro senso.*

*Nei silenzi di ciò che senti ti fermi e assapori la vita, ascolti le voci profonde.*

13/05/2003

## *Camomilla*

*Camomilla, calda e profumata.*

*Pensì e sognì.*

*Calda e colorata.*

*Le labbra bagnate, gli occhi sonnolenti.*

*Il cuore nei ricordi.*

*Camomilla ho voglia di dormire, ho voglia di partire.*

*Lenta a sola nel mondo dei sogni.*

*Su sulle nuvole, via fino al mare.*

*Camomilla aiutami a sognare.*

*Dolce droga, vita e morte.*

*Aiutami ad abbandonare, a lasciare.*

*Camomilla dimmi che debbo fare per lasciarmi andare.*

*Entra nel mio cuore, nella mia vita, nelle mie dita.*

*Entrami dentro fino a che io dorma, fino a che non torna.*

*Ora vado, tienimi compagnia dolce camomilla mia.*

19/05/2003

## *Guarda il panorama*

*Guarda e sogna.*

*Immagina come sarà, cosa succederà.*

*Osservi il presente e pensi al futuro.*

*In brevi minuti, in poche ore sei lì che osservi la realtà e fantastichi su quello che sarà.*

*Da solo, con il silenzio nelle orecchie e il panorama negli occhi.*

*Respiri le tue speranze, conservi i tuoi ricordi.*

*Fra poco quello che vedi cambierà e tu già ne assapori gli eventi.*

*Eppure ti sembra tutto così lontano.*

*E' poco credibile che ora, in quest'istante osservi un mondo che non sarà più tuo, che esisterà solo nella tua anima.*

*Ma forse nulla cambierà.*

*Forse continuerai a guardare lo stesso panorama ancora per giorni e giorni e giorni.*

*Eppure sai che non è così.*

*Per questo ora sei qui.*

*Per questo ora non finiresti mai di guardare il panorama, di sognare quello che non hai mai sognato.*

*Perché deve cambiare? Non sarebbe meglio aspettare?*

*Per questo ora sogni guardando quelle luci, quel mare, quei tetti.*

*Ora vorresti che tutto si fermasse o che volasse via così velocemente da non lasciare spazio ai pensieri, ai desideri.*

*Per questo ora sai che questo panorama sarà sempre tuo, nei sogni, nella tua mente, nei tuoi occhi.*

*Guarda e sogna.*

*Immagina, inventa.*

*Pensa al tuo futuro ma non dimenticare cosa stai osservando, guardando, amando.*

## *La verità*

*In verità non so se ho voglia di partire o se è meglio rimandare.*

*In verità è che non ci penso, non sento nulla.*

*In verità sembra tutto così lontano o forse solo molto vicino,  
troppo vicino.*

*Non ci penso o forse ci penso troppo al punto da vedere tutto come  
certo, scontato.*

*Non sono sicura o forse la decisione presa è ormai salda, certa,  
passata.*

*In verità penso che sia meglio non pensarci.*

*Che sia meglio seguire le scelte fatte.*

*Senza accorgersene, volutamente, scegliere quello che avevi già  
deciso.*

*In verità è tanto meglio così, è tanto meglio lasciar stare, lasciar  
passare.*

*In verità non c'è una verità, una sola e unica verità.*

## *Fino alla fine*

*Fino alla fine del mondo.*

*Fino alla fine di un sogno.*

*Non si lasciano le cose a metà.*

*Le cose incompiute lasciano l'amaro in bocca.*

*Un senso di insofferenza, di impotenza si impadronisce dell'anima.*

*Guardi la realtà spezzata, interrotta.*

*Manca un pezzo, non c'è armonia. Manca il punto, la parola fine.*

*Non si lasciano le cose senza finirle.*

*Bisogna andare fino in fondo, fino a che non c'è più nient'altro da fare.*

*Devi arrivare al punto in cui tutto è fatto.*

*Devi arrivare al culmine, al limite, alla completa essenza del possibile.*

*Fino a che ritieni di dover fare, fino a che tutto non è compiuto.*

*Non lascio le cose a metà, arrivo fino alla fine a tutti i costi.*

*Devo vedere il fondo, devo raggiungere la meta, devo toccare il limite.*

*Devo essere lì sul confine tra ciò che finisce e ciò che inizia.*

*Devo essere presente nel momento in cui si assapora la conclusione, quando si posiziona l'ultimo mattone.*

*Devo finire quello che inizio a qualunque costo, a qualunque prezzo.*

*Finisco se inizio, non abbandono ma continuo.*

*Compiuto, completo, la fine di quello che è fatto, il termine ultimo di un corso, di una storia.*

*Non lascio le cose a metà, vado avanti, non mi fermo.*

*Arrivo all'orizzonte, alla foce, alla cima.*

*Fino alla fine della strada perché non interrompo il mio cammino, non taglio la corda, non lascio le cose a metà.*

## *Respira*

*Respira lentamente fino a che il tuo respiro non arrivi fino in fondo.*

*Ascolta il tuo respiro e l'aria che respiri.*

*Ascolta il tuo corpo rilassarsi e la tua mente fermarsi.*

*Non aver paura.*

*Respira lentamente fino a che la tua ansia non diventi niente.*

*Fermati a respirare e non pensare.*

*Rilassa le tue mani, la tua voce, il tuo cuore.*

*Rilassa il tuo corpo, ogni parte del tuo essere.*

*Respira profondamente, lentamente.*

*Riempì i tuoi polmoni di aria nuova, di vita nuova.*

*Non tremare.*

*Non correre ma fermati a respirare.*

*Tranquilla, serena come se nulla ti possa ferire.*

*Chiudi gli occhi, ferma le tue mani, fai un bel respiro e ricomincia a viaggiare.*

## *Cambiamenti*

*E ora che si fa?*

*E' quasi arrivato il momento, l'inizio del cambiamento.*

*E' quasi arrivato il giorno in cui le strade si dividono, il viaggio segue un altro percorso.*

*Non sarà un passaggio definitivo, improvviso, totale.*

*Il cambiamento non è mai radicale.*

*La scia del passato ti segue, ti insegue ancora per un po'.*

*Fino a che non acquisterai una nuova dimensione, fino a che la realtà del presente non sarà consolidata.*

*Camminerai ancora per un po' saltellando da un lato all'altro, ascoltando e vedendo più panorami.*

*Ma il cambiamento è prossimo, è lì che ti aspetta e non aspetterà tanto.*

*Si farà sentire presto perché tu ne prenda coscienza, te ne convinca.*

*Cambierai e quasi non te ne accorgerai.*

*Comincerai a guardare verso una nuova direzione senza rendertene conto, senza troppe domande e spiegazioni.*

*Dopo un po' penserai a quante cose sono cambiate, a come tutto è diverso.*

*Perché il cambiamento è così, lo vedi da lontano, ti si avvicina lentamente senza far rumore, ti prende nel profondo un po' per volta.*

*Ti porta su una nuova strada e poi ti lascia da sola a continuare  
il tuo cammino.*

14/06/2003

## *Il mio mondo*

*Sei di spalle al mondo a guardare il tuo mondo.*

*A guardare quel pianeta da poco scoperto che è tuo, è solo tuo.*

*Il tuo mondo, fatto di ricordi, di forti emozioni, di tante speranze.*

*Un pianeta che nessuno può vedere, che solo qualcuno ha amato.*

*E' un mondo reale e irreali allo stesso tempo.*

*Esiste ed esisterà sempre.*

*Puoi fuggire sul tuo pianeta quando vuoi.*

*Quando hai bisogno di guardare la vita non con gli occhi ma con l'anima.*

*Quando non riesci a sentire altro che rumori.*

*Quando i sentimenti sono così belli, così profondi, così sinceri che vuoi nasconderli a tutti, al mondo intero.*

*Questo mondo parallelo, vicino ma a volte irraggiungibile.*

*Un mondo dove era bello coccolarsi, guarirsi dalle pene del giorno.*

*Si raggiungeva in un attimo, bastava crederci, basta crederci.*

*Non ho mai smesso di credere in questo mondo, non l'ho mai dimenticato, mai abbandonato.*

*Lo seguirò con gli occhi, con il cuore.*

*Il mio pianeta ha bisogno di me perché possa crescere, sopravvivere.*

*E io ho bisogno di lui per coltivare il mio essere, il mio esistere.*

18/06/2003

## *Delusa*

*Delusa, sono delusa perché non riesco a capire.*

*Non pensavo fossi così.*

*Non pensavo che potesse accadere.*

*Sono delusa o forse è solo che non riesco a capire.*

*Non posso accettare che sia così, che ci sia tanta superficialità*

*Non è così, dimmi che non è così.*

*Dimmi che sono altri i veri motivi.*

*Dimmi che cosa c'è che non va.*

*Non si può essere così presi da se stessi da dimenticare il mondo,*

*da non dare importanza a null'altro.*

*Non si può essere così, dimmi che c'è altro.*

*Dimmi cosa davvero ti preoccupa, cosa ti fa agire così.*

*Non mi puoi deludere, non mi puoi lasciare così.*

*Come un gabbiano*

*Il volo di un gabbiano, non lontano, non alto.*

*Scende giù in picchiata fino a toccare il mare, fino a sfiorarlo.*

*Lo tocca appena poi risale, veloce.*

*Un volo calibrato, guidato.*

*Leggero con le sue ali bianche, larghe, sicure.*

*E' come il volo di un gabbiano il pensiero, la mia mente.*

*Si muove dolcemente, sempre più in alto, sempre più lontano.*

*Poi all'improvviso si ferma, lì nel cielo.*

*Immobile come se non ci fosse aria, non ci fosse atmosfera.*

*E' come non pensare ma stare solo ad ascoltare il mondo che  
guardi dall'alto.*

*Osserva la vita.*

*Poi di nuovo giù in picchiata, senza fermarsi, senza perdere  
velocità.*

*Sembra che il suo volo non debba mai finire.*

*E' come scendere senza forza, senza meta.*

*Si lascia andare guidato solo dal suo istinto.*

*Si lascia portare attirato dalle onde del mare.*

*Scende fino a raggiungerlo, fermo fino a toccarlo, fino a sentirne  
la brezza, il fremito delle onde.*

*Poi sparisce e non si sa dove.*

*Cosa si aspettano da me?*

*Aspetto qua.*

*Qualcosa succederà.*

*Aspetto che vengano ad osservarmi, a parlarmi, a scrutarmi.*

*Aspetto che mi dicano cosa si aspettano da me, cosa vogliono che io gli dica.*

*Vorranno qualcosa da me che io posso dargli?*

*Vorranno che mi venda o che contratti.*

*Vorranno sapere tutto di me fino in fondo ai miei pensieri.*

*Lo so, vogliono capire chi sono veramente, cosa ho da offrire di più e di meglio.*

*Aspetto qua che mi valutino, che mi giudichino.*

*Cosa penseranno di me?*

*Non lo so ma sicuramente penseranno ciò che io voglio, ciò che io credo, ciò che io sento.*

*Come*

*Come sarebbe stato se nulla fosse accaduto?*

*O meglio se tutto fosse stato semplicemente più complicato?*

*Cosa sarei ora, cosa sarebbe stato di me?*

*Cosa sarebbe stato di questo momento che sto vivendo?*

*Sicuramente sarebbe stato diverso.*

*Cosa sarei ora se non ti avessi conosciuto o meglio cosa sarei se avessi presi un'altra strada, se mi fossi convinta, se avessi desistito nel mio intento.*

*Cosa sarebbe stato del mio dignitoso scopo se avessi creduto di più in quello che sentivo, in quello che sento.*

*Sono qui e ci penso, e perché non dovrei?*

*Sono qui e mi chiedo come sarebbe stato.*

*Provo ad immaginare, ad assaporare, a fantasticare.*

*Sono qui e mi chiedo come avrei vissuto, come sarei cambiata.*

*Mi chiedo se è giusto chiedersi tutto questo o se è meglio vivere sperando che quello che è stato potrà riaccadere, che quello che non è avvenuto potrà avvenire.*

*In fondo chi può dirmi davvero come sarebbe stato?*

*Chi può saperlo?*

*Immagina di volare.*

*Pensa a spiccare il volo proprio ora.*

*Partire, raggiungere la velocità dovuta .*

*Alzarsi in alto, salire fin su le nuvole e poi dritta fino alla meta.*

*Volare ora che sei qua giù, ora che ti manca l'aria.*

*Quante volte ti sei alzata in alto, quante volte hai sentito il vuoto nello stomaco, la pressione che ti spinge in basso bloccandoti al sedile.*

*Quante volte hai pensato che sarebbe stato meglio camminare.*

*Essere giù con i piedi saldi a terra.*

*Ora invece vorresti volare.*

*Spiccare il volo per salire in alto e vedere il vuoto intorno.*

*Ora vorresti essere leggera e poter salire su senza finte ali, senza motore.*

*Ora vorresti volare davvero, per raggiungere le stelle, l'infinito, l'eterno.*

29/07/2003

## *Notti d'estate*

*Il respiro lento delle notti d'estate.*

*Sognando l'avvenire, pensando al divenire di questi giorni futuri.*

*Notti d'estate strane, senza più poesia, senza nostalgia.*

*Il tempo passa.*

*L'estate diventa sempre più viva.*

*Tu non ci sei. Non ci sei in quest'estate, in queste notti.*

*Notti d'estate calde senza refrigerio, senza più domande, senza  
più racconti.*

*Sono le notti d'estate più lunghe che abbia mai vissuto.*

*Le più vuote notti d'estate.*

*Notti d'estate piene di ricordi e di caldi bagliori.*

*Notti di tante notti, di tanti giorni d'estate.*

*Sono notti d'estate amare da amare nei pensieri felici del passato,  
da sperare nei momenti nuovi dell'inverno.*

*Una notte d'estate come tante altre ma pur sempre calda, viva,  
forte estate.*

## *Malata*

*La vergine malata.*

*Di un male che colpisce al cuore.*

*Un sottile dolore.*

*Come delle fitte all'anima che all'improvviso tolgono il respiro,  
fanno sospirare.*

*E' malata.*

*Sembra che stia bene: sorride, canta, lavora e balla.*

*Ma poi all'improvviso il cuore le torna a far male.*

*Pensa e ricorda e le vengono i brividi.*

*Immagina e sogna ed incomincia a tremare.*

*E' malata, si è davvero malata.*

*Ma come fa a guarire?*

*Ha bisogno di una medicina, della sua medicina.*

*Una medicina dolce che le calmi il cuore, che le dia la forza.*

*Una medicina da prendere un po' alla volta, con la giusta dose,  
senza esagerare.*

*La vergine innamorata deve essere coccolata e non sarà più così  
tanto malata.*

*Sí ricomincia*

*Pioggia d'estate.*

*Un leggero vento, una fresca aria .*

*E' già finita? E' già passata?*

*Corri fuori ad assaporare l'evento, a godere del fresco.*

*Guardi in alto e la pioggia ti bagna e il vento ti solleva.*

*Ti allietta la vita.*

*E' passata la luce abbagliante, il giorno che non vuol più finire.*

*E' passato un anno della tua vita , un'altra estate.*

*Sí cresce ragazzi! Sí diventa grandi.*

*Cí sí prepara all'inverno come tante formichine.*

*Facendo provvista di energia, conservando ciò che sí è raccolto.*

*Ti vengono in mente tanti buoni propositi. Quelli già detti e quelli nuovi di zecca.*

*Ti viene in mente quello che hai lasciato in sospeso, la strada da riprendere, il punto esatto da dove ricominciare.*

*E intanto continua a piovere, leggermente, finemente.*

*Il sole sí nasconde, il vento gonfia le tende.*

*Allarga le braccia, respira il profumo di pioggia dell'estate.*

*Respira la nuova vita, l'inizio di quello che sarà.*

*Allegra ragazza, sí ricomincia!*