

Di seguito poesie, recensioni, pensieri dai nostri lettori.

(Vuoi partecipare anche tu? Invia il materiale a: ama.pinerolo@gmail.com)

MAGGIO 2020

da Valter P.:

Tratto da ***Ti amo***, di Francesco Sole, ed. Mondadori

LE DONNE FORTI.

Il bello delle donne forti è che hanno paura, ma alla fine trovano il coraggio di fare tutto. Le donne forti non è che non sbagliano mai, ma sanno affrontare i loro sbagli con serenità. I fallimenti servono per imparare e migliorare. Le donne forti non è che non soffrono, soffrono eccome, tremano e piangono, ma poi si rialzano e ricominciano tutto da capo. Anche se hanno il cuore in frantumi, trovano la forza di andare avanti come se niente fosse e le trovi davanti allo specchio a truccarsi alla perfezione. Con loro le parole vanno mantenute e non si fidano di chi le dice senza dimostrarle. Amano la propria libertà e si rifiutano di dividerla con il primo che promette amore eterno. Ci sono quelle donne che non rimangono in silenzio se una cosa non gli sta bene, quelle che sbattono i pugni contro il muro se si arrabbiano e urlano contro il cielo per farsi sentire. E quelle che invece con l'indifferenza dicono tutto senza bisogno di aprire bocca. In ogni caso le donne forti non le tieni in un angolo, se vogliono stare in disparte ci si mettono da sole. Possono anche non sapere nulla, ma il loro sesto senso non sbaglia mai. Loro lo sanno quello che vogliono. E non si fermano davanti a un tuo no. Non

mentono e quando si emozionano veramente sanno ancora arrossire. Gli uomini che le corteggiano, sanno amarle con pazienza: se devono dire qualcosa lo fanno fissandole negli occhi. Comprano ancora fiori e aprono lo sportello della macchina.. Mantengono ciò che promettono e promettono solo ciò che possono mantenere. Non si vergognano a dire "mi manchi". Hanno la capacità di mettersi in gioco e cambiare ogni giorno, rimanendo però in qualche modo fedeli a se stessi.

□ APRILE 2020

da Valter P.:

Ti voglio bene, di Francesco Sole, ed.

Mondadori

Tratto dalla prefazione: *La poesia è una forma d'arte che ha lo scopo di trasmettere concetti, emozioni e stati d'animo: è una delle più antiche forme narrative.*

Questo libro parla di emozioni.□ Viviamo in una

realtà che sottolinea ogni giorno le diversità, celebrando l'unicità delle nostre vite. □ A me piace pensare che non siamo poi così diversi. □ Da quando ho iniziato a scrivere poesie ho trovato il coraggio di esprimere ciò che provo, senza vergognarmi di condividere gli aspetti e le sensazioni più forti della mia vita. Ciò mi ha permesso di togliere quella maschera che troppo spesso la società ti obbliga a indossare. □ □ Abbiamo bisogno di amore, chiarezza, sincerità, felicità □ e gentilezza! □

Di seguito due poesie tratte dal libro:

Per amicizia si intende "un legame sociale, accompagnato da un sentimento di affetto vivo e reciproco tra due persone. In quasi tutte le culture del mondo, l'amicizia è percepita come un'intesa alla pari, basata su rispetto, sincerità, fiducia e disponibilità reciproca" Ecco cos'è l'amicizia. Un legame che per esistere non può sciogliersi. Un amico è una persona per cui si farebbe di tutto. Anche contro i propri

interessi. Un amico è una persona per cui faresti qualsiasi cosa. Una persona di cui conosci qualsiasi cosa. Un amico è qualcuno che ti abbraccia così forte che sembra voglia distruggerti: ma invece di distruggerti, ti ripara. Qualcuno che ha la forza di raddoppiarti le gioie e dividerti le ansie. Qualcuno che ti dà il coraggio e ti toglie le paure. Un amico è qualcuno che fa smettere di piovere durante le tempeste più forti della vita. L'unico che trova la voglia di venirti a prendere anche se cerchi di scappare da tutto!

In psicologia la resilienza indica la capacità di affrontare in maniera positiva eventi traumatici. la capacità di riorganizzare positivamente la propria vita. Ricostruire se stessi restando sensibili. Le persone resilienti sono quelle che, pur immerse in circostanze avverse, riescono, contro ogni previsione, a fronteggiare gli ostacoli. Una volta mia sorella mi ha detto: "hai presente quando la sabbia scotta, ma tu te ne fregghi perché tanto sai che stai correndo

verso il mare? Ecco bisognerebbe vivere così" Aveva ragione, ha ragione. Certo, a volte si fa fatica. A volte ti sembra di non poter essere salvato da nessuno, nemmeno da te stesso. A volte la parola "speranza" ti sembra inutile. Ci sono giorni in cui le persone ti giudicano senza conoscerti. Giorni in cui ti trovi faccia a faccia con dolori che non sai come affrontare.. Dolori che pensi ti distruggeranno la vita. Ma tu non piangere, non oggi. Trova il coraggio di sorridere. Anche quando pensi di non farcela. Sorridi perché tanto ce la fai. Sorridi perché se lo fai nessuno si accorgerà dei tuoi demoni. Sorridi: magari nessuno penserà che tu sia felice, ma tutti sapranno che sei forte. Che sai resistere!