



UN SOFFIO POETICO

Mariateresa Steri

Dedica

*A mio marito Daniele
Che mi è sempre stato accanto
Nel bene e nel male*

PREFAZIONE

Seduta su quella panchina, ero solo una bambina, gli occhi chiusi ascoltando i rumori e i profumi della natura, il mio mondo.

Aprii quel giorno la porta dell'anima e della fantasia, la mia musica.

Ho nascosto per anni i miei pensieri, le mie profonde incertezze e paure per poi scoprire che ciò che vedevo nel mio mondo sensibile, c'era anche nel mondo di tutti, che ognuno nasconde per paura di mostrarsi debole.

Il mio sussurro poetico, per coloro che non hanno paura di mostrare i propri sentimenti, capaci di emozionarsi e piangere di dolore e di felicità.

Terry

Un soffio d'inizio

L'inizio è sempre difficile, come un passerotto, pauroso di spiccare il volo, ma poi, incoraggiato, sbatte le sue ali e.....spicca il volo

- **Nostalgia**
- **Mia beltà indelebile**
- **Focolare**



NOSTALGIA

*Mi sorprendo ogni tanto a sognare
Mi tuffo in un libro
Per non pensare al passato.
Ricordi dolci, indimenticabili
Che non potrò scordare.
Tornare indietro non si può*

MIA BELTA' INDELEBILE

*Amore grande amore
Che sei nel mondo
Così desiderabile.
Riconoscibile come una voce celestiale
Sfuggente,
imprevedibile come una morte improvvisa.
Irraggiungibile come un sogno
Meraviglioso.....il mio cuore palpita
Doloroso.....il mio cuore piange.*

*Tu sei la passione,
la dolcezza,
la felicità.
Emozioni, sentimenti
Sei il sole e la luna
Il cielo e la terra.
Oh tu!
Si ! Mia beltà indelebile.*

FOCOLARE

Figure geometriche rappresentano la terra

La mia vita non è ancora finita.

Affacciata alla finestra

Osservo un uccello spaurito,

mi ci specchio.

Sogno campi verdi

Fiumi dall'acqua limpida

Una casa dalla porta aperta.

Il buio mi fa paura

Voglio dormire!

Il vento colpisce il mio volto

Guardo vecchie fotografie

Con il cuore trafitto

Da questa pena

Desidero solo un po' d'acqua

Rassegnata ad ogni cosa che termina

Un'altra ne ricomincia.

Il sole deve apparire

Voglio vivere !

Il mare mi porterà

In un isola selvaggia e deserta,

solo i rumori

della natura incontaminata

mi saranno compagni.

Odio l'uccello senza nido

Nella stagione di freddo

Che rimarrà senza riparo.

Parte prima

Ciò che fa muovere tutto nell'universo, è l'amore; non si può dir di aver vissuto senza di esso.

INDICE

- **L'amore**
- **Alba**
- **Anima**
- **Pianto**
- **Parlami**
- **Amarti**
- **Vorrei**
- **Senza te, con te**
- **Con il fiato sospeso**
- **L'Alba**
- **Mare di sogni**
- **Abbandonata**



L'AMORE

*L'amore è
negli occhi di chi guarda
la tua bellezza
ed è tutto intorno a te.
Armonia ed impegno
equilibrio e delicatezza
un'opera d'arte.
Ciò che sogni è già accaduto
il cuore rapito d'amore
si apre
accogliendo un canto.
Guarisce la tua vita
trasformando le tue lacrime
in gemme preziose.*

ALBA

*E' appena sorto,
rosso fuoco
dipinge il cielo del mattino
quest'alba incandescente.
Illumina il mio cammino
In un istante
Preannuncia un dolce
Risveglio d'animo.
Il cuore s'incendia
Serenità
Di un giorno di febbraio
Attendendo la primavera*

ANIMA

*A poco a poco
Sento morire l'anima.
Lacrime scorrono sul mio viso
Lontana da un mondo terreno.
Anima logorata e pesante
Tanto da sopraffarmi.
Stremata dalla stanchezza
Mi addormento.
Risvegliandomi poi
Nella solita anima.*

PIANTO

*Pioggia
come lacrime
come gocce di sangue
struggente anima mia
pena che esangue
Gioia perduta
coccolavo un diamante
ora
mi ha trafitto il cuore*

PARLAMI

Parlami

Anche se, mi farai male

Due parole, Perdute nella mente

Per paura

Parlami

Di quello che senti dentro, Due cuori ammalati

Bisognosi Di una sola cura

Parlami

Di questo amore che non vuoi

Due biglietti, Per un volo che

Non partirà mai.

AMARTI

Amarti

è

Innamorarmi di te

Mille e più volte in un anno.

Donarti tutto ciò che ho

Crescere

Perché sei l'amore.

VORREI

Vorrei,

*che sul tuo viso ci fosse sempre un sorriso
che dai tuoi occhi scendessero lacrime di sola felicità
che le tue labbra accogliessero solo baci
che le tue orecchie ascoltassero il tuo cuore
che il tuo corpo tremasse solo di desiderio*

Vorrei,

che ti lasciassi amare

SENZA TE, CON TE

*I giorni sono lunghi, le notti sono insonni,
l'alba sembra non giungere mai.*

*Il tempo trascorre inesorabilmente lento,
senza te.*

*Il tempo trascorre velocemente,
con te.*

*Che sia sempre un tempo veloce così che non mi
accorga della tua assenza
per restare eternamente e semplicemente
nella pace del tuo amore.*

CON IL FIATO SOSPESO

*Vivo con il fiato sospeso,
in attesa del nostro prossimo incontro.
La mente ricorda le tue carezze, i tuoi baci
il cuore impazzisce, dai battiti frenetici
disorientandomi.
Nel limbo, tra lucidità e sogno
mi cibo di te
vegeto in attesa di te
affamata solo del tuo amore.*

L'ALBA

*L'alba ancora buia
Di rugiada profuma
Quanti odori nasconde Ottobre
Steli di vite spogli
S'aprono i ricci di castagne
Funghi sotto il muschio
Coltre di foglie agli alberi
Tartufi soffocati dalla terra.
Addio sole d'estate
Pioggia d'autunno rinfresca
All'imbrunir della sera*

MARE DI SOGNI

*Chiudo gli occhi
La realtà mi abbandona
Il sogno prende il sopravvento
Seduta sulla battigia
Guardo il mare
Blu notte
Il cielo si perde con il mare
Orizzonte infinito
Profondità temuta
Mi agita, mi tormenta
Le onde dolci si riversano sulla risacca
Mi cullano
Ho perduto l'innocenza delle favole
Non ho perduto la voglia di sognare.*

ABBANDONATA

*Madre per caso
Per stupro
Per un incontro occasionale
Per un amore insincero
Hai abbandonato
Il tuo nascituro
Ma non è il mio caso.*

*Madre
Che hai cercato, atteso
Coccolato, protetto
Nella mia infanzia ed adolescenza
Sono cresciuta
Donna sono divenuta
Mi sono sposata*

*Madre
Ingenuamente mi sono confidata
Nel tuo cuore, fra le tue braccia
Ti ho cercata
Non ti ho trovata
Mi hai isolata
Perduta nei tuoi sotterfugi*

*Madre
In questa mia anima logorata
Piangente e straziata
Non potrò confidarti
Che madre io non sarò
Che mai potrò coccolare
Fra le braccia un nascituro*

*Madre
Vorrei potessi esserci
Per una volta
Perché
Mi hai abbandonata?*

Parte Seconda

Perché i tormenti del cuore non siano vani, amare, amarsi e lasciarsi amare

INDICE

- **Di te m'innamorerai**
- **Maschere**
- **Suona la sveglia**
- **5 Aprile**
- **Un mio risveglio**
- **Libero sogno**
- **Uccisione dell'amore**
- **Luce dopo l'uragano**
- **Esisti tu**
- **Autunno - inverno**
- **Timidezza**
- **Lettera d'amore**



DI TE M'INNAMORAI

*Mi raccontasti di te
Ti raccontai di me
Assaporando il tempo
Che volò inesorabilmente.*

*Passeggiammo,
sotto il cielo stellato
l'una di fianco all'altro,
lungo la riva
di quella sponda del lago*

*Mi avviai sui miei passi
Sfiorasti la mia guancia
E ricordando il tocco della tua mano
di te m'innamorai*

MASCHERE

*Maschere
dietro le quali
ci nascondiamo
Per diletto
baffe e giocose
Per lavoro
del mestiere di attore
Eppure, ogni dì
allo specchio ci guardiamo
e una maschera indossiamo.
Agnelli travestiti da leoni
per combattere con forza
le fragilità del mondo
Leoni travestiti da agnelli
per abbattere impietosendo
le fortezze dei potenti.*

*Maschere
non solo a carnevale
indossandole
camuffiamo vite insoddisfatte
come Peter Pan
alla ricerca
dell'isola che non c'è
burlando noi stessi.*

SUONA LA SVEGLIA

Suona la sveglia
ogni mattina
mi desto
il tuo abbraccio e il tuo bacio
sono la mia sveglia
tu mi cerchi
ed io ci sono.

Giunge la notte
il tuo abbraccio e il tuo bacio
mi riscalda
tu mi cerchi
ed io ci sono.

Lunghi sono i giorni
non c'è alba
non c'è tramonto
ti cerco
tu non ci sei

5 APRILE

l'anima mia si rinnova
corpo mio si ricostruisce
cuore appassionato
a te sia donato
Le mie membra aggrovigliate
le tue mani che plasmano
un risveglio mai sopito

UN MIO RISVEGLIO

La notte sta per finire
l'alba giunge
odo echeggiar la pioggia
rinfresca l'aria calda dell'estate.
Gli occhi miei si aprono
il mio risveglio carico
di buoni propositi.
Volgo il viso alla mia destra
scopro te, ridesto e sorridente
la mia forza
non ti ho perduto.

LIBERO SOGNO

*Nell'appassionante mondo
della fantasia e dei sogni
incontrarci noi potremo.*

*Come equilibristi
sul trapezio
in quel che senza ali
il volo spiccheremo.*

*Un librar libero
senza remore
nell'infinità del cielo.*

UCCISIONE DELL'AMORE

*La lussuria uccide l'amore
Le bugie uccidono l'amore
Il tradimento uccide l'amore
La sfiducia uccide l'amore
La gelosia uccide l'amore
L'egoismo uccide l'amore
Donne e uomini imperfetti*

*La passione fa nascere l'amore
La fiducia fa crescere l'amore
I sogni condivisi alimentano l'amore
Viaggiamo in queste strade impervie
spesso soli
spesso sbandati
per "il non credere in se stessi"
Solo la forza dell'amore
può rendere partecipe
l'incontro
di una passione condivisa, vissuta, fiduciosa
creando l'insieme di un futuro
sempre rinnovato.*

LUCE DOPO L'URAGANO

*Cielo plumbeo
furia del vento
lacrime di tempesta
fronde agitate, impazzite
boati assordanti
cuore palpitante
paura.*

*Calamità innaturale
l'anima esposta
ad innumerevoli ferite
lacerazioni e spaccature
poi la quiete
la luce
dopo l'uragano*

ESISTI TU

Nel cammino d'amore
esisti tu
mio sorgere del sole
mi risveglio in te

cammino con te
nello spazio infinto
mio eterno tramonto
mi addormento in te

Compagno
di gioie e di dolori
Crescendo insieme
sino al mortale sospiro

AUTUNNO-INVERNO

*Terra bagnata,
brina di mattina,
dalla terra s'alza la nebbia
nascondendo i colori dell'autunno.*

*Folate di vento,
il sole riscalda e rischiara
le mie membra ritempra
profumo di legna accesa.*

*Buio mattutino,
sferzate gelide
ricopre la terra, la brina
l'inverno s'avvicina*

*Si accende nella mente,
risuono di campane
s'illuminano gli alberi
nella festa del natale.*

TIMIDEZZA

*Timidezza, compagna di vita
Nel mio essere più profondo
Nella mia anima.
Bambina solitaria
Incompresa, schernita.
Giovane donna introversa
Combattiva per difesa.*

*Timidezza, compagna di vita
Umiltà d'animo e cuore
Che la gente calpesta.
Brezza di sogni
Nuvole spazzate dal vento
Azzurro cielo
Rosso di passione.*

*Timidezza, compagna di vita
Con te ho combattuto il mondo
Ora sei la mia vittoria*

LETTERA D'AMORE

In uno, di questi giorni
che precedono il Natale
penso alla mia vita
e mi domando
se sono felice.

I giorni sembrano tutti eguali
quotidianità della vita
nelle solite azioni
nei soliti pensieri
ma non sono tutti uguali
tu, mio amore
riempi gli spazi più importanti.

Mi sveglio ogni mattino,
il tuo viso vicino
il tuo abbraccio
il tuo bacio
il tuo sguardo un po' assonnato
il tuo sorriso
sei il mio risveglio,
apprendo la tua felicità
e son felice anch'io.

In uno di questi giorni
che precedono il Natale
di luci che illuminano le città
di negozi appariscenti
di gente in cerca del regalo
perfetto,
Io attendo la sera
per tornare da te, amore
il mio regalo di vita.

La forza del soffio

Se muore il respiro e si spegne l'anima, muoiono i sogni di una vita intera.

- *Neve*
- *Poesia*
- *Invocando la Luna*



NEVE

*fiocchi candidi
scendono giù
candida dolcezza
coltre bianca
di purezza.*

*Un canto d'angeli
Sento cantare
Pupazzi di neve
Gioia di bimbi
In allegria*

POESIA

*Nasci d'istinto
parole dell'anima
con allegrie o tormenti
con i tuoi passi
lenti e poi calzanti
una danza
di emozioni.*

*Poesia
Nasci d'istinto
La voce calda
Del profondo tuo sentir
Palpiti di cuore
Frementi passi
Di passione.*

*Poesia
Nasci d'istinto
Braccia aperte
Senza difese
Porgendo
Anima, cuore, passione
Al mondo intero.*

INVOCANDO LA LUNA

Luna
Illumina il suo cammino
Con radioso sorriso
Indirizzalo
Nella scia dei suoi sogni.

Amore mio
Come tua compagna
Il mio fedele amore
Donarti solo posso
Riscaldando
Il tuo percorso.

Che i tuoi sogni
Sian desideri
Di serenità e felicità
Raggio di luna irradia
La sua strada
Per l'eternità

Mariateresa Steri

*Via Bellini, 6
26854 Cornegliano Laudese LO
Italia*

*@mail: mtssteri@yahoo.it
tel. 0371-699008*

Diritto d'autore
disciplinato dalla legge 22 aprile 1941, n. 633 e successive modificazioni.