

L'essenza di un'anima

*Non calpestate i fiori sulla sabbia*

Ogni riferimento a fatti realmente accaduti e/o a persone realmente esistenti è da ritenersi puramente casuale.

**Costantino Sanna**

**L'ESSENZA DI UN'ANIMA**

*Non calpestate i fiori sulla sabbia*

*Poesie*

BOOK  
**SPRINT**  
E D I Z I O N I

[www.booksprintedizioni.it](http://www.booksprintedizioni.it)

Copyright © 2023

**Costantino Sanna**

Disegno a cura di: **Gabriella Lombardi**

Tutti i diritti riservati

*A Caterina.*





*Un ringraziamento particolare a Gabriella Lombardi.*





## **Il fiume della vita**

Il fiume della vita scorre  
trasportando inutili frammenti,  
lasciandoli durante il suo percorso,  
adagiandoli,  
riempiendo spazi vuoti,  
creando quadri naturali,  
ma deve scorrere verso il mare  
dove si nasconde perdendo la sua identità  
per venire dimenticato.  
Se potessi dialogare con le vostre menti  
chiederei di rendermi partecipe dei pensieri,  
dei sogni che riempiono questa stanza  
permettendomi di respirare.  
Chiederei ai vostri occhi  
di mostrarmi le vostre visioni,  
chiederei al mio cuore di fermarsi  
per ascoltare i vostri  
affinché possa volare,  
raggiungendo i quadranti del vostro tempo,  
entrando nel silenzio delle vostre poesie.

## Depressione

È uno di quei giorni  
in cui  
il trascorrere delle ore  
diventa eterno,  
in cui  
il tempo si ferma,  
in cui avanzano i pensieri inutili  
che hanno la forza di levarti  
qualsiasi possibile speranza,  
entrando nel profondo,  
staccando la carne dalle ossa.  
Scivoli verso il buio,  
continui incurante  
accettando l'oscurità.

## La colpa

Sì,  
mi sento in colpa  
per rinunciare a ogni verità,  
a vite sperate,  
a sogni accarezzati.  
La mia vita  
abbraccia strade tracciate da altri,  
immergendomi  
fino a sentire il respiro mancare,  
sentirmi morire,  
ma continuare a respirare faticosamente.  
Poi apri gli occhi  
e sei avanti nel tempo,  
a ripeterti,  
a parlare con te stesso  
della vigliaccheria della tua esistenza.  
Ascolti frasi ripetute,  
sorridi senza felicità.

## L'emigrante

La luce tenue,  
fredda,  
illuminava il soffitto.  
Con gli occhi chiusi rivedevo la mia vita.  
Il ricordo triste della mia gioventù  
veniva offuscato  
dal periodo passato  
a crescere famiglia.  
La mia libertà tanto sognata,  
mai realizzata,  
le mie mani callose  
facevano comprendere  
i miei sacrifici.  
Improvvisamente  
tutto si fece buio  
prima del silenzio totale.  
Una voce.  
Era un sardo.