

Si è adolescenti una sola volta

Teresa Buono

**SI È ADOLESCENTI
UNA SOLA VOLTA**

Poesie

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2020
Teresa Buono
Tutti i diritti riservati

*“Vivere è come cavalcare,
alcune onde sono più violente di altre.”*

Sii diversa

Sei forte!!

Ciò che rende veramente forte una persona
è ciò che poco tempo prima li ha distrutti,
lasciando dentro spazi vuoti
e dolore incolmabile.

Sei forte ma non lo sai,
e scopri di esserlo solo di fronte
a situazioni impossibili,
quando la voglia di rialzarti e andare avanti
è più forte della voglia di cadere
per non rialzarti più.

Quando la voglia di sfoggiare
la tua vera bellezza
si fa più forte della voglia di nasconderti
dietro un filtro.

Quando la voglia di farti amare
per ciò che realmente sei
diventa più alta della voglia
di far semplicemente comodo a qualcuno.

Quando la voglia di farti valere
supera la voglia di farti calpestare
per essere accettato.

Sei forte ma non lo sai,
e scopri di esserlo solo dopo
aver dato tutta te stessa a qualcuno
per poi esserti ritrovata spezzata.

Amati

Amati sempre e per sempre.
Amati tanto e costantemente.
Amati per i tuoi centomila difetti
e per i tuoi dieci pregi.
Amati per ciò che vedi
guardandoti allo specchio,
e non per ciò che vedi dietro
un photoshop o dietro gli effetti bellezza.
Amati anche se sei imperfetta,
se hai delle cicatrici,
se hai gli occhi scuri anziché chiari,
se sei grosso o magra,
nessuno è perfetto,
quindi perché dovresti esserlo tu?
Amati tanto quanto tu ami gli altri,
se non di più.
amati anche quando nessuno
sembra amare te.
Amati alle sette del mattino, appena sveglia,
con i capelli spettinati
e, con tutto il trucco della sera prima
sparso su tutta la faccia.
Amati dopo la scuola, che esci dalla classe
con quella faccia pallida pallida e stanca.
Amati anche se non segui
lo standard di bellezza che vogliono i ragazzi.
Amati per la tua semplicità, per le tue folle
paure, e per il tuo esser diverso.
Amati per ciò che sei e sei sempre stato/a
amati senza seguire chi secondo te
è in quel modo che dovresti essere,
amati con tutta te stessa
e fatti amare per la tua vera te!

Sii libera di sognare

Mi sono sempre chiesta:

“Chi è che non sogna?”

Forse la risposta è più facile
di quanto pensassi, nessuno.

Tutti sognano, anche tu,
che ti fai vedere forte e apatico
di fronte a tutti.

Anche tu che reagisci violentemente
ad ogni battuta in cui ti senti ripreso.

Anche tu sogni, e anche tu hai dei progetti.

Anche a te capita di sognare ad occhi aperti
per ore e sorriderne inconsapevolmente,

sogni e azzardi sempre più, eh già,
zitto zitto da tutti azzardi alla grande,

ma in fondo fai anche bene,
perché forse sognare vuol dire provare
ad azzardare in un modo così grande
che nella realtà non avresti mai
il coraggio di fare.

Sognare è ricrearsi un futuro

come meglio vogliamo,

e forse, per qualcuno,

è inventarsi mentalmente

il coraggio o la sicurezza

che si vorrebbe avere in realtà.

Sii libera e siate liberi di sognare,

perché solo chi sogna

diventa ciò che ha sempre sognato.

Sogna sempre e la qualsiasi,

che siano i tuoi progetti o

la persona che vorresti accanto a te.

Solo sognando non troverai mai

illusioni o sofferenze.

Perché ricorda, è da un piccolo sogno come il
tuo che può diventare una grande realtà per
te,
e da una piccola mente come la tua
che può nascere un sogno così grande.

Per te adolescente

Ehi! Ciao adolescente, come stai?
Ma no, non te lo faccio neanche chiedere,
perché so quant'è difficile rispondere,
E so anche che mentirai,
che dirai "Sto bene" con quel falso sorriso,
mentre in realtà l'unica cosa
che vorresti dire è "Una merda".
E so anche che al mio "Sicura?"
tu mi risponderesti "Ovvio che sì"
mantenendo sempre quel sorriso mezzo chiu-
so, quando in realtà vorresti urlarmi contro
"Ovvio che no!" con quegli occhi lucidi
che parlano e raccontano tutto,
e so anche che appena mi abbraccerai
per salutarmi,
vorresti scoppiare a piangere dal dolore
ma sorriderai semplicemente senza dir nulla.
E quindi per evitare di farti dire qualcosa di
falso salto questa domanda, e,
passo con il dirti direttamente qualcosa
che forse mai nessuno dirà:
l'adolescenza è sofferenza insieme alla felicità,
ed è una.
So che magari starai piangendo per la tua
crush che ti ha rifiutata,
so che magari starai cercando di superare
una rottura, magari la tua prima rottura.
So che evidentemente starai cantando
a squarciagola urlando di amare la vita,
e un attimo dopo urlare che fa schifo.
E so anche che probabilmente sei felice
perché hai preso un bel voto a scuola,
perché finalmente dopo tanto la tua *crush*
si è dichiarata, perché con lui stai una favola
o semplicemente perché ami la vita

e cerchi di goderti l'adolescenza.
Spesso si fa uno sbaglio, ci si autoconvince
che l'adolescenza sarà per sempre,
si cerca di crescere prima,
aspettando con ansia i 18 anni,
senza sapere cosa si nasconde dietro
l'adolescenza.
Si tende a rimandare sempre più in là
qualcosa che rende veramente felice
"Perché tanto c'è tempo" si pensa sempre.
Leggi attentamente ciò che sto per dirti.
Si è adolescenti solo per 2555 giorni,
solo 364 venerdì dopo la scuola, e,
solo per sette estati.
Quindi è l'ora di iniziare a buttarti
in questo mare infinito e insegnarti a nuotare.
Buttati, rischia, sii testarda, soffri
ma rialzati subito.
Ama con tutta te stessa,
fai ciò che vuoi senza rimandare.
Costruisciti le tue ali o se sono rotte riparale,
metti un po' di nastro isolante resistente,
e vola, vola in un cielo infinito.
Sii consapevole di tutte le delusioni, ma,
sii sicura delle conquiste dopo le sofferenze.
Se avrai delusione falli diventare la forza
per andare avanti lanciandoti in un'altra sfida.
Se avrai gioie falle diventare la forza
per continuare con grinta ciò che hai iniziato.
Essere adolescenti è il momento
più bello della vita,
è ora di rendertene conto.
Apri quella porta e rischia
si è adolescenti una sola volta,
non pentirtene di non aver fatto
quello che volevi.

Tutto passa

Eh già, tutto passa, anche tutto quello
che ti sembra non avere mai un nuovo inizio.
Tutto passa, anche quello che secondo te
non andrà mai più via ma ti continuerà
a bruciare pian piano l'anima dentro.
Tutto passa, il dolore, la fatica, la tristezza,
il "mai una gioia".
Tutto passa, anche la felicità.
Tutto passa, pure la vita stessa.
Quindi perché continuare a tormentarti,
perché continuare a spezzarti,
perché continuare a distruggerti
per qualcosa che avrà un nuovo inizio.
Quest'adolescenza, è vero,
ci porta a vedere una delle più banali scioc-
chezze come uno dei mille
problemi impossibili
da superare, vivendo con l'angoscia
di non poter mai ritrovare un attimo di sereni-
tà ricercata da una vita, senza renderci conto
che i veri problemi sono altri, e no,
non quelli di non essere in forma per l'estate
o aver finito il nostro rossetto preferito
che ci ingrandivano le labbra proprio
come piaceva a noi,
non sono neanche avere cento mi piace
e venti commenti sotto i post
anziché averne trecento.
Sì perché oggi è brutto e a volte anche banale
dirlo ma la nostra generazione vede
ogni minima
sciocchezza come un enorme problema
insuperabile, oddio forse è anche normale,