

I miei sogni

rosa dagostino

70 poesie

Scrivere



Fiocchi di neve
sul tuo viso pallido,
ti guardo
e una lacrima offusca i miei occhi,
vorrei tenerti per mano
accarezzare il tuo viso
scaldarlo e sfiorarlo con un bacio,
accarezzo la tua immagine,
sfioro le tue labbra,
i tuoi occhi azzurri,
con quelle tue piccole rughe,
quanta tenerezza...
ma quanto freddo
nella mia anima
tocco la tua immagine
ma una lacrima
non riscalda la neve.

La verità si nasconde dentro l'anima

Riflessioni (07/07/2010)



Pensieri nascosti,
se chiudi gli occhi,
li rivivi,
attimo per attimo,
pensieri belli
pensieri brutti,
pensieri di vita,
di morte.

Quante volte i pensieri tristi
hanno popolato le mie notti,
quante volte ho pianto senza esser vista,
quante volte ho sognato ad occhi aperti,
quante volte ho avuto incubi
ed inseguito fantasmi!

La verità...
non è facile dirla,
non è facile parlarne,
la verità si nasconde dietro una lacrima
e in una lacrima si nasconde una verità
che non si può svelare.

L'anima racchiude mille segreti,
mille lacrime, mille gioie, tanto amore...
l'anima ha una chiave che solo chi la possiede
potrà riaprire.
La verità...
si nasconde dentro l'anima
se mi ami la scoprirai.

Avrei voluto... non hai voluto

Riflessioni (13/08/2010)



La speranza
non mi ha mai abbandonato,
fino all'ultimo momento
mi sono illusa,
aspettavo di vederti,
avevo preparato tutto,
il cuore mi batteva
nell'ansia di sentirti,
e ti vedevo giocavo con la fantasia.
io e te seduti per un caffè
a raccontarci guardandoci negli occhi.
E' stato solo un sogno,
seduta sul mio letto,
brindo ad un amore che non c'è mai stato,
ti vedo con un bicchiere in mano,
è un brindisi sognato,
ti abbraccio e bacio,
è un sogno
che ho sempre desiderato.

L'ultima lacrima ... rimasta sospesa

Amore (26/07/2010)

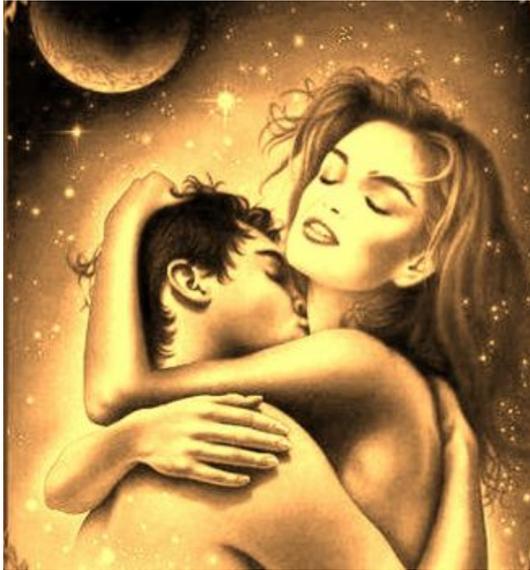


l'ultima lacrima
e' rimasta sospesa sul viso,
con il primo freddo
ha ghiacciato il mio cuore,
tu non l'hai vista,
eri troppo accecato dal sole,
io
ero troppo scottata dal gelo,
era l'inverno sceso nel cuore.
Era estate,
il sole splendeva là in alto,
era un sole diverso,
circondato da nubi
ed io non vedevo più l'azzurro del cielo

e l'azzurro era dietro una porta,
il mio sole ha cessato di splendere,
la mia lacrima non è scesa sul volto,
perché
tu non l'hai raccolta.

Ci incontreremo in un altro mondo

Amore (29/07/2010)



Mi sono smarrita in un angolo di cielo,
la nube mi ha oscurata,
il sole mi ha bruciata.

L'arcobaleno ha disteso i suoi colori,
il vento voleva spazzare le nubi,
voleva scacciare i ricordi.

Ma nell'aria il profumo di te sento ancora sul corpo.

Un giorno forse ci incontreremo,
percorrerò la strada del cielo,
delle nuvole
e delle stelle,
e ti vedrò.

Ti incontrerò in un altro mondo,
ti guarderò negli occhi,
incontrerò il tuo sguardo.

Sarà un momento magico,
non importa quando,
non importa il tempo,
aspettami...
io arriverò.

Fingendo di dormire... sogno te

Amore (20/11/2010)



Notte e silenzio,
una pace sovrasta.
Sotto le coperte,
immobile,
guardo la parete bianca.
Le ombre della notte
dalla finestra,
s'alzano sul muro,
danzano su un palco ornato di luci
e luci adombrano i palazzi.
Scorre il tuo volto
come un film,
ti vedo che cammini serio in volto,
mi vedo accanto a te,
il braccio mi circonda,
la testa sul tuo petto
e camminiamo...
poi ci fermiamo e ci guardiamo,
Dio come sei bello!
mi vien voglia di non smettere di baciarti.
Ti vedo anche sotto le coperte,
non dormo

non sto sognando,
è il mio cuore che vola accanto a te.
La stanza non è vuota,
si gira verso me
mi guarda ed io chiudo gli occhi
e fingo di dormire,
non voglio che mi svegli,
ma io son sveglia e sto sognando te.
Non voglio che scompari,
la piazza è illuminata,
ancora fischia il vento,
sul palco la tua immagine la fisso nella mente.
Domani,
la scena ricomincia
e farò ancora finta di dormire,
fingendo ti rivedo
e sogno ancora
te.

E ti sto a cercare

Amore (14/10/2010)



Guardo il tuo viso,
seguo i tuoi passi
ti vedo accanto a me
e tu parli con me-
Mi illudo che il tempo sia diverso,
ti vedo in altro spazio,
mi vedo in altra terra
e tu sei con me.

Felice di vederti
felice di starti accanto,
mi vedo come in sogno
ne faccio una realtà.
Seguo i tuoi passi,
seguo la tua voce
il tuo modo di parlare,
i tuoi silenzi,
le mie attese, i tuoi ritorni
e aspetto
che il sogno ritorni,
che non si spezzi

e torno a sognare, oggi
e ancora domani,
e continuo a guardarti
a seguire i tuoi passi,
a tenerti per mano
accarezzare il tuo ciuffo sulla fronte,
mentre tu
mi parli in un sogno,
ma tu
mio sogno
dove sei?

Il profumo del mattino porta il tuo nome

Riflessioni (24/06/2010)



Solo un pezzetto di cielo
dalla mia finestra,
grigia giornata,
odore di terra bagnata,
di fiori appassiti,
di erba calpestata.
Solo un lembo di cielo arrabbiato,
solo un lembo che piange
in questo giorno di pioggia d'estate.
Cammino per le strade,
respiro quest'aria che mi circonda,
sono come il cielo,
brucio di rabbia,
non sento l'acqua,
non vedo gente,
vedo solo dietro una porta,
vedo il tuo capo chino
su tante carte.
Imprimo nella mente tutto quanto,
e vado verso il vento,

dico addio alla pioggia,
ai colombi,
a quella porta,
conserverò per sempre quegli attimi
che non mi han dato niente,
il tuo profumo nell'aria
porta il tuo nome,
solo il tuo profumo
sarà per sempre mio.
A te,
solo un saluto,
addio amore mio.

Io... della notte non ho paura

Riflessioni (10/07/2010)

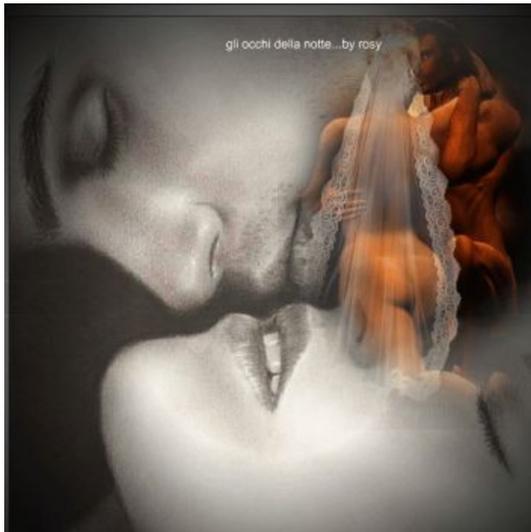


Da piccina
sognavo draghi, castelli,
avevo paura,
battevo i denti
e sotto il lenzuolo
mi stringevo al cuscino,
non riuscivo a dormire.
Ora che son grande,
inseguo fantasmi,
nei miei sogni fatati
io vado a cercarli.

Un drago mi assale?
gli tendo le braccia
e lui mi abbraccia.
In un castello son prigioniera?
io, son felice di starci.
E' solo così
che posso sognare,
parlarti e averti almeno in un sogno.
Io
della notte
non ho paura,
ma alla morte più nera
io chiedo:
vieni...
con te son sicura.

Gli occhi della notte mi parlano nell'anima

Impressioni (06/11/2010)



Un faro nella nebbia,
due cerchi che emanano calore,
ed eccoli davanti a me,
in tutto il suo splendore.

Due occhi
che mi spogliano
rovistano nell'anima
ed io mi sento nuda,
son dentro la tua anima.

La luce s'avvicina,
due mani m'accarezzano
una voce morbida
mi parla
ed io ti parlo
son qui accanto a te
mio sogno di una notte.

Temi la luce del giorno
e solo l'anima t'accoglie,
riesco a vederti,
toccarti,
parlarti
e tu mi guardi
ma solo con gli occhi della notte.
Nella mia anima
ti vedo,
ti sento,
ti parlo
ti amo
e tu mi rispondi,
mi senti,
mi parli,
mi vedi,
con i tuoi occhi
che mi fanno sognare,
ma solo e soltanto di notte
ti trovo,
ti sento
nell'anima.



senza sonno,
fantasma nella notte inseguo,
orma senza forma,
volto senza luce,
e la tua ombra parla
e accarezza l'anima.

Mi manchi
ombra senza volto,
ma vedo i tuoi occhi,
ti vedo con gli occhi dell'amore.

Volto senza voce,
ma tu mi parli con i sospiri del vento,
con il batter dell'orologio,
con i silenzi dell'amore,
mi manchi nell'anima,
come un uccello senza ali,

mi manchi
e non c'è un istante
che ti senta lontano,
mi manchi come l'aria,
mi manchi se c'è freddo
e sento il tuo calore dentro,
mi manchi.

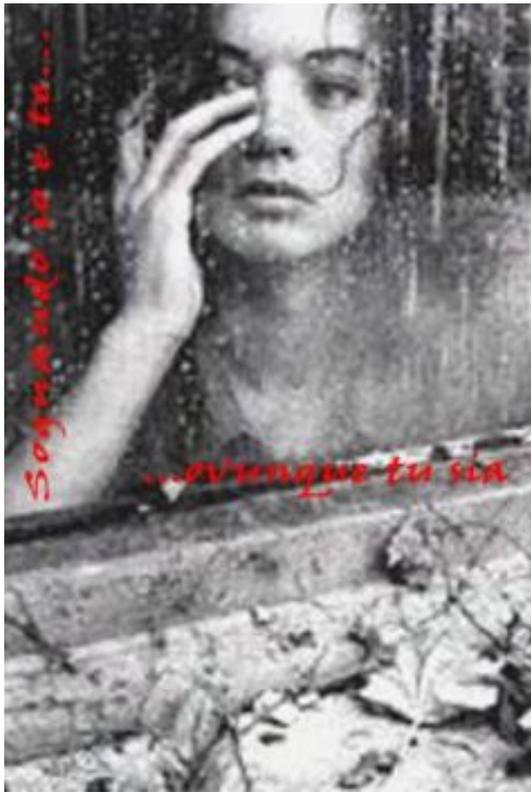


Fra me e te...
strade interminabili,
distanze irraggiungibili,
solo con il pensiero
varco quella soglia
e le distanze
non han più confini.
Quell'albero,
quel mare
lo tocco col pensiero,
la neve, la bora,
la sento sulla pelle,
lontano, vicino,
non conosco la distanza,
con la mia mente
è tutto qui vicino,
volo nello spazio
e son da te,
confino nel tuo cuore,

accogliami...
ora
non son più stanca.

L'odore... lo sentirai nell'aria

Amore (09/07/2010)



L'alba di un nuovo giorno,
dopo una notte insonne,
ad inseguire ombre,
a guardar le stelle,
ad ascoltar rumori,
la luce entra nella stanza.
Con fare incerto,
raccolgo fiato,
ingoio vento
e il mio cuor lo chiudo

come riccio.
sto a raccontare i passi,
avanti e indietro,
gli occhiali neri
coprono i miei occhi,
il trucco è disfatto,
il rimmel brucia gli occhi.
forse,
dietro i vetri sei
che mi osservi,
t'immagino a capo chino,
sui miei fogli a leggere assorto,
ma tu non vedi,
non ti accorgi,
che delle mie lacrime
il foglio è rotto.
leggi il mio scritto poi torni al tuo mondo
di me...
sei lontano un miglio.
Su quella porta
ho sostato
su quella strada
e' inciso il mio passo,
sosta
per un solo attimo,
sosta
un solo istante,
sentirai di me...
solo l'odor
di ... una candela spenta.

Parlarti, vederti: solo fantasia

Amore (11/10/2010)



Ancora una volta,
vorrei parlarti
chiederti,
incontrarti,
guardarti negli occhi,
vedere i tuoi occhi azzurri,
accarezzare il tuo ciuffo sulla fronte,
sfiorare le tue labbra
e dirti sottovoce...
cosa vorrei dirti?
ancora una volta
vorrei parlarti,
chiederti, vederti,
incontrarti
ma è solo un sogno,
io non posso vederti,
incontrarti,
parlarti,
baciarti
perché
tu sei

solo nel mio cuore,
nel mio sogno,
nella mia fantasia.

Una preghiera... ma dio non m'ha ascoltata

Introspezione (12/11/2010)

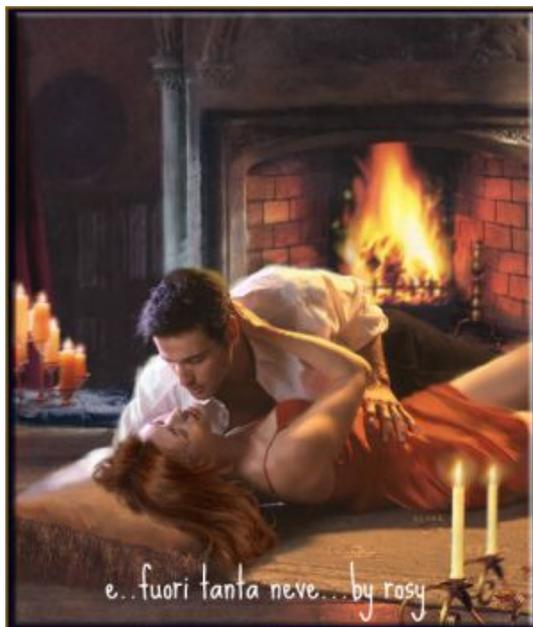


Il sole del mattino
mi bacia appena sveglia,
il tempo di lavarmi,
un buon caffè
e...
fuori,
all'aria aperta.
E vago per le strade in cerca di qualcosa,
in cerca di un sorriso
che mi darà il paradiso,
e giro per le vie,
esploro, mi sembra di vedere il tuo passo,
ma il tempo vola in fretta
ed io
son sempre sola,
in una strada che non conosco.
Sospiro per un'ombra che intravedo,
ma è solo nella mente,
la tua immagine è chiusa
in un mondo
che non m'appartiene

e giro e giro
in lungo e in largo,
immagino una storia
che rimane solo una favola,
la mia favola
di principe e cenerentola,
una musica soave ed odor d'incenso
ed ecco
mi ritrovo in una chiesa,
accendi un cero ed esprimi un desiderio
una voce buona mi sussurra
lanciandomi un sorriso.
Un cero ho acceso
ed elevato una preghiera,
ma Dio non m'ha ascoltata
e la mia voce è stata vana.
Il cero s'è spento
ed anche la speranza
se n'è andata,
lassù la mia preghiera
s'e' persa,
una folata
ha spento la candela.

Corro con il pensiero

Fantasia (14/09/2010)



e.. fuori tanta neve... by rosy

Un tappeto innevato
dalla finestra socchiusa,
il verde del prato
soffocato dal gelo,
che calore in quella stanza,
un caminetto acceso,
un ceppo schioppettante,
io e te
seduti sul divano.
dolce fantasia
percorro col pensiero,
la mia testa s'adagia sulle tue ginocchia,
e la tua mano m'accarezza i capelli.
Una musica si diffonde
nell'aria e odor d'incenso
dolci sussurri, parole d'amore,

e fuori...
tanta neve.
Sognare,
anche ad occhi aperti,
troppo sognare,
mentre la realtà
è cruda da accettare.
Freddo risveglio
in questa notte di gelo,
non c'è il caminetto,
non c'è la neve
non ci sei tu
che mi accarezzi i capelli.

Ombre sulla piazza illuminata

Introspezione (02/10/2010)



La piazza è illuminata,
spettacolo di luci,
la mia immagine sfocata,
mi sento tanto sola,
ho solo la mia ombra
a farmi compagnia.

La strada è deserta,
gli uccelli son nel nido,
tra le grondaie
ad aspettar la notte.

Son sola,
la piazza
è qui
e la mia mente altrove,
son qui,
ma
tu
dove sei?

Non sarò con te ma dentro l'anima

Introspezione (07/08/2010)



Cammino a piedi nudi,
lunghe vie ed una piazza grande,
mille colombe mi beccano al passare,
cercano cibo,
ma non sanno...
che i miei piedi stanchi
non possono sfamare.
Il sole mi scoppia la testa
ma tornerò ancora una volta,
e darò loro del cibo,
darò l'aria e la pioggia
ed il vento per farli volare
se un piede vorrà calpestarli.
Darò loro la vita
perché anime senza colpa
e poi...
cercherò ancora il tuo passare
ti guarderò e parlerò con lo sguardo,
non dirò nulla
sarà il cuore mio a dirti la mia voce,

ti bacerò e abbraccerò
nell'aria che ti circonda
e non potrai sfuggirmi,
io non sarò con te,
ma dentro l'anima.

Assaporo la tua anima

Amore (27/02/2010)



Se fossi un'ombra
sarei la tua ombra,
mi specchierei nei tuoi occhi,
entrerei nel tuo cuore
per carpirne le emozioni,
i tuoi sentimenti.
Ti parlo e tu mi ascolti
con la voce del cuore,
i battiti del tuo cuore si uniscono al mio,
ti parlo come se tu fossi un'ombra,
ti resto accanto,
ti guardo,
assaporo la tua anima
vivo del tuo amore.

Aspettando domani

Introspezione (26/04/2010)



Raccolgo aria
per quando non me ne sentirò più,
trattengo i battiti
perché so che scoppieranno dal mio cuore,
trattengo il fiato
per non urlare tutto il mio amore,
asciugo le mie lacrime,
perché dovrai guardarmi negli occhi per parlarmi.
Aspettando domani
potrei morire oggi,
morire oggi vuol dire non vederti domani,
e se domani non potrò vederti,
se non vorrai vedermi,
Dio... fa che muoia oggi.



E' già domani,
me lo sento sulla pelle,
nell'aria che respiro,
guardandomi allo specchio
non riconosco più il mio volto
e i miei occhi son sempre tristi.
Ascolto nel silenzio della notte
la voce del mio cuore,
nel dolce risveglio un giorno che avanza.
Non sento più le stagioni,
ora che è già domani,
per me son sempre Autunno e Inverno.
Non sento più il profumo dei fiori
il loro sbocciare, solo il loro sfiorire,
foglie appassite e rami spogli.
Il domani è sulla mia forma,
avanza indolente, non posso difendermi,
aspetto soltanto,

che cali la notte.

Come se fosse vero

Erotismo (12/09/2010)



Soltanto nei miei sogni
le tue mani sul mio corpo.
Tocchi vellutati accendevano il desiderio
sempre più forte.
Le tue dita esploravano il mio corpo,
le tue labbra sulle mie,
dolce carezza.
Nessuna violenza ma tutto con dolcezza,
nessuna volgarità nei tuoi gesti,
forse
non esisti mio dolce uomo
dalla mano morbida,
ma così ti vorrei,
ed esser tua,
sparire entro te ed esser una cosa sola.
Io non ti conosco,
ma so che esisti,
io t'ho sognato,
io t'ho desiderato in una notte senza stelle,
io t'ho sognato
e mi sei apparso così vero,

le tue carezze ancor risento sul corpo mio,
risento il tuo calore,
brividi di piacere,
come se tu fossi tra le braccia mie,
la notte è stata lunga,
il giorno s'è affacciato sul mio letto,
il posto tuo è vuoto.
Io t'ho amato,
son stata follemente tua,
ma io
non t'ho avuto mai,
anche se
mi sei rimasto dentro.

Occhi nella notte

Riflessioni (30/08/2010)



la luce entra nella stanza,
il sole splende su in alto.

Ho gli occhi chiusi,
la luce mi acceca,
socchiudo gli occhi.
Ti vedo nella nebbia,
poi tutto è nero,
è buio intenso,
le tenebre son scese,
non vedo più il sorriso,
l'azzurro dei tuoi occhi,
cerco di aprirli,
ma non ti vedo,
non sento più il profumo,
non sento più
il calore sulla pelle.

La notte è scesa nei miei occhi,
le tenebre hanno oscurato il cielo,
la notte
è scesa nel mio cuore.



Accenno un sorriso
su un volto che piange,
nascondo un dolore
per non dare un dolore
e nella notte
esplode il mio cuore
in un pianto che non so frenare.

Di notte,
il mio cuore
diventa piccolo piccolo
e solo tu
puoi colmare
il vuoto
che hai voluto creare.

I graffi dell'anima

Introspezione (06/04/2010)



Graffi, solchi profondi,
sottili come punte di diamante
scavano nella mia anima crateri,
pensieri di lacrime infuocate,
scie di orme incancellabili
nella memoria.

Tempie strette da mani brucianti
per non sfuggire il pensiero
anche se dolore e pianto
esplodono in ogni istante.

Le ferite dell'anima
non si curano,
non si cancellano,
non si rimarginano
e, come un cane ferito
lecco le mie ferite
e so che il dolore
mi è amico.

Resta ancora un po' non andar via

Introspezione (22/11/2010)



Amore,
non andar via
ora che la notte è finita,
lascia che ti guardi ancora,
forse
sarà l'ultima volta,
domani
potrei anche impazzire.
Amore,
non andar via dai miei sogni,
domani potrei dormire
e non sognarti ancora.
Non andar via,
non fuggir lontano,
fa che ti veda sempre,
domani,
potrei non vederti più.
Aspetta ancora un po,
all'alba segue il giorno,
al giorno segue la notte,

soltanto poche ore...
ti rivedrò in sogno,
 aspettami
 non andar via,
sogniamo ancora insieme,
 domani,
non vedrò più l'alba
di un nuovo giorno.

Affido una lacrima al vento

Amore (28/09/2010)



Si disperde nell'aria
si mescola alla pioggia,
alla rugiada sui fiori,
si dondola tra le onde,
attraversa i cieli,
sale sui monti
e si nasconde tra le nuvole.
E' la mia lacrima
che affido al vento,
la confondi con una goccia di pioggia,
si posa sul tuo viso,
si
è la mia lacrima
che ti bacia sul viso.

Agonia di un amore

Riflessioni (28/02/2010)



Lenta, malinconica
scende la sera,
tramonto di una notte d'estate,
il lento susseguirsi dei giorni,
dei mesi, degli anni,
lenta agonia
è scesa nel mio cuore
sentimenti persi nel tempo,
battiti del cuore ora sconosciuti,
nella mia mente c'è solo un freddo
che arriva al cuore.
Una goccia d'acqua forma il mare,
il mio mare è troppo grande
per poter contenere altra acqua,
neanche le lacrime
trovano posto tra gli scogli,
ed il sole non asciugherà il mare,
il sole non potrà asciugare le mie lacrime,
perché... non c'è posto
per te nel mio cuore.

Amore in un sogno

Impressioni (06/02/2010)



Volgendo lo sguardo,
guardavo lontano
nel cielo stellato,
spaziavo la mente
correndo in un sogno
di giorni sereni,
la vita era bella
e nel tuo cuore
scoprivo una gioia infinita,
il cuore impazziva
se un bacio sostava,
un piccolo accenno
un breve sorriso,
un abbraccio e il cuore estasiava.
Amore pazzesco
viveva nel cuore, vivevo in un sogno,
amore stupendo faceva sognare
l'amore è aria
per respirare,
amore è acqua per dissetare
amore è cibo ti puo' sfamare,

sognavo, sognavo,
e dentro il sogno,
io sempre ti amavo.

Bussavi ad una porta chiusa

Amore (20/05/2010)



Bussavi al mio cuore
sapevi che c'ero,
sentivi, provavi
qualcosa che non sapevi
e non volevi capire.
Bussavi e aprivi una porta
toglievi la chiave
e entravi gioioso,
entravi,
esploravi nei miei pensieri,
rubavi emozioni di oggi e di ieri,
prendevi il mio cuore
la mia anima,
facevi di me la tua oasi di pace,
bussavi alla porta
bussavi al mio cuore,
buttavi la chiave,

sapevi che ero li'
ad aspettare
con tutto il mio amore.

C'e' un vuoto in me

Riflessioni (12/06/2010)

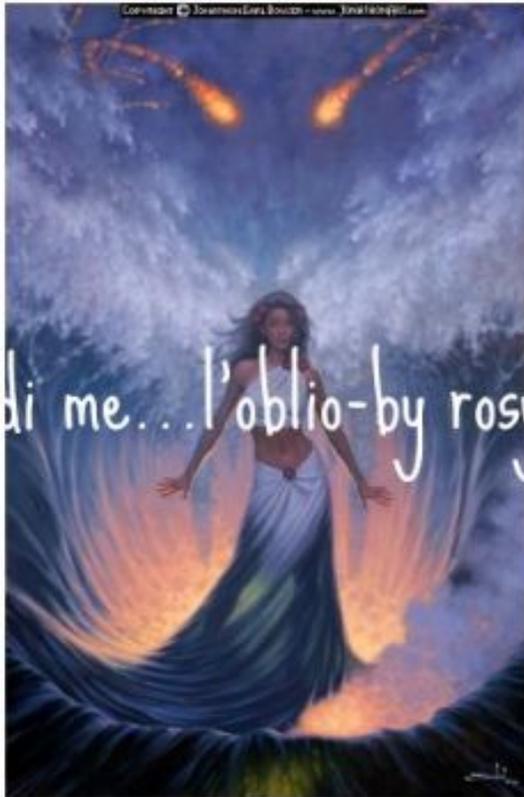


Quattro pareti,
io e te
da soli.
La casa vuota,
i figli son cresciuti,
belle risate
e tanti pensieri
A tavola,
ci si stringeva tutti
non c'era spazio per passare.
Ora,
soli,
i capelli cominciano
ad imbiancare.
Ricordo il mio sorriso
posato su quei volti,
una carezza con lo sguardo
anche nei giorni tristi
Il tempo si è fermato
sulle testine bionde,
un vuoto nel pensiero,

un salto
e poi...
son qui
a raccattare i cocci.
Nella mia vita,
una parentesi,
un sogno ad occhi aperti,
delle aspirazioni
mai realizzate,
con te...
un sogno
mai sognato.

Di me... l'oblio

Introspezione (02/09/2010)



Il cuor non batte,
il corpo muore,
l'anima vola.
Prendimi per mano
e portami lontano,
portami lassù
io troverò la pace.
Sarà un giorno lungo
ma non sentirò il cammino,
raggiungerò il mio spazio,
lo renderò divino,

sarà per me l'eterno,
non ci saran più guerre,
non ci saran litigi.
Io guarderò il mondo
e forse, non mi sembrerà più brutto.
La vita, se delude,
non è che un sogno da dimenticare.
Vorrei chiudere gli occhi
e lasciarmi andare,
lasciarmi alle spalle tutto
e via...
lassù in alto senza lasciar più segno.
Col tempo si cancellano i ricordi,
di me,
non voglio che mi si ricordi,
di me
l'oblio
è una parola santa.



Bussa alla porta,
vorrei non rispondere,
bussa con insistenza,
no, non voglio proprio rispondere,
ma ascolto la sua voce,
mi parla e dice che non posso evitare,
il tempo passa
e inesorabilmente.
Le lancette dell'orologio
girano veloci,
e passa un giorno, due,
un mese, un anno.
Mi guardo allo specchio,
ed ancora bussa,
bussa alla porta del mio cuore,
sul mio aspetto,
mi guardo e una rabbia mi prende.
Vorrei fermare il tempo
ma non vuole ascoltarmi,
corre veloce, vedo scorrere
tutti i miei anni,

bambina, ragazza donna, nonna.

No,

non sono vecchia,

vorrei fermarlo

ma corre in fretta,

non posso fermare il tempo.



Odore di terra bagnata,
di terra calpestata,
odore di fiori appassiti
e nell'aria il profumo
di un giorno d'estate.
Estate di pioggia,
di un sole che c'è e non c'è,
estate un po' strana
come un cuore che gioca,
che scherza e un po' si nasconde,
un po' impaurito
come inseguito da cento fantasmi.
E' un cuore impazzito,
con battiti a 100,
non so come fermarlo,
lo rincorro ovunque,
cerco di afferrarlo,
ma fugge,
ma fugge

ed io
non posso acchiapparlo.



Nel silenzio di una notte incantata
come un'anima solitaria,
sussurro al vento
una dolce melodia.

E' il mio cuore che parla,
al suono dei passi sulla ghiaia,
al frangersi delle onde sugli scogli,
vola il mio cuore,
corre tra i flutti
che bagnano i miei piedi scalzi.

Come estasiata
guardo il cielo piangendo
e la luna m'imbianca
con la sua veste d'argento.

Anima solitaria
affido i miei tormenti al vento,
alle onde, alla luna, alle stelle
parlo alla sabbia,
a quell'onda che va e ritorna,
affido al silenzio la pena infinita,
affido il mio cuore all'alba,

il mio pianto, al tramonto,
ed a te mio amato,
affido il tormento
di averti ... amato tanto.



Dolce miraggio di una notte incantata
la tua presenza nella mia mente,
tenera come l'ala di una farfalla
che volteggia sulla mia spalla,
splendidi colori
di un cielo d'estate,
lieve mi sfiora la pelle,
soffice come piuma di un passero sul nido,
vellutata come i petali di una rosa rossa a Maggio,
dolce il suo bacio.
Notte buia, notte nera,
scolpisco la tua immagine lungo la via,
la strada si fa incerta,

e in un labirinto ti perdo,
resta solo il profumo
della mano tua
e le tue labbra sulle mie.

L'amore? se n'è andato

Riflessioni (02/07/2010)



Tenendoti per mano,
lungo i sentieri
e in riva al mare
rincorrevo parole,
cercavo qualcosa
che nella tua mente
cercavi di occultare,
parole nascoste,
non le hai mai dette,
la parola amore,
non l'ho mai sentita.
Tracciavo sulla sabbia
una frase che l'onda portava via,
da me te ne sei andato
ed io resto ad aspettare
e mi consumo,
come un cero
da buttar via.

Io appartengo al passato, tu al presente

Introspezione (19/09/2010)



Sto pensando a te
con tutte le illusioni
che nutrono la mia mente.
Sto pensando a te
ferendo la mia anima,
piccoli cristalli si conficcano
nella mia pelle,
sanguina
e il dolore strazia,
ma non demordo,
continuerò la mia battaglia
e sto giocando con me stessa,
i ricordi mi attanagliano la mente,
son sorda ad ogni richiamo,

so che non avrò mai niente,
mi nutro di ricordi,
di piccoli spezzoni,
frattaglie,
cose insignificanti
per chi non li ha vissute,
istanti che mi dan vita
e resto qui,
ad elemosinare una carezza,
una parola, un sentimento.
Son qui coi miei ricordi,
fantasmi del passato,
frammenti che non riesco a cancellare dalla mente,
son qui
in questa notte,
rovisto tra gli oggetti,
rileggo qualche scritto,
son qui
e tu sei lì,
io appartengo al passato
tu
al presente.

Il calore che non c'e'

Riflessioni (21/08/2010)



Sogno
con la fantasia,
luciole tra i fiori
in una notte senza stelle,
una luce che non c'è,
fisso nel buio una parete
e come in un film
ti vedo proiettato davanti a me.
Le mie braccia ricadono inermi,
ti sono accanto,
tu mi guardi
ma

nessun sentimento,
mi sento un legno senza sostegno.

Tremano le gambe,
stringo le mie mani
fino a farmi male,
vorrei abbracciarti
tenerti stretto al cuore
ma tu non mi guardi
ed io sento freddo al cuore.

Risento sulle labbra
il sapore dei tuoi baci
ma il freddo
mi da i brividi
mi sento gelare
in questa notte calda.
Cercavo il tuo calore
nella mente mia,
ma anche qui
sei freddo e assente,
la luce che vedevo nei tuoi occhi
ora s'è spenta,
era solo
una piccola fiammella,
il vento l'ha portata via
non c'è più il calore
nella vita mia



Una semplice parola
buttata al vento: ciao.

Ciao,
per dirmi che esisti,
per dirmi che ci sei,
una parola fredda,
senza sentimento.

Non dirmi ciao,
tanto,
non serve a niente,
dimmelo chiaramente,
se è solo un gesto
che fai, come ad altra gente.

Non dirmi ciao,
dimmi solo addio,
se non senti niente.
Se non sai dirmi t'amo,
è meglio addio

o

non dirmi niente.



Adagio il mio viso
al tuo,
la mia bocca
sulla tua
solo per sfiorarti,
raccolgo il tuo respiro
per farlo mio.
La mia mano
sosta sul tuo corpo,
ascolta il calore,
ascolta la melodia,
la tua,
la mia.

La voce del silenzio

Amore (09/02/2010)



I silenzi del cuore
son preghiere rubate alle stelle,
sentimenti nascosti,
sospiri celati nell'intimo del cuore.
Se la voce potesse parlare
se il tuo orecchio potesse ascoltare,
quante notti d'amore nel nostro cammino.
La notte è passata
il giorno è vicino,
un altro giorno d'attesa e mi manchi da morire.
Poi la voce risento,
speranza m'accende,
e poi torni nel nulla
lasciando tormento e dolore.
Silenzio e speranza si uniscono ancora,
e torno a sperare,
domani...
si torni,
mi manchi mio amore.



Quante volte
ho incominciato un discorso,
quante volte
ho scritto e poi strappato,
ho cercato
le parole più adatte.
Volevo entrare nel tuo cuore
in punta di piedi,
accarezzarti l'anima
ma non ci sono riuscita,
non t'ho graffiato
minimamente il cuore.
Quante volte ho pianto per te,
cercando di immaginare un dialogo,
io non ho mai visto una luce nei tuoi occhi,
uno sguardo d'amore per me.
Soltanto parole e parole,

non mi hai mai guardata negli occhi.
Avrei tante cose da dirti,
ma non ne ho il coraggio,
avrei mille cose da raccontarti,
ma tu non mi apri il tuo cuore,
non so
come entrarci.

Lo specchio dell'anima

Introspezione (08/10/2010)



Forse non so chi sono
se mi domando spesso come sono,
forse non lo capisco
e sparisco nel mio io.
Non mi riconosco,
le cose che pensavo
son ben diverse
da quel che penso e faccio,
so solo che la mia anima
ha una ferita.
Non son le medicine,
non il tempo che potrà curarmi,
ti basterà guardare
in questo specchio,
qui troverai
l'origine del male.
Nella mia anima,
lo specchio non s'è rotto,

guardami,
tu solo potrai lenire
il mio dolore.



Un pensiero
va oltre i sospiri del vento,
va oltre il polline di un fiore,
si perde nei meandri
del cervello
e tutto sembra facile.
Scintille, battiti fuori del normale
e la mente corre,
fantastica
crea
materializza:
te
un'illusione.



Silenzio,
non far rumore quando entri,
mi viene l'agitazione,
entra in punta di piedi,
cercami con un sorriso,
mandami un bacio volante.

Io,
ti aprirò la porta,
ti farò entrare nel mio cuore.

In silenzio,
senza far rumore,
chiuderò la porta
per non farti più
andare.



Aspetterò con paziente attesa
il giorno in cui mi dirai t'amo.
Aspettero' nell'ansia di vederti
per scolpire il tuo volto
dei miei baci più dolci.
Aspetterò in silenzio
tra i battiti del tuo cuore
che tu mi prenda per mano
per regalarti tutti i miei anni d'amore.
Ti voglio bene l'ho rubato
alle tue labbra,
la parola t'amo
la ruberò al tuo cuore.

Perche' il tempo non mi porta via?

Introspezione (20/09/2010)



E dal terrazzo
vedo il cielo,
il sole e tutt'intorno
il verde.
Per perdermi in quel bosco,
a meditare e pregare,
solo un attimo.
Mille passaggi
tra quegli alberi
che tendono le braccia,
che vogliono acchiapparmi!
Vorrei scappare,
avvicinarmi a quel dirupo,
ma il vento
mi sbatte via lontano.
C'è un tempo per morire,
c'è un tempo per vivere ed amare,
ma io
che ci sto a fare
se non posso morire?
se non posso più vivere ed amare?
perché il tempo non mi porta

via lontano?

Quando una persona ti manca

Riflessioni (02/12/2010)



Ci sono momenti nella vita
che vorresti buttare tutto all'aria,
chiudere una porta
e dire finalmente: basta!

Ci sono momenti
in cui una persona ti manca
proprio tanto
e non ti basta
un giorno,
un mese,
un anno.

Ci sono momenti in cui
vorresti tutto facile,
tutto come dice il cuore,
vorresti
che con una mano,
tirassi il mondo intero,
ci son momenti
in cui una persona
ti manca così tanto
che vorresti tirarlo
dai sogni
e tenerlo
stretto stretto al cuore,

e manca
manca
si manca tanto,
ma sei impotente
e non puoi
tirarlo fuori!

Lacrime notturne

Introspezione (03/06/2010)

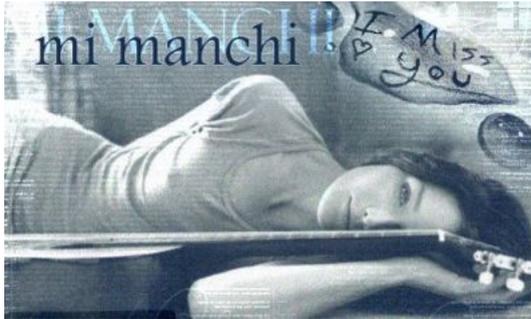


Con la testa sotto il cuscino,
lacrime attutisco,
voglio
che non si sentano i singhiozzi.
Vorrei tenerli dentro,
inghiottire,
ma alle mie orecchie sento
una voce che non ho mai udito.
Vedo un volto
che non ho mai visto,
sento le sue mani
in un caldo abbraccio,
ma tu...
chi sei?
perche' in queste notti insonni
rubi l'anima

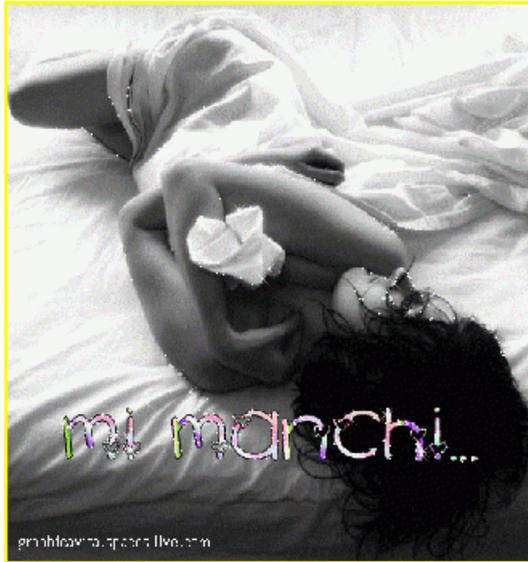
e del mio pianto lavi gli occhi?
chi sei sconosciuta ombra
senza nome,
sento nelle orecchie
una voce
che non ho mai udito,
io t'ho incontrato nei miei sogni,
esci dai miei incubi notturni
sei solo ombra,
torna tra le tue notti
dai un po' di pace
e fa che io dorma.

Ti mancherò'

Amore (08/11/2010)



Quando non ci sarò più,
verrà quel giorno
prima o poi
e ti diranno: lei non c'è più,
se n'è andata.
Sarà un triste giorno,
ma un brivido sentirai in cuor tuo.
Non ci sarò più
su questa terra,
non ci sarò più a calpestar
i passi tuoi,
a respirarti,
a parlarti
e sentirai un vuoto.
Vedi,
forse sarà allora
che capirai,
che dirai:
mi manchi.



In punta di piedi,
senza far rumore,
tocchi profondi
nella mia anima.
Giorno dopo giorno
una siringa di piacere,
come frecce colpivano nel segno.
Parole e parole,
plagiavano,
avrei sfidato il mondo intero,
sognavo ad occhi aperti,
sognavo altri cieli,
un mondo sconosciuto
tutto da scoprire
e poi
il crollo,
il cielo s'è arrabbiato,

le stelle hanno pianto,
il sole è tramontato.
I sogni si son spezzati,
ed io non sogno più.
In punta di piedi,
senza far rumore,
senza un gesto,
senza una parola,
col sole dell'estate
un freddo al cuore è arrivato.
Come un ladro sei scappato,
come un ladro l'anima m'hai rubato
ed io
senza anima,
non vivo più.



Notte bianca,
nel buio della stanza
girandomi e rigirandomi
pensieri mi sfilano attorno.
Le lancette sembrano non scorrere
in questa forma tonda,
il tempo s'è fermato.
Rovisto tra i ricordi,
il giorno sembra ieri
e l'oggi col domani
sento sfuggirmi di mano.

Pensieri belli, pensieri tristi
occorre che io sposti la lancetta,
che faccia luce nella mente
ma non mi resta
che un interruttore
ed è tutto chiaro.

Mi alzo,
un nuovo giorno
mi attende,
ora l'insonnia
è passata,
ora non mi fa più paura.

Lo specchio delle allodole

Riflessioni (24/06/2010)



Il mattino ha l'oro in bocca,
nella mia,
solo l'amaro,
nel mio cuore,
solo una stretta,
nel mio animo
solo un gran vuoto.
Vederti,
guardarti negli occhi,
parlarti,
è solo un bel sogno.
La pioggia che mi bagna,
parla di te,
la strada che io guardo,
mi ricorda dei tuoi passi,
ma ogni giorno che passa
è una lama che trafigge il mio cuore.
E' stato solo un sogno,
immaginararti, sognarti, pensare

di guardarti negli occhi
e' un sogno che si allontana.
Il bene che ho nel cuore è così grande
e non mi rendo conto
che rincorro dei sogni,
che sto vivendo in una nuvola,
che sto guardandomi allo specchio
ma non mi vedo,
vedo la tua immagine,
vedo i tuoi occhi
ma tu non guardi i miei,
vedo che sto guardandomi in uno specchio
ma...
rincorro solo allodole.



Parlavi,
giocavi una partita da solo,
contro te stesso,
il mio parlare
ora posso dirlo,
non era solo per restarti appresso,
piacevole era il discorso, lo confesso,
e più passava il tempo,
più il pensiero di te
mi teneva oppressa.

Non so,
da quel momento,
il mio pensiero
era solo per te,
ma una cosa è certa
tu
da quel momento eri parte di me,
ed ora non so capire
mi trovo a giocare
una partita

ma con chi?
sola con me stessa?
No,
non ci sto,
non si può giocare da soli,
non è onesto.
Riprendi le tue carte,
siediti accanto a me
e gioca la partita.
Vedi,
il piatto piange,
mettici il cuore dentro
ed io il mio,
iniziamo il gioco ancora una volta,
prendimi per mano e parlami,
dammi una carta,
io ti darò...
la vita.



Oasi cercavo nel parlarti,
oasi trovavo nel tuo sguardo,
ancora, in ogni istante,
nelle tue parole,
ogni gesto
lo faccio mio
ed è così presente
che mi ritrovo nel tuo cuor
e di calor m'accende,
dei tuoi sospiri
aspetto l'attimo,
il cuor mi batte,
mi sento in cielo.
Sento il tuo respiro
e l'emozione
mi ruba l'anima.
Calori assopiti bruciano la pelle,
sento il tuo profumo,
vorrei non svegliarmi
da questa ossessione,
ma sto ancora
ad assaporare...
la tua anima.

Sento il tuo respiro sul mio viso

Amore (03/12/2010)



Chiudo gli occhi
ed una dolce carezza
mi sfiora,
mi accarezzi,
con la mente,
dolcemente,
sento la tua mano calda sulla mia,
lieve si posa un bacio
sulle labbra.
E' un sogno
forse è bene che mi risvegli,
eppur son sveglia,
ma sento ancora il tuo respiro
sul mio viso
e la tua mano calda
sulla pelle.

Perdonami se non riesco a mentirti

Amore (01/12/2010)



Se volessi parlare alla luna,
di te racconterei
le mille cose
che mi passano per la testa.
se dovessi parlare alle stelle,
di te racconterei,
ma non troverei
il modo di potertele dire.
Se dovessi parlarti col cuore,
dovrei dirti perdonami
perché ti sto mentendo,
vorrei dirti che non ti amo,
ma la mia anima si ribella,
non posso mentirti,
io ti amo con tutta me stessa.
Se con voce
non posso parlarti,
guardami negli occhi,

leggerai la parola t'amo
che scappa
per entrar negli occhi tuoi.

Cinque minuti di silenzio

Amore (19/06/2010)



Con gli occhi fissi nei tuoi,
cercherò d leggerti nel cuore,
carpirne il tuo calore.
Cinque minuti di silenzio,
ma il silenzio può far male
Quante parole non dette
in quei momenti,
solo il mio cuore parla,
il tuo?
non lo so cosa sente,
se avessi una chiave

aprirei il tuo cuore,
se avessi un lucchetto,
lo custodirei
Cinque minuti di silenzio,
tu capirai il mio sentimento,
capirai il mio amore,
io capirò il tuo silenzio
No, taci,
non parlare
so che io
non avrò mai
un posto nel tuo cuore

Dove sei se il sole non c'e' piu'

Amore (22/07/2010)



Ho mangiato l'erba
che cresce nel giardino del re,
ho raccolto dei fiori
ed ho calpestato i tuoi passi,
ho allungato una mano,
volevo prendere il sole
ma, mi ha scottato.
Volevo prendere le stelle
e dal cielo son sparite.
Volevo acchiappare le nubi
ed il vento le ha spazzate via.
Dov'è il mio sole
se non riesco a vederlo,
dov'è la luna
se è sparita dietro una nube,
dov'è la nube
se la pioggia l'ha spazzata via,
dove sei amore mio,
se non ti vedo più

lungo il mio cammino?
dove sei...



Su sentieri selvaggi
zoccoli scalpitanti,
narici fumanti,
con la criniera al vento,
a briglie sciolte,
va sulla distesa.
Il cuore scoppia,
la mano è tesa,
sembra frustar la bestia,
sembra frustare il tempo
che non ha sosta.
Corre il suo pensiero,
tra quella terra
che brucia gli occhi,
poi stanca si affloscia a terra,
la sua criniera al vento
ora è ricomposta,
ora la mente sua riposa,

la man sugli occhi
lacrime raccoglie,
ora il suo corpo è libero,
libera la mente e il cuore
come il cavallo
che giace a terra morto.



Ho chiuso la finestra,
il sole se n'è andato,
un colpo di vento
ha spazzato
le mie foglie,
i miei petali,
i miei ricordi,
il tuo sorriso.

Un soffio di vento
ed ho chiuso la finestra,
non voglio veder gente,
non voglio che mi vedi
le lacrime sul viso,
non voglio che mi vedi
il volto distrutto.

L'anima
è chiusa dentro me,
quella
non la potrai distruggere.

Tutto finisce,
ma non si muore dentro,
nell'anima
resta sempre il sentimento,
che non si può dividere.

Un addio,
per non sentire
le tue dolci frasi
per non aver i tuoi baci,
per te,
addio,
per me,
un ricordo
da custodire
per sempre
nell'anima.



Io
non saprò mai
quando sarà il mio ultimo giorno,
forse stanotte,
forse domani
o chissà quando.
Vorrei che le mie parole
non fossero buttate al vento,
vorrei con un mio scritto
lasciare un testamento.
Poche son le cose che ho da dire,
ma escono dal cuore
e, vi prego
lasciatemele dire.

Io non vorrei vivere oltre
il mio intendimento,
vorrei non esser di peso
a nessuna gente,
a mio marito,
ai figli, proprio a nessuno.
Vorrei andarmene fra breve,
non voglio vedermi vecchia e tremolante,
non voglio guardarmi allo specchio
e non riconoscermi più
nei miei sessanta anni.

Poi
indosserei il mio bel vestito,
di rosso,
l'ho tirato da un cassetto,
una collana di perle nere,
e poi un trucco ben curato,
un po' di fard alle mie guance pallide,
i capelli con la piega appena fatta
e per finire...
una spruzzata del mio ipnotic poison.

Poi
su un foglio
scriverei le mie ultime volontà:
esser cremata e le mie ceneri
disperse al vento.
Non voglio lacrime,
né fiori, né gente intorno,
chiedo...
almeno
solo per questa volta:
lasciatemi morire
in santa pace.

Accecata dal sole

Introspezione (25/01/2011)



Un raggio di sole
s'era fermato
sul mio viso,
mi aveva baciato.
Ho chiuso gli occhi,
miriadi di colori.
Su quel cielo
anche le nuvole
facevano capolino.
Il sole m'ha abbagliata,
ho chiuso gli occhi
ad un nuovo mondo
e
il mondo s'è fermato.
Ero solo io
che lo giravo,

e lo giravo
solo con la mente,
per ruote,
usavo il cuore,
ma
un giorno
il sole
s'è stancato di risplendere nel cielo,
s'è oscurato
e
il mondo m'è crollato.
Ho rimesso
i piedi a terra,
ma stavo bene sulle nuvole,
sognavo e il cielo azzurro
era
il mondo dei miei sogni.
Ora,
il mondo
s'è fermato,
ho aperto gli occhi,
ho guardato il cielo,
una pioggia fitta
è scesa nei miei occhi,
ho perso il sole,
ho perso te,
ho perso
il mondo intero.

Alla nuvola dell'anima mia

Riflessioni (10/05/2010)

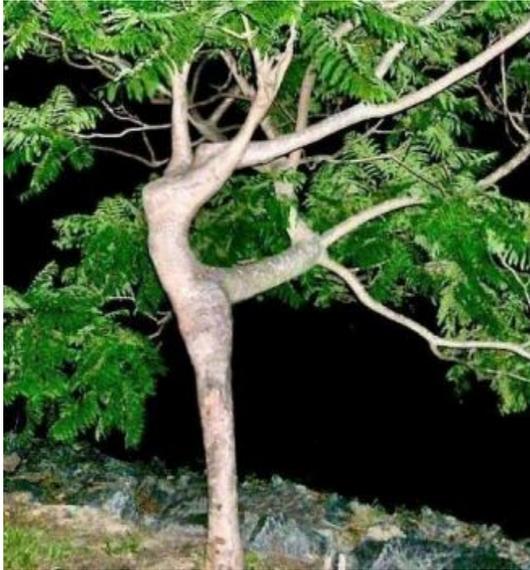


Volgendo lo sguardo all'azzurro del cielo,
mi guarda la nuvola
con fare adirato.
Allungo il mio dire e parlo,
ma senza risposta...
sei pallida e triste,
è grigia la vita lassù?
non posso pensarci,
le stelle, la luna e il sole
ti circondano di mille colori,
sei triste, in quel manto nascosto di lacrime,
ti sfugge una goccia
e bagna il mio viso.
Ascolto il tuo canto,
mi rende nervosa,
ti sento lontana in quel mondo
che è solo tuo
e solo tuo soltanto quel pianto accorato,
somiglia al mio pianto di lacrime amare
che arrivano al cuore,
di sangue feriscono ma non bagnano il viso.

Su quella nuvola salirò un domani,
sarò come te una nuvola nera
e dal mio manto
verserò il mio pianto
e darò sfogo
all'anima mia.

Anche gli alberi hanno un'anima

Introspezione (16/07/2010)



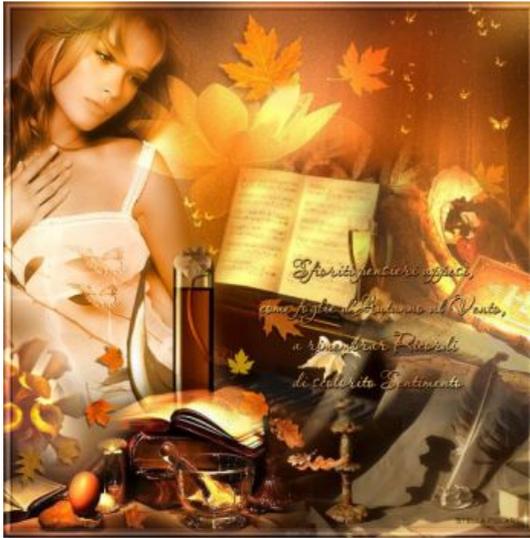
Albero spoglio,
i rami t'han spezzato,
le foglie son cadute
e nudo, senza veste
sei rimasto.
Ti resta linfa
ancora nelle vene
ma tu
che te ne fai
se dalla radice
non vuoi mangiare e bere?
ti manca l'aria,
non vuoi respirare,
ti manca il cibo
tu non vuoi mangiare.

La terra è arida,
non vuoi che si concimi.
Le braccia tendi
verso il cielo,
le poche foglie
che ti son rimaste
non servono a coprirti,
e tu...
anche vestito
ti senti povero e denutrito.
Sul tronco era scritto un nome,
la corteccia è caduta,
anche il nome...
una mano ingrata
l'ha cancellato
e il vento
l'ha portato via.



Un filo sottilissimo
due voci che si ascoltano,
capiscono
nell'anima.
Due corpi e una vita,
forse uguali.
Ansia,
malessere,
eppur son li,
ad ascoltarti,
a leggere quel che ti dice
il cuore.
Voli,
volo,
voliamo,
ma
non volare troppo,
potresti farti male,
non farmi stare in pena,

anima sono,
anima sei,
non possiamo
volare insieme,
vola
lontano dal male,
segui
la via del bene,
vola,
respira
un'aria pura,
in un angolo di terra,
c'è chi ti vorrà del bene,
sei come l'aria pura,
non contaminarla,
cammina
dove
la strada è dritta,
dove
non ci son le spine,
va verso l'aria,
va verso la luce,
troverai l'amore,
quello puro.



Solchi profondi
sulla mia pelle bianca,
tocchi intensi
nel cuore e nell'anima,
un pianto di bimbo,
un urlo straziante,
una lama tagliente
su ferro rovente.
Ascolto la tua voce,
che muta mi parla,
sorrido ad un volto
che freddo non ricambia,
ma amo quel cuore
che gioca, che vive, che batte
e solo un istante,
solo per poco,

io penso,
mi illudo
mi ascolti
ed anche ricambia.



Ascolto la tua voce,
lieve carezza nell'anima
come ali di farfalla,
ascolto con la voce del cuore,
attimi,
brevi,
intensi,
scolpiti nella mia mente,
gocce di sentimento,
calde
che riscaldano il cuore.
Momenti
di pura follia

che mi colmano l'anima.



Una targhetta con un cuore
piazzata bene in vista,
la porto sulla fronte,
sul mio viso.
Black out,
non ricevo più nessuno,
chiuso con il lucchetto
ma il cuore sembra esplodermi dentro,
ed ho voglia di urlare,
di dire quel che sento,
ma non è solo il mio black out,
il tuo è permanente,
lontano dai miei occhi,
io grido basta,
ma il pianto
mi sta chiuso dentro.

rosa d'agostino



mi chiamo Rosy D'Agostino, sono nata a Torregrotta provincia di Messina- vivo a Messina- non sono molto giovane, ma di spirito, di cuore, molto. Scrivo dal 1959, sui banchi di scuola, per svolgere un tema,facevo una poesia,Ho partecipato a dei concorsi e alcune poesie mi sono state pubblicate su una rivista .poi, per tanti anni, sia per il lavoro, matrimonio figli, non ho scritto piu'. Riprendo nel 2009, con un susseguirsi di 4, 5 poesie al giorno, stati d'animo, voglia di scrivere tutto quello che voglio, fantasie, sogni, fatti reali si confondono con l'immaginazione.Io non smettero' mai di sognare.

Indice

Fotografia	2
La verità si nasconde dentro l'anima.	3
Avrei voluto... non hai voluto	5
L'ultima lacrima ... rimasta sospesa	6
Ci incontreremo in un altro mondo.	8
Fingendo di dormire... sogno te	10
E ti sto a cercare	12
Il profumo del mattino porta il tuo nome.	14
Io... della notte non ho paura	16
Gli occhi della notte mi parlano nell'anima	18
Mi manchi.	20
Confini	22
L'odore... lo sentirai nell'aria	24
Parlarti, vederti: solo fantasia	26
Una preghiera... ma dio non m'ha ascoltata	28
Corro con il pensiero	30
Ombre sulla piazza illuminata	32
Non sarò con te ma dentro l'anima	33
Assaporo la tua anima.	35
Aspettando domani.	36
Aspettando la notte.	37
Come se fosse vero	39
Occhi nella notte.	41
Di notte	42
I graffi dell'anima	43
Resta ancora un po' non andar via	44
Affido una lacrima al vento	46
Agonia di un amore	47
Amore in un sogno	48
Bussavi ad una porta chiusa.	50
C'è un vuoto in me	52

Di me... l'oblio	54
E il tempo passa	56
Cuore pazzo	58
Anima solitaria	60
Dolce presenza	62
L'amore? se n'è andato	64
Io appartengo al passato, tu al presente	66
Il calore che non c'e'	68
Non dirmi ciao	70
La melodia	71
La voce del silenzio	72
Avrei tante cose da dirti	73
Lo specchio dell'anima	75
Illusione	77
Non far rumore	78
Parole rubate	79
Perche' il tempo non mi porta via?	80
Quando una persona ti manca	82
Lacrime notturne	84
Ti mancherò'	86
In silenzio	87
Insonnia	89
Lo specchio delle allodole	91
Io non ci sto	93
Sensazioni	95
Sento il tuo respiro sul mio viso	97
Perdonami se non riesco a mentirti	98
Cinque minuti di silenzio	100
Dove sei se il sole non c'e' piu'	102
A briglie sciolte	104
Addio	106
Addio alla vita	108
Accecata dal sole	110

Alla nuvola dell'anima mia	112
Anche gli alberi hanno un'anima	114
Anima	116
Ascolto e penso	118
Attimi	120
Black out	122
<i>rosa d'agostino</i>	123