

Sonia Raineri

# Libera dai pensieri

poesie



ZONAcontemporanea

Ogni persona attraversa diverse fasi nella vita e le vive in base all'età. L'autrice vuole, in modo semplice e diretto, rappresentare momenti di felicità interiore ma anche quello che di più triste c'è al mondo: la morte. Con pochi versi, Sonia Raineri fa immedesimare i lettori negli scenari da lei vissuti, provocando forti reazioni interiori: paura, sofferenza, allegria, forza, rabbia, follia. Cerca di dare spiegazioni al tempo, alle crudeltà di certa gente e nel frattempo cerca la felicità, l'amore e soprattutto la serenità che aveva sempre avuto...

© 2010 Editrice ZONA  
**È VIETATA**  
ogni riproduzione e condivisione  
totale o parziale di questo file  
senza formale autorizzazione dell'editore

*Libera dai pensieri*  
poesie di Sonia Raineri  
ISBN 978-88-6438-171-8  
Collana ZONA Contemporanea

© 2010 Editrice ZONA  
via dei Boschi 244/4 loc. Pieve al Toppo  
52041 Civitella in Val di Chiana - Arezzo  
tel/fax 0575.411049  
www.editricezona.it - info@editricezona.it  
ufficio stampa: Silvia Tessitore - sitessi@tin.it

Progetto grafico: Serafina - serafina.serafina@alice.it

Stampa: Digital Team - Fano (PU)  
Finito di stampare nel mese di novembre 2010

Sonia Raineri

# LIBERA DAI PENSIERI

ZONA Contemporanea

## FILOSOFIA DI...

Qualche volta ci si perde  
tra le tante vie della vita.  
Si percorrono chilometri  
in compagnia di qualcuno  
che prima o poi si smarrirà.  
E ci si ritrova da soli  
senza sapere con certezza  
quale sia la giusta direzione da seguire.  
Ma non ci si deve preoccupare  
l'importante è sentirsi liberi, vivi,  
seguire l'istinto, seguire il cuore...  
fare tutto ciò che si vuole  
senza aver ripensamenti, rimpianti...  
senza farsi trascinare dalla gente,  
perché si dice che la massa sia ignorante,  
anche se, non bisogna mai privarsene  
perché altrimenti si resterà esclusi...  
esclusi no, distinguersi sì!  
Sentirsi amareggiati, rattristati, arrabbiati è inutile...  
la vita è solo una e bisogna godersela al meglio!  
Quindi, getta via tutte le paure,  
lasciati trasportare dalle emozioni...  
non soffocarle, ma vivile.  
Lascia che il tuo spirito si liberi, fallo volare.

Esci da casa e fatti conoscere;  
fatti conoscere ma non cambiare...  
cerca di apprezzarti  
e non piangere se qualcuno sottolinea i tuoi difetti,  
quel qualcuno ignora i propri.  
Perciò esci, sorridi a tutti  
perché il tuo sorriso può rendere felice,  
può aiutare coloro che pur non sapendolo,  
hanno bisogno del tuo tenero gesto!  
Ama la vita, ama te stesso!

## UN BACIO

Un bacio rubato  
alle prime ore del mattino.

Candito e puro  
come una sorgente che nasce  
dalla valle più sperduta.

Le labbra si sfiorano a loro insaputa,  
sorprese ma consenzienti.

Il cuore palpita,  
sempre più velocemente  
al pensiero di quel semplice gesto.

## STELLINA

Notte piccola stellina  
che brilli nel buio della notte.  
Notte piccolo puntino scintillante  
in mezzo al cielo oscuro.  
Il tuo splendore abbaglia,  
la tua bellezza mi illumina.  
Che cosa fai lassù?!  
Scendi e vieni da me...  
Io ti elogerò, ti farò mia.  
Sarai l'única luce che mi guiderà  
nel buio della vita.



## RINGRAZIAMENTI

Vorrei ringraziare i miei genitori Elisa e Antonio perché quello che sono e ciò che faccio, lo devo soltanto a loro; mi hanno insegnato a superare ogni difficoltà e a non perdere mai il sorriso. Katuscia e Massimo perché mi hanno sempre aiutato e sostenuto in tutto. Francesco, il mio amore, che mi mostra che ogni giorno nuovo è sempre più bello.

I miei amici, che nei momenti più brutti ci sono (a questo proposito preferisco non fare nomi per evitare di dimenticare qualcuno). M., una persona che mi è stata molto cara in passato e parte di queste poesie sono ispirate a lui. Signor Marzorati che mi ha incoraggiato e consigliato la strada giusta. E alle new entry, Brick e Davide... che per quanto piccini, sono sempre i miei amori.

Ringrazio infine tutto lo staff della casa editrice Zona in quanto ha creduto in me e mi ha dato la possibilità di realizzare il mio sogno.

## SOMMARIO

Filosofia di...	5
Un Bacio	7
Stellina	8
Amari ricordi di momenti belli	9
Notte rapita	11
Perduta senza te	12
Vergogna assassina	13
Suicidio	14
Rinascero	15
Forse troppo...	16
Dov'è la felicità?!	17
Un istante	18
Verità sognata	19
L'impossibile possibile	20
Lo ieri di oggi	21
Farfalla	22
Amare l'amore	23
La paura	24
Non fingere!	25
Dolce Amore	26
Chi sei?	28
Maldentro	29
Attori	30
Cuore spento	31
Per l'ultima volta	32

Ovunque	33
Lacrime infinite	34
Male al telefono	35
Lontano il tuo ricordo	36
Dentro... lo so	37
Vuoto	39
Cara amica	40
Il percorso	41
La tua immagine	43
Pianto allegro	44
Dedica nel ricordo	45
Grazie di cuore Sandro (11.05)	46
Proprio tu parli	47
Laceranti pensieri	48
Com'ero	49
Mai più	50
Voglia di vivere	51
Seguimi	52
La mia morte	53
Rabbia	54
Volevo...	55
Donna triste	56
Amore senza volto	57
Giorni infiniti	58
Tu lontano da me, lontano da noi	60

Un bacio rubato	61
Un sogno d'allegria	62
Crudeltà gratuita	63
Amore nato morto	64
Ti ammiro	65
Egoista	66
Impronta in me	67
Ho paura di perderti	68
Ringraziamenti	69



**Sonia Raineri** nasce nel 1983 a Brescia dove tuttora vive e lavora. E' iscritta alla Facoltà di Psicologia presso l'Università degli Studi di Bergamo. Le piace viaggiare ed ha vissuto per un breve periodo a Dublino. Si avvicina alla poesia fin da bambina e ritiene che scrivere sia un "bisogno essenziale" per poter vivere una vita piena di serenità. Felice nel presentarvelo, questo è il suo primo libro.

Una lacrima scende al cuore,  
il tuo dolce ricordo.  
Che bello che sei,  
così dolce, intelligente.  
Mi avvolge  
una triste nostalgia di te,  
di tutti i momenti belli  
vissuti accanto a te.  
Mi abbandono ad un pianto.  
Mi sento persa senza di te.  
Tu sei il raggio di luce  
nell'ombra più oscura.  
Tu sei la vita, sei l'amore.  
Tu sei tutto il mio mondo.

Euro 10,00  
ISBN 978 88 6438 171 8



9 788864 381718