

I giorni del sole

*Storia di una rinascita*

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

**Sabrina Sopranzi**

# **I GIORNI DEL SOLE**

*Storia di una rinascita*

*Romanzo*

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

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

Copyright © 2023  
**Sabrina Soprani**  
Tutti i diritti riservati

*A Giacomo,  
Infinito Amore.*



*“Slargo le vene  
per nostalgia  
del sole tuo.  
Oh, io son la luna  
dolcissima che vacilla  
nella tua luce.  
Una notte tremando  
lascerò il cielo e  
tu, con la tua scossa  
appassionata mi dirai:  
siamo il coraggio  
del ri-vivere.”*

*Per Sabrina  
Fabiana V.*





## **La mia vita è fatta di sogni**

La prima volta che ho sognato (a occhi aperti) è stato davanti alla televisione. Letteralmente incantata dagli show di prima serata che tra gli anni '80 e i '90 costellavano i palinsesti, mi incantavo ad ammirare i cantanti, i ballerini, le coreografie spettacolari. Poi fu la volta dei comici, i grandi attori, il cinema, il teatro, la recitazione. La mia infanzia è stata nutrita dal sogno dello spettacolo.

Crescendo, e conoscendo la letteratura e la poesia, ho compreso che lo spettacolo, fatto di danza, recitazione, canto e intrattenimento, non è solo svago fine a se stesso, riempimento di tempo vuoto, bensì esso stesso è cultura. La mia cultura più grande insomma si è formata al di fuori della scuola, nella letteratura di fantasia, nei fumetti, nel cinema, nel teatro. Senza nulla togliere alla formazione scolastica, che ritengo oltremodo importante per la crescita personale di ogni individuo, io ho scoperto altrove la bellezza dell'arte.

Crescendo ancora, ho imparato che non basta avere dei sogni, ma bisogna anche provare a realizzarli. Fu così allora che mi decisi a mettere da parte le attività che non mi interessavano, e dedicarmi solo a ciò che mi piaceva fare, prima nel lavoro, poi anche nel tempo libero.

A un'età in cui ci si aspetta stabilità, ho intrapreso grandi cambiamenti, ricominciato tutto da capo, imparato cose nuove.

I risultati che ne ho ricavato, seppur piccoli e incostanti, limitati dai miei errori e dalla mia perenne curiosità, sono state gioie immense, e mi hanno insegnato che la felicità non è fare tutto ciò che si vuole, ma se si smette di fare ciò che non si vuole, questo può rendere già molto felici.

Ringrazio molto chi mi ha insegnato questo, e ringrazio anche me stessa, perché il primo insegnamento è stato proprio che la persona che più di tutti può rendermi felice sono io.

È così che è nata la storia narrata in questo libro. Un po' di ispirazione dal cinema, un po' dalla letteratura, un po' dalla mia crescita personale e spirituale.

È una storia umana, di vita vissuta. Si potrebbe definire una storia "normale", ma visto ciò che negli ultimi tempi questa società associa al concetto di normalità, preferisco evitare questa definizione. È piuttosto una storia semplice, eppure fatta di elementi speciali: la forza interiore, l'amicizia, l'amore. Ognuno di questi elementi ha un ruolo nel nostro percorso di vita, sta a ognuno di noi saperli riconoscere e farne l'uso migliore.

È questo che impara a fare Lisa, la nostra protagonista. Lisa comprende che ciò che le accade non è frutto di una casualità, ma il modo che usa l'universo per condurla a una meta.

Questa storia è il mio ringraziamento alla vita, agli insegnamenti che mi ha dato e che continua a darmi, e il mezzo che uso per dividerli con voi.

Buon cammino.

*Sabrina*

## La prima lezione di yoga

Lisa uscì di corsa dalla porta socchiusa e si incamminò velocemente lungo il vialetto alberato. Pestava noncurante la distesa di petali di rose caduti a terra, la stradina che portava al cancello era completamente ricoperta di un'infinità di fiori e foglie dalle mille sfumature di colori primaverili, Lisa ci camminava velocemente sopra e ogni tanto rischiava di scivolare sopra quel tappeto profumato e scricchiolante.

«Lisa, aspetta!» una voce dietro di sé. Si voltò continuando a camminare, era quasi arrivata al cancello. «Aspetta, piccola, hai dimenticato la maglia...tu vai sempre troppo di corsa, bambina mia...!» Solaria l'aveva quasi raggiunta e portava in mano il suo golfino azzurro.

«Oh, grazie, Solaria, non so dove ho la testa!» esclamò Lisa trovandosi di fronte l'anziana signora. Fece un gesto quasi di carezza nel prenderle il maglione dalle mani, come a temere di farle male.

D'altronde, Solaria non poteva che ispirarle tenerezza, era la sua insegnante di yoga solo da due anni, ma c'era tra di loro un rapporto profondo, quasi materno, nonostante Lisa ce la avesse una madre, e anche molto presente, fin troppo, pensava lei! Ma con Solaria era diverso, quella donnina minuta e apparentemente vulnerabile, che sem-

brava potesse volare via a ogni soffio di vento, portava in sé una carica di energia sorprendente. Lisa ne era rimasta subito colpita dal primo incontro. Pensava che col passare degli anni nelle persone le energie andassero diminuendo, o perlomeno così le avevano sempre detto, soprattutto nelle donne, quando le ossa si indeboliscono, e tutti i discorsi che aveva sempre sentito dire da sua madre e le zie. Le donne della sua famiglia in effetti non erano invecchiate molto bene, sua madre aveva solo cinquantanove anni ma poteva dimostrarne quasi dieci di più, tanto era trascurata, sul viso e nel fisico, colpa anche delle sigarette, e nonostante fosse la più piccola di tre sorelle, sembrava quasi la più anziana. Era talmente impegnata a lavorare in casa e a non trascurare nessun minimo dettaglio nella pulizia e nelle faccende domestiche, che negli anni aveva dimenticato di prendersi cura di sé.

Quando aveva conosciuto Solaria, Lisa aveva scoperto che si può invecchiare bene, eccome! Era originaria dell'India, le aveva detto mille volte il nome della località ma non lo ricordava mai, non che l'India l'avesse mai interessata come paese, quelle culture orientali e piene di mistero le avevano sempre messo un po' di inquietudine, *troppo lontane da noi, pensava, insomma, se esistono tanti paesi così diversi tra loro un motivo ci sarà... perché SIAMO diversi.* In effetti non capiva tutto quell'interesse che si era creato negli ultimi anni verso le culture orientali: le terapie olistiche, la dieta vegana, lo yoga, sembrava più una moda passeggera a cui molti aderivano solo per fare qualcosa di alternativo.

«E così, tra qualche anno finirà l'interesse e si passerà a qualcos'altro» diceva con la sua amica Alice mentre due anni fa si recava alla prima lezione da Solaria. Alice era