Esternazioni
di momenti particolari
della mia vita

Effe Gi

A mia moglie

Percorro favolosi sentieri
solo guardandoti negli occhi,
vivo storie meravigliose
al solo ascolto delle tue parole,
vinco grandi battaglie
solo ascoltando i tuoi consigli,
supero enormi muri di incertezze
solo seguendo i tuoi passi.

Tu, fulcro della mia esistenza,
guida del mio cammino,
maestra della mia vita.

Tu, centro del mio universo.

Franco Guastella (Effe Gi)

Indice

A chi ci vuole rubare l'anima; ……24
Ad un uomo venuto da lontano; ……...……...15
Aiutami; ……..17
Ala spezzata; ……...11
Anima truccata; ……..19
Braccato; ……..4
Di padre in figlia; ……....23
Dolce amore; ……..……..7
Donne; ……....26
Estasi; ……...6
Il tempo scorre; ……...21
Imbambolato; ……29
Lacrima nel lago; ……27
Lacrime d'amore; ……...22
Mani giunte; ……18
Mare meraviglioso; ……25
Orizzonti; ……31
Paesaggio; ……..28
Pieno di te; ……..20
Quel che sento; ……8
Solo un uomo; ……...5
Un amico; ……...13
Un giorno qualunque; ……30
Un po' d'amore; ……..10
Un sole che brilla a mezzanotte; ……9
Una ragazza; ……...14

Braccato

Il vento dentro le orecchie
ti sussurra la tua incoscienza;

in una morsa gelida
continua la tua vita monotona
da te scelta ma non voluta,
si stringe e tu,
braccato,
non tanto vorresti fuggire,
ma talvolta far passare il tempo prima del previsto.

Pensi tanto che la voce diventa respiro;
l'unico motivo di vita
l'amore che non sei sicuro cosa sia,
ma in cui ancora credi,
l'unica cosa in cui non ti senti
braccato.

Solo un uomo

Vorrei essere un cavallo,
per portarti sulla groppa in giro per i prati
e sentirti felice su di me;

vorrei essere una mosca,
per starti accanto anche quando sei lontana
e baciare le tue guance rosa;

vorrei essere un pesce,
per nuotare in alto mare accanto a te
ed accarezzare il tuo corpo bagnato;

vorrei essere quello che sono,
il tuo uomo di sempre,
che non può correre come un cavallo,
non può volare come una mosca,
non può nuotare come un pesce,
ma può amarti come un inutile, sciocco, semplice uomo.

Estasi

Quanto è grande il mondo;
quanto è piccolo l'uomo,
quanto è immenso il suo cuore;

quanto è bello l'amore
che dura tutta la vita;

quanto è bella la vita
se è tutta un amore.

Dolce amore

Dolce mio dolce amore
che annusi il fiore delle mie carezze,

dolce mio dolce amore
cancella per me lacrime e tristezze,

tu sei il sole, il cielo, il mare,
tu sarai sempre il mio dolce amore.

Quel che sento

Quel che sento sono coriandoli di vetro,
una pioggia senza sosta,
e tu piangi dentro il letto.

Caro amore io ti aspetto,
come sempre son disposta,
e non far quel viso tetro.

Quel che sento è solitudine,
un vuoto nero nero,
e tu soffri più di me.

Sono sempre accanto a te,
con il cuore e col pensiero,
ed immensa gratitudine.

Quel che sento è un sussurro,
una voce da lontano…
quel che sento è che ti amo.

Un sole che brilla a mezzanotte

C’è un sole che brilla a mezzanotte
che va in giro per le strade
e sbircia i letti degli amanti
che si svegliano e si scambiano dolcezze
colpiti dai suoi raggi invisibili e penetranti.

C’è un sole che brilla a mezzanotte;
nessuno lo vede, nessuno lo sente,
ma il cuore di ognuno riscalda lentamente
sia se c’è neve sia se c’è vento
e tutta la natura cambia aspetto.

C’è l’amore che brilla a mezzanotte
che abbellisce i prati e le campagne,
il mare, i monti, le pianure,
le case, le piazze, le autostrade,
i volti delle donne innamorate.

Un po’ d’amore

Basterebbe comprensione, affetto, solidarietà,
per capire le mie noie,
il mio bisogno di svagare dalla realtà.

Basterebbe rilassarsi,
volare con la mente, sorvolare il presente,
le tensioni familiari, la stanchezza, le perplessità.

Basterebbe perdonare
i miei errori quotidiani,
seguire gli ideali che stringo tra le mani,
spezzare il rimorso che mi provoca dolore.

Basterebbe un po’ d’amore.

Ala spezzata

Come un uccello con un'ala spezzata
mi trovo a vagare in uno spazio nuovo,
come se fosse la prima volta,
pauroso d'ogni giudizio o accusa
anche se conscio di un'opposta realtà.

Duro accettare la mia immagine ribaltata
che mi fa cercare spazi sconosciuti
dove allenarmi alla nuova percezione
di un'esistenza quanto mai occasionale.

Cerco di distrarmi con futili mondanità,
o, se posso, con positivi atti d'altruismo,
di estraniare la mia mente a cose più importanti
e grazie ai miei cari ogni tanto ci riesco.

Ma la notte il terrore mi circonda,
tutto sembra complicarsi,
le lacrime mi avvolgono,
gli amici diventano nemici.

Eppure ho la forza di resistere,
di combattere con tutto me stesso:
devo continuare la mia missione di padre e di marito;
ci sarà pure un motivo per cui Dio ha voluto ciò.

Questa forza che solo Lui mi può dare
la userò per aiutare chi non ce l'ha

perché solo chi ne ha avuto l’esigenza
può capire chi ne ha bisogno.

Ho cambiato punto di veduta,
i veri valori forse tutti li hanno dentro,
ma è ad esternarli che non si è capaci:

qui la lotta, qui la forza, qui la fede.

Un amico

C’era una ragazza
che amava la fotografia,
il sole, il mare, la buona compagnia.

Cercava un ragazzo,
un affetto, un amore infinito;

l’aveva trovato: era un sogno, era bello,
ma come tutti i sogni era svanito.

Un amico invece resta:
lo possono scartare,
lo possono deridere,
lo possono menomare,

ma non lo possono eliminare.

Una ragazza

Conoscevo una ragazza sempre sorridente,
in un ambiente scialbo
e talvolta disumano.

Mi manca il suo sorriso,
il mais, il cruciverba,
il caffè pomeridiano.

Ultimamente,
vedevo nel suo volto
un velo di tristezza.

Possa ritornare allegra come prima,
e quindi cancellare
ogni sorta di amarezza.

Io la ricorderò come quella che mi ha dato
Un po’ di allegria in quel posto desolato.

Ad un uomo venuto da lontano

Sei venuto dall'Est per dirci di non avere paura.
Hai riunito i giovani di tutto il mondo dando loro la fede e la speranza.
Sei andato in giro per il mondo ad ammonire le genti.
Hai chiamato presso di te amici e nemici in nome dell'amore, della fede e della carità.
Ti hanno ferito; sei stato ammalato, ma ti sei sempre rialzato ringraziando Dio di averti fatto soffrire e capire il perché di quelle sofferenze.
Hai sempre respinto le guerre, le ingiustizie, le dittature.
Hai chiesto scusa per i nostri peccati.
Ti sei umiliato in nome di Gesù.
Due paesi ti hanno chiuso le porte e tu avevi chiesto loro di spalancarle a Dio.
Hai saputo piegare i potenti del mondo affermando la forza della pace, dell'amore, di Gesù Cristo, ed hai ottenuto il rispetto anche dei tuoi nemici.
Hai fatto inginocchiare gli atei, hai messo nel dubbio i laici, hai rafforzato la fede dei cattolici, sei riuscito a far capire l'importanza della vita, della libertà, della carità, dell'amore verso il prossimo, dell'uguaglianza dei popoli.
Hai pregato assieme agli esponenti di tutte le altre religioni.
Hai cambiato la storia.
Hai cambiato la nostra vita.
Hai allargato le braccia della Chiesa a tutto il mondo.
Come possiamo non piangere la tua scomparsa?
Avrai sempre un posto nel nostro cuore.
Ti prego, prega per noi.

Abbracciami

Abbracciami,
affinché non possa rimpiangere di non averlo fatto.

Abbracciami col cuore,
affinché possa sentire il tuo affetto.

Abbracciami forte,
affinché non mi senta solo

e possa continuare a sopravvivere.

Aiutami

Tu che hai camminato sulle acque,
aiutami a camminare su questa terra.

Tu che hai moltiplicato il pane e i pesci,
aiutami a moltiplicare la mia fede.

Tu che hai trasformato l'acqua in vino,
aiutami a trasformare l'odio in amore.

Tu che hai predicato l'umiltà e l'altruismo,
aiutami ad annullare il mio orgoglio.

Tu che hai sopportato la frusta, le spine e i chiodi,
aiutami a sopportare il dolore e le malattie.

Tu che sei andato a sedere vicino al Padre tuo,
aiutami a sedere accanto a Te.

Mani giunte

Oh Signore,

non mi preoccupo perché ho dolore,
né perché sono impacciato nei movimenti;

non mi lamento perché sono diverso,
né perché ho difficoltà a fare le cose di tutti i giorni;

non soffro perché gli altri mi guardano con compassione,
né perché non posso lavorare come vorrei,

ma solo perché non mi è possibile pregarti a mani giunte.

Anima truccata

Un po’ di fard
per coprire le imperfezioni del tuo volto,
un po’ di mascara
per raddrizzare le tue ciglia,
un po’ di rossetto
per ravvivare le tue labbra,
un bel vestito
per farti sembrare elegante ed attraente,
un po’ di smalto
per colorare le tue unghie.

Ma per la tua anima niente,
perché brilla di luce propria.

Pieno di te

Dalle mie ciglia un tuo capello riccio
scende giù fino alla mia tasca;

sulle mie labbra un puntino rosso posticcio
che se era nero avrei pensato fosse una mosca;

mentre mi rado non posso non pensare
a quanto fai per me ogni momento,
che se non ti avessi non potrei continuare
e tu che riesci a sopportare ogni mio lamento.

Sono pieno di te nel corpo e nella mente,
in ogni pensiero, in ogni frase, in ogni gesto,
pieno di te continuamente,
e tutto il resto non fa testo.

Il tempo scorre

Se non trovi le parole,
forse è l'orgoglio che le trattiene;

se non riesci a pronunciarle,
forse è la vergogna che le imprigiona;

allora le scrivi
perché la penna non è capace di mentire,
anche se forse non le leggerà nessuno,
con la speranza che un giorno
qualcuno ti possa capire.

E intanto il tempo scorre…

Lacrime d’amore

Occhi di ghiaccio,
sguardo penetrante;
ti guardo e m’impaccio,
sei una cosa a sé stante.

L’alba rischiara col suo bagliore
Il mio universo insignificante;
cerco un senso, cerco l’amore,
cerco qualcosa d’importante.

Ma ormai non è troppo tardi?
No! L’amore non è spazio-temporale,
una vita non basta a capirne i misteri,
non esiste quello di oggi o quello di ieri.

La mente umana non potrà mai capire l’amore
così come non potrà mai capire l’infinito,
me ne accorgo mentre ti sto ancora guardando
e noto che l’alba è diventata tramonto!

Intanto il ghiaccio dei tuoi occhi si è sciolto:
sono lacrime, lacrime d’amore.

Di padre in figlia

Sai che c’è?

C’è che ogni cosa che faccio per te
tu mi rinfacci che la faccio per me.

C’è che ogni volta che cerco di spiegarti
tu sei nel tuo mondo e non vuoi ascoltarmi.

C’è che ogni cosa che dico e che penso
per te è una stronzata, una cosa senza senso.

C’è che ormai ti sto sulle palle
e non hai più voglia di ascoltar le mie balle.

C’è che con te ho sbagliato tutto
e questa cosa mi ha totalmente distrutto.

C’è che un giorno forse mi dirai:
“Chissà perchè, ma non ti capirò mai”,

ma una figlia non potrà mai capire
che l’amore di un padre non potrà mai finire.

A chi ci vuole rubare l’anima (In ricordo della Shoah)

Se la notte è vuota e nera,
noi riempiamola d’amore.

Se il giorno è pieno di dolore,
noi sbattiamolo in un angolo a marcire.

Se qualcuno cerca di cancellare le nostre idee,
noi riscriviamole col cuore.

Se ci vogliono togliere gli ideali,
noi respingiamoli con la forza interiore.

Perché noi siamo uomini
e loro non sono niente.

Perché noi abbiamo le nostre donne
e loro sono soli come ombre perdenti.

Perché noi amiamo la vita
e crediamo ai sogni dei nostri figli
e nessuno mai ce li può portare via.

Mare meraviglioso

Meraviglioso mare,

con le tue onde, con il rumore dei tuoi flutti
ci fai sognare,

ci rassereni e ci diletti;

d’estate ci fai abbronzare
e d’inverno ti stiamo a guardare,

entusiasti della tua bellezza,
ci riempi il cuore di tenerezza.

Donne

Donne
che sembrano deboli ma che sono molto forti,
che dicono sempre di no ma solo se non gli importi,
che ti fanno girare la testa ma se vogliono ti fanno a pezzi,
che non sai leggere nei loro occhi ma ti ci perdi se ci mettono i mezzi,
che anche se sono a terra sanno volare e ti danno forza e coraggio,
che in qualsiasi occasione sanno darti il giusto messaggio,
che sono belle quando sono felici,
che ti vanti quando le presenti agli amici,
che crescono i figli con amore e autostima,
che non ti devi mai permettere di giudicare prima.

Lacrima nel lago

La tua lacrima nel lago
ha propagato la tua tristezza sulla riva
appassendo le piante che ha bagnato
e uccidendo gli animali che se ne sono nutriti.

Poi il tuo sorriso ha illuminato l'orizzonte
e la sua luce rinverdito gli alberi
e rinvigorito gli animali.

Poco è bastato per ribaltare la mia anima.

Paesaggio

Stanotte la luna bacia il mare
illuminando i tuoi capelli sulla sabbia;

un gabbiano vola basso
a guardare due delfini in amore;

il rumore di una barca che va a pescare
copre i nostri respiri ansimanti;

ed è subito giorno.

Imbambolato

Sfreccia su piedi alati il desiderio di accarezzarti,
oltrepassando un muro di dolci sensazioni.

Sorvola galassie di emozioni e fantasie,
per ritrovarti sul tuo letto di stelle.

Aurore boreali sono le tue tende
e comete brillanti i tuoi lampadari
che mi lasciano imbambolato a rimirarti.

Un giorno qualunque

Spengo la sveglia prima che suoni,
i soliti esercizi, le solite azioni,
caffè, doccia, barba, calzoni,
ce la farò anche oggi senza eccezioni.

Fortuna che ho gli amici,
fortuna che ho una bici,
possiamo andare al mare se dici,
o se ti va anche ai tropici.

Giorno per giorno ti devi inventare
sempre e comunque qualcosa da fare,
poi qualche volta ti ritrovi a sognare
e scopri che il tuo è bisogno di amare.

O forse quello di essere amato,
capito, pensato, considerato,
e anche se è vero che il tempo è passato,
ti senti un bambino, quasi rinato.

Poi ti fermi e tiri le somme,
come faresti senza le donne?
Sono importanti, son le colonne,
lo sono sempre, da figlie, da mamme e pure da nonne.

Orizzonti

Sole, tramonto, mare,
connubio perfetto per rilassar la mente,
perfetto ambiente per rallegrar il cuore,
qui abbandonati amore e lasciati amare.

Un caloroso abbraccio a chi mi sostiene e a coloro i quali avranno dedicato il loro tempo alla lettura di questa raccolta.