

Vivere  
navigando  
fuori dagli schemi



**Maria Stefania Putzu**

**VIVERE  
NAVIGANDO  
FUORI DAGLI SCHEMI**

*Riflessioni e Poesie*

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

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

Copyright © 2025  
**Maria Stefania Putzu**  
Tutti i diritti riservati

*Dedicato a mia madre Lilly,  
che mi ha insegnato a vivere con coraggio,  
che mi ha trasmesso la passione  
per la scrittura e la lettura,  
che mi ha insegnato  
ad ascoltare i cuori e a leggere gli sguardi,  
a prendere per mano e accompagnare.  
Con immensa gratitudine e amore  
per avermi stimolato ad essere  
la donna che sono diventata.*



## Introduzione

Ho sempre pensato che scrivere rappresentasse il potere di evocare emozioni, di conservarle e di far riflettere sulla vita. Scrivere diventa un compagno di viaggio che spesso facilita la difficoltà ad esprimere verbalmente il vortice di pensieri e sentimenti che si impossessano della mente.

Per me, scrivere è un modo per dare forma ai miei pensieri e alle mie emozioni, per esplorare i meandri della mia anima e per comprendere meglio me stesso e il mondo intorno a me. È un processo di auto-scoperta e di riflessione che mi aiuta a dare senso alla mia vita e a trovare il mio posto nel mondo.

La scrittura è anche un modo per condividere le mie esperienze e le mie emozioni con gli altri, per creare un legame con chi legge e per far sentire meno solo. Spero che i miei scritti possano ispirare, confortare e far riflettere chi li legge, e che possano essere un compagno di viaggio come lo sono per me.

In questa raccolta di vaneggi, ho cercato di catturare i momenti più significativi della mia vita, ho cercato di dare forma ai miei pensieri e alle mie emozioni, e condividere con voi la mia visione del mondo. Spero che possiate trovare qualcosa che vi risuoni, che vi faccia riflettere e che vi aiuti a comprendere meglio voi stessi e il mondo intorno a voi.



## Navigo in questo mare

Navigo in questo mare,  
man mano che la luce  
predomina sul buio  
diventano più nitide le parole  
e stimolate dall'interno  
che si sveglia riempiono pagine.

Galleggio in spazi  
immensamente vasti  
e imparo,  
sì, imparo a vivere  
in questa mia barca  
fatta di sogni, sacrifici, piacere,  
dolore, allegria, stupore,  
curiosità,  
introspezione, pensieri,  
vaneggi, parole.

Sarà come andare in palestra  
e poter edificare il proprio senso  
di partecipazione e esperienza,  
in una navigazione  
il cui tempo è Vita.  
Sarà uno splendido gioco di metafore,  
creatività che assumerà  
un valore unico  
e determinante  
nella mia quotidianità.

Sarà una navigazione  
all'insegna della condivisione  
di spazi, luoghi, modi di vivere  
e di godere di uno stesso bisogno.

Insieme ci riapproprieremo  
del valore del tempo,  
senza esserne invasi,  
sfuggendo a quella frenesia  
di quel qualcosa  
che ci fa sentire ospiti  
di una vita  
che ci dovrebbe appartenere.

## La poesia è luce

La poesia è luce e la luce è poesia,  
un'equazione perfetta, un'armonia.  
La luce si fa strada nel buio,  
e le parole si svegliano,  
stimolate dall'anima.

Riempiono pagine  
di pensieri e di sogni,  
accompagnate da un fluire  
di creatività,  
senza ostacoli avanzano.  
La libertà è il loro habitat,  
scorrono come un fiume.

Come note di una melodia,  
si susseguono, si intrecciano,  
si fondono.  
Diventano luce che illumina,  
che rischiara le tenebre  
e dona senso.

La luce della poesia è un dono,  
che ci fa vedere oltre l'ombra.  
È un raggio di sole che scalda,  
che porta vita e speranza.

## **Navigare è un po' come vivere**

Liberò la mente  
e per un attimo la fantasia vola.  
Navigo leggera,  
galleggiando su uno spazio ristretto  
che stimola l'immaginazione.

Così, gli spazi diventano infiniti,  
così, imparo a vivere aprendo porte  
a nuove possibilità  
e nuovi orizzonti,  
dove la libertà è il mio timone.

La nave va, con la solennità  
che si addice a questo viaggio  
che in fondo è vita.  
La notte con il chiarore  
che vince le ombre  
e conquista la luce  
rappresenta la speranza  
che può emergere  
anche nelle situazioni più difficili  
così arriva l'ispirazione.