

*giovani*AUTORI

Daphne Squarzoni

Ordinary Love



SCRI(VI)VIAMO

I QUADERNI DI DAPHNE

isenzatregua edizioni

www.isenzatregua.it

Ordinary Love
scri(vi)viamo
i quaderni di Daphne
di Daphne Squarzoni

collezione *giovani*AUTORI
ISBN 979 12 81399 273

©2025 – isenzatregua – edizioni, Riva del Garda (Tn)
I^ edizione maggio 2025

INDICE

Ordinary Love: istruzioni per l'uso

PARTE PRIMA – HEARTBEAT

<i>Ciao!</i>	pag. 7
Al buio ti toccò il cuore	pag. 11
La cena migliore di sempre	pag. 15
Non sto sognando	pag. 19
La mia gioia preferita	pag. 21
Va' via	pag. 27
A casa da lei	pag. 31
In guerra e in amore	pag. 35
Just say you won't let go	pag. 43
Per te, che sei la mia principessa	pag. 51
Un ottimo pilota	pag. 55
Game Over	pag. 61
Il treno dei ricordi	pag. 67
L'inizio di qualcosa	pag. 77

Qualche cosa la so fare	pag. 85
Come se la coppa fossi io	pag. 91
La mia vittoria più bella	pag. 101
Tè caldo	pag. 107
<i>Notebook</i>	pag. 115

PARTE SECONDA – HEARTBREAK

<i>Lo sapevi che...</i>	pag. 125
Siete il cielo e la terra	pag. 129
Sconosciuti	pag. 131
Come sabbia tra le dita	pag. 135
Freddi come il ghiaccio	pag. 139
Quando mi libererò per l'ultima volta?	pag. 141
Come se non avessi mai detto nulla	pag. 145
Che altro devo fare?	pag. 151
La persona sbagliata	pag. 155
A lui la lettera	pag. 159
Parte di te	pag. 163
Il mio tempo	pag. 167

Giusto così	pag. 171
Il mio pensiero	pag. 175
Che mi manchi a fare?	pag. 179
Sue me	pag. 181
<i>Notebook</i>	pag. 189

PARTE TERZA – ORDINARY LOVE

<i>Caro lettore, cara lettrice</i>	pag. 199
Non lo voglio sapere	pag. 201
Estate	pag. 207
Per farti stare zitta	pag. 213
A parole tue	pag. 221
Al ragazzo che sei stato	pag. 225
Che carini	pag. 229
Sognare insieme	pag. 233
Lettere d'amore	pag. 239
Sopra la cascata	pag. 245
Serata libera	pag. 251
Ordinary people	pag. 259

Con-vivere	pag. 265
Ti amo	pag. 271
Proposta	pag. 277
Siamo incinti	pag. 281
Primo e ultimo bacio	pag. 287
La morosa di tuo figlio	pag. 295
<i>Notebook</i>	pag. 303

Fun Fact	pag. 313
Ringraziamenti	pag. 317
L'autrice	pag. 321

ORDINARY LOVE: ISTRUZIONI PER L'USO

Quante volte ti sei trasformato nel corso della tua vita?

Quante volte hai progettato qualcosa per poi scoprire che la realtà scombina le carte? Quante scelte, quanti cambiamenti, quante piccole e grandi rivoluzioni hai attraversato?

Anche questo libro. Ti sembra strano? Lasciami spiegare: questo libro è nato tra i banchi di scuola assieme al mio primo amore, è cresciuto nutrendosi delle storie che mi circondano, si è colorato delle tinte fosche del cuore spezzato e, infine, è rinato a un nuovo amore. Ma ti dirò di più: questo libro non è nato come un tutt'uno, ma come quattro diversi volumi di racconti, ognuno con una sua tematica specifica.

Di questi quattro solo due sono stati pubblicati come raccolte di racconti per dialogare con i lettori.

Insomma, sono nati in un modo e tra scelte, cambiamenti, imprevisti e trasformazioni, i quattro libri sono diventati uno solo, quello che hai in mano. Ogni parte di questo volume ha un suo tema (primo amore, cuore spezzato, innamorarsi di

nuovo) e una sua introduzione per accompagnarti nella lettura in modo che tu possa scegliere se leggere tutto, dall'inizio alla fine, o saltare tra un racconto e l'altro in base al titolo che ti piace di più.

Ordinary Love funziona un po' come Instagram e TikTok e ti offre l'occasione di continuare a scrollare tra tanti diversi racconti brevi per trovare quello che risponde alle tue domande e racconta un pezzo della tua storia.

Questi racconti sono pillole d'amore da portare con te per leggerle mentre aspetti l'autobus, sulla metro, appena prima di dormire per chiudere gli occhi con un bel pensiero, o per piangere quando hai bisogno di tirare fuori tutto il dolore per poi sorridere di nuovo. Usa questo libro, riempi le pagine bianche che trovi alla fine di ognuna delle sue tre parti, scrivici i tuoi pensieri, i tuoi amori e i tuoi dolori.

Trasforma questo libro in un amico, un confidente, uno specchio, un microfono per far sentire la tua voce e raccontare la tua storia.

Buona lettura!

PARTE PRIMA

HEARTBEAT



Racconti per cuori innamorati

CIAO!

Sì, dico a te che hai aperto questo quadernetto e ti appresti a leggere questi racconti. Prima che inizi a sfogliargli, ci tenevo a raccontarti qualcosa di loro: come sono nati e cosa hanno significato per me, nella speranza che possano avere lo stesso valore per te.

Il primo di questi raccontini lo scrissi a quattordici anni (ormai una decina di anni fa!) durante l'ora di italiano. Mi stavo annoiando a morte e continuavo a perdermi nei pensieri. All'epoca avevo appena incontrato il mio PRIMO AMORE, quello famoso che non si scorda mai, e da brava ragazzina innamorata, non riuscivo a smettere di pensarlo. Probabilmente, è stato per questo che ho preso in mano la penna e ho cominciato a scrivere un racconto: avevo bisogno di mettere nero su bianco le mie emozioni. Ecco, questo è stato l'inizio.

Da allora, ho continuato *e continuato e continuato e continuato* a scrivere racconti durante le ore di lezione.

In principio, lo facevo per me stessa, per capire meglio i miei sentimenti, le mie gioie e le mie sofferenze, le malinconie e gli amori dell'adolescenza.

Poi, ho cominciato a guardarmi intorno, a osservare tante storie nelle vite dei miei compagni di classe e dei miei amici e mi sono messa a raccontare anche loro. Le emozioni riguardano tutti, belle e brutte che siano, e così i miei quaderni (rigorosamente A5) hanno cominciato a girare per la classe durante le lezioni: io scrivevo, i miei compagni leggevano.

Un po' alla volta ho nascosto in questi racconti la mia storia e la loro storia e vorrei che adesso queste storie potessero essere anche un po' tue perché le emozioni sono universali.

In particolare, questo quaderno tratta, appunto, del Primo Amore e un po' anche di tutti gli altri. Narra di piccoli momenti quotidiani e di grandissimi batticuori.

Troverai in queste pagine personaggi senza nome (tu, io, lui, lei) in cui, se vuoi, potrai indentificarti e sognare a occhi aperti, come facevo io sui banchi di scuola.

Magari qualcuno di questi racconti sfiorerà i tuoi ricordi, magari diverrà l'anticipazione di un avvenimento futuro, o forse sarà solo una piacevole lettura di pochi minuti.

A me piacerebbe che, alla fine di questo quaderno, o nel mentre, venga voglia di scrivere anche a te. Vorrei che scoprissi quanto può essere meraviglioso esprimere le proprie emozioni, dare loro una forma attraverso le parole per capirle meglio e viverle più serenamente.

Scrivere mi ha salvata tante volte e, forse, può aiutare anche te, gentile lettore. Per questo, all'interno del quaderno, troverai delle pagine bianche: abbi il coraggio dare una voce alla tua storia.

Buona lettura!



AL BUIO TI TOCCÒ IL CUORE

Ve ne state seduti vicini: tu sei appoggiata sulla sua spalla e lui ha la testa voltata verso la TV. Anche se è notoriamente timido non sembra a disagio a tenerti tanto vicina.

Rimanete così, vicini vicini, e siete entrambi arrossiti per l'emozione. Continuate a bisbigliare tra voi. Cos'avete di così importate da dirvi? Siete dolcissimi!

Lui ti guarda con la coda dell'occhio quasi avesse paura di fissarti addosso i suoi occhi scuri, e tu anche lo guardi di nascosto, camuffando i tuoi occhi chiari con il riflesso della TV sugli occhiali.

Tu ti allunghi verso di lui per bisbigliare qualcosa e lui si china verso di te: è una scena così dolce!

Il vostro sorriso vi riempie il volto, si ferma sulle labbra e trabocca dagli occhi con cascate di dolcezza e silenzi pieni di parole.

Tu porti una mano sul petto per sentire il cuore e lui continua ad avvolgerti con il colore dei suoi occhi e ti veste con lo stesso

ardore con cui altri ti avrebbero spogliata nel pensiero. Insieme siete così puri, così belli. Il sentimento che vi lega è tanto forte da non poter essere contenuto.

Il film continua ma, anche se non ve ne accorgete, tutti vi guardano di sottocchi, vi sbirciano appena come se sfogliassero un diario segreto lasciato aperto per sbaglio.

Vi guardano appena dieci secondi come a leggere solo una frase di quel diario. Poi guardano il film, ma la loro curiosità li porta a sbirciarvi ancora e ancora per voltarsi subito dopo, come se avessero visto qualcosa di davvero troppo prezioso e segreto. Come se per un attimo fossero riusciti a vedere nei vostri cuori, e si vergognassero di averlo fatto. E in effetti è così. State ancora bisbigliando, riempiendo la stanza dei vostri sentimenti.

Tu alzi una mano timidamente e la lasci sospesa come a decidere se fare o meno qualcosa. Poi l'appoggi sul suo petto, sul suo cuore, arrossisci e la tua espressione è come il tramonto, colorato dai sentimenti, dolce e semplice, focosa ma innocente.

Lui chiude gli occhi con la tua mano sul petto come se tu gli avessi davvero accarezzato il cuore.

Si gode quel contatto puro come l'acqua e dolce come la calda brezza estiva che ti avvolge e ti accarezza, toccandoti nell'intimo, danzando con la tua anima.

Ti riprendi la mano e vi guardate negli occhi in un misto chiaro-scuro che nulla travolge e tutto avvolge. Un contatto senza tocco così profondo che tutti vi ci vedono annegare dentro.

Il film finisce e voi rimanete seduti sul divano, senza guardarvi, troppo imbarazzati dalle luci accese. Eppure, tra voi scorre una corrente carica di quel sentimento che riempie l'aria ogni volta che siete assieme, indipendentemente dalla luce spenta.



NOTEBOOK

Eccoci qui!

Questa prima parte è ormai terminata e ho pensato di lasciare questo spazio libero per scrivere i tuoi pensieri, i tuoi commenti, i tuoi amori.

Spero che vorrai riempirlo delle tue storie incollando foto, biglietti, scontrini e ogni dettaglio che saprà ricordarti quando è bello innamorarsi.



PARTE SECONDA

HEARTBREAK



Racconti per cuori infranti

LO SAPEVI CHE...

Alcune ricerche hanno dimostrato che reagiamo alla fine di una storia d'amore come a un lutto.

L'amore ha il magico potere di far sembrare il mondo un posto migliore e di riempirci di energie, quando però tutto finisce ci ritroviamo sotto le macerie dei nostri sogni, con interi scatoloni di ricordi dolci e futuri possibili che abbiamo soltanto immaginato.

Alcune storie finiscono quando finisce l'amore, altre semplicemente non iniziano perché il tempismo è pessimo, altre finiscono unilateralmente, altre ancora si perdono nella distanza. Ci sono «*million reasons to quit the show*» e ognuna di queste ragioni è una lama diversa che apre in noi una ferita unica.

«Cosa vuoi che sia? Non finisce mica il mondo se vi siete lasciati». È la classica cosa che si dice quando un amore finisce.

L'avete mai sentito? La verità è che, quando una storia finisce, finisce anche un mondo: quello che abbiamo costruito con

l'altra persona, fatto di abitudini, di ricordi, di sentimenti che ci sembrano tanto unici e irripetibili.

A questo punto le reazioni sono diverse: c'è chi si butta subito nelle braccia di qualcun altro fuggendo la solitudine, chi invece si ritira a leccarsi le ferite e si ripromette di non cascarci mai più, chi sta semplicemente male per un po' finché il mondo non riprende a girare per il verso giusto.

E poi c'è chi, come me, scrive. Nella vita ho affrontato tutte le emozioni scrivendo e quando mi sono trovata con il cuore spezzato ho fatto proprio questo: ho preso la penna e ho scritto, scritto e ancora scritto. Ho riempito pagine e pagine del mio dolore che allora sembrava tanto immenso e insuperabile, mentre adesso è un ricordo sbiadito.

A queste pagine ho consegnato la mia sofferenza, la mia "elaborazione del lutto" e, alla fine, sono tornata a stare bene.

La scrittura è stata la mia terapia e adesso la consegno a te, lettore, come mandato: hai il cuore spezzato?

Stai affrontando un periodo buio? Abbi il coraggio di mettere nero su bianco le tue emozioni, resta un po' in

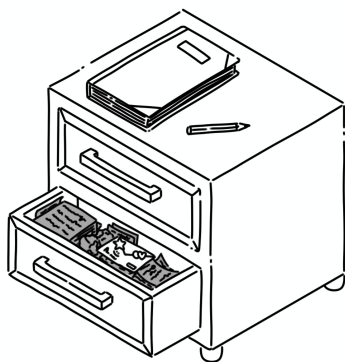
compagnia del tuo dolore, impara a conoscerlo e vedrai che farà meno paura. Nel frattempo, ti consegno questi racconti che ho inventato per nascondervi dentro le mie emozioni: avevo bisogno di camuffarle per tirarle fuori, per sentirle meno pressanti. Avevo bisogno di trasformarle in racconto per non esserne soffocata.

Assieme a questi racconti c'è un'altra cosa che ci tenevo a darti: un abbraccio virtuale. Un abbraccio per ogni volta che hai avuto il cuore spezzato, per ogni volta che ti sei sentito/a solo/a e senza speranza. Un abbraccio per ogni dolore e ogni ferita che ti hanno segnato per sempre. Un abbraccio per ogni volta che non hai trovato nessuno accanto a te.

Spero che questi racconti riescano a farti sentire meno solo/a nel dolore, più ascoltato/a, più capito/a.

Ti consegno questi racconti come fossero un abbraccio e ti prometto che prima o poi andrà meglio.

Buona lettura!



SIETE IL CIELO E LA TERRA

Camminate fianco a fianco e sembrate distanti anni luce.

Tu avanzi con le mani nelle tasche e gli occhi chiari fissi sui piedi.

Lui ti cammina vicino con lo sguardo perso nel vuoto.

Non vi parlate, non vi guardate e la vostra amicizia rimane sospesa tra voi malata e dolorante.

Alzi il profilo minuto incontrando il suo viso, sussulti. Sento i battiti del tuo cuore accelerare perfino da qui. Riabbassi lo sguardo triste e la luce che s'era accesa nei tuoi occhi si spegne.

Lui china la testa puntando le sue iridi scure sulla tua figura minuta. La sua faccia si impensierisce diventando quasi triste. Tra di voi c'è un muro: tu lo vedi, lui lo vede e nessuno sa fare nulla per buttarlo giù.

Fate male agli occhi. Vi ostinate a stare vicini nonostante tutto, lottate per non perdevi quando ormai è già tardi.

Ma è tardi?

Rialzi lo sguardo e questa volta i tuoi occhi incontrano i suoi. Sono cielo e terra che si ritrovano e in quello sguardo c'è il mondo. Sorridete e una crepa sottile si apre in quel muro.

I tuoi occhi si fanno lucidi, la sua bocca si apre sorpresa dalle tue lacrime. Volti via lo sguardo e il muro torna possente tra di voi.

Lui ci sbatte contro e la sorpresa diventa dolore.

Perché ti ostini a stargli lontano quando il tuo cuore corre verso di lui come una calamita? Quando smetterete di soffrire per la distanza che vi siete imposti? Siete il cielo e la terra e se non state insieme il mondo non esiste, questo lo capite?

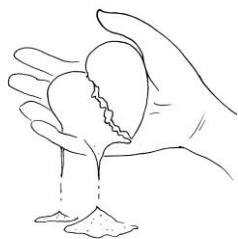
NOTEBOOK

«Riempi il tuo foglio coi respiri del tuo cuore» -

William Wordsworth

Ti auguro che queste pagine possano aiutarti a stare meglio. Che possano essere un amico fidato, un rifugio sicuro, un primo passo per ricominciare a star bene.

Scrivile, strappale, sporcale di lacrime, ti saranno amiche sempre.



PARTE TERZA

ORDINARY LOVE



Racconti d'amore quotidiano

CARO LETTORE, CARA LETTRICE

Eccoci alla terza parte di questo progetto! Fin qui ci siamo innamorati insieme e insieme abbiamo sofferto per il cuore spezzato. Ora che succede? Banalmente quello che è successo a me: per un periodo ho pensato di non volermi né potermi innamorare più, poi ho scoperto che invece sono recidiva e mi sono innamorata ancora. E quindi? Quindi ne è uscito questo nuovo quaderno scritto tutto dopo il liceo, tra le aule dell'università. Le storie raccontate qui dentro sono ancora una volta un mix di cose successe a me e cose successe ad altri. Questa volta ho voluto fare qualcosa di un po' diverso mettendo insieme una trama che legasse tutti i racconti.

A questo punto a te la scelta: puoi leggere i racconti come se fossero collegati tra loro, piccoli episodi di una stessa coppia di persone che si innamora e costruisce una storia; oppure, puoi leggere ciascuno di questi racconti come una storia a sé, ritrovarti e riconoscerti in alcuni e dimenticare gli altri.

Anche in questa parte ci saranno degli spazi per te che leggi,

spazi da riempire con riflessioni, con speranze, con sogni e commenti. Magari ci sarà qualche personaggio che ti starà antipatico, magari sentirai l'esigenza di fermare un pensiero, magari avrai voglia di fissare un'idea o di fantasticare guidato da queste storie.

Come sempre ti invito a prendere la penna e imbrattare questo quaderno perché diventi anche un po' tuo. Questo quaderno è il quaderno che dalle ceneri di un amore finito rinasce con un nuovo amore e vorrei che ti ricordasse sempre che dalle delusioni ci si rialza, dalla cenere si risorge, dal cuore spezzato ci si apre a un amore più grande. Almeno per me è sempre stato così.

Buona lettura!

NON LO VOGLIO SAPERE

«Io non lo voglio saper cosa vuoi da me» ti supplico.

«Io però voglio dirtelo» replichi sicuro di te come sempre. Scuoto la testa nascondendo il viso tra le mani come se potesse proteggermi.

«Perché non vuoi?» indaghi addolcendoti davanti al mio panico.

Inspiro l'aria trattenendola per qualche secondo per guadagnare tempo. «Non voglio sapere cosa vuoi da me perché, se tu me lo dicessi, poi io dovrei decidere cosa voglio da te – spiego – e io non voglio saperne niente. Non voglio sapere se mi piaci. Non voglio sapere se voglio stare con te. Non voglio sapere nulla. Grazie, ma no grazie».

Tu mi guardi con gli occhi sgranati: «Fammi capire – dici – non vuoi che dica niente per poter nascondere la testa sotto la sabbia?»

La tua sorpresa è evidente dal tono di voce e io mi limito ad annuire.

«Perché?» Mentre lo chiedi ti siedi sulla panchina più vicina con una pazienza infinita davanti ai miei capricci.

«Perché non voglio soffrire ancora. Non voglio farmi male. E non voglio che tu possa avvicinarti per spezzarmi il cuore» espongo trincerata dietro le mie paure.

Tu mi fai cenno di sedermi accanto a te e io mi avvicino titubante e spaventata dalla resa dei conti imminente.

«Lo capisco – cominci a dire trattenendoti visibilmente dal toccarmi – Però vorrei parlare con te. Per me è importante parlare con te» ribadisci guardandomi negli occhi per rassicurarmi. «Posso?» chiedi premuroso mettendomi in scacco.

Una parte di me vorrebbe fuggire lontana, l'altra è curiosa di sapere cosa hai da dire.

«Devi proprio farlo?» ribatto con lo stesso entusiasmo di una condannato che si avvicina al patibolo.

Annuisci: «Vorrei farlo, sì».

Butto fuori l'aria indecisa e preoccupata.

Tu accenni un sorriso comprensivo prima di farmi una proposta: «Facciamo così: io ti dico quello che devo dire e

poi tu ci pensi, con calma. Quando hai preso una decisione me lo comunichi».

Annuisco lentamente stringendo le mani tra loro per farmi forza.

«Questa è la situazione più assurda in cui mi sia mai trovato per quanto riguarda le relazioni. Sappilo» scherzi alleggerendo l'atmosfera.

Ti sorrido apprezzando sinceramente il tentativo di stemperare il mio evidente disagio.

«Sembra quasi che ti debba dare una notizia catastrofica e invece devo soltanto dirti che mi piaci. Mi piaci perché sto bene con te, perché hai un pensiero complesso ma autentico e innocente. Certo, su molte cose non andiamo d'accordo ma lo sappiamo e comunque continuiamo a discutere perché è stimolante e nessuno dei due è troppo intollerante verso le posizioni dell'altro e alla fine, in qualche modo, ci capiamo. Mi piaci perché dietro tutte le tue barriere e protezioni a volte si può intravedere tanta bontà e tenerezza e un tuo essere buona e forse anche fragile e desiderosa di pace».

Mi batte forte il cuore mentre parli e sento le mie difese scricchiolare e creparsi sotto i colpi della tua disarmante sincerità.

«Poi chiaramente anche fisicamente mi piaci – continui – e, per quanto mi riguarda, non è una cosa così secondaria. Anzi. Per questo mi piacerebbe anche toccarti, abbracciarti, baciarti, esplorare anche quel lato, se vorrai stare con me» concludi.

Io non so che dire e rimango seduta sulla panchina in silenzio lasciando che la tua dichiarazione faccia breccia nelle mie paure.

Tu aspetti lasciandomi il tempo di assimilare tutto.

«Ho paura» sussurro fissando il prato sotto i nostri piedi. Annuisci serio: «Lo so, ma puoi vivere tutta la vita nascosta e al sicuro perdendoti tante cose belle, oppure rischiare di farti un po' male e vivere fino in fondo. A te la scelta».

È un discorso fatto e rifatto con le mie amiche in ogni discussione su di te: «C'ero quando ti hanno spezzato il cuore e non è stato bello. Ma davvero vuoi non innamorarti mai più

perché il primo amore è finito male?» mi hanno detto e ridetto.

Perché è così difficile scegliere? Perché è così difficile liberarsi di questa paura di soffrire?

Perché è così difficile credere che questa volta possa andare bene?

«Io non lo so – dico – Non lo so davvero».

Tu chini la testa.

«Va bene. Ti lascio del tempo per pensarci. Ok?» dichiarai.

Annuisco.

Ti alzi in piedi: «Però non ti aspetterò per sempre».

Ovviamente. Faccio su e giù con la testa: so che non posso tenerti bloccato nel mio stesso limbo. So che nella vita o si va avanti o si va indietro e rimanere fermi non è contemplato.

Prendo un respiro profondo e mi decido a parlare dando un ultimatum a me stessa: «Fino al mio compleanno – dico – lasciami tempo fino al mio compleanno».



NOTEBOOK

Siamo giunti al termine di questa terza parte con piccoli episodi di amore quotidiano.

Anche questa volta voglio lasciarti uno spazio tuo dove annotare i grandi e piccoli gesti che riempiono la tua vita.

Siamo abituati a raccontare sempre e solo l'inizio dei grandi amori dimenticando che l'amore è una pianta di cui prendersi cura giorno dopo giorno e la storia della sua crescita è una storia che vale sempre la pena raccontare.

