

Ombre nell'Anima

Nel silenzio di una stanza chiusa,
l'ansia sussurra, una voce confusa.
Un adolescente, cuore in tempesta,
si perde nel buio, l'anima in protesta.

Pensieri che corrono, senza sosta,
come onde in un mare, sempre più alta la costa.
Occhi che scrutano, timorosi e stanchi,
cercano risposte tra i libri e i banchi.

L'ansia è un'ombra che non si vede,
ma la senti nel petto, non ti dà tregua, non cede.
E la notte diventa un lungo respiro,
dove ogni sogno è un dubbio, un sospiro.

I social brillano, luci illusorie,
ma dietro lo schermo, paure oscure, storie.
Il cuore palpita, il futuro è incerto,
in questo mondo vasto, si sente un deserto.

Ma tra le crepe della mente affannata,
ci sono sogni e speranze, una luce dorata.
L'adolescente lotta, tra lacrime e risa,
cerca la pace, una dolce sorpresa.

L'ansia è un viaggio, una strada in salita,
ma ogni passo è forza, ogni respiro è vita.
E nel cuore giovane, una fiamma arde,
un coraggio nascosto, che niente riguarda.

Così cresce l'anima, tra le onde del mare,
un adolescente, pronto a sognare.
Perché dietro l'ansia, tra le pieghe del giorno,
c'è una vita che attende, un radioso ritorno.

la pressione è come un'onda invisibile che spinge con forza costante, cercando di modellare tutto ciò che incontra sul suo cammino.

la pressione è come un peso invisibile che porti sulle spalle, sempre presente per ricordarti che devi essere di più, fare di più. Continuamente siamo soggetti a pressioni esterne che possono provocare nell'individuo stress e momenti di disagio. La pressione può anche essere una spinta che ci permette di raggiungere un determinato obiettivo. Sfortunatamente

la pressione nella maggior parte dei casi si rivela un muro che ci impedisce di raggiungere i nostri obiettivi.