



## "Solo ombre"

di *Alejandra Daguerre*



Le ombre hanno sempre avuto un ruolo di primo piano in vari campi. Di loro si parla nella fisica, nelle tecniche di disegno, nella fotografia, nei racconti per bambini e nelle credenze popolari, ma oggi mi voglio riferire a un altro tipo di ombra: quella che ci accompagna ovunque andiamo.

Fin da bambina ho sentito il fascino di giocare con la mia ombra. Mi piaceva uscire in cortile a casa mia e guardare l'ombra del mio corpo riflessa sul pavimento. Giocavo a sfidarla segretamente con movimenti veloci, sperando che un giorno sarei arrivata prima io.

Ricordo in particolare una sera d'estate, ero uscita dalla piscina e con l'asciugamano addosso, aprendo le braccia, giocavo con l'ombra immaginando di avere le ali, poi mi giravo e voltandomi verso il sole tentavo di aprire gli occhi ... guardavo di nascosto e ... felicemente, potevo confermare che la mia ombra se n'era andata.

L'ingenuità infantile mi aveva fatto credere che con un semplice giro ero riuscita a ingannarla. Ovviamente non sapevo nulla di fisica, né della velocità della luce, e tanto meno che l'ombra non era scomparsa, ma era dietro di me. Col passare degli anni ho poi capito che quel gioco di luce ed ombra si sarebbe ripetuto molte volte nella mia vita, e che forse era bene esprimere di nuovo il significato di quella scena.

Molte volte ci troviamo lì, in piedi a metà strada, a guardare la proiezione della nostra ombra. Molte volte siamo così affascinati da lei che non riusciamo a vedere altrove. Altre volte cerchiamo disperatamente di evitarla, ma raramente ci rendiamo conto che con un semplice cambiamento di prospettiva è possibile integrarla senza sentirla pesante e irritante ... dopo tutto è parte di noi. Questo movimento, però, è intimo e personale: nessuno può farlo al posto nostro.

L'ombra è parte della nostra natura, non possiamo lasciarla indietro o eliminarla, ed è per questo che cercare di accettarla è il miglior esercizio non solo per riconoscerla, ma anche per trasformarla in un elemento positivo. Modificare le abitudini, abbandonare i pregiudizi, aprire la mente, lasciarci scorrere ... ci sono così tante possibilità da scoprire cambiando il nostro punto di vista ...

Proviamo a girare sul nostro asse, espandiamo lo sguardo e vediamo cosa succede. La foto panoramica è cambiata ... Provateci!

*“Solo ombre  
fra la mia vita e la tua  
Solo ombre  
fra il mio amore ed il tuo ...”*