



La vita di una (ex) *showgirl*



▼ Lessico difficile

stimolante

che suscita interesse o curiosità

stimulating

ai tempi d'oro di qualcuno

nel periodo migliore o più felice della vita di una persona

in someone's golden era

giovinezza

periodo della vita in cui si è giovani

youth

rendersi conto che

accorgersi o capire che qualcosa è vero

to realise that

invecchiare

diventare vecchio con il passare del tempo

to grow old



Ciao e benvenuto o benvenuta su Podcast Italiano Principiante, un podcast per chi sa un po' di italiano e vuole fare progressi attraverso l'ascolto di storie, riflessioni e conversazioni facili... ma anche **stimolanti**. Oggi ti racconto una storia che parla di Sara. Sara è una signora di quasi novant'anni che, una volta, **ai suoi tempi d'oro**, era una *showgirl*. In questo racconto, Sara, ricorda la sua **giovinezza** con un po' di tristezza e malinconia. Alla fine, però, **si rende conto** che... **invecchiare** è un processo naturale.

trovarsi (in un luogo)

essere in un posto

to be (in a place)

scrivania

mobile su cui si lavora o si scrive

desk

taccuino

piccolo quaderno per appunti

notebook

guanti di raso

guanti fatti di tessuto liscio e lucente

satin gloves



È notte. **Ci troviamo** in una stanza quasi vuota. Al centro della stanza, una **scrivania**, una lampada accesa e un vecchio **taccuino** color oro. Poi, un bicchiere di vino rosso, una penna e un paio di **guanti di raso** bianco, ormai vecchi.

fama

reputazione o notorietà di una persona

fame

d'argento

fatto di argento o, metaforicamente, del colore dell'argento

silver

raccolto, raccolta con cura

messo insieme con attenzione

carefully gathered

truccato, truccata 🧴



Davanti alla finestra, Sara Bella, ottantotto anni, ex showgirl di **fama** internazionale, guarda la luna piena in silenzio. I suoi capelli **d'argento**, **raccolti con cura**, si muovono col vento. Il suo viso è **truccato**, come sempre, e ormai coperto di **rughe**. Davanti a lei, c'è un **registratore** acceso.

con il viso abbellito con
trucco

*wearing makeup, with
make-up on*

ruga

linea sulla pelle causata
dall'età

wrinkle

registratore

dispositivo per registrare
suoni o voci

recorder, recording device

eccomi qui

espressione per dire
"sono pronto", "sono
arrivato"

here I am

far innamorare

fare in modo che
qualcuno si innamori di te

*to make (people) fall in
love*

rubacuori

persona molto
affascinante che
conquista molti ammiratori

heartbreaker



"Eccomi qui. Sono arrivata a 88 anni. Io, che una volta ero una bella ragazza, **facevo innamorare** tutti. Ero una **rubacuori**. Ormai, solo sono una vecchia..."

scivolare

qui: muoversi
velocemente verso il
basso

to slip

film d'epoca

vecchio film, ambientato
in un periodo storico
passato

old film

rumore

suono forte o fastidioso

noise

pubblico

insieme delle persone che
assistono a uno
spettacolo

audience

palco

struttura rialzata dove si
esibiscono gli artisti

stage

riflettori

luci forti che illuminano
una scena o un attore

spotlights

cucito, cucita male (o bene)

unito con ago e filo in
modo imperfetto o
accurato



Fuori piove. Le gocce **scivolano** sui vetri, come succede nei vecchi **film d'epoca**, quelli in bianco e nero. Sara chiude gli occhi e il suono della pioggia si trasforma nel **rumore** di un **pubblico** che applaude. È di nuovo sul **palco** di un teatro, il *Cabaret Volturno*, come la prima volta che ha ballato da sola sotto i **riflettori**. Aveva diciannove anni, un costume **cucito male** e il cuore che batteva più forte della musica. Era agitata.

badly (or well) sewn

salire

andare verso l'alto

to go up

sipario

tenda che separa il palco
dal pubblico

curtain



"La prima volta che **sono salita** sul palco, che il **sipario** si è aperto e i riflettori mi hanno illuminata..."

spegnersi

qui: diminuire di intensità
o finire gradualmente

to fade out

piano piano

lentamente, con calma

slowly



"... ho capito che quella era la mia casa. E non il mio lavoro, attenzione, ma la mia casa. Sono nata per ballare, per essere una stella. Ma questa stella oggi **si sta spegnendo, piano piano...**"

abbracciare 🧑🏻‍🤝‍🧑🏻

stringere qualcuno tra le braccia

to hug

partire

qui: iniziare, cominciare

to start



Fuori è notte, la stanza è buia. Ma le luci del teatro che Sara ricorda con tanto amore la **abbracciano**, la illuminano ancora. La musica **parte**, nella sua testa, e Sara sente il cuore battere ancora.

raggiungere

arrivare a un obiettivo o a un luogo

to reach

impegno

responsabilità o attività che richiede dedizione

obligation

regalo

oggetto dato a qualcuno per affetto o riconoscenza

gift

costoso, costosa

che costa molto

expensive

ammiratore, ammiratrice

persona che prova ammirazione per qualcuno

admirer

bugiardo, bugiarda

persona che dice bugie

lying, untruthful

passeggiata

qui: termine che indica una camminata tranquilla per piacere o relax ma che significa anche "qualcosa di facile"

walk in the park



"Il successo è difficile da **raggiungere**, ma quando arriva, è come un *tornado*. I paparazzi, gli **impegni**, gli scandali, le cene, i **regali costosi**, **gli ammiratori**, sinceri e **bugiardi**. E poi le amiche che diventano rivali, e le rivali che diventano amiche. La vita di una showgirl non è una **passeggiata**..."

sciocco, sciocca

poco intelligente o
ingenua

silly

togliere

rimuovere

to take off

vescica

bolla, ferita sulla pelle
causata da attrito o calore

blister



"Mi ricordo un'intervista di tanti anni fa. Il giornalista mi chiese: 'Signora Bella, lei è felice?'. E io risposi: 'Ma che domanda **sciocca**! Ho i diamanti ai piedi! Guarda le mie scarpe costosissime e preziose! Ma quella notte, quando **ho tolto** le scarpe, avevo i piedi pieni di **vesciche**...'"

massaggiare

strofinare o premere una
parte del corpo per
alleviare dolore

to massage

vanitoso, vanitosa

che si preoccupa troppo
del proprio aspetto

vain

saggio, saggia

persona prudente e
intelligente

wise



Sara **si massaggia** le dita dei piedi. Ora che è una donna anziana di quasi novanta anni, è ancora **vanitosa**, ma sicuramente molto più **saggia** di quando era giovane. Poi si ferma a pensare e...sorride.

da copertina

molto bello o perfetto,
come in una rivista

magazine-cover-like

pianista

persona che suona il
pianoforte

pianist



"Ah, ho avuto tante storie d'amore. Uomini bellissimi, tutte mi invidiavano. **Ce ne** sono stati molti, alcuni sinceri, altri **da copertina**. Uno, però, non se n'è mai andato del tutto. Un **pianista**. Si chiamava Leonardo. Suonava jazz nei locali di Roma. Ci siamo amati per cinque anni, poi lui partì per New York. Si sposò. Non ci siamo mai più visti. Non ho voluto cercarlo, perché alcune persone vivono meglio nei ricordi che nella realtà. Tutti amano le showgirl ma nessuno vuole sposarle."

versato, versata

mettere un liquido da un
contenitore all'altro

poured

riempire

rendere pieno qualcosa

to fill

ritirarsi

andare via o isolarsi da
una situazione

to withdraw

nascondersi

mettersi in un luogo dove
non si può essere visti

to hide



Pausa. Il rumore del vino **versato** nel bicchiere **riempie** la stanza. "Comunque, l'amore vero non finisce. **Si ritira. Si nasconde** in un **angolo** del cuore e aspetta. Prima o poi il dolore passa. E poi io ero una showgirl, avevo una carriera: dovevo continuare la mia vita **nonostante il cuore spezzato.**" Sara **si accarezza la guancia** e chiude gli occhi.

angolo

punto dove due linee o
superfici si incontrano

corner

nonostante

malgrado, anche se

despite

cuore spezzato

grande tristezza per
amore

broken heart

accarezzarsi la guancia

sfiurare dolcemente il
proprio viso

to caress one's own cheek

crudele

senza pietà o
compassione

cruel

moda

tendenza

trend

volto

il viso di una persona

face

freschezza

sensazione o aspetto di
qualcosa di nuovo e
giovane

freshness



"Gli anni '80 furono **crudeli**. Nuove **mode**, nuovi **volti**, nuovi ritmi. Ragazze più giovani. Il pubblico voleva **freschezza**, e io invece cominciavo a perdere la luce. È difficile accettare che il tuo tempo sta finendo. Il corpo cambia, la **pelle cede**, la voce **si fa roca**, e i riflettori ti cercano sempre meno. Eppure, dentro, io ero sempre la stessa. La ragazza del Volturno. Ma nessuno voleva più guardarmi..."

pelle

superficie esterna del
corpo

skin

cedere

arrendersi o lasciare il
posto a qualcosa

to collapse

farsi

diventare in un certo
modo

to become

roca

rauca, bruttura, graffiante

hoarse, raspy

specchio 🪞

superficie che riflette
l'immagine

mirror



Sara si alza lentamente. Il suo corpo è fragile ma ancora elegante. Cammina fino allo **specchio** e osserva il suo riflesso.

regista

persona che dirige un film
o uno spettacolo

director



Sara torna alla scrivania, si siede e apre il taccuino d'oro. Dentro ci sono vecchie foto in bianco e nero: lei, sorridente, accanto a cantanti famosi, **registi**, politici. Alcuni ormai dimenticati.

sfogliare

girare rapidamente le
pagine di un libro o rivista

to flip through

non esserci più

essere morto

to be gone

all'improvviso

senza preavviso, in modo
inatteso

suddenly

godersi

provare piacere per
qualcosa

to enjoy



"Guarda qui..." dice, **sfolgiando** lentamente. "Eravamo tutti giovani, belli, eleganti, ricchi. Tutti convinti di essere immortali. E ora? Molti di loro **non ci sono più**. Altri non ricordano nemmeno di essere stati famosi. Sai cosa non ti dicono, quando sei giovane? Che invecchiare non è un processo lento. Arriva **all'improvviso** e non lo puoi più controllare. I giovani devono **godersi** la vita."

sorso

piccola quantità di liquido
bevuto una volta

sip

smettere di

interrompere un'azione

to stop doing something

dietro le quinte

parte nascosta di un
teatro o di una situazione

*behind the scenes,
backstage*

suonare

squillare

to ring

due volte all'anno

che avviene ogni sei mesi

twice a year

profumo

odore gradevole o
fragranza

perfume

spruzzare

distribuire in gocce fini un
liquido

to spray

svanire

sparire lentamente

to fade away

gioventù



Si ferma, beve un **sorso** di vino.

"Negli anni '90 **ho smesso** di ballare. Ero già troppo vecchia. Il mio ultimo spettacolo è stato a Milano. Ricordo che **dietro le quinte** ho pianto. Non per tristezza, ma per gratitudine. Avevo dato tutto, anche troppo. Ero stanca, ma felice. Poi, il silenzio. È quello il momento più difficile: quando i telefoni smettono di **suonare**, i giornali non ti cercano più, e le luci si spengono. Il tuo manager ti chiama **due volte all'anno**. La verità è che la fama è come un **profumo** costoso. Ti fa sentire speciale per un po', appena lo **spruzzi**, ma **svanisce** in fretta. Come la **gioventù**."

periodo della vita in cui si
è giovani

youth

ormai

a quel punto, quando
qualcosa è già accaduto

at that point

riavvicinare

portare di nuovo vicino

to bring closer again



Io ho sorriso, ma in quel momento ho capito che la mia bellezza **ormai** era solo un lontano ricordo. Eh già. Molti hanno paura di invecchiare. Io no. Ormai l'ho accettato. Sara **riavvicina** la bocca al registratore.

tremare

muoversi leggermente per
paura o freddo

to tremble

fare parte di

essere parte di

to be part of

pelle liscia

pelle morbida e senza
imperfezioni

smooth skin

appassire

perdere la freschezza o la
vitalità

to wither

fioritura

periodo in cui un fiore
sboccia



La sua voce **trema**.
"La verità è che invecchiare non è una tragedia. **Fa parte** della vita. Quando sei giovane, **credi che tutto sia eterno**: la **pelle liscia**, gli applausi, gli amori. Ma niente lo è. Ed è giusto così. Se le rose non **appassiscono**, non nascono mai nuove rose. Io ho vissuto la mia **fioritura**. Ora è tempo di lasciare spazio ad altre ragazze. Le guardo, a volte, le ballerine di oggi. Sono tutte uguali. Tutte perfette, **rifatte**, convinte di sapere già tutto. E mi **fanno tenerezza**. Perché non sanno che la perfezione è la cosa più **noiosa** del mondo. È negli errori che **si nasconde** la **grazia**. È con le **cadute** che si impara a danzare davvero, che **si lascia un segno**.

blooming

rifatto, rifatta

modificato o rinnovato,
anche chirurgicamente

(surgically) redone

fare tenerezza

suscitare affetto o
compassione

*to move someone
(emotionally)*

noioso, noiosa

che annoia, non è
interessante

boring

nascondersi

stare in un luogo per non
farsi vedere

to hide

grazia

eleganza, armonia

grace

caduta

atto di cadere

fall

lasciare il segno

avere un effetto duraturo

to leave a mark

palcoscenico

spazio dove si esibiscono
gli attori

stage

persino

perfino, addirittura

even

rivista

pubblicazione periodica
con articoli e immagini

magazine

sciocchezza

cosa di poca importanza o
stupida

mistake

sbagliato, sbagliata

non corretto

wrong

mantenere

conservare o continuare a
fare qualcosa

to keep



Quando ero giovane, non avevo tempo per fermarmi. La mia vita era il **palcoscenico**. **Persino** la mia vita privata era su tutte le **riviste**. Oggi, invece, posso finalmente respirare. Posso ricordare senza paura. Posso ridere di me stessa. Ho fatto **sciocchezze**, certo. Ho amato uomini **sbagliati**, ho perso occasioni, ho fatto promesse che non **ho mantenuto**. Ma sapete una cosa? Non cambierei nulla".

alzare

muovere verso l'alto

to raise

brindare 🍷🍷

alzare un bicchiere per
celebrare

to toast



Sarà versata ancora un po' di vino nel bicchiere, lo **alza** come se **brindasse**: "Alla vita," dice piano, "che non sempre è **gentile**, ma è comunque una cosa meravigliosa."

gentile

educato e cortese

kind

stropicciarsi

spiegazzarsi

to crumple

seta

tessuto morbido e lucente

silk

passo

movimento che si fa
camminando

step

fare un respiro profondo

inspirare molta aria
lentamente

to take a deep breath

segnato, segnata

marcato da esperienze o
emozioni

marked

tremolante

che trema leggermente

trembling

stringere

tenere forte con le mani o
le braccia

to hold



"Forse un giorno, qualcuno ascolterà questa voce e penserà: 'Era una donna felice'. E sì, lo ero. Lo sono ancora, anche adesso che la mia pelle **si stropiccia** come la **seta** vecchia e i miei **passi** fanno meno rumore. Perché la felicità non è nei riflettori. È nelle esperienze, nei successi e nei fallimenti, nei ricordi."



Sara **fa un respiro profondo**. Si guarda le mani, **segnate e tremolanti**.
"Ecco, queste mani **hanno stretto** fiori, microfoni, lettere d'amore, **valigie, biglietti aerei**, mani di uomini che non sono più qui. Ora **stringono** solo l'aria, ma dentro quell'aria ci sono tutti i miei ricordi."
"E **se qualcuno mi chiedesse** qual è il segreto per vivere bene, direi questo: amate qualcosa. **Qualunque** cosa. Un'arte, una persona, un sogno. Fatelo con tutto il cuore."

valigia

borsa grande per i viaggi

suitcase

biglietto aereo

documento per viaggiare
in aereo

plane ticket

e se qualcuno mi chiedesse...

introduzione a un
pensiero ipotetico

*and if someone were to
ask me/ if someone asked
me...*

qualunque

senza distinzione,
qualsiasi

any

premere

spingere con forza su una
superficie

to press

tasto

pulsante di un dispositivo

button

telecomando

dispositivo per controllare
a distanza un apparecchio

remote control

trasmettere



Sara **preme** il **tasto** *stop* del registratore. Smette di registrare quello che sarà il suo documentario, le sue memorie, che uscirà una volta che lei non ci sarà più. La stanza è silenziosa. Sara si alza, prende il **telecomando** e accende la TV. La televisione le illumina il viso e **trasmette** l'inizio di un vecchio programma: la sigla, la musica ritmata, le luci colorate.

mandare un segnale o un programma

to broadcast

schermo

superficie in cui appaiono le immagini di film e serie

screen

restare a

rimanere a, continuare a

to continue to

rivedere

vedere di nuovo

to see again

volto

viso di una persona

face

sogno

insieme di immagini o desideri nella mente che vediamo mentre dormiamo

dream



Sullo **schermo**, giovani ragazze ballano, sorridono, si muovono con quell'energia che lei conosce bene, quella che, un tempo, era anche la sua. **Resta a** guardarle in silenzio. Non c'è malinconia nei suoi occhi, solo una dolce curiosità. **Rivede** in quei **volti** l'entusiasmo, la passione, il coraggio di chi sogna senza sapere quanto costa vivere un **sogno** che, prima o poi, finirà.

▼ Note grammaticali

Ce ne

in "ce ne sono stati" abbiamo due pronomi: il pronome "ci" che fa parte del verbo "esserci" (c'è stato, ci sono stati) e il pronome "ne". Quando due pronomi vengono usati nella stessa struttura si combinano e il primo si trasforma, proprio come qui "ci" diventa "ce" vicino a un altro pronome, cioè "ne". Ricorda che "ne" si usa per evitare una ripetizione. Di solito, il pronome "ne", sostituisce un sostantivo introdotto dalla preposizione "di". Quindi "ce ne sono stati molti" qui significa, letteralmente, "ci sono stati molti **di uomini bellissimi**"



"Ah, ho avuto tante storie d'amore. Uomini bellissimi, tutte mi invidiavano. **Ce ne** sono stati molti, alcuni sinceri, altri **da copertina**. Uno, però, non se n'è mai andato del tutto. Un **pianista**. Si chiamava Leonardo. Suonava jazz nei locali di Roma. Ci siamo amati per cinque anni, poi lui partì per New York. Si sposò. Non ci siamo mai più visti. Non ho voluto cercarlo, perché alcune persone vivono meglio nei ricordi che nella realtà. Tutti amano le showgirl ma nessuno vuole sposarle."

Avrà avuto vent'anni

qui "avrà avuto" è un futuro anteriore di **probabilità** (o futuro di possibilità): non indica un'azione futura, ma *una supposizione o ipotesi su qualcosa nel passato*. Sara non sa con certezza quanti anni aveva il



"Un giorno, un ragazzo mi ha riconosciuto al supermercato. **Avrà avuto vent'anni** o trenta. Era proprio carino. Mi ferma e mi dice: "Lei è Sara Bella, vero? Mia nonna la **adorava**". "Mia nonna?".

ragazzo, quindi usa il futuro per esprimere una stima o congettura.

Equivale a dire

"probabilmente aveva vent'anni o trenta."

adorava

qui il verbo "adorava" è all'imperfetto indicativo, e serve per descrivere azioni abituali o continuative nel passato.

In questo caso, il ragazzo racconta che sua nonna, nel passato, **adorava** abitualmente Sara Bella: l'azione di adorare non inizia e finisce, ma di solito è lunga, continuata e duratura; probabilmente la seguiva sempre, la guardava in TV o ne parlava spesso

credi che tutto sia eterno

credere che (+ verbo al congiuntivo) indica un'opinione soggettiva, personale, quindi richiede sempre il congiuntivo. Qui abbiamo il verbo principale (**credi**) al **presente indicativo**, e così anche il congiuntivo è presente (**sia**)



"La verità è che invecchiare non è una tragedia. **Fa parte** della vita. Quando sei giovane, **credi che tutto sia eterno**: la **pelle liscia**, gli applausi, gli amori.

Trascrizione

Ciao e benvenuto o benvenuta su Podcast Italiano Principiante, un podcast per chi sa un po' di italiano e vuole fare progressi attraverso l'ascolto di storie, riflessioni e conversazioni facili... ma anche **stimolanti**. Oggi ti racconto una storia che parla di Sara. Sara è una signora di quasi novant'anni che, una volta, **ai suoi tempi d'oro**, era una *showgirl*. In questo racconto, Sara, ricorda la sua **giovinezza** con un po' di tristezza e malinconia. Alla fine, però, **si rende conto** che... **invecchiare** è un processo naturale. Spero che questa storia ti piacerà. Come sempre, prima di cominciare, ti ricordo che troverai la trascrizione con il glossario sul nostro sito, *podcastitaliano.com*: queste risorse ti aiuteranno a capire perfettamente ogni parte di questa storia, ogni parola e costruzione che, magari, non conosci. Il link è nelle note di questo episodio, quindi vai a dare un'occhiata. La trascrizione è super utile, ti consiglio di usarla. Iniziamo: buon ascolto.

È notte. **Ci troviamo** in una stanza quasi vuota. Al centro della stanza, una **scrivania**, una lampada accesa e un vecchio **taccuino** color oro. Poi, un bicchiere di vino rosso, una penna e un paio di **guanti** di **raso** bianco, ormai vecchi.

Davanti alla finestra, Sara Bella, ottantotto anni, ex showgirl di **fama** internazionale, guarda la luna piena in silenzio. I suoi capelli **d'argento**, **raccolti con cura**, si muovono col vento. Il suo viso è **truccato**, come sempre, e ormai coperto di **rughe**.

Davanti a lei, c'è un **registratore** acceso.

Sara sorride.

"Eccomi qui. Sono arrivata a 88 anni. Io, che una volta ero una bella ragazza, **facevo innamorare** tutti. Ero una **rubacuori**. Ormai, solo sono una vecchia..."

Fuori piove. Le gocce **scivolano** sui vetri, come succede nei vecchi **film d'epoca**, quelli in bianco e nero. Sara chiude gli occhi e il suono della pioggia si trasforma nel **rumore** di un **pubblico** che applaude. È di nuovo sul **palco** di un teatro, il *Cabaret Volturno*, come la prima volta che ha ballato da sola sotto i **riflettori**. Aveva diciannove anni, un costume **cucito male** e il cuore che batteva più forte della musica. Era agitata.

"La prima volta che sono salita sul palco, che il **sipario** si è aperto e i riflettori mi hanno illuminata..."

"Date il benvenuto a... Sara Bella!"

"... ho capito che quella era la mia casa. E non il mio lavoro, attenzione, ma la mia casa. Sono nata per ballare, per essere una stella. Ma questa stella oggi **si sta spegnendo, piano piano...**"

Fuori è notte, la stanza è buia. Ma le luci del teatro che Sara ricorda con tanto amore la **abbracciano**, la illuminano ancora. La musica **parte**, nella sua testa, e Sara sente il cuore battere ancora.

"Il successo è difficile da **raggiungere**, ma quando arriva, è come un *tornado*. I paparazzi, gli **impegni**, gli scandali, le cene, i **regali costosi, gli ammiratori**, sinceri e **bugiardi**. E poi le amiche che diventano rivali, e le rivali che diventano amiche. La vita di una showgirl non è una **passeggiata...**".

Sara ride, ricordando.

"Mi ricordo un'intervista di tanti anni fa. Il giornalista mi chiese: 'Signora Bella, lei è felice?'. E io risposi: 'Ma che domanda **sciocca**! Ho i diamanti ai piedi! Guarda le mie scarpe costosissime e preziose! Ma quella notte, quando **ho tolto** le scarpe, avevo i piedi pieni di **vesciche...**'"

Sara **si massaggia** le dita dei piedi. Ora che è una donna anziana di quasi novanta anni, è ancora **vanitosa**, ma sicuramente molto più **saggia** di quando era giovane. Poi si ferma a pensare e...sorride.

"Ah, ho avuto tante storie d'amore. Uomini bellissimi, tutte mi invidiavano. **Ce ne** sono stati molti, alcuni sinceri, altri **da copertina**. Uno, però, non se n'è mai andato del tutto. Un **pianista**. Si chiamava Leonardo. Suonava jazz nei locali di Roma. Ci siamo amati per cinque anni, poi lui partì per New York. Si sposò. Non ci siamo mai più visti. Non ho voluto cercarlo, perché alcune persone vivono meglio nei ricordi che nella realtà. Tutti amano le showgirl ma nessuno vuole sposarle."

Pausa. Il rumore del vino **versato** nel bicchiere **riempie** la stanza.

"Comunque, l'amore vero non finisce. **Si ritira. Si nasconde** in un **angolo** del cuore e aspetta. Prima o poi il dolore passa. E poi io ero una showgirl, avevo una carriera: dovevo continuare la mia vita **nonostante il cuore spezzato.**"

Sara **si accarezza la guancia** e chiude gli occhi.

"Gli anni '80 furono **crudeli**. Nuove **mode**, nuovi **volti**, nuovi ritmi. Ragazze più giovani. Il pubblico voleva **freschezza**, e io invece cominciavo a perdere la luce. È difficile accettare che il tuo tempo sta finendo. Il corpo cambia, la **pelle cede**, la voce **si fa roca**, e i riflettori ti cercano sempre meno. Eppure, dentro, io ero sempre la stessa. La ragazza del Volturno. Ma nessuno voleva più guardarmi..."

Sara si alza lentamente. Il suo corpo è fragile ma ancora elegante. Cammina fino allo **specchio** e osserva il suo riflesso.

"È strano. Un giorno ti guardi allo specchio e non ti riconosci più. Vedi una signora anziana e pensi: "ma chi è questa?". Ma poi guardi meglio, negli occhi, e ti accorgi che sei tu."

Sara torna alla scrivania, si siede e apre il taccuino d'oro. Dentro ci sono vecchie foto in bianco e nero: lei, sorridente, accanto a cantanti famosi, **registi**, politici. Alcuni ormai dimenticati.

"Guarda qui..." dice, **sfogliando** lentamente. "Eravamo tutti giovani, belli, eleganti, ricchi. Tutti convinti di essere immortali. E ora? Molti di loro **non ci sono più**. Altri non ricordano nemmeno di essere stati famosi. Sai cosa non ti dicono, quando sei giovane? Che invecchiare non è un processo lento. Arriva **all'improvviso** e non lo puoi più controllare. I giovani devono **godersi** la vita."

Si ferma, beve un **sorso** di vino.

"Negli anni '90 **ho smesso di** ballare. Ero già troppo vecchia. Il mio ultimo spettacolo è stato a Milano. Ricordo che **dietro le quinte** ho pianto. Non per tristezza, ma per gratitudine. Avevo dato tutto, anche troppo. Ero stanca, ma felice. Poi, il silenzio. È quello il momento più difficile: quando i telefoni smettono di **suonare**, i giornali non ti cercano più, e le luci si spengono. Il tuo manager ti chiama **due volte all'anno**. La verità è che la fama è come un **profumo** costoso. Ti fa sentire speciale per un po', appena lo **spruzzi**, ma **svanisce** in fretta. Come la **gioventù**."

Si alza, guarda fuori dalla finestra. Ha smesso di piovere, la strada è bagnata e riflette la luna.

"Un giorno, un ragazzo mi ha riconosciuto al supermercato. **Avrà avuto vent'anni** o trenta. Era proprio carino. Mi ferma e mi dice: "Lei è Sara Bella, vero? Mia nonna la **adorava**". "Mia nonna?". Io ho sorriso, ma in quel momento ho capito che la mia bellezza **ormai** era solo un lontano ricordo. Eh già. Molti hanno paura di invecchiare. Io no. Ormai l'ho accettato."

Sara **riavvicina** la bocca al registratore. La sua voce **trema**.

"La verità è che invecchiare non è una tragedia. **Fa parte** della vita. Quando sei giovane, **credi che tutto sia eterno**: la **pelle liscia**, gli applausi, gli amori. Ma niente lo è. Ed è giusto così. Se le rose non **appassiscono**, non nascono mai nuove rose. Io ho vissuto la mia **fioritura**. Ora è tempo di lasciare spazio ad altre ragazze. Le guardo, a volte, le ballerine di oggi. Sono tutte uguali. Tutte

perfette, **rifatte**, convinte di sapere già tutto. E mi **fanno tenerezza**. Perché non sanno che la perfezione è la cosa più **noiosa** del mondo. È negli errori che **si nasconde** la **grazia**. È con le **cadute** che si impara a danzare davvero, che **si lascia un segno**.

Quando ero giovane, non avevo tempo per fermarmi. La mia vita era il **palcoscenico**. **Persino** la mia vita privata era su tutte le **riviste**. Oggi, invece, posso finalmente respirare. Posso ricordare senza paura. Posso ridere di me stessa. Ho fatto **sciocchezze**, certo. Ho amato uomini **sbagliati**, ho perso occasioni, ho fatto promesse che non **ho mantenuto**. Ma sapete una cosa? Non cambierei nulla".

Sara versa ancora un po' di vino nel bicchiere, lo **alza** come se **brindasse**: "Alla vita," dice piano, "che non sempre è **gentile**, ma è comunque una cosa meravigliosa."

Guarda verso la finestra, la luna ancora splende, enorme e dorata. Sara beve il suo vino.

"Forse un giorno, qualcuno ascolterà questa voce e penserà: 'Era una donna felice'. E sì, lo ero. Lo sono ancora, anche adesso che la mia pelle **si stropiccia** come la **seta** vecchia e i miei **passi** fanno meno rumore. Perché la felicità non è nei riflettori. È nelle esperienze, nei successi e nei fallimenti, nei ricordi."

Sara **fa un respiro profondo**. Si guarda le mani, **segnate e tremolanti**.

"Ecco, queste mani **hanno stretto** fiori, microfoni, lettere d'amore, **valigie**, **biglietti aerei**, mani di uomini che non sono più qui. Ora stringono solo l'aria, ma dentro quell'aria ci sono tutti i miei ricordi."

Sorride di nuovo, più serena.

"E **se qualcuno mi chiedesse** qual è il segreto per vivere bene, direi questo: amate qualcosa. **Qualunque** cosa. Un'arte, una persona, un sogno. Fatelo con tutto il cuore."

Sara **preme** il **tasto stop** del registratore. Smette di registrare quello che sarà il suo documentario, le sue memorie, che uscirà una volta che lei non ci sarà più. La stanza è silenziosa. Sara si alza, prende il **telecomando** e accende la TV. La televisione le illumina il viso e **trasmette** l'inizio di un vecchio programma: la sigla, la musica ritmata, le luci colorate.

Sullo **schermo**, giovani ragazze ballano, sorridono, si muovono con quell'energia che lei conosce bene, quella che, un tempo, era anche la sua. **Resta a** guardarle in silenzio. Non c'è malinconia nei suoi occhi, solo una dolce

curiosità. **Rivede** in quei **volti** l'entusiasmo, la passione, il coraggio di chi sogna senza sapere quanto costa vivere un **sogno** che, prima o poi, finirà.

La storia di oggi finisce qui. Ti è piaciuta? Fammelo sapere con un commento. E fammi anche sapere se invecchiare ti spaventa o no. Insomma, qual è il tuo approccio all'invecchiamento. Apprezzo tanto i vostri commenti, mi piace moltissimo leggerli e rispondervi! Quindi li aspetto, va bene? Allora ti saluto, e ti ricordo che, se vuoi, puoi lasciare una valutazione al nostro podcast, magari di 5 stelle, sia su Spotify che sulle altre piattaforme che usi per ascoltarci. Se ti va, seguici anche su YouTube, su Podcast Italiano Principiante. Grazie mille e a giovedì prossimo, ciao!