MARIO PAN

IL DRAGO CALMO E IL SOFFIO MAGICO

C’era una volta, una bambina
molto speciale,
che aveva dentro di sé tante
nuvole grigie.

Non lontano da lì, in un bosco,
viveva un piccolo drago
che si chiamava Fiocco.

Fiocco non era un drago come tutti gli altri:
non sputava fuoco per fare paura,
ma aveva un soffio magico che portava via
tutte le nuvole grigie che facevano
arrabbiare o triste il cuore.

Quando Fiocco sentiva che dentro di lui c'era un po' di rabbia o di tristezza, chiudeva gli occhi e prendeva un respiro profondo, cosi profondo da poter riempire il cielo.

Poi soffiava piano piano, come se
volesse spegnere tante candeline
di una torta,
e con quel soffio magico
le nuvole grigie sparivano
una dopo l'altra.

Un giorno, Fiocco incontrò la bambina
che stava cercando un modo per calmare
il suo cuore agitato.
Fiocco le sorrise e le disse:
«Vuoi venire con me a fare la spesa?
Ti insegnerò il segreto del respiro del drago!»

Camminarono insieme tra i banchi del mercato,
la bambina a volte si sentiva un po' nervosa,
ma ricordava il respiro di Fiocco:
respirava profondo, soffiava piano,
e vedeva le nuvole grigie sparire,
lontano lontano.

Quando arrivarono a casa, la bambina aveva imparato a usare il respiro magico, il “respiro del drago”, per calmare la rabbia, la tristezza o la paura.

E sai una cosa? Anche tu puoi diventare come Fiocco! Basta prendere un respiro profondo, fare un soffio dolce,
e vedere le nuvole grigie
che se ne vanno lontano
lontano.

Così il cuore diventa calmo,
la mente diventa leggera,
e il sorriso torna a brillare,
come il sole dopo la pioggia.