



NOVEMBRO

2022



Nova Atena
Sabere e Bem-Estar



Vamos Trazer a
Palavra Escrita
aos Nossos Dias!



NOVEMBRO

2022

Vamos Trazer a Palavra Escrita aos Nossos Dias!



Nova Atena
Sabere e Bem-Estar

ÍNDICE

AUTOR	TÍTULO	PÁGINA
Carlos Baptista	O acidente	2
Carlos Baptista	Os pássaros rumam a sul	3
Faustino Vital	Quinze minutos de Outono	4
Faustino Vital	Tempo breve	5
Fernando Baptista	Outono de um qualquer ano passado	6
Fernando Baptista	Para onde? Por onde?	7
Francisco Lourenço	Desencostados	8
Francisco Lourenço	Novo olhar	9
Graça Cêncio	Rua da Missa	10
Helena Franco	Memórias de Arronches	11
Ilídio Granja Coelho	Viagem ao Alto Minho	12
Isabel Pernes	Cada começo acaba por ser um final	13
Jerónimo Pamplona	A vida é mais tempo alegre do que triste	14
Jerónimo Pamplona	Para o meu Pai	15
Luísa Machado Rodrigues	9 de Novembro	16
Maria da Conceição Areias		17
Maria da Conceição Areias		18
Maria da Conceição Areias		19
Maria de Lourdes Santos	Cataratas	20
Maria Regina Ferreira	Coincidiu com aquele homem	21
Maria Regina Ferreira	Marcos C.	22
Maria Silveira	Folhas de Outono	23
Mitú Branco	Outrora, o meu Natal	24
Mitú Branco	Lembranças de Natal	25
Teresa Sousa	Contrastes	26
Vítor Carvalho	As voltas do castelo (continuação)	27
Vítor Carvalho	Desalento	28



nome

Carlos Baptista

género

 POESIA PROSA

título

O acidente

O ACIDENTE

O Alfredo, vinte e um anos já feitos, não pensava noutra coisa a não ser no casamento que estava marcado para Agosto. Ainda faltavam seis meses. Ansiava tanto a chegada daquela data, e o tempo, só para o aborrecer, parecia-lhe que corria mais lentamente. E a Margarida, a sua noiva, era tão linda! Farto e ondulado cabelo negro, tão negro como basalto molhado, olhos verdes-claros e sedosa pele morena, herança genética dos árabes que, outrora, habitaram aquela região do interior algarvio. Aquele sorriso pronto, aquela alegria de viver refletida nos olhos verdes tinham-no enfeitado. Já não participava nas grandes farras e bebedeiras de fim de semana com os amigos, agora só tinha olhos para a Margarida. Trabalhava mais afincadamente na faina da pesca de crustáceos, no pequeno barco de que era sócio, e assim conseguiu amealhar algum dinheiro para comprar uma pequena casa na aldeia, perto da casa dos pais da noiva, uma casa com quintal e bem melhor do que as casas do bairro de pescadores onde vivia com os pais. É verdade que ficava longe do porto de onde todos os dias partia para a faina, mas as casas junto ao mar eram tão caras que ninguém lhes podia chegar. Com a sua motorizada, que era rapidinha, em vinte ou vinte e cinco minutos, facilmente percorria os vinte quilómetros que separavam o porto da aldeia.

No último sábado de fevereiro acordou às cinco da tarde satisfeito. A pesca da noite anterior tinha sido farta, e os espanhóis pagaram bom preço pelo marisco na lota. Vestiu roupa domingueira, montou a motorizada e abalou a caminho da aldeia da noiva, sorriso rasgado no rosto, antecipando momentos felizes junto da sua Margarida, mas o azar bateu-lhe à porta. Um buraco na estrada e alguma distração provocaram o acidente, a mota caiu e o Alfredo deslizou sobre o alcatrão e bateu num poste de eletricidade. Sentiu uma dor aguda tão grande que perdeu a consciência. Acordou, dorido e assustado na cama do hospital. A enfermeira chamou o Dr. João, cirurgião, cinquenta e tal anos, careca, bigode, óculos redondos à John Lennon, sorriso calmo e confiante.

- Alfredo, tiveste um acidente com consequências muito graves, ficaste com os testículos e zonas circundantes bastante destruídas, no estado atual não poderás ter filhos. Com cirurgia apropriada é possível reconstituir os órgãos, mas isto vai custar-te mais de um ano entre operações, pós-operatórios e recuperações e não podemos garantir o êxito total. Estás disposto a sofrer este sacrifício?? Queres ser operado?

- Quero Sr. doutor, qualquer sacrifício é melhor que viver capado toda a vida. Ficarei grato para sempre se me conseguir curar.

Passados cerca de três anos, estava o Dr. João no jardim de sua casa a podar as roseiras, quando bateram à porta, era o Alfredo acompanhado da Margarida com uma criança ao colo.

- Sr. Doutor desculpe o atrevimento de vir bater à sua porta, mas queria apresentar-lhe o meu filho João. Queremos também convidá-lo a ser o padrinho. Sem a sua competência ele nunca teria nascido e eu nunca seria o homem feliz que sou. Aceita?

- Aceito com todo o gosto.

Todos os anos, no dia do aniversário do Joãozinho, o Dr. João recebe em casa uma generosa quantidade de gambas frescas, das maiores e melhores.



nome

Carlos Baptista

género

POESIA PROSA

título

Os pássaros rumam a sul

OS PÁSSAROS RUMARAM A SUL

Os pássaros rumaram a sul

Em busca da luz

Que lhes abrilhanta as penas

Eles voam, são livres

São nómadas e são felizes

Fogem ao frio do Norte

Em enormes bandos

De amigos e camaradas,

qual exército de comandos,

assim juntos são mais fortes.

Não é a terra onde nasceram

Nem a terra onde vivem

O bando é que é a sua pátria

O bando é que os anima e defende

O bando é a sua forte fratria.

Os pássaros rumaram a sul

Sem voos de despedida

Juntos sulcando o céu azul

Acompanhados por todos os seus,

Não têm a quem dizer adeus.

Os pássaros rumaram a sul

Sem voos de despedida

Eles voltarão na Primavera

Se a vida não os abandonar

Ou, se não abandonarem a vida



nome

Faustino Vital

género

 POESIA PROSA

título

Quinze minutos de outono

QUINZE MINUTOS DE OUTONO

(A observação da natureza)

Dizem que o Inverno é escuro, taciturno e húmido, que a Primavera é verde, fresca e alegre, que o Verão é quente, luminoso e longo, mas eu gosto muito do Outono. Sendo todos diferentes, ele tem qualquer coisa de especial que, para além da melancolia que encerra, nos faz olhar com mais atenção para o desfiar dos dias que se apagam com mais lentidão.

Estou deitado no campo, com as costas em cima do restolho já seco pelo Estio. Sinto o cheiro forte das plantas que ainda têm alguma seiva resistente, o aroma e o grito da terra gretada necessitada de água e o céu está azul puro só manchado por novelos espaçados de nuvens alvas como cordeiros em fila a quem só faltam os chocalhos. Lá vão empurradas por vento Norte que, entretanto, se levantou com o cair da tarde. Com o baixar da temperatura ele aumenta e está a brincar com dois sacos de plástico. Um está enfiado num ramo, que enfiado rodopia duas vezes para a direita e depois outras duas para a esquerda. O outro anda doido pelo ar, dando voltas sem saber onde cair impulsionado por força invisível, mas que se faz ouvir. No firmamento bem alto passa um avião a jacto deixando o seu rasto de fumo branco que se dilui quase de seguida. Ali perto, num terreiro sem plantas rola um saco de papel grosso e amarfanhado, mas quase redondo como bola de futebol, que impulsionado por pontapé inexistente avança furioso e em zig-zag como barata tonta na busca de uma baliza que não encontra. Com a força crescente do vento soltou-se o saco do galho mas, sem sorte de subir mais alto em brincadeira de cima-abaixo, enfiou-se no ramo da árvore seguinte, e continua a rodar e a estalar quando enche de repente. Há milhares de folhas pelo ar andando em remoinho e algumas caem no meu peito, saltam de um lado para o outro e que agora, pelas rajadas do vento se vai uma e depois se afugenta outra enquanto as restantes ainda permanecem oscilantes não sabendo quando será a sua vez de desaparecerem em revoada para se juntarem às primeiras. As nuvens continuam na sua caminhada incessante agora coladas umas às outras, talvez com medo de se perderem, formam-se em rebanho juntinho, grandes, inchadas e prenas já de chuva que as torna agora cinzentas e pesadas. Ao longe e em surdina já oiço o ribombar do trovão como caixotão que role descontrolado pela estrada impelido pelo volume de ar que aumentou. Pousa no meu ombro uma joaninha grenat salpicada de pontos negros, tenta firmar-se na minha roupa e não consegue porque a brisa é forte, dá às asas duas vezes e vai embora num repente. Um galho leve e seco que estalou do ramo e caiu ali ao lado em chão almofadado de ervas murchas e amareladas, tão suave que mal se ouviu. Simplicidade e harmonia da natureza. Tudo isto se repete, tudo isto já aconteceu, mas não igual, pois cada momento que passou é único e o que ficou para trás não volta mais, como tudo na vida.



nome

Faustino Vital

género

POESIA PROSA

título

Tempo Breve

TEMPO BREVE

Quando damos por ela
A festa já então deixou de ser
Passou o outro lado do tempo
Ficou cinzenta e gasta
Qual girândola redonda
De fogos de artifício
Colorida no início
Fogo fátuo
Mas, agora
Depois de crepitar
Alegremente
Durante parte da vida
Resta apenas
Uma roda enegrecida
Papel e fio queimado
Um fogo terminado



nome

Fernando Baptista

género

 POESIA PROSA

título

O Outono de um qualquer ano passado

O OUTONO DE UM QUALQUER ANO PASSADO I

Foi um dia vazio, pensei, enquanto arrumava os meus pensamentos naquela gaveta de pensamentos que tenho na secretária logo abaixo da gaveta dos “manguitos”.

A gaveta dos manguitos estava vazia, pois só naquele dia os esvaziara. Ah desculpem eu explico: Quando me lembro vou fazendo (manguitos) para a gaveta e fecho-a para que não saiam. Quando alguém me aborrece com um qualquer motivo, e não é delicado ir embora, ou responder, mentalmente abro a gaveta e deixo-os sair! As pessoas não dão por isso, mas interiormente tenho enorme sorriso de satisfação.

Sem explicações foi um outono de incomunicabilidade e comunicabilidade entre os seres sobre catástrofes daqueles dias. Entravam-me por um ouvido e saiam pelo outro quando a conversa mais não era que repetição de temas cem vezes falados.

Reajo por impulsos, escrevo de ouvido como muitos músicos que ignoram o solfejo e os tempos, mas encontram no seu desconhecimento o compasso de cada melodia.

Não desejei nunca converter em grandeza a consciência dos meus limites.

Naquele Outono os campos do Ribatejo foram inundados, fertilizados e limpos por uma das maiores cheias do rio Tejo. Da então maravilhosa Portas do Sol –em Santarém- quase diariamente víamos se as águas atingiam os pés de Santa Iria, (jovem que porque negou casar com Britaldo filho do príncipe Castinaldo, que governava a região de Tomar, ele matou. Lançou o corpo no rio Nabão e foi levado pelas águas até ao Zêzere e deste ao Tejo. Foi encontrado junto a Santarém, e aí encerrado num belo sepulcro de mármore no ano 653). Diz a lenda que se as águas do tejo algum dia chegarem aos seus pés no padrão ali erguido, uma enorme desgraça estará para acontecer.

Andei todo o Outono com um balaio cheio de sonhos e de mitos que cultivo com ingredientes de amor. Rabujei. Seleccionei os meus íntimos. Exijo honra como princípio e lealdade como norma.

Amanhã, sempre o mesmo amanhã, aguardo confiante e aflante um outro amanhã.



nome

Fernando Baptista

género

 POESIA PROSA

título

Para onde? Por onde?

PARA ONDE? POR ONDE?

Nós vivemos sempre nos sítios onde fomos felizes, onde amámos, e pelejámos rudemente. Podemos habitar em lugares belos, mas trazemos sempre no coração o lugar antigo, que marcou a mensagem da nossa juventude. E eu continuo a viver a pueril memória das ruas empedradas e dos espaços de brincadeiras e risos. Da escola técnica que naquele ano de 1956 fomos inaugurar num velho casarão, antes dos bombeiros voluntários e depois, por falta de espaço, outro casarão por cima da esquadra de polícia e que fora o refeitório dos agentes da autoridade. No velho e enorme salão funcionavam duas disciplinas em simultâneo. Do lado da Rua do Milagre, francês, do lado da João Afonso, ciências.

Às vezes na casa onde habito, junto a uma das janelas, revejo o jogo com a bola de trapos, o pião colocado no meio da roda em lugar de ser picado ou mesmo partido pelo lançar dos outros piões. O berlinde que não entrou e logo chega o “abafador” bem escondido num dos bolsos rotos. Ouço a minha e outras mãos chamarem pelo nosso nome. Já são horas, amanhã não vais p`ra brincadeira se te demoras! É tão bom ainda ouvir esse chamamento e depois, já em casa: Sabes bem que tens de estudar, para seres um homem amanhã.

É extraordinário que esteja hoje com estas recordações inesperadas no bairro onde habito, de ruas forradas de folhas mortas e de pequenos jardins inundados de excrementos de cães, a desfiar a memória de histórias porventura absurdas e certamente umpouco tolas. Ao mesmo tempo tudo me parece modestamente natural e simples. Antes de para aqui vir morar nunca por aqui passeara. Sabia o nome destas periferias simpáticas, cruzadas de verde pela mata do estádio nacional e a proximidade da grande cidade.

Quase tudo que me ligava à terra onde nasci foi desaparecendo. As ruas centrais então transbordantes de jovens estudantes e de comércio, hoje no seu silêncio, parecem lamentar as recordações que guardam. Os prédios feios por falta de manutenção, a alegria dos estudantes remetida para os extremos da cidade. Batalho com as palavras para dizer que ainda assim gosto dela, e sem amor seria inepto para ver a doçura das coisas, a macia singeleza de um voo de pássaro, a tranquila serenidade no caminho da festa dos sentidos, mas dou por mim a perguntar: Para onde foste? Por onde andas? Quero beijar-te como antes.



nome

Francisco Lourenço

género

POESIA PROSA

título

Desencostados

DESENCOSTADOS

O Carlos Costa escreveu, o que diz ser a verdade

O António não gostou nada, deu-se bronca na Cidade!

António Costa reagiu, diz que vai para Tribunal

Algo de grave aconteceu, quem será que fez o mal?

O Diogo Costa “adormeceu”, no Jogo da Seleção

Sofreu ataque pelas costas, quase morríamos do coração!

Andam os Costas aflitos, com tamanha confusão

Ficaram todos “desencostados”, ou com falta de atenção!

Assim vai este País, uns vão bem, outros nem tanto

O Povo tem costas largas, tanta taxa é um espanto!

Quanto mais o Povo se baixa, mais lhe saltam para as costas

Que os Governantes saibam, combater as “coisas tortas”!



nome

Francisco Lourenço

género

POESIA PROSA

título

Novo olhar

NOVO OLHAR

Tinha a visão pouco clara

Perturbada pelas cataratas

Não via bem o caminho

Podia até pisar baratas

Vivendo nesta incerteza

Foi operada às cataratas

Agora com olhos novos

Vê compras nem sempre baratas

Com este seu novo olhar

Sente-se muito agradecida

Vê tudo muito mais claro

Pode observar melhor a vida



nome

Graça Cêncio

género

 POESIA PROSA

título

A rua da Missa

RUA DA MISSA

É uma rua estreita, com poucos metros de comprimento, ladeada por casas velhinhas e muitas delas bastante degradadas. Após a morte dos proprietários, para ali ficaram abandonadas. Hoje, já quase não tem vida.

Numa delas viveu uma velhinha que Maria bem conheceu quando era criança. Era a sua bisavó, uma doce criatura que apesar das agruras da vida nunca perdeu a alegria de viver e o prazer de se dar aos outros. A sua porta estava sempre aberta para quem precisasse de um consolo.

Criara onze filhos sem o apoio do marido que tinha esbanjado toda a fortuna que possuíam. Numa época em que as mulheres eram submissas e não ousavam ter opinião, ela abandonou-o levando as crianças. Foi viver para aquela casinha humilde com a sua prole e trabalhou muito para lhes dar o indispensável. Muitas vezes racionava-se o sustento, mas nunca o afecto.

Os filhos cresceram e constituíram as suas famílias com os alicerces que receberam daquela mãe heroica. Maria gostava muito de fazer companhia à bisavó quando chegava da escola. Sabia bem que a esperava sempre algum docinho e uma daquelas histórias que não eram do repertório infantil, mas antes vivências da sua bisavó. Nem por isso tinham menos encanto.

Hoje, também avó, Maria gosta de falar dessa bisavó aos netos e de contar também as suas vivências e fica feliz quando eles lhe dizem: "Avó, conta mais histórias dessas. "

Nunca soube a razão de se chamar "rua da Missa".



nome

Helena Franco

género

POESIA PROSA

título

Memórias de Arronches

Memórias de Arronches

Vagueiam por mim as memórias de Arronches, que me trazem lembranças de outro tempo. De um tempo vivido noutras paragens, em longas férias de Verão, de que guardo tantas imagens.

Lembro casas e janelas, ruas e praças, becos e pontes, ribeiros e ribeiras, searas a ondular ao vento, passeios pelos campos.

As paredes brancas com barras de roxo-rei.

Os amigos e as amigas, os ninhos das andorinhas.

O fresco do quintal, as Festas de Verão.

As quermesses, com os papelinhos enrolados, alguns com prémio, que vendia, nas mesas, em linda bandeja de prata que a avó deixava usar.

O passeio ao Vassalo e a volta das 3 Pontes, a casa, virada à bela Serra de Portalegre, tão quente no Verão e fria no Inverno...

A rua do Paço e a rua Direita, o Largo da Cadeia e o Passeio de Maio, o rua acima e o rua abaixo, com bons dias e boas tardes obrigatórios, porque toda a gente conhecia a Leninha que tinha nascido lá e bem novinha tinha ido para Lisboa com os pais.

A Leninha que era, e que, passados tantos anos continua a ser, para aqueles que a conheceram menina e moça, e não a esqueceram.

Saudades doces, de um tempo que foi, e já não é.



nome

Ilídio Granja Coelho

género

 POESIA PROSA

título

Viagem ao Alto Minho

VIAGEM AO ALTO MINHO

Descrever em forma de narrativa a viagem de forma simples, mas abrangente não é tarefa fácil, pelo que os conteúdos serão dos aspetos mais marcantes e, que levarão os potenciais leitores que integraram a mesma a se reverem como atores das melhores coisas que aconteceram e foram bastantes. O pedido de desculpas por algo menos rigoroso e assertivo, mas foi o possível que o meu sistema cognitivo conseguiu acumular.

O 1º. Concelho que visitámos foi o de Ponte de Lima, onde o Rio Lima antes de chegar ao seu destino oceânico em Viana do Castelo, como que adormece e se espria na vila, deliciando-nos com paisagens deslumbrantes, convidando-nos a fazer uma bela visita. A sua ponte romana merece que seja atravessada para admirarmos melhor a vila. Para mim foi surpresa que a simbologia atribuída a esta Vila do Alto Minho foi o fato de ter sido o 1º. “Berço” da nacionalidade portuguesa, com uma representação figurativa na sua margem esquerda da batalha entre portugueses e castelhanos que vencemos. Visita aos pontos mais emblemáticos, como a Igreja Matriz, a Torre da cadeia velha, adaptada a prisão no século XVI e que atualmente alberga a loja de Turismo

O dia seguinte foi dedicado a conhecer a linda Vila de Arcos de Valdevez, nomeadamente o seu centro histórico com a sua bonita Igreja Matriz, o seu Mercado e o seu Comércio, as zonas ajardinadas que acompanham o rio. Seguiu-se o almoço no Restaurante Floresta onde foram servidas a belas iguarias da região. A parte da tarde foi dedicada a conhecer a bonita Aldeia do Sistelo conhecida como o “Tibete Português” uma das 7 maravilhas no que diz respeito a Aldeias Rurais e que está em pleno coração do Parque Nacional da Peneda Gerês.

Na manhã do seguinte o destino foi o do conhecimento do Gerês e de toda a zona envolvente e, aproveitando o percurso fizemos uma paragem em Ponte da Barca, atravessada pelo Rio Lima. Vila muito bonita e pitoresca onde visitamos o Centro histórico da parte mais bonita virada para o rio. Seguimos a nossa rota e a paragem seguinte foi Armamar para almoçar seguindo depois em direção ao Gerês, onde contornámos a Barragem da Caniçada passando depois pelo local chamado Rio Caldo até à zona das Termas e Hotel do Gerês, onde passeámos por toda a zona envolvente o que fizemos de forma pedonal. Continuando a nossa viagem seguimos ao encontro do S. Bento da Porta Aberta, também o nome do Hotel onde pernoitámos. Esta Basílica apresenta-se com 2 locais de culto, a Basílica Antiga de arquitetura digamos tradicional e um outro local de culto contíguo bastante maior e de arquitetura moderna de linhas simples, cuja finalidade é de poder receber todos os peregrinos e, são imensos que convictos da sua fé por lá vão passando.

No dia seguinte começámos o regresso a “casa” com passagem pela linda cidade de Braga, monumental em termos de património e moderna em termos urbanísticos; uma Guia local acompanhou-nos na visita a toda a zona histórica em que apenas vou referir por ser monumental e antiga a Sé de Braga como o monumento mais antigo do património eclesiástico português, construído no século XI, quando Portugal ainda não existia como nacionalidade e de onde, vem a expressão muito usada pelos bracarenses e portugueses, quando se diz de algo velho “que é mais antigo que a Sé de Braga”. Com mais de 900 anos de história e vida religiosa e, com um conjunto arquitetónico onde convivem estilos diferentes como o românico e o barroco do coro alto com os seus órgãos monumentais.

Termino esta narrativa relatando aquilo que a minha capacidade cognitiva ainda vai aceitando, na esperança que ao lermos relembrem os bons momentos que passámos e recordemos aquilo que mais gostamos, bem como os momentos mais marcantes para cada um, para que alguns anos mais tarde os possamos recordar e revivê-los. O meu objetivo penso que está cumprido, que foi o de relatar o que os meus olhos observaram e que o mesmo seja o de colocar mais uma “pedrinha” no edifício Nova Atena cujo lema é o do Saber e Bem-estar para o envelhecimento ativo.



nome

Isabel Pernes

género

POESIA PROSA

título

Cada começo acaba por ser um final

CADA COMEÇO ACABA POR SER UM FINAL

Gostaria de dar a volta ao texto: cada final pode ser um novo começo e vice versa.

Acabou pronto, estava farta de fingir que estava tudo bem e que não havia problemas graves. Saiu-lhe um peso muito grande de cima apesar da incógnita do futuro.

Naquele domingo reuniu o marido e as filhas jovens adultas prontas para a vida, ela tinha-se assegurado que tinham as ferramentas necessárias para se sustentarem devidamente, apesar da instabilidade que se aproximava, fizera tudo que para elas fosse a mínima possível.

No restaurante chinês a seguir à refeição deixou cair a bomba: No dia seguinte sairia da casa da família, levaria só as coisas muito pessoais e a casa ficava assim até ser vendida principalmente por causa das filhas. Assim que saltassem do ninho as coisas mudariam. Não lhe deu vontade de chorar as caras à sua frente, pois estava decidida.

Ao contrário nunca ninguém a tinha visto senão naquele momento, nunca ninguém tinha pensado sequer que ela teria forças e vontade para dar a volta à sua vida. Um dia mais tarde as filhas perguntaram porquê só agora e ela simplesmente respondeu porque vocês existem.

Assim aconteceu o fim de algo foi um começo para ela.

Uma nova vida, um novo começo que ela tanto precisava psicologicamente. Passaram-se 22 anos e continuou sozinha a percorrer o caminho até ao final. Foi por vezes muito doloroso, mas quando olhavam era a ela que viam, ela estava ali e não era invisível.

Não perdeu o hábito de pôr os outros à frente de si mas fê-lo por conta e risco até ao final.



nome

Jerónimo Pamplona

género

 POESIA PROSA

título

A vida é mais tempo
alegre do que triste

“A VIDA É MAIS TEMPO ALEGRE DO QUE TRISTE”

Quando recebi a informação sobre este tema estava a ver na RTP1 a novela *Vizinhas*: “*Depois de toda a vida separadas, duas amigas de infância reencontram-se, já viúvas e idosas, na aldeia onde cresceram. Enfrentam a decisão dos familiares pretenderem interná-las num lar. A uma delas porque tem problemas de demência (Alzheimer?!), à outra porque tem problemas de mobilidade. Sabendo que estão na fase final da vida, as duas amigas esforçam-se por cumprir a promessa da infância de ficarem juntas para sempre (inspirado no livro “Prantos, Amores e Outros Desvarios” de Teolinda Gersão)*”

Num segundo momento, pensei: - Há vidas e vidas! Há vidas que sim e há outras que não! Quantas vidas cabem numa vida? Até há vidas que morrem no útero, outras durante o parto e outras na infância! Querendo disciplinar os pensamentos que estavam a invadir o meu cérebro, fugi para a comparação da vida do ser humano com uma viagem de avião.

Levantar voo – a intensidade do risco que se corre no arranque da aeronave pode ser comparada com o *Bullying* que se pode sofrer desde o Jardim de infância até à Universidade. Pode manifestar-se por violência física, verbal, emocional, cyberbullying e bullying sexual.

Velocidade de Cruzeiro – a entrada do avião em turbulência pode comparar-se com os diferentes desafios que tem que enfrentar o ser humano no decurso da vida profissional ou quando muda de estado civil.

Aterragem – Os riscos da aterragem podem ser comparados com a velhice, ficar o dia inteiro no sofá = Borregar, Desistir.



nome

Jerónimo Pamplona

género

 POESIA PROSA

título

Querido Pai

QUERIDO PAI

Parece que foi, ainda, ontem.
E já lá vão vinte e cinco anos.
Não me foi fácil fazer o luto,
embora reconhecesse que a tua partida
seria benéfica para ti e para os cuidadores.
Sim, tu já não estavas cá,
porque apenas reconhecias a tua filha.
E isso, não era viver, era vegetar!
Para além de que sofrias fisicamente.
Sim, algumas vezes ouvi tu a dizeres:
Por quê Deus não me leva?
Mas, hoje quero que fique registado
neste livro que contém a história da minha vida,
aquilo que nunca tive a coragem de te dizer:
Nos meus nove anos mandaste-me
para a Colónia Balnear Infantil
da Guarda Fiscal na Póvoa de Varzim.
Gostei tanto da praia e dos banhos de mar
que no ano seguinte pedi-te para repetir.
Foi assim que me senti um verdadeiro "Poveiro"
No verão de 1956 tiveste que matricular-me
no curso de Comércio ou de Indústria.
Perguntaste-me qual o que eu preferia.
Eu escolhi mecânica de automóveis.
Tu fizeste tudo para me dissuadir.
Mas, face à minha persistência,
Respeitaste a minha escolha. Eras um preceptor!
Para que a Lala pudesse, também, estudar,
pediste a transferência para a cidade de Chaves.
Ali, tinhas três superiores na linha hierárquica.
Em Sendim, eras tu o comandante de sete guardas.
Perdeste liberdade e prestígio, para a filha estudar.
Ela formou-se professora do primeiro ciclo do E. B.

Sabes qual é o destino deste poema?
Vai ser inserido no meu livro: "A Vida É Como Um Rio".
Conto-te estas histórias, porque sei que vais ficar feliz!



nome

Luísa Machado Rodrigues

género

 POESIA PROSA

título

9 de Novembro

9 DE NOVEMBRO

Premonitória ou não de união mundial foi a invenção da *World Wide Web* (WWW) na primavera de 1989 que, enriquecida por mil e uma possibilidades, nos proporcionou a então impensável facilidade de hoje quase tudo do nosso quotidiano poder ser feito perante um qualquer écran do maior ao mais minúsculo.

Paralelamente ao esplendor das novas tecnologias que a mesma acarretou, prosseguia a humanidade em desunião, em *Guerra Fria*, ferida que não sarava desde a 2.^a Guerra Mundial. Porém, se por um lado o mundo tremia sob a tensão Leste/Oeste, por outro, ia-se inundando de rumores esperançosos duma mudança ora prometida, ora desmentida até que chegou novembro daquele ano, dia 9, e com ele, a boa notícia que pareceu ir no sentido da tal premonição: a união das duas metades do Globo.

Estava eu numa das andanças profissionais (conferências, simpósios, seminários e afins). Não me lembro qual a exata designação, mas versava questões do meu foro, saúde e educação, o qual decorria no teatro Sá da Bandeira de Santarém com técnicos e especialistas ligados a ambas as áreas. Na última mesa da manhã, eram palestrantes Laborinho Lúcio, José Niza e eu própria, e acordámos almoçar juntos. Niza, de certo modo anfitrião local enquanto residente no distrito, pelo qual e pelo PS era deputado, escolheu o local para o lauto repasto a que se nos juntou um pequeno grupo. Estaria um dia estilo 'verão de S. Martinho' e revejo-me na esplanada do restaurante com o sol a espreitar entre o arvoredado, numa mesa corrida talvez com umas doze pessoas e Niza, à minha direita, agitado e com alguém pelas costas a segredar-lhe ao ouvido (os telemóveis ainda eram uma raridade). À 'boca pequena' confessou-me: "Caiu o muro de Berlim!". Retorqui: "Sério?!". Confidenciou: "É seguro. Recebi um recado, era um telefonema do PS para mim". Rapidamente o segredo deixou de ser segredo e foi notória a alegria dos presentes, contagiante a dinâmica da tarde (embora se sentisse desconforto nalgumas pessoas, facto compreensível dada a implementação partidária naquele distrito de forças favoráveis ao regime vigente na URSS, o qual logo se adivinhou que iria cair).

Se o mundo acreditou numa paz duradoura com a pacificação que adveio do processo internacional que se seguiu, não sei. Só sei que foi grande o espanto com o 24 de fevereiro perpetrado pela atual Rússia!

Foi um como que regresso ao passado, pairando no ar o adágio 'a vingança é um prato que se serve frio'...

A verdade é que o que está a ser servido é uma 'guerra quente', regional, mas com inesgotável reflexo internacional e augúrio bastante incerto. Para quando o frente a frente que leve à paz? Sobrevoa a desconfiança, o não cumprimento de acordos, um 9 de novembro que se foi! Que esperar do próximo?...



Vamos Trazer a Palavra Escrita aos Nossos Días!

nome

María da Conceição Areias

género

POESIA PROSA

título

Contra-Poema de Natal

CONTRA – POEMA DE NATAL

A minha amiga diz:

Que chatice,
tenho de andar
quatrocentos quilómetros,
porque a minha mãe
já não pode vir cá
passar o Natal.
Só em portagens são duzentos euros!

A minha prima diz:

Gosto muito do Natal
mas, tenho vinte pessoas a comer,
e sou só eu a trabalhar.
O Natal é só para os outros,
já vista a chatice?

A minha vizinha diz:

Como passo o Natal?
Em casa mas,
o que me chateia mesmo,
é ter de tirar o meu
serviço da Vista Alegre
para encher o bandulho
a essa gente do meu marido
que nem sabe utilizar os talheres,
quanto mais apreciar
um serviço da Vista Alegre!

A minha irmã diz:

Lá se vai a dieta;
não consigo resistir aos doces,
que são absolutamente tentadores!
Come-se demais no Natal.
De certeza que vou ganhar
uns dois quilinhos.
Grande chatice!

Uma outra amiga diz:

Imagina que tenho a sogra,
a cunhada e as filhas,
e respetivos maridos.
Encostam-se sempre,
e tenho de comprar prendas
para aquela gente toda.
Que chatice!

.....

.....

Ups...

Atrasei-me.
A Midá já me pediu o poema
e eu não sei como hei-de acabá-lo!
Que chatice...



VAMOS TRAZER A PALAVRA ESCRITA AOS NOSSOS DIAS!

nome

María da Conceição Areias

género

POESIA PROSA

título

Natal Hétero

Natal Hétero

Aos amigos ocupados
da azáfama do Natal,
já queixosos de cansados,
estes versos, em especial

Eu não tenho que fazer
porque não sei cozinhar,
não tenho “saco” pra compras,
canso-me de ver as montras,
e não gosto de guiar.

Tenho tempo pra comprar
a comida toda feita;
tenho tempo pra sonhar
com um futuro que espreita.

Tempo para não comer,
pois perturba a digestão,
vendo o colesterol crescer,
e o açúcar e a tensão!

Tempo pra não arrumar
os livros fora da estante;
tempo pra os desarrumar,
tarefa em que sou brilhante!

Tempo pra estar constipada,
sem contagiar ninguém,
ranhosa e mal encarada,
podendo avinhar-me bem.

Tempo para estar sentada
bem estendida e sem sapatos,
tão quentinha e consolada,
a fazer festas nos gatos.

Vejam bem que sorte a minha,
não ter nada que fazer,
passando o Natal sozinha,
mantendo a paz na cozinha,
que mais é que eu posso querer?



nome

María da Conceição Areias

género

POESIA PROSA

título

Natal 2017

NATAL 2017

ONDE ESTÁ O NATAL?

O MEU PAÍS ARDEU

E ONDE FICO EU

NO MEU PAÍS QUEIMADO?

ESCURO E NEGRO O CHÃO

RUÍNAS DO PASSADO.

ROUBADO O CORAÇÃO

ONDE FICOU A VIDA?

ONDE FICA O NATAL

EM TANTA TERRA ARDIDA?

(Escrito no ano dos grandes incêndios de Pedrógão e outros)



nome

Mária de Lourdes Santos

gênero

 POESIA PROSA

título

Cataratas



“CATARATAS”

Ao ouvir a palavra “Cataratas”, remetia-me imediatamente para deslumbrantes quedas de água, forças da natureza de encantar e por vezes até amedrontar, tal a sua indomável grandiosidade! Porém, o tempo, veio provar-me que eu estava equivocada; havia outras “Cataratas” que se apresentavam no formato de doença nos olhos, em geral associada à velhice e resolvida pela via da cirurgia.

Tudo isso ainda um pouco distante para mim! Mas o tempo decorria e chegou o momento em que numa consulta de oftalmologia foram identificadas, também elas, enquanto forças da natureza!!Traziam consigo o desígnio da cirurgia, e agora eram motivo de pesquisa para recolher alguma informação que me trouxesse esclarecimento profundo do assunto, mas que tardava em encontrar.

Finalmente também chegou o momento em que se tornava imperativo decidir. Encontrar o médico certo, foi o 1º grande passo. Também hoje chegou o momento de o homenagear e lhe agradecer. Foi ele que me ouviu, esclareceu, informou e finalmente quando eu convictamente disse SIM, com as suas Mãos de Luz, tornou a Luz mais límpida nos meus olhos, no Hospital da Luz. A Luz era agora requalificada!

A clareza retomada percorria o caminho até ao meu coração e tudo se tornava mais luminoso.

Quando comparada a visão entre o olho já intervencionado e o ainda não, foi um momento único, de verdadeira rendição e gratidão, foi o êxtase comovedor de tanta bênção! Foi o **AH!** de espanto e comoção!

O Anjo Humano operou o milagre. Que dádiva magnífica! Aqui fica o meu agradecimento ao Querido Dr. Peter Pêgo, Médico Cirurgião em Oftalmologia.

Ajudou-me a ajudar-me e este lema é sem dúvida aplicável em circunstâncias várias. A razão desta partilha da minha experiência atual é contribuir para a ajuda e bem-estar de quem dela possa beneficiar.

Breve explicação do que são as “cataratas”:

O que é a catarata? “O olho tem uma lente suspensa atrás da pupila, que se chama cristalino, e que é muito importante para focar as imagens sobre a retina. Quando o cristalino deixa de ser transparente de forma a perturbar a visão, passa a chamar-se catarata”

O que é a operação da catarata? “Consiste em remover o cristalino alterado e substituí-lo por uma lente transparente”. Essa descrição amedrontava-me, pois lente seria em vidro e como colocá-la no interior do olho? Tudo me foi explicado num generoso dar de mãos, para que o caminho se tornasse suave e seguro.

Eternamente grata, o meu SIM foi confiante e esclarecido.

Para continuar a trazer a palavra escrita aos meus dias, aos nossos dias, preciso de olhos e coração CRISTALINOS.



nome

Maria Regina Ferreira

gênero

POESIA PROSA

título

Coincidiu com aquele
homem

COINCIDIU COM AQUELE HOMEM

As três árvores que vigiavam
a casa virada ao mar
ficaram doentes
Ele ficou doente sem cor
e desapareceu
As árvores ficaram de pé sem cura mortas
como ele
Restaram as ramadas altas palmas
por serem robustas
Permaneceram até que condoídas
como ele feridas
foram largando uma, outra e outras palmas
desalentadas
pela fúria do vento arrancadas
Ficaram três palmas descaídas
a encimar o tronco esguio e distante
como ele
Ficaram para desassombrar
quem escuta o seu gemer
a lembrar o adormecer estoico
do homem que ficou de pé até poder
E nos dias de chuva intensa
de nevoeiro cerrado a tapar o mar
as três árvores ficam mais escuras
descabeladas porque as últimas palmas
tombaram como ele
Ao lado destas
delgada ociosa bem vestida elegante
emplumada vigorosa
ficou uma palmeira de outra raça
Já não guarda a casa virada ao mar
dança enamorada
embalada pelo cântico do mar



nome

Mária Regina Ferreira

género

 POESIA PROSA

título

Marcos C.

MARCOS C.

A fazenda não tinha cercas. A casa grande onde morava em família tinha portas e janelas sempre abertas ao sol, à lua, à vida. Porém, sentia-se apertado naquele mundo! O seu mundo era pequeno!

Agarrado às crinas longas de Alazão perdera a noção do tempo. Sentia fome. Devia andar por ali às voltas há muito! Sentia-se livre como o cavalo que galopava, montado sem sela. O ar devolvia-lhe aromas de primavera. Marcos C. tinha tomado a decisão! Daria o nome Vinícius ao filho e prometeria voltar quando pudesse formar a sua família cabocla. Estava certo de que era o melhor para todos.

Aos 20 anos chegou a Loulé para trabalhar na construção civil. E encontrou um novo amor. Encontrou o amor da sua vida, uma rapariga da mesma idade, loura, de meigos olhos cor de avelã. E ganhou asas para um voo certo muito pensado quase desde o berço. Afinal aquele mundo pequeno onde cresceu, muito acalentado pela presença contínua de pais e filhos em que havia tempo para ensinar a fazer e tempo para saber fazer, observando e vendo fazer, tornou-se exemplo para a nova vida que Marcos C. começou em Portugal. Afinal aquele mundo pequeno moldou-lhe a visão e preparou-o para um mundo desconhecido e agreste.

Casou por amor, tem 2 filhas de cabelos muito pretos e encaracolados cujos nomes começam pela letra C tal como a mãe. Tem seis cavalos de crinas longas e fortes. O primeiro é ruço e chama-se Alazão.

Vinícius é o filho varão, o primeiro filho, o irmão mais velho e muito querido. Dança capoeira e toca berimbau.

Marcos C. formou uma grande casa. Uma casa muito acalentada. Pequena em tamanho, mas uma casa feliz!



nome

Maria Silveira

gênero

POESIA PROSA

título

Folhas de Outono

FOLHAS DE OUTONO

Ao crepúsculo de sereno entardecer, rua fora,
Deserta, em hora de precoce adormecimento
Da vida urbana, por tempestuosos dias fustigado,
Atrevo-me a caminhar pelo alcatrão
Entre o negrume do solo e o do pensamento...
Que anos estes entre riscos sanitários
E iníqua guerra que, por tão perto
Corações tem aberto à consciência
De que para lá da Europa, há Médio Oriente
Há África, há mais e mais mundo em conflito!?

A meus pés, no chão de amarelo ouro atapetado
No castanho avermelhado do piso ao peão interdito
Ecoa o crepitar das secas folhas de outono
Não o longínquo roncar de armas mortíferas
Tão só a pacífica e quente voz da outonal natureza
Na sua cíclica despedida, no seu generoso partir,
Perene mote para o renascer que sempre volta
O rebentar da nova folha, sazonal brinde primaveril
Magnânimo elogio à vida que, ano a ano, nos toca
À paz apela, à singeleza de criança, à esperança...



nome

Mítú Branco

género

POESIA PROSA

título

Outrora, o meu Natal

OUTRORA, O MEU NATAL

Acordo sobressaltada
com o coração aos pulos
A casa toda calada
Só silêncios
Sem barulhos
Fico a pensar , preocupada
Será que me portei bem ?
Que não menti
Que não ralhei ?
E os meus Pais
O que é que acham ?
Que fui menina ajuizada,
obediente , comportada ?
O meu sonho
é a boneca com cabelo aos caracóis
sorriso doce nos lábios
e uns olhos que são sóis
Tem a saia cheia de folhos
a blusa às florinhas
os sapatos bem vermelhos
e uma sacola às pintinhas
Já não aguento mais
e vou acordar os manos
E os três , pé ante pé ,
vamos ver o que o Menino
nos deixou na chaminé



nome

Mítú Branco

género

POESIA PROSA

título

Lembranças de Natal

LEMBRANÇAS DE NATAL

Atiraste-me uma bola
Estilhaçou-se no chão
Que pena !
Tão colorida.
Não sei se choro
se não.
A Mãe vem logo a correr
Não se zanga
Compreende
que tu, sendo tão pequeno,
não consigas segurar as bolinhas de Natal
E a mim dá-me um abraço
Enxuga-me as lágrimas com a mão.
Pendura todos os enfeites .
Ficamos todos a rir e aos pulos,
o coração



nome

Teresa Sousa

género

POESIA PROSA

título

Contrastes...

CONTRASTES...

Apenas um vidro a separar duas realidades bem distintas: dum lado, uma sala cujo aconchego é perturbado pelas notícias que chegam através da TV, notícias de guerra, de ódio, de violência, notícias de um mundo ferido pelo desamor que não poupa nada nem ninguém. Num ambiente físico de conforto, instala-se a angústia, a ansiedade, a desesperança no futuro.

Do lado de fora, do outro lado do vidro, o passarito que saltita, chilreando, despreocupado, desfrutando da natureza, da liberdade, ignorando riscos, vivendo um hoje onde não conta o amanhã, um amanhã que ignora, um amanhã que não ajudou a desconstruir...



nome

Vitor Carvalho

género

 POESIA PROSA

título

As voltas do castelo 2

AS VOLTAS DO CASTELO 2

Naquela tarde soalheira no Castelo, Lourenço e Arash combinaram encontrar-se de novo, algures. Era notória a curiosidade recíproca, talvez empatia, talvez interesse. Lourenço arriscou telefonar a Arash convidando-o para uma conversa na cafetaria da Gulbenkian. A resposta, positiva, foi imediata. “Qual o meu interesse nesta conversa? E o que levará um iraniano a ter interesse em conversar com um desconhecido?”, pensava para consigo Lourenço. “Deve ser um espião ou candidato a espião, vou arriscar o jogo das conversas encriptadas”, acrescentava.

- Boa tarde, como está, perguntava sorridente Arash. Era um jovem de estatura média, vestido desportivamente, semblante altivo, postura cosmopolita, no Alentejo poderia passar por alguém da classe média ou quadro de empresa.

- Vejo que se movimenta bem em Lisboa, com esse português abasileirado, exclamava Lourenço, tentando dar um ar descontraído à conversa.

- Sabe, aprendi português com uma brasileira, em Londres, quase me apaixonei por ela, fiquei rendido pela sua beleza e naturalidade com que me ensinou a língua portuguesa e cultura brasileira, sempre brincando. Aqui em Lisboa não consigo captar tantas palavras como quando conversava com ela, os portugueses fundem palavras e eu fico baralhado, ao passo que no Brasil abrem as vogais e usam expressões mais simples de entender, enfatizava Arash.

- Tem que permanecer aqui algum tempo até que se habitue. É importante para si perceber tudo o que dizem? questionava Lourenço, na mira de perceber se se tratava de um espião.

- Sim, para fazer relatórios isso é importante. Daqui vou para o Brasil e depois para um país da América Latina. Aprendendo português, fico habilitado a perceber conversas no mundo latino-americano, facilmente serei colocado nesses ambientes. A embaixada paga essa formação, bastante útil na carreira diplomática. E o Lourenço o que faz? quis saber, com ar de grande curiosidade.

- Estou aposentado, e ensino Literatura Portuguesa em cursos para adultos.

- Ah, eu adivinhei, exclamou Arash. Pela forma como me falou de Saramago percebi que era da área da literatura. Ótimo, assim percebe melhor por que me inscrevi num curso de Literatura Portuguesa Contemporânea!

- Falemos então de literatura, mas diga-me porquê a escolha por Saramago na sua leitura no Castelo.

- Tenho lido autores brasileiros e decidi perceber porque deram o Nobel a Saramago. Sou profundamente religioso e quero entender quem o não é e como aborda a sociedade católica ou não muçulmana. Queremos saber como um muçulmano poderia eventualmente deixar de o ser, fazendo da literatura uma arma política.

- Tanto quanto sei, a sociedade iraniana está socialmente estável no regime teocrático, salvo aquelas perturbações pela morte de uma mulher desobediente, lutando pela liberdade, arriscava Lourenço.

- Nasci já depois do regime de Reza Pahlavi ter sido substituído pelo atual regime, não me posso pronunciar. Em privado, confesso que deveria haver mais liberdade para as mulheres. Casei há pouco tempo e não me importaria que a minha mulher não usasse véu islâmico. Os jovens pensam como eu, mas temos que aceitar as ordens. Prefiro falar de literatura.

- Leia o “Ensaio sobre a Cegueira” e depois voltaremos a falar sobre Saramago.

- Para mim é ótimo, serei eu desta vez a telefonar-lhe. Para além de Saramago, poderemos falar de outros autores que me levem a entender os portugueses.

- Isso vai ser tarefa difícil! Nem nós nos entendemos! exclamou Lourenço. (“É melhor não continuar”, pensou).



nome

Vitor Carvalho

género

 POESIA PROSA

título

Desalento

DESALENTO

Adaptamo-nos com alguma facilidade a quase todo o tipo de mudança: mudança de estação do ano, de dia para a noite, de tempo de chuva para tempo de sol, de mudança de hemisfério, inverno /verão ao aterrar num paraíso tropical, adaptamo-nos a contextos culturais e socioeconómicos bem diferentes. Adaptamo-nos porque de outra forma morreríamos. Acontece com as pessoas e com as organizações onde elas estão integradas, é apenas uma questão de tempo.

Mas quando o dia a dia das pessoas no último terço da vida está focado em atividades que lhes dão alegrias, prazer, sentido de vida plena e diminuem as angústias da aproximação do fim, a adaptação a uma mudança radical pode ser uma fonte de vazio, uma frustração porque o esperado encontro não vai acontecer.

A alegria pelo nascimento e evolução dos netos e o apoio que os avós gostam de lhes dar leva a uma dispersão e diminuição dos contactos com pessoas mais próximas, pelo menos daqueles contactos longos, em que uma toma de café se transforma numa conversa de horas. Por isso, os encontros daqueles dois irmãos tinham-se espaçado, era preciso cuidar de outras coisas, viver e usufruir dos projetos que cada um foi construindo ao longo da vida. Tomar um café, almoçar em conjunto, passear à beira-mar ou calcorrear os caminhos pelas matas em tempo de pandemia assumiram uma relevância maior, porque cada vez mais escassos, por isso mais desejados. Falavam de tudo, das notícias e dos artigos dos jornais que ambos liam, de livros que andavam a ler. O mais velho daqueles irmãos tinha desistido de estudar aquando do seu casamento, tendo ficado apenas com o ensino básico, mas o seu desejo de aprender levava-o a devorar livros, revistas e jornais, na ânsia de reduzir a sua ignorância sobre muitas matérias para poder falar de muitos assuntos com o irmão, mais novo e que tinha feito um curso superior. Conversas para passar o tempo não lhe interessavam. Citava muitas vezes Confúcio ao classificar as pessoas em três tipos: as superiores, que gostam de falar de ideias; as normais, que gostam de falar de coisas; e as medíocres, que só falam de pessoas. Falava de muitos assuntos a partir de uma percepção, com o intuito de que alguém pudesse desenvolver o tema que lhe interessava com alguma sustentação, com algum conhecimento minimamente sólido.

- Vamos tomar café? hoje vamos ao café que tem esplanada, está bom tempo.

- Certo, dez horas em tua casa. Telefono ao António, pode ser que possa juntar-se a nós para falarmos da próxima tertúlia musical.

- Boa ideia!

Esta era a rotina que aqueles dois irmãos muito amigos tinham quando podiam encontrar-se. As respetivas companheiras já sabiam do prazer que eles tinham naqueles encontros e compreendiam os esquecimentos...

Discutiam muito, discordavam ainda mais, sobretudo em temas de ética, estética, valores e tradições, um mais tolerante do que o outro. Mas nunca se zangaram, algo estava sempre acima dos desentendimentos – a amizade. As diferenças eram lavadas pela espuma dos dias; no dia seguinte era um novo dia, com novas discussões, como se nada se tivesse passado.

Sem aparentes sintomas de que algo poderia afetar de forma irremediável a saúde daquele irmão mais velho, um AVC fatal levou-o para sempre. A doença ou a vida longa prepara-nos para enfrentar o fim. Vemos partir avós, pais e irmãos, de todos ficam saudades e lembranças. Preparamo-nos para, e adaptamo-nos a muitas mudanças, mas há ruturas que nos deixam com um sentimento de vazio que não é possível de preencher. Ficar sem algo que faz parte de nós, não voltar a fazer o que nos dá uma enorme satisfação é sentir um vazio de uma imensa tristeza. Contudo, acreditamos que a morte é o esquecimento, é quando já não há ninguém que se lembre de nós. Vivamos então a tristeza com esperança.



Vamos Trazer a Palavra Escrita aos Nossos Dias!

Novembro

2022

Vamos Trazer a Palavra Escrita aos Nossos Dias!

NOVA ATENA – UNIVERSIDADE SÉNIOR DE LINDA-A-VELHA
www.novaatena.pt

COORDENAÇÃO Midá Sá-Chaves
DESIGN GRÁFICO Carlos Lopes