



Nova Atena
Saber e Bem-Estar



Desafiando o fio da escrita

Mês de Outubro de 2023

Nova Atena



Desafiando o fio da escrita

ÍNDICE		
AUTOR	TÍTULO	PÁGINA
Faustino Vital	Olha o céu	2
Faustino Vital	Viva o descanso (I)	3
Fernando Baptista	Dois contos quase infantis	4
Fernando Baptista	No entardecer da terra, amareleceu o chão “e eu já não sou o que era”	5
Francisco Lourenço	Alerta	6
Jerónimo Pamplona	No entardecer da terra	7
Jerónimo Pamplona	Nuvens correndo num rio	8
Jorge Proença	Atlântida	9
José Eduardo Marques	Lisboa triste turistas	10
Luísa Machado Rodrigues	A borrasca	11
Maria de Lourdes Santos	E... Desafiando o fio da vida	12
Maria Luísa L.B. Freitas	Meditações ao Pôr do sol	13
Maria Silveira	Sentires	14
Mitú Branco	Espelho	15
Mitú Branco	Meu amor	16
Pilar Encarnação	Noite de lua cheia	17
Pilar Encarnação	Para onde caminhamos	18
Regina Ferreira	Mar de agostos	19
Teresa Sousa	Contrastes	20
Vítor Carvalho	Lembramentos	21
Vítor Carvalho	Um homem e um cão	22



Desfiando o fio da escrita

Olha o céu

Olha o céu tão luminoso
Quando dia, azul do mais puro
Tantas nuvens mais brancas
Quantas estrelas enchendo a noite
Cintilantes e aos milhares sem conta
Serenas, calmas e reluzentes
Silenciosas e em paz

Fecha os olhos e abre novamente

Quantos foguetes lançados
Riscando o céu, lançando terror
Quantos drones amaldiçoados
Tantas bombas explodindo
Tantos tanques bem pesados
Quanta destruição sem sentido
Tanta gente sem culpa deslocada
Quantos corpos estropiados
Quantos gritos não abafados
Quantos prantos, tantos choros
Tantos corpos trucidados
Tantos poderosos mandando
Tantos apelos pedindo
Tantos ouvidos ensurdecidos

Até quando ? Até quando?



Desfiando o fio da escrita

Viva o descanso (1)

Quando no longínquo Século VI o então Papa Gregório I designou os 7 e principais pecados mortais, chamados de antigos; Soberba – Avariza – Luxúria – Ira – Gula – Inveja – Preguiça, colocou esta no final e em último lugar (quase que não tinha espaço para ficar), a “preguiça” que, a meu ver, parece ser o menos nefasto dos restantes e anteriores. Até porque se atentarmos bem, não faz mal a ninguém directamente e, quem o incluiu e designou como pecado mortal não tinha sensibilidade nenhuma no que concerne às coisas terrenas. Desde há longo tempo que a preguiça, como pecado capital, é o pecado mais difícil de definir e creditar. Curioso é que, passados tantos anos, Bento XVI lhe acrescentou mais seis actualizados aos tempos modernos, chamados de pecados novos; Pedofilia – Aborto – Manipulação genética – Tráfico de droga – Riqueza desmesurada ou ilícita e Poluição ambiental.

Só acrescentou, mas, a preguiça ficou de pedra e cal.

Se não, vejamos. De preguiça, que não considero um mal maior, vai um pequeno passo para um mal menor que é um merecido descanso. Aliás o que nós mais vemos por esse mundo é a permanente preguiça das instituições, dos políticos, da justiça, dos que deviam cuidar dos cidadãos e não o fazem. E, ninguém vai ao confessionário acusar-se de tal coisa. Assim, o acto da preguiça está tão enraizado, tão banalizado que já parece institucionalizado. Dizem que é mau para as pessoas, é mau para a economia, é mau para o país mas sinceramente já ninguém parece importar-se. Quem não sentiu em si mesmo, nos tórridos dias de Verão, a necessidade de uma “preguicite aguda” que sabe mesmo bem, o boiar dentro de uma piscina de água límpida e séptica, tão séptica e tão cheia de cloro que nos deixa manchas e branqueia a pele, tomar um drink ou mais, ou fechar os olhos e bater uma boa soneca debaixo de uma sombra. É o descanso a raiar quase a preguiça, que se repetida por prazer próprio, talvez seja pecado, talvez não. Será grave ou só venial? Talvez nem isso. Em todo o caso, pois que seja o que quiserem, mas que sabe bem, sabe.

Faustino Vital



Desafiando o fio da escrita

Dois contos quase infantis...

Enquanto decorria o século XX as transformações, invenções, complicações, evoluções, devastações, criações, divisões, opções e demais “ões” foram proliferando, de tal modo, que cada ser humano construía o seu próprio mundo, mais solto e distante da família e amigos.

Se até então na relação entre jovens eram eles que se “declaravam” em amor, elas começaram a pensar na igualdade de espécie e resolveram ser também elas a tomar a iniciativa da declaração de amor ao mais querido.

Numa pequena cidade do interior aquela jovem sentia uma paixoneta por um rapaz do liceu onde estudavam. Um dia conheceram-se numa roda de amigos e começaram a falar. O encantamento foi crescendo. Passaram do liceu para a faculdade, e já licenciados, como ele nunca lhe declarara amor, ela sem problema, enquanto, em sua casa, preparavam a tese final (no meio de alguns beijos e amasses) perguntou-lhe: Casas comigo? Ele surpreendido com a pergunta, recostou-se na cadeira, olhou-a nos olhos e respondeu: Não.

Terminaram a tese, ela conseguiu um magnífico lugar que lhe permitia viajar pelo mundo, conhecer imensos rapazes, comprar um apartamento de luxo, e uma pequena moradia junto à praia. Bebia com eles uns “drinks” umas cervejas, dançavam nas discotecas do mundo, entrava e saía de casa sempre de bom humor, escolhia com quem dormia numa ou outra noite e ninguém nunca mandou nela.

O rapaz conseguiu um lugar de técnico de 3ª categoria na administração pública, vivia com dificuldades na casa dos pais, nunca constituiu família, foi ficando barrigudo, careca, o “coiso” sempre caído e jamais percebeu que nunca se constrói nada sem uma mulher.

xoxoxoxoxoxoxoxo

No século XV uma linda princesa, independente e cheia de autoestima, passeava no jardim do seu castelo. Contemplava as flores em redor do lago onde uma pequena sereia sorria.

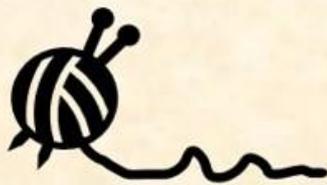
Era um castelo que cumpria todas as regras ecológicas. Um dia durante o passeio matinal sentou-se na borda do lago. Uma rã saltou para o seu colo e disse:

Linda princesa já fui um príncipe muito bonito; vivia num castelo com os meus pais; tínhamos imensas terras e servos, mas o castelo não respeitava as regras ecológicas; foi destruído e uma bruxa má e asquerosa transformou-me em rã. Um beijo teu pode de novo transformar-me em príncipe, casávamos, construíamos um lar e viveríamos no teu castelo! A minha mãe poderia vir morar connosco e tu poderias preparar o meu jantar, lavar as minhas roupas, criarias os nossos filhos e viveríamos felizes para sempre.

Então, naquela noite, enquanto saboreava pernas de rã à “sauté”, acompanhadas de um cremoso molho de cebolada e de um finíssimo vinho branco, a princesa sorria e pensava:

- Nem morta!

Fernando Baptista



Desfiando o fio da escrita

No entardecer da terra, amareleceu o chão “e eu já não sou o que era”

O sentido positivo da vida, esse sentido que me acompanha, volta e meia quer distanciar-se e correr como se não houvesse espaços que obrigatoriamente se devem descobrir de modo diferente.

Ultimamente interpela-me das pausas e do fascínio de caminhos que nunca antes percorrêramos. Quero responder, mas não é, por agora, o momento de explicar tudo.

O mar hoje está como se diz “chão”. Daqueles dias que nos remetem para dentro de nós próprios. Uns miúdos brincam com uma bola por sobre a areia antes “inundada” de veraneantes em gozo de férias. Lembrei um dos meus netos quando olho o amontoado de gaivotas perto das pequenas ondas que se vão espalhando por sobre o areal. Dizia ele com muita graça que as gaivotas estavam em reunião. As senhoras quase sempre vestidas de preto começavam a retirar o peixe que secava ao sol. Numa regra sem regra de o colocar, mas sempre de forma que no dia seguinte estarão na ordem pretendida.

O sol lentamente desaparecia na linha do horizonte. O mar mudava de cor e esses momentos traziam consigo mil cores onduladas qual arco-íris que o tal sentido positivo de novo me questionou do porquê da paragem. Abro um livro de poemas de poeta local antigo pescador, e ele começa por dizer que desde menino conheceu a Nazaré e nela se fez homem, trabalhou e envelheceu. Quem o quiser ver é naquela terra onde ficará para sempre. Homem simples e pequeno, afirma que pequeno foi também o seu lazer de pescador nazareno.

Fechei o livro e dou por mim a pensar naquele homem e no mar. Porquê tanta vez a revolta pesada antes da madrugada? Talvez tenha berrado muita vez contra o mar que adorava, dizendo que se aliou ao vendaval para fazer mal ao seu barco e o maltratar, pois o convencia com as suas ondas macias que se poderia sempre navegar.

No regresso da companhia ao entardecer da terra e do mar, o sol naquele tom torrado de onde emergiam mil cores amareleceu o mar chão daquele dia.

Deixa-te disso sussurrava-me o sentido positivo da vida.

Ocorreu-me uma luta tentando saber do porquê daquela ansiedade e me tentar de novo a voar por sobre sonhos ainda não alcançados, e na seleção de leituras a percorrer. Senti que talvez não fosse exactamente o momento de lutar comigo próprio.

Afinal continuo a alimentar os sonhos, mas reconheço humildemente que “eu já não sou o que era”



Desfiando o fio da escrita

Alerta

Diminui a massa óssea, fica fraca a estrutura
Pouca força nas pernas, não entendes a desventura!
Ataca mais as mulheres e pessoas mais idosas
Surgem fraturas vertebrais, muitas costelas dolorosas
Curva acentuada nas costas, com o nome de cifose
Tudo fica descalcificado e a coluna com escoliose

Dieta pobre em cálcio? falta de vitamina D?
Vida muito sedentária? E a doença não se vê!
A partir dos 50 anos, faz uma densitometria
Mede a densidade dos ossos, para manteres a alegria

E se forem apanhados, pela marota silenciosa
Procurem ajuda médica, tornem a vida mais airosa
Caminhadas na natureza, acertar na medicação
Fortalecer mente e corpo, com música no coração!
A Família sempre à mão, faz parte da boa receita
Fisioterapia com competência, para a vida ficar direita
Alerta, Alerta minha gente, tornem a vida mais perfeita!!

Francisco Lourenço



Desfiando o fio da escrita

“No entardecer da terra, amareleceu o chão.

E eu já não sou o que era”

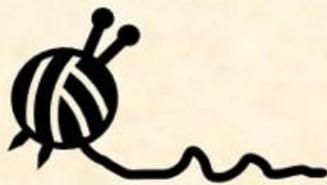
O vento fresco das tardes outonais
Faz das árvores esvoaçar as folhas caducas
Que nos vêm beijar quando visitamos o pomar
E, numa lenta descida o chão vão atapetar.

Este chão fica coberto por uma cor amarelada
Que anuncia a diminuição da temperatura
E o recolhimento precoce do astro – rei.
É o tempo de ouvir o trinado da passarada.

A analogia com a duração da vida humana
Convida-nos à meditação sobre o nosso futuro
Para invertermos a marcha até aí conduzida.
Porque, o nosso organismo já não é o que era.

Concluiremos, naturalmente, que é tempo de à E. C. aderir!

Jerónimo Pamplona



Desfiando o fio da escrita

“NUVENS CORRENDO NUM RIO. QUEM SABE ONDE VÃO PARAR”?

As nuvens ganham diversos formatos com belas colorações.
Estes, estão dependentes de vários fatores, tais como sejam:
As manchas de ar quente, a sua densidade e a velocidade.
Estes elementos formam imagens coloridas e lindíssimas.
Era naquelas tardes, com o Sol a esconder-se no poente,
que eu e a minha *musa*, a apreciada mulher de sempre,
voávamos, em pensamento, sobre o caprichoso rio Bengo,
até à Baía de Luanda, a cidade onde encontramos o amor.
Foi lá, na praia da Floresta, deitados sobre a areia ainda quente
que tu, embevecida, olhando-me ternamente, disseste que sim.
Fomos abençoados pelo arco-íris com as suas, intensas, sete cores!
Enquanto o Sol se despedia, vagorosamente, da nossa denguiça.
Nós, num sorriso de deleite, encostamos, num abraço apertado,
os nossos corpos vibrantes, com a promessa de um amor eterno.
Foram corpos que falaram, foram horas extasiantes, só nossas.
Foi aquele o dia que nos ligou, para sempre, até à nossa morte!

Jerónimo Pamplona



Desfiando o fio da escrita

Atlântida

Sempre fui sensível à Atlântida. Nos meus sonhos, aparecia um continente submerso cheio de encantos nunca desfrutados e povoado por descendentes dos Maias ou dos Incas. Era uma efabulação, bem sei, mas às vezes passava horas embrenhado nestes pensamentos e deixava-me conduzir ora pelos monstros marinhos que pareciam ressuscitar do livro de Júlio Verne ora pelas fumarolas submarinas ricas de plâncton onde se saciava toda a casta de seres submarinos, desde os mais minúsculos até àqueles a quem o meu desvario imputava dimensões colossais que fariam o Adamastor tremer de inveja.

Sobre esse continente submerso passavam agora os cabos submarinos e vislumbrava toda a espécie de conchas e peixes brincando em seu redor, criando zonas de caça, procriando e reproduzindo a sua espécie. Este crescimento genético e em número, criava uma riqueza de fauna e de flora germinado em locais variados, consoante a temperatura e composição das águas em que habitavam.

Os sonares das embarcações que aí passavam, deixavam antever toda esta riqueza sem precedentes e a diversidade vegetal, animal e mesmo mineral a que a temperatura das águas e a sua composição química se prestavam.

Não raro, podiam observar-se lulas, polco e outros cefalópodes de dimensões ciclópicas, capazes de seguramente afundar qualquer embarcação que mesmo remotamente poderia sugerir qualquer tipo de ataque.

As últimas filmagens com câmaras de comando remoto, permitiam medir criaturas híbridas com comprimentos superiores e 50 metros e envergaduras acima dos 10 metros.

Começava, portanto, a haver uma certa quantidade de acervo científico, que aos poucos permitia a descoberta de novas espécies e medicamentos resultantes quer de criaturas aninais enormes, com bastante mobilidade, quer de plantas que já tinham sido testadas com sucesso para a criação de unguentos, vacinas e afins, que cada vez mais iam brotando da exploração adequada da vida marinha e das experiências novas que todas estas descobertas permitiam agora encetar.

Estava agora em curso uma experiência de levar pela primeira vez um homem com condições de segurança adequadas a estas profundidades, com vista a permitir testar todas as possibilidades que o estudo destas formas de vida poderia permitir ao desenvolvimento mais saudável da vida humana à superfície.

No atual ponto de situação, já se pode afirmar que as algas que conseguem viver a profundidades crescentes, proporcionam capacidade de reversão na poluição produzida pelos gluco-fosfatos, e, portanto, aumentar produções de variadíssimas espécies vegetais e animais.

Por outro lado, as campanhas de despoluição dos mares, avançavam agora a todo o vapor, depois da humanidade ter finalmente compreendido que as agressões efetuadas ao meio ambiente teriam forçosamente de parar.



Desfiando o fio da escrita

Lisboa: tristes turistas?

Em pleno Verão, julho vai a meio, e Lisboa (a Baixa e Belém), como vem sendo hábito, enche-se de turistas que, às carradas, inundam as ruas, os largos e as vielas numa corrente que flui como um rio cheio e imparável, no oposto aos verdadeiros rios por esta altura do ano. De nascentes diversas, soam as mais variadas línguas, que traduzem modos de vida e hábitos diversos, enchem os espaços públicos e suplantam os locais, parecem felizes e dão nova vida à cidade, ou às cidades, se olharmos pela Europa fora.

Os lisboetas, acossados pelas multidões, começam a dar sinais de alguma impaciência - um olhar lançado de esguelha e já com um acinte menos acolhedor, talvez já com laivos de hostilidade, em surdina não verbalizada, de interrogação e talvez de receio pela invasão e por tantas outras coisas com que se confrontam nas suas vidas diárias -, aparentemente alheios ou alheados das notícias que, por estes dias, divulgam os números, os índices e os indicadores que parecem mostrar as maravilhas que esta invasão transporta.

Indiferentes ou desconhecedores deste sentir, os turistas esfalfados calcorreiam os bairros históricos, esmagados e encharcados em suor que pinga em bica, lutam para conseguir um lugar nos elétricos mais famosos da cidade, que não podem perder. Enfileiram-se nas pastelarias tornadas um *must* para degustar os pasteis mais famosos, comem e bebem e fazem tudo o que lhes é recomendado por jornais, televisões e redes carregadas de fotos felizes, de lugares maravilhosos, de sorrisos sorridentes, de alegrias e de tudo o mais que lhes formata os gostos, os desejos e as vontades, que os prende em modelos pré-fabricados que a indústria germina e fomenta, para ganhos futuros.

Passear com eles nos elétricos e autocarros, num traje turístico (disfarce hoje corrente), revela-se-me um trabalho de campo antropológico de observação participante, rica em ensinamentos. Muitos não parecem interessados na arquitetura da cidade, nas belas fachadas de prédios ou monumentos, menos ainda nos poucos locais que se vislumbram. Como que abstraídos de tudo o que os rodeia, fixos e agarrados aos *devices* que jamais largam e sem os quais parecem perdidos, estão como que encerrados numa bolha que, de igual modo, os poderia envolver em qualquer parte do mundo. As *selfies* e as incontáveis fotos – casuais ou vazias - destinadas ao esquecimento, seriam diferentes, mais ou menos típicas, teriam mais ou menos likes, numa contabilidade aleatória fabricada algures numa fábrica do continente asiático por profissionais do *Like*.

Tristes? Talvez não, muitos e muitos seguramente que não. Afinal esta é a semana em Lisboa, o sonho prometido e alimentado, no mar das incertezas, no desconforto dos conflitos que quase semanalmente rebentam, nos cenários de guerra, servidos num menu sortido onde ingredientes como a ganância, o poder e o dinheiro nunca faltam, a par da eterna hipocrisia, omnipresente. Pode ser um sonho, mas normaliza a vida e desperta o desejo de que o futuro possa ser diferente, talvez melhor. O fado pode ser outro, tristeza não.

José Eduardo Marques



Desfiando o fio da escrita

A Borrasca

Desarvorados, andam em sobressalto os elementos. Ventanias, ondas alterosas, águas que Deus dá, dançando sobre nós em chuvas torrenciais! Cheias em luta com campos ressequidos, cursos de água a transbordar, um ver se te avias por estradas e ruas fora. Verde antes da borrasca, o Tejo virou castanho tal a lama, escorrendo das ribeiras, incluindo as de águas não permanentes que apenas são alimentadas pelas águas das chuvas.

Marcas no território que estão ou lá estavam consoante a geografia e a orografia de pertença fazem canalizadas ou entulhadas conforme ao que o desiderato humano delas vai fazendo. Aqui e acolá, com bom senso são respeitadas. Em grande parte, menosprezadas, são alvo de intervenções não acauteladas, são encurraladas em malhas urbanas desordenadas e ladeadas pela concentração de edifícios que satisfazem inconfessáveis interesses. Os autores, inconscientes ou não, ao emparedarem leitões que a natureza desenha num jogo de equilíbrio terra/água, argumentam que tudo se resolve com os avanços da tecnologia, valendo o invejável retorno apesar dos onerosos investimentos. Alheados dos custos sociais, prevalece a invasão do território em nome do progresso e da modernidade: o desmedido crescimento das urbes.

Dia de tempestade, hoje. Avisos oficiais desde o não saia de casa até ao coloque taipais onde é 'costume' haver inundações. Aconteceu. Uma meia-hora de borrasca e foi tal ver as televisões com as novidades que não são novidade: árvores caídas, carros atolados ou submersos, trágicos acidentes de viação, habitações inundadas e respetivas populações desfavorecidas desalojadas.

Acumulam-se as entrevistas, as queixas do 'costume' e fica à vista o não cumprimento de anos de promessas de resolução de problemas de infraestruturas. Prometem-se realojamentos, subsídios, o ciclo do 'costume'.

No debate, uns dizem que é da crise climática, outros, que é da crise ambiental. É decerto, e de muito mais. Só sei que não sei a quantas cheias na região de Lisboa já assisti. De menos graves a desastrosas a maior foi a de 1967. Era jovem, fui voluntária no eixo norte de Lisboa. Indiscritível o cenário na ribeira de Odivelas e no rio Trancão. Exemplo cortante foi o da empregada doméstica de casa dos meus pais: agarrada a uma árvore salvou-se com dois filhos a assistir à morte do marido e dos outros dois filhos levados pela enxurrada.

Doeu. Quis acreditar que cheias tão graves eram as últimas, pois houve intervenções de fundo. Enganei-me. Continuam os desvarios e cada vez mais cheias a par dos cada vez mais intensos fenómenos climáticos.

Passo em Miraflares, vejo a ribeira de Algés cada vez mais engolida pelo gigante urbano!... Que esperar?

Luísa Machado Rodrigues



Desfiando o fio da escrita

Meditações ao pôr do sol

Lentamente, o sol mergulha no mar tingindo-o de ouro. Os seus raios dourados entram na baía para acariciar os barcos, fazendo cintilar os finos mastros de aço dos veleiros. O céu pintalgou-se de nuvens rosa e ouro para prestar homenagem ao astro de fogo, em todo o seu esplendor.

Do pequeno promontório onde me encontro, posso ver à esquerda o oceano infinito e à direita, a pequena baía em forma de concha pousada na areia dourada. Em frente, encontra-se o farol branco, agarrado à falésia de cor ocre. É uma sentinela centenária, vigiando as entradas e saídas do pequeno porto. No sopé da falésia rochosa, estende-se uma fileira de casas brancas, com telhados vermelhos, pertença de pescadores e veraneantes. A praia bordada pela espuma das ondas, encontra-se quase deserta, neste dia de outono morno e calmo. Uma pequena brisa com cheiro a maresia e erva seca, acaricia tudo o que me rodeia.

Ao longo dos anos, deste forte em ruínas, os habitantes da pequena vila viram passar caravelas quinhentistas, traineiras e finalmente, os barcos da colheita de algas.

Outrora, ouviram-se risos de alegria à chegada, lamentos na despedida e gritos de dor nos naufrágios. Homens temerários, atraídos pela aventura e empurrados pela pobreza, seguiram a tradição dos seus antepassados. Infelizmente, nem sempre foram bem-sucedidos. Testemunham dessas tragédias, as imagens dos azulejos da pequena ermida branca com cúpula que vela pelos marinheiros em apuros.

A cadência das vagas, calmas e espaçadas, lembra a respiração de um ser perigoso, pronto a despertar. Ouço o som deste movimento imparável, aprecio a paz envolvente, mas há uma angústia que cresce em mim e me inunda pouco a pouco.

Tomo consciência que o fluxo destas ondas também marca a cadência do tempo que inexoravelmente vigia e controla a nossa finitude. É o *fatum* ou destino que herdamos ao nascer. Somos comparáveis a esses frágeis castelos de areia que as crianças constroem na praia e como o mar, também o tempo virá apagar as nossas pegadas. Longe de sermos os donos do planeta, somos apenas os passageiros de uma só viagem.

Volto a admirar o ocaso na sua plenitude e relembro estes versos de Louis Aragon que definem a vida: *Une saison d'homme, entre deux marées, quelque chose comme un chant égaré...*

Reconheço que é o somatório de todas as nossas existências que dá forma à história da Humanidade e é na fugacidade desses pequenos elos que algo nos impele a ir mais além.

Estas ruínas são as testemunhas silenciosas do passado, do legado histórico que herdamos das gerações anteriores e que devemos respeitar e homenagear.

Maria Luísa Lopes Bento Freitas



Desfiando o fio da escrita

E.... Desafiando o fio da vida

Mais um Ano Letivo, mais uma vez a oportunidade na interação de experiências, inspiração, criatividade....

Parabéns ao Projeto que convida a desfiar o fio da escrita e me remete a desafiar um fio da minha vida. E o que é a vida senão um constante desafio? É o seu desafio que produz o fio que nos é proposto desfiar nesta partilha ... desafios inerentes à vida/circunstâncias que hoje destaco. Tenho sido confrontada com desafios/testes no campo da saúde. Apesar da gravidade e das alterações de vida deles resultantes, continuo a acreditar convictamente que têm o seu propósito, nem sempre facilmente entendível, contudo, contribuindo para a formação do fio que constitui o novelo que um dia poderá claramente ser desfiado, decodificado e interpretado na sua verdadeira essência. Tudo acontece no tempo certo, não há acasos e considero que, apesar do sofrimento por que tenho passado, a fé e a esperança serão desafios a superar! E o caminho faz-se caminhando, construindo fios que formam novelos de experiências, de preferência de paz, de autenticidade, de sentido, de crescimento..... e um dia de total entendimento!

Aqui registo o meu profundo agradecimento à minha FAMÍLIA, aos PROFISSIONAIS competentes e generosos que tenho conhecido, a todos que têm estado presentes com o seu ombro AMIGO, o seu carinho, a sua palavra reconfortante, a sua ajuda. Este é o meu conceito de AMIZADE. Finalmente partilhar a observação do meu neto Raphael, que presenciou os momentos mais críticos desta situação. Tem 6 anos de idade, merece este destaque especial.

Em conversa generalizada em família, onde ele também estava presente, eu referia que tinha a sorte de estar a ser muito ajudada. Ele interveio imediatamente, com absoluta convicção e o seu doce olhar disse-me: “Vó Vó Lu, tu é que te ajudas a ti!!!”

Comovi-me com tamanha sabedoria! Subscrevo absolutamente que a atitude pessoal perante os desafios é determinante. A observação citada, ao partir de um Ser ainda tão pequenino, torna-se grandiosa e poderosa.

Novas Crianças a povoarem o Planeta! Novas Visões! Entendê-las na sua ação no Novo Mundo é também um desafio da humanidade em transformação. Abençoados regeneradores de mentalidades para os Novos Tempos que se apresentam cada dia mais incompatíveis com as velhas tradições e conceitos-

Maria de Lourdes Santos



Desfiando o fio da escrita

Sentires

À flor da pele fervilham
Debaixo de esforçados rires
Com lágrimas regados
Dolorosos sentires
Amálgama de tristezas e alegrias
De fugaz felicidade
Por mágoas entrecortadas
Na espera de um futuro
Com menos incerteza
Retorno de segurança
Reencontro com a beleza...

Bélica e profana destruição
Expoente de vileza, susto mundial
Não chegava o mundo conturbado
Agora também o desconjuntar universal!

Maria Silveira



Desfiando o fio da escrita

E s p e l h o

Olho no espelho
vejo a minha imagem
a envelhecer
aos poucos
lentamente
e bendigo Deus
que me criou e
deixou
agora
ver as rugas que são
Amor e Vida
ternamente

Mitú Branco



Desfiando o fio da escrita

M e u A m o r

Meu amor

doem-me os olhos

a boca

o coração

Todo o corpo

Só me deixas-te o sopro

que me mantém acordada

Meu amor

leva-o também

que eu sem ti

já não sou nada

Mitú Branco



Desfiando o fio da escrita

Noite de lua cheia

É noite de lua cheia, noite de super-Lua!

E como é grande esta lua,

tão próxima, tão glamorosa,

quase lhe posso tocar!

Sua luz tudo ilumina;

há magia pelo ar.

Noite de grande quietude,

nem uma folha a bulir.

Há fragâncias a pairar,

silêncios por definir.

Neste céu bem estrelado

surge uma estrela cadente;

agora outra e mais outra,

deixam uma esteira de luz.

Vou formular um pedido

do fundo do coração:

Paz justa para o mundo todo,

é esta a minha oração.

Pilar Encarnação



Desfiando o fio da escrita

Para onde caminhamos?

Invasão, ocupação indevida,
desumanidade.

Demasiada ambição,
violência desmedida,
grande destruição.

Tanques de guerra, artilharia,
bombas, morteiros e *drones*.

Tantas armas para matar...

Morrem tantos inocentes
sem saber qual a razão...

Outros fogem desvairados
sem saber para onde vão...

Tristeza, lágrimas, desespero,
raiva, ódio, vingança,
tudo surge em turbilhão.

Para onde caminhamos?

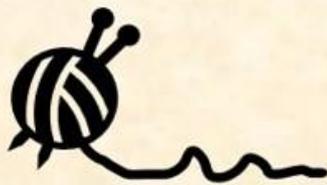
Qual o caminho a seguir?

Somos cidadãos do Mundo,
não O podemos destruir.

Todos queremos a PAZ.

Ela está por construir...

Pilar Encarnação



Desfiando o fio da escrita

Mar de Agostos

Era mais um dia em fim de tarde, ainda estava muito calor e a praia de areia fina e dourada era a mesma de outras tardes distantes. Pura constatação!

As memórias chegaram embrulhadas em grandes lembranças.

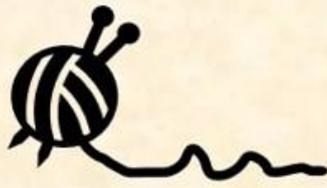
Havia muitas famílias em férias, casais com crianças pequenas, muitos jovens, e adultos solitários que contavam os passos em longas caminhadas à beira-mar. Havia azáfama em terra e, no ar, as gaivotas vestidas de branco competiam com outras de cor escura, uma espécie mais pequena, em voos rápidos para chegarem a um bom lugar na arriba fronteiraça. Depois, à semelhança dos veraneantes, observavam... As mães conjugavam vistosos fatos de banho com as filhas, com os rapazes mais novos, também! Os pais jogavam às raquetes e andebol com os mais velhos. E improvisavam balizas para meter golos quando jogavam futebol!

Uma brisa suave limpava o ar. O horizonte era todo azul. O mar espalhava-se em ondas mornas e baixinhas e permitia a entrada dos baldinhos na mão dos pequeninos que uma e outra vez levavam o mar até ao poço sempre esgotado! As palmeiras de 30 anos não dançavam, mantinham-se esguias sem despentear as palmas. Nos rochedos a descoberto, mexilhões, lapas, búzios e nas grutas batidas pela maré algum caranguejo escondido! E na areia, debaixo dos pés, lambujinhas a espreitar... E demoravam horas a encher os baldinhos decorados com estrelas-do-mar coloridas. Por vezes, havia polvos recém apanhados pelos pescadores que chegavam a tempo de os venderem para depois se transformarem num belo arroz cor-de-rosa, tal era a frescura do octópode!

Eram as férias da Páscoa, eram as férias grandes do verão! Tempo de regenerar a carne e o espírito. Tempo de apertar laços de família e viver os amigos. Tempo de alargar horizontes em conhecimento *in loco*. Tempo de fazer novas amizades que se tornaram duradoras. Era um tempo de liberdade, de intensos projetos, de estudo, de companheirismo e de beleza. O mar de cada agosto!

Mar de Agostos. Um belo cenário para a produção de um filme “Anos 70 & 80”.

Maria Regina



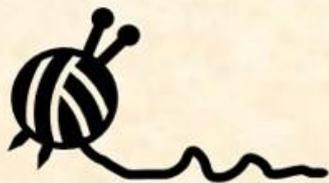
Desfiando o fio da escrita

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...

Maria Teresa Sousa



Desfiando o fio da escrita

Lembramentos

“Voltaremos a este jardim mais tarde, quando visitarmos a universidade”, informou a guia. “É relevante percebermos a importância das plantas que para aqui foram trazidas para o estudo das novas disciplinas científicas incluídas na reforma do Marquês de Pombal. Agora vamos subir até ao Penedo da Saudade, local de tantas histórias e que tem uma linda vista do lado nascente da cidade”. Subiam a Av. Marnoco e Sousa, mirando as casas apalaçadas. Três dezenas de casas acima, disse um viajante: “É aquela, é aquela a dita casa”, tendo António Nobre, altivo, a olhar pelo canto do olho direito, um pouco abaixo de Eça, pensativo. “E o que tem de especial a casa”, perguntam. Ele era professor catedrático, de origem humilde, que só pôde estudar porque um tio pagou os estudos, vendo no sobrinho um grande potencial. Era catedrático de medicina e foi chamado para salvar uma doente muito rica, dona de muitas propriedades, “as minhas quintas”, como orgulhosamente referia, jovem de vinte anos que vira partir a outra herdeira dois anos antes, sem se saber de que doença padecia. Salvou-a e, uns anos mais tarde, pediu-a em casamento, com separação de bens. Passaram alguns anos e, sem a esposa saber, mandou construir aquela casa de trinta e duas divisões, à entrada do Penedo da Saudade. Contrapondo a referência “às minhas quintas”, ele chamou a esposa àquele lugar e disse-lhe: *esta é a nossa casa*. No fim da vida, já senil, andava pelas ruas da aldeia a dizer que “aquela senhora diz que é minha mulher, mas eu não a conheço”. Deixou uma carta a um amigo dizendo que não queria ser sepultado no jazigo capela da família da esposa, com urnas chumbadas, mas sim em campa rasa. Perante os dizeres da carta, e contrariando a vontade da família, o feitor (em quem a “Senhora” confiava mais que no filho e nora) ordenou que fosse sepultado na campa rasa onde repousava a pessoa mais pobre da freguesia. A carta dizia que na grossa pedra figurasse apenas o seu nome, com a menção “Professor Catedrático da Universidade de Coimbra”.

“Isto parece um cemitério”, comentava um dos viajantes. “Tantas placas, tantas lápides, tantos murmúrios, que saudosismo!” comentava outro. A guia, de matriz beirã e formada em Coimbra, ia dizendo que as placas naquele espaço do Penedo da Saudade traduziam as saudades dos melhores tempos da juventude. Observá-las, refletir sobre o que elas dizem é também uma forma de entendermos os encantos da cidade, os seus elementos históricos e culturais. “Sim, cemitério do que melhor tem a vida, juventude, boémia, amores, paixões, cultura, música, amizades puras. O poeta tem razão quando diz que “chega a ter saudades dela quem nunca nela viveu”, salientava a guia. “Faz lembrar o que me dizia um amigo que estudou em Coimbra: “eu era feliz e não sabia”, comentou outro viajante. “E quantas pessoas não haverá que sempre sonharam, mas não puderam estudar em Coimbra...”, lembrava outro, talvez o que mais saudades tinha do que imaginava ser a vida nas repúblicas, nos jardins, nos corredores da universidade, nas serenatas – saudades do não vivido...E a guia, talvez recordando os seus tempos de universidade, ia-se referindo aos aspetos que mais marcam os estudantes, tão bem lembrados nos versos de quem por lá passou. E chamou a atenção para a letra de um fado de Coimbra:

“Foram-se as fitas queimadas,
O fumo subiu no ar,
Ao ver o fumo das fitas,
Senti minha alma a chorar”.

No pátio da universidade, três moças chamam os transeuntes para lhes vender bolos. “Ajude-nos para a nossa Queima das Fitas, por favor”. Insistiam. Um viajante hesitou: “eu não vou comer bolos de que não sei a origem”, pensou. As jovens, magras, de baixa estatura, aparentavam menos de vinte anos. “Mas então vocês já acabaram o curso, tão jovens”, questionou. “Sim, fizemos as três o curso de Bioquímica, sempre com boas notas. Um euro apenas, prove um bolo de amêndoa e chocolate feito por nós, senhor”. Perante tanta simpatia e juventude, o viajante lembrou-se de que em tempos o seu sonho era também poder a vir a estar naquela situação. “Está bem, eu como um bolo. E fiquem com a nota, não quero troco.”

Vítor Carvalho



Desfiando o fio da escrita

O homem e o cão

Numa ponta da praia brotavam pequenas fontes de água doce, em forma de repuxo. Diz-se que em tempos idos os pastores ficavam espantados porque as cabras iam beber água ao mar em fase de maré baixa, e daí passaram a dizer que havia olhos de água naquele local. Na outra ponta da praia, distante quase cinco quilómetros, terminava uma ribeira, ladeada por campos férteis. Ao longo deste imenso areal, erguem-se belas arribas de terra vermelha, mesclada com terra cinzenta, cativando os passeantes para experiências fotográficas. Ao longo da costa existem vários acessos, mas, dada a dimensão da praia, há muito areal deserto. É para essas zonas sem multidões que vão os solitários, que mal se veem por aqueles que passeiam junto à água, em tempo de maré baixa. Quem quiser dar longas caminhadas passa por esses locais de altas arribas, onde aqui e acolá apenas encontra amantes da natureza pura, longe dos olhares das multidões. Pela fresca da manhã, Eleutério e sua mulher davam o seu passei habitual pela longa praia deserta. Maré baixa, pondo a nu a imensa plataforma de areia branca que faz o encanto de quem não gosta de águas profundas para nadar. Passeiam junto ao mar, chutando a água, brincando alegremente. Junto às arribas avistam um homem, solitário banhista, sem toalha nem chapéu de sol. A seu lado tem um cão tipo do barrocal algarvio, calmo, observando o dono, com olhar fixo no mar, parecendo meditar. “O que estará por detrás daquela solidão”, questiona Eleutério para sua mulher, Idalina. “Estamos longe, não dá para observar a sua face, o que diz ao cão, se pudéssemos ouvir, talvez entendêssemos alguma coisa, dizem que algumas pessoas gostam da companhia de animais porque nunca têm problemas de comunicação, estão sempre de acordo”, enfatizava Idalina. “Repara, o dono faz gestos para o cão, parece que fala para ele como se fosse uma pessoa”, ironiza. “No regresso ao nosso toldo, vamos passar pela areia seca e tentar perceber aqueles gestos. Vamos simular um diálogo entre o cão e o seu dono” – deu uma enorme gargalhada ao dizer isto para o seu homem.

- Vê lá tu, Bobby, já vimos para estes sítios há mais de cinco anos e neste período as mulheres e os homens passaram a adornar-se com pinturas no corpo, agora não ficam apenas escurecidas pelo sol, mas também pelas tintas...olha aqueles que levam o cão pela trela...tu és um cão livre, sem trela, podes morder, mas és livre! - Vê aquele homem carregando aos ombros toalhas, saias, óculos de sol, relógios, chapéus...quantos quilómetros faz ele por dia percorrendo a praia de lés a lés para eventualmente ganhar uns tostões e matar a fome! Ele só não é escravo porque é livre de fazer ou não fazer aquela esforçada tarefa...o vendedor de bolas com creme e de bolachas ainda vende, mas o outro...que miséria!

- Estragam a praia com plásticos, com pontas de cigarros, não são como nós que adoramos a natureza, andamos a pé...olha aquele casal, sempre a olhar para nós, vão a discutir...ao menos nós estamos sempre de acordo!

- Olha aqueles a correrem, com aparelhos nas pernas e nos braços, parece que vêm correr para a praia para queimar as gorduras do almoço... ao menos nós vivemos tranquilos, damo-nos bem, não nos zangamos, és obediente e não protestas. Que bom não ter que aceitar as ideias dos outros, não ser contrariado...só há um problema: quem trata de mim quando adoecer – aí eu tenho que conviver com outros, partilhar quarto... e tu ficas sozinho, abandonado.

Bobby quebrou o silêncio, pôs-se a correr, ladrou, ladrou...e o seu dono sentiu-se só. Não teve coragem de pedir ajuda para encontrar o cão.

Vítor Carvalho



Nova Atena
Saber e Bem-Estar



Desafiando o fio da escrita

*Nova Atena - Universidade Sénior de Linda-a-Velha
Coordenação e design gráfico - Midá Sá-Chaves*