

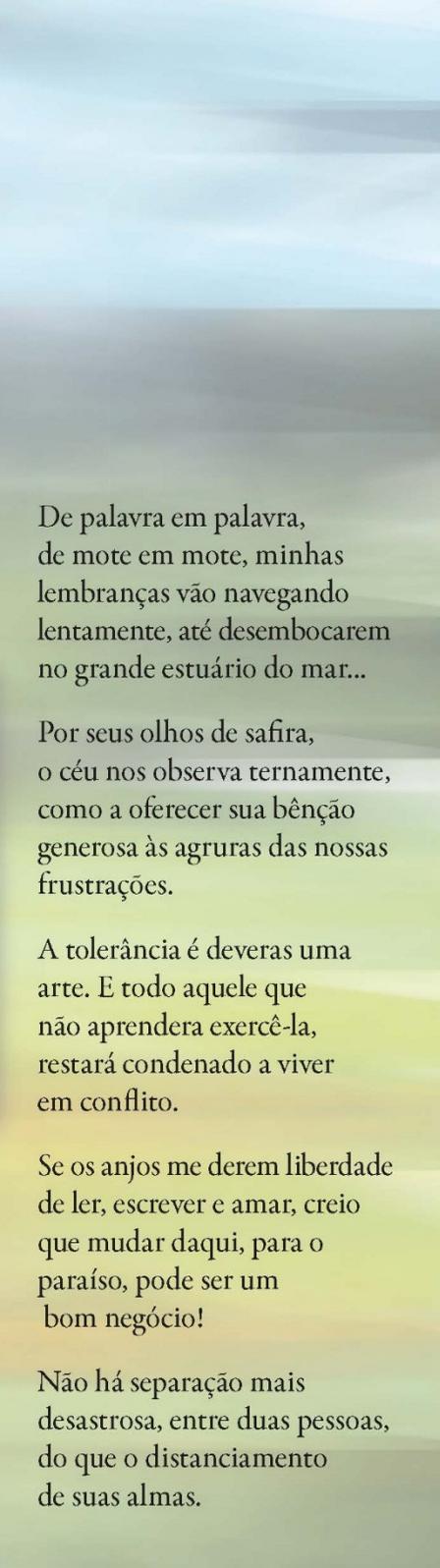
Radiografia das Emoções



Helena Rotta de Camargo



Projeto
Passo Fundo
Apoio à cultura



De palavra em palavra,
de mote em mote, minhas
lembranças vão navegando
lentamente, até desembocarem
no grande estuário do mar...

Por seus olhos de safira,
o céu nos observa ternamente,
como a oferecer sua bênção
generosa às agruras das nossas
frustrações.

A tolerância é deveras uma
arte. E todo aquele que
não aprendera exercê-la,
restará condenado a viver
em conflito.

Se os anjos me derem liberdade
de ler, escrever e amar, creio
que mudar daqui, para o
paraíso, pode ser um
bom negócio!

Não há separação mais
desastrosa, entre duas pessoas,
do que o distanciamento
de suas almas.

Helena Rotta de Camargo

RADIOGRAFIA DAS EMOÇÕES



Silvana Oliveira - Acrílico sobre tela - Pintura



Projeto
Passo Fundo
Apoio à cultura

2012

Helena Rotta de Camargo

RADIOGRAFIA DAS EMOÇÕES

Passo Fundo
Projeto Passo Fundo
2012

© 2013 Todos os direitos reservados ao Autor.

Projeto Passo Fundo

Página na internet: <www.projetopassofundo.com.br>

E-mail para contato: <projetopassofundo@gmail.com>

Disponível no formato eletrônico /E-book.

Todos os direitos reservados ao Autor.

O conteúdo desta obra NÃO pode ser reproduzido, copiado, gravado, transcrito ou transmitido por meios mecânicos, fotográficos ou eletrônicos, sem a citação de autoria, nos termos da licença Creative Commons Atribuição-Compartilha Igual 3,0 Não Adaptada.

Para ver uma cópia desta licença, visite:

<creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.pt_BR> ou envie uma carta para Creative Commons, 444 Castro Street, Suite 900, Mountain View, Califórnia, 94041, USA.

Capa: Gráfica Berthier

Imagem capa: Silvana Oliveira

Revisado pelo autor em: 23/09/2013

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C172r Camargo, Helena Rotta de

Radiografia das emoções [recurso eletrônico] /

Helena Rotta de Camargo. – Passo Fundo : Projeto

Passo Fundo, 2012.

E-book (formato PDF).

ISBN 978-85-64997-62-2

Modo de acesso: World Wide Web: <<http://www.projetopassofundo.com.br>>.

1. Literatura brasileira. 2. Narrativa em prosa. I. Título.

CDU: 869.0(81)-3

Bibliotecária responsável Schirlei T. da Silva Vaz - CRB 10/1364

Dedico:
ao Gustavo, à Wanessa e ao Henrique.

Estes textos nada têm de doutrinário.
São apenas reflexões recolhidas pelos
caminhos da existência, fossem eles
radiantes de claridade ou crispados
pela escuridão.
Seu mérito consiste em retratar
o pensar e o sentir,
de quem aprendeu a neutralizar
as investidas do infortúnio,
a fim de estar de bem com a vida.

1. Naquela infância distante, eu me encantava com a garoa desse-
dentando as uvas, e com a Lua prateando as rosas. Hoje, a cidade
abafou esses encantos, pois ela está mais para feitora do que para
parceira bem intencionada.
2. Minha fome já não é de pão, mas de beleza e empolgação!
3. Por que será que o ser humano, herdeiro de sucessivas gerações,
tem a obrigação de enterrá-las e ser por elas enterrado?
4. Nada há que se compare à excelência do olho humano!
5. Ao contemplar o aço polido das águas, refletindo o sorriso da ma-
nhã eu me redimo dos meus atropelos. Deveras, a praia me ener-
giza e recompensa, suturando as chagas com que a vida me feriu...
6. Acreditar em nossos sonhos, com vigor e confiança, é a primeira
condição para que eles se tornem realidade.
7. Quem me dera apalpar as protuberâncias do céu! Dar a ele for-
mas e cores! Fabricar minhas próprias lendas! E relatar-lhe a mes-
mice dos dias, na expectativa de ser por ele acolhida e abençoada!
8. Gostaria de perguntar ao Senhor: *“Por que Ele não construiu tam-
bém um céu verde, com estrelas dependuradas nos galhos, piscando e
sorrindo, como o pinheiro de Natal?”*
9. O frenesi das estrelas, disputando espaço nas arquibancadas do
céu; o olhar perscrutador da lua, desmentindo o fuxico das nu-
vens inquietas; e o candelabro do Sol, escondendo-se na moita,
a fim de tirar uma soneca: eu sei que tudo isso é um prêmio para
meus olhos e minha excitação!



10. Vai embora, lágrima enxerida! Que fazes tu aí, dependurada na pálpebra, tentando reter a saudade daquela infância rosada, que a carruagem do tempo já levou para o mar?
11. Lembro, com extrema nitidez, do dia em que desabrochei para o mundo; em que a brisa esvoaçou, calidamente, as minhas tranças; em que saí a passear com as amigas, e vivi o prazer daquela festa no salão paroquial... Deveras, as lembranças da infância não morrem jamais, nem há tufão que as carregue!
12. Sinto uma atração inexplicável, tanto pela treva como pela claridade; pelo burburinho das ruas e pela tepidez do silêncio. O que faz a diferença, entre um momento e outro, é a densidade da comoção com que me envolve o esplendor dos afetos.
13. Tão verdes foram sempre as minhas esperanças, tão puras e tão graciosas que, nem a birra da tormenta, nem o galanteio dos lírios, foram capazes de mudar sua cor.
14. Há um descompasso inflexível entre o sonho e a realidade, como entre a sorte e a desgraça, entre o rio manso e o mar furioso.
15. Sempre que o infortúnio nos ronda a porta, é de praxe invocarmos nossos santos preferenciais, saudando seus méritos e comprometendo-nos com eles.
16. Nunca ninguém me disse onde mora, de fato, minha alma. Se no cérebro, no peito, nos olhos ou no sorriso. A julgar por seu desvelo e seus conselhos, presumo ser ela uma fada com poderes mágicos, pois que me surpreende a cada nova empolgação.
17. É tão denso e nutritivo o sumo das lembranças, que convém degustá-lo com vagar, a fim de apreciar melhor sua gostosura.
18. A chuva descia miúda, afagando com delicadeza o coração da terra. Oh! garoa amiga e dadivosa, bem que você poderia saciar minha sede de vitalidade, e colorir as flores do meu riso, tão desbotadas pela árdua insolação!
19. Naquele passado distante, em que aprendi a conhecer as palavras, também compreendi sua mensagem. Ao revestirem-se de simbolismos, elas transitam desde a covardia e o ciúme, até a inocência e a afeição.

20. Os museus e as bibliotecas são as mais fidedignas testemunhas do tempo. É neles que a humanidade registra sua história, e resguarda os feitos que merecem ser preservados.
21. Aquele estado de transe, que nos higieniza de toda espécie de desânimo, aborrecimento, frustração, só ocorre se aprendermos a perfilar o corpo e arejar o espírito.
22. A linha divisória, que cruza entre o júbilo e o desgosto, pode revelar-se mais tênue que uma teia de aranha.
23. Somente as pedras são, inflexivelmente, incólumes. Tudo o mais é suscetível de mudança, desgaste, violação.
24. Preservados em meu subconsciente, jamais se apagarão seus olhos verdes, sua alma casta, seu sorriso espontâneo, sua discrição franciscana. Deveras, minha mãe foi uma dessas santas que Deus precisa no céu, a fim de apaziguar os anjos inquietos...
25. Há noites tão foscas e desastrosas, que nos induzem a sonhar com aranhas, sapos e escorpiões, crescendo e enfiando-se sob os lençóis, qual um exército de diabinhos irreverentes, por certo expulsos do inverno...
26. A vida humana deve ter sido mais prazerosa, no tempo em que tudo era empírico, singular e vivido com parcimônia. Nos dias presentes, a ciência e a técnica transformaram-se numa camisa-de-força, que obriga tudo e todos à servidão dos seus caprichos.
27. Quanto aos modismos oferecidos nas vitrines da vaidade, as preferências são extremamente diversas. E vão, desde o exotismo do salto-agulha, até a simplicidade da sandália havaiana.
28. Eis aqui uma coletânea de reflexões, evocadas para celebrar os meus esticados anos de graça, que devo a Deus e também a elas, irmanadas comigo neste longo e exaustivo caminhar...
29. Descobri que o silêncio tem duas caras: uma, estressante, pela resistência ao diálogo; outra, serena, pela aspersão da paz...
30. Assim que decidirmos banir as lágrimas do nosso convívio, elas certamente debandarão, quais baratas acuadas.
31. Por mais desiguais que sejamos, a morte haverá de nivelar-nos. Não sei dizer se isso é bom ou ruim, uma vez que só terei certeza depois de chegar lá.



32. Meus dedos enrijeceram, sobre o teclado daquela máquina. Ela parece muda e indiferente, a tudo e a todos. Mas sua voz reverbera, empilhando conceitos e repartindo emoções... É assim que as letras e as palavras se encontram... E é dessa união que os sentimentos nascem...
33. Os beijos do bem-amado têm o sabor das pitangas. Seu sumo adocicado escorre, inundado a boca e a alma que, uma vez encharcadas, não conseguem mais livrar-se dessa compulsão.
34. Em meus tempos de menina, as jovenzinhas adoravam pintar os lábios com o sumo das amoras... Aquele sim que era um riso doce, de sabor e de ventura.
35. Disseram-me que assim é o mundo: *“Há nele os que riem por ma-soquismo, e os que choram por conveniência...”*
36. Na cova rasa do amor, enterrei minhas lembranças. Hoje espero que ressurgam, devolvendo-me a esperança...
37. Ao atravessar o tempo de uma ponta a outra, ora lastimando, ora aplaudindo, nossa maior aquisição consiste na têmpera que nos molda o caráter, e transmite-se como herança àqueles que nos sobrevivem.
38. É imprescindível preservar o coração de cobranças e reprimendas. Só assim ele abrirá seu leque de bondades, com que haverá de afugentar as tensões reprimidas.
39. Ingratidão! – Eis um prato misto de desencontro e mágoa, com gosto e odor de maresia.
40. Toda espécie de arte desperta uma atração magnética, que aproxima o artista de seu admirador.
41. O casal que cultiva os mesmos valores, que se nutre das mesmas escolhas e reza pela mesa cartilha, mantém em comum um senso de unidade, que os aproxima e fortalece.
42. A interação entre alma e corpo tem de ser perfeita, para que o elo seja robusto e a trincheira, indefensável.
43. Habitualmente, vinga um bem-querer natural entre os indivíduos da mesma rua, do mesmo bairro, da mesma cidade. E isso representa um privilégio que merece ser preservado.

44. Sou de opinião que o envelhecimento, que degenera o corpo físico, jamais deveria atingir a mente, predestinada que foi para o lume e a perfeição.
45. Nada mais tosco, na travessia humana, do que julgar-se insuperável, infalível, indispensável. Daí ser a humildade a coroa que consagra os santos e os heróis.
46. Na multidão de rostos inominados que percorrem as ruas, há um elo de aproximação: todos sonham com a prosperidade, a admiração, a beleza, o bem-querer.
47. Meus escritos se parecem com fagulhas, que o pensamento acende todo dia, toda hora. E o cérebro insiste em reavivar as brasas e cultivar o facho, pois que não consegue viver na escuridão...
48. Quem se adapta às artimanhas da existência, com suas fragilidades e limitações, tentando adequar-se a elas, vive mais e melhor.
49. O sorriso se assemelha a uma jóia de valor inestimável, que todos nós temos à mão, em qualquer lugar e a qualquer momento.
50. Sem dores e sem dissabores, o ente humano não desabrocha, nem para o prazer nem para a prosperidade, pois lhe falta o húmus que fertiliza o crescimento.
51. Filhos das minhas entranhas, que fostes minha salvaguarda nos embates, meu farol na escuridão, meu prêmio e minha inspiração, eu vos amo e agradeço!
52. Há circunstâncias especiais, em que nossa lucidez transborda, e passa a enxergar golfinhos onde só via escorpiões.
53. Nada melhor do que dois olhos vivazes, para revelar-nos esse poder de captação, que lhes confere a primazia entre os sentidos humanos.
54. Será o amor igual àquela estrela persistente, que passa a noite diante da janela, esperando a hora de ser convidada a entrar?
55. Um jardim morto, sem flores nem sorrisos, será, obviamente, um jardim mal-amado.
56. A velhice foi dotada de cacoetes singulares: manter vivas as lembranças, contar estórias para os netos, colher frutas no quintal, orar pela família e abençoá-la com sua luz...



57. A complexidade dos instintos humanos, e a diversidade das suas fisionomias, convencem-nos do talento divino ao criar a humanidade, já que forjou cada ser essencialmente original.
58. Não há separação mais desastrosa, entre duas pessoas, do que o distanciamento de suas almas.
59. Uma estranha cumplicidade se estabelece, no instante em que a atração se instala e começa a urdir a tessitura da paixão...
60. Levei décadas para descobrir onde mora a bonança, com seu cortejo de sorrisos ensolarados... Foi um achado e tanto, que me induziu a abandonar as lágrimas, a fim de deixar a luz penetrar...
61. Você já percebeu que a noite tem aquela suavidade translúcida da alma sem pecado?
62. Uma epidemia de bons propósitos age como uma febre intermitente: dia vem, dia vai, e eles sempre ali, de prontidão.
63. Quando a chuva vem cantar em meu telhado, fecho as janelas da casa e abro as do coração, para que ele possa ouvi-la sussurrar.
64. Os ruídos persistentes da madrugada foram dotados de um dom especial: além de enxaguar os dissabores, eles também higienizam e perfumam as emoções, harmonizando as nossas turbulências.
65. Para todos os efeitos e circunstâncias, só considero fatal a incapacidade de amar...
66. Com seus mistérios insondáveis, a vida escoia ao rés do tempo, ora mansa, ora afogueada. Nesse vaivém, a claridade encontra espaço, para penetrar em todos os recantos, do corpo e do espírito harmonizados.
67. Os tropeços da jornada me serviram de lição: É preciso eliminar as manhas da tristeza, o mau cheiro da inveja, os abraços de morcego, e vários outros cacoetes desinformados sobre o amor. Foi um aprendizado fantástico, que me rendeu prêmios e dividendos!
68. Há um vasto e fecundo parentesco, no ato de compartilhar...
69. Se aquele jardim encantado me pertencesse, vicejando em meu colo e florindo em meus braços, eu seria, com certeza, a mais venturosa das borboletas!

70. Somos todos vulneráveis ante o desconhecido. Daí a necessidade de a educação preparar o sujeito também para os eventos imprevisíveis.
71. Um raciocínio habilidoso, capaz de compreender e de envolver-se, é o que todos os nossos interlocutores deveriam ter...
72. Aprendi, com meu primeiro mestre, uma lição que até hoje perdura, no escaninho da memória: *“As letras do alfabeto refulgem como estrelas, nos céus do conhecimento...”* E eu não temo a ousadia de acrescentar: *“... para o deleite dos meus olhos, que adoram vê-las brilhar.”*
73. Se nos fosse oferecido o dom de visualizar o subconsciente, de ler o pensamento e apalpar as emoções, seria isso causa de satisfação ou desapontamento?
74. Nada nos humilha mais do que os nossos desacertos...
75. O senso crítico requer que sejamos prudentes, metódicos, ordenados. Sem o aval da disciplina, os melhores projetos correm o risco de abortar.
76. Ele nasceu passarinho, eu nasci borboleta. E o tempo que, antes de aproximar-nos, percorreu léguas de chão e de vento, chegou, finalmente, e mostrou-nos o ninho da perfeita serenidade...
77. Em suas vestes, sorriem as cores do arco-íris. Dos olhos, caem-lhe gotas de luar prateado. As mãos vêm encharcadas de sumos. E o coração, rodopiando como um colibri, delicia-se com o néctar oferecido pela aurora...
78. A cantiga persistente da garoa dispersa os pesadelos. A suavidade da brisa penetra até os recantos da alma. Os sonhos, envoltos num xale de bruma, reativam as horas mortas. – É a alvorada, com sua prole de pipilos, assobios e cantilenas, que revigora o dia, inundando de ardores tanto a terra como o céu.
79. Com o passar dos anos, descobri que sorrir é mil vezes mais eloquente que chorar.
80. Ninguém, como os nossos pequerruchos, tem o dom de criar vínculos, tecer esperanças, amar em profusão.



81. A natureza renova-se a cada instante: na gestação dos frutos, no assobio dos bem-te-vis, no canto-chão das cachoeiras, na candura das crianças, na bonomia dos anciãos.
82. Na comédia das ambivalências humanas, gargalham mais os atores que os espectadores...
83. Tão importante, quanto o asseio físico e moral, é manter íntegra a tessitura dos relacionamentos.
84. Descobri que o passaporte para um destino sem complicações, arejado e exultante, tem de comprovar, sobretudo, a capacidade de ouvir e de mudar conceitos.
85. Também a vida social, exageradamente ativa, pode provocar intoxicação.
86. Lapidada, modelada, esculpida... – Todos eles querem ver na mulher a reprodução da estátua de Vênus!
87. Coletei os sonhos em doses colossais. Abarrotei as gavetas com projetos. Adubei o cérebro e mandei-o transbordar. Corri em busca do sucesso. Ultrapassei nevascas e inundações... – Mas tudo veio a mim em porçõezinhas, entre espirros, cólicas e torcicolos. – Mesmo assim, foi uma lição e tanto, que me ensinou a otimizar os métodos, a fim de garantir a eficácia.
88. No decurso dos anos, tudo pode ser aprendido. Também o charme, o sorriso, a transparência, a vibração.
89. Tenho a convicção de que, somente no crepúsculo da vida, desvenda-se sua verdadeira dimensão.
90. Uma personalidade discreta, e significativa por seus adereços, fez desse ente singular um peregrino, a serviço do acolhimento e da harmonia.
91. Enquanto o firmamento se cobria de faíscas, meu anseio de voar sentia inveja de tanta fulguração.
92. Mais vantajoso, que comemorar aniversário, é amarrar o cordel do tempo na cauda de um cometa...
93. Há certos dias em que o desamparo cresce tanto, nos umbrais da alma, que até o sonho se evade, a fim de não vê-la ajoelhada sobre os degraus da amargura.

94. O martelo do desgosto, que malha o coração até amansá-lo e subjugá-lo, deve ser irmão-gêmeo de Maquiavel!
95. Preservar o sorriso bem no fundo do peito, e destilar sobre ele algumas gotas de luar prateado, desvanece toda espécie de tribulação.
96. Escrever é como despir-se, libertar-se, ficar nu (nua) diante do espelho, escancarando até os cacoetes de estimação.
97. Os versos que esparramei nas ruas, as mágoas que abafei no peito, as sementes que enfiei no solo, o facho que mantive aceso, e os sorrisos que distribuí a granel, hoje me acenam saudosos e agradecidos, confirmando que tudo valeu a pena.
98. Só quem realizou tal façanha, entende o prazer que é libertar as palavras, a fim de que saltem, voem, rodopiem, se dispam por completo e espalhem suas mensagens, para além do tempo e dos espaços.
99. Conforta-me saber que a morte não será meu fim, pois meus escritos haverão de sobreviver, a mim e a todos aqueles que amo.
100. Nas entrelinhas destes textos (*confissão dos meus anseios, sangue das minhas veias, abrigo dos meus sentimentos*), revelo-me sem mitos, liberta e abençoada.
101. Nada se compara ao violino da paz, ao modular suas canções que afagam e purificam.
102. Ele desembarcou em minha ilha solitária. Trouxe bombons e favos. Desemperrou meu riso nos lábios secos. Convocou minhas afeições para o *show* dos tomateiros e das garoas, enlaçando-me no acalanto de seus braços...— E eis que me alojei em sua alegria contagiante e retornei à vida...
103. A dignidade é daquelas joias tão raras e preciosas, que merecem ser emolduradas e expostas à veneração pública.
104. Quando enfurecida pelo vendaval, a noite sufoca os brilhos, os sorrisos, as melodias... E deixa a Lua desarvorada, engolindo em seco os soluços do desamparo.
105. A travessia, pelas veredas do tempo, tem uma infinidade de degraus, por onde os sábios sobem e os tolos descem.
106. O sorriso límpido e vibrante se parece àquela vaga mansa que se estira na areia, à espera do beijo prometido pela estrela d'alva.



107. Para que a policromia da existência não esmaeaça, é indispensável escolher as tintas, adequar os tons e manter-lhes a vitalidade, a despeito das inundações e nevascas, quando de plantão.
108. No baú das emoções, há que mantê-las silenciosas, precavidas e arejadas, que só assim haverão de resistir às estocadas do tempo.
109. Amar equivale a um processo de depuração tão benéfico, saudável, envolvente, que jamais deveria ser esfoliado, nem mesmo despido de sua fascinação.
110. As nuvens deixam brechas no céu, para que o Sol e as estrelas possam passear livremente, espargindo novos fulgores.
111. Se é verdade que cada um de nós tem seu anjo guardador, por que razão nos deparamos com tantos atropelos e tantas frustrações?
112. O silêncio tem um poder fantástico de catarse e redenção. Basta acioná-lo, para que tudo ao redor se revigore.
113. Por longas décadas, meu coração encolheu-se no peito, engoliu em seco o amargor das agruras, clamou por socorro e esgarçou-se como uma teia débil. Até que um dia o Sol decidiu apresentar-se, resgatando, entre as cinzas do borralho, uma centelha que ainda fumegava...
114. O tom coral dos lábios e das unhas, o perfil, milimetricamente delineado, a silhueta esculpida com arte, os olhos verdejando nas órbitas: era uma alegoria de Vênus, pra ninguém botar defeito...
115. Daqui onde estou agora, na outra margem do tempo, ainda reconheço a boneca, com seu choro metálico; a corda de pular, alternando o gingado das pernas; o bilboquê saltitando, com a maestria de um mágico; e o sumo dos figos, uvas e morangos, impregnando de sabor, tanto o paladar quanto a realidade.
116. O pacto que fiz, com meu Anjo da Guarda, não foi apenas de cuidado e proteção. Rendeu-me ainda o privilégio da vigia, noite e dia, contra o assédio do desleixo e a mania de perfeição.
117. Atingir o apogeu da vida significa, obviamente, uma deferência singular. Muito embora seja ela um rosário de privações e desencantos, que nos cerceiam até mesmo a liberdade de sorrir.
118. Atrevida como sou, julgo que nosso Pai celeste poderia ter sido mais equânime, no rateio das nossas tribulações e recompensas.

119. Não sei ao certo! Mas penso que sou filha da sabedoria e mãe do pensamento. – Aprendi também que há um parentesco indissolúvel entre ambos, que só a morte ou a tragédia serão capazes de romper...
120. De vez em quando, vou à igreja. Mas não todos os dias. Só quando o Senhor me chama, pois não gosto de importuná-lo, nem de atrapalhar seus afazeres celestiais.
121. Aquele sorriso desdentado que a velha senhora oferecia, sem nenhum constrangimento, era tudo o que tinha para distribuir aos transeuntes. Eles, no entanto, a olhavam de soslaio, com algumas pitadas de compaixão. Mas tocar nela ou puxar conversa, isso não, que o bodum era forte e impunha um respeito cauteloso.
122. Fotografias são registros infalíveis, onde o real e o verossímil se apresentam sem máscaras, a fim de dizer a verdade, mostrar as imperfeições, atrair os olhares. Todavia, à hora de enfrentar o divino Julgador, convém escolher as melhores dentre elas, que o funcionário do guichê é intransigente por demais!
123. Toda noite, ao penetrar no casulo do silêncio e fechar a porta com cuidado, receio que seja para sempre. Aquele sempre que dizem existir, no fundo da cova rasa e sem agruras, onde tudo já desmoronou...
124. Na desesperança do coração vilipendiado, os sinos dobram pela luz em pranto, pelo amor enfermo, pelo riso morto...
125. As cortinas fechadas a distanciam do mundo. Mas a saudade está lá, solitária, na poltrona de sempre, com o mesmo olhar opaco, perscrutando o além. O tempo lhe ofuscou o brilho. Mas as lembranças lhe ardem ainda mais...
126. O filme da vida se desenrola na tela. E nós gostamos de rever os flashes, que reacendem o sorriso da infância, o colorido dos sonhos juvenis e a comoção retardada dos anciãos, ao recolherem as pétalas caídas sobre os canteiros do tempo.
127. Ao saltarem da terra, os brotos alargam o sorriso, a fim de cor-tejar as brisas do verão.



128. Para que seja valorizada de fato e de direito, a inteligência deve acompanhar-se de vários atributos. Entre eles, leveza e serenidade, perspicácia e determinação.
129. Assim que as primeiras réstias de claridade começam a espiar pela janela, dou a noite por encerrada, e me aprumo para a celebração do renascimento.
130. Quão admiráveis são as pessoas tolerantes e tranquilas! Em sua presença, o próprio estresse se encolhe, a fim de que a bonança reine soberana.
131. A estupidez humana pode ser tamanha, a ponto de entortar toda beleza e toda a suavidade dos corações de bem. E nós, que fomos escalados para admirá-los, vemos ruírem seus encantos e emudecerem suas canções.
132. A arte cria. A prece revigora. E à liberdade cabe reverenciar o quilate das prerrogativas humanas.
133. Eu não saberia afirmar o que é mais conveniente: represar a adrenalina, ou deixá-la rolar abundante, até o coração sentir-se leve como uma pluma ao vento...
134. Escrever representa um mecanismo de defesa, quando não um aplauso à nossa inquietação.
135. As ofensas, que ferem o caráter ou a honra, assemelham-se a dardos cortantes, cujos ferimentos jamais cicatrizam.
136. Quando amargurado por sucessivas frustrações, o coração cria, em torno de si, uma crosta protetora, que vai ficando mais resistente, à medida que os anos passam.
137. A travessia, pelas verdades do tempo, tem uma infinidade de degraus, por onde os sábios sobem e os néscios descem.
138. Embora nos reconheçamos velhos e achados, estou convencida de que nosso amor permanece jovem. Só mudou de padrão, de frequência, de ousadia, pois que o jogo da ternura continua excitante. Apenas mais terno e menos vulcânico.
139. Ser íntegro e sábio equivale a ser livre de influências e dominações.
140. Nada nos humilha tanto quanto os nossos desacertos.
141. Quando a primavera se apresenta, oferecendo sua abundância de

- aromas, matizes, pruridos e aragens, renasce em nós a esperança de ver o triunfo da dignidade sobre a vilania.
142. É nos canteiros do coração que se encontra o remédio eficaz às moléstias do sentimento.
143. A saudade pode ser conceituada como *a dor que ama...* – E é essa a definição que adotei!
144. Sinceramente, eu gostaria de um encontro com Deus, em algum lugar do Universo. Tenho guardada, no arquivo das tribulações, um lista de queixas e verdades pra dizer a Ele.
145. O desgosto assemelha-se a uma esponja mergulhada n'água, pois quanto mais ele se encharca, mais pesado fica.
146. O cultivo da afeição e da amizade, nos garante um coração sempre ajardinado.
147. A solidão nem sempre nos espicaça. Às vezes, na tentativa de nos apaziguar, ela se mostra amiga, e chega com as mãos repletas de mimos...
148. *Amar* não significa limitar-se, anular-se, destituir-se. O amor é, acima de tudo, *matiz, voo, fragrância*.
149. Faça a experiência de colecionar sorrisos! Você verá o quanto é prazerosa a sua fruição, mesmo em conta-gotas!
150. As lágrimas são as águas mais maravilhosas que conheço. Ao invés de afogarem, elas têm o condão de construir diques, desse-dentar as inquietudes, suavizar as esfoladuras e reerguer o astral.
151. Deus só nos convidará a seu reino, quando nosso encaixe estiver perfeito; nossas lágrimas nadando em risos; e nossos espinheiros se abrindo em flores.
152. O amor goza de muitos predicados. Entre eles: derreter o gelo do coração, acender o facho da esperança, reabilitar os esgares do riso, semear e adubar afetos. Deveras, ele tornou-se especialista em perdoar, transigir, saciar e aquecer.
153. Eu não sei afirmar o que mais convém: represar a adrenalina, ou deixá-la jorrar abundante, até o coração sentir-se murcho como uma laranja espremida...



154. Há gente que contamina e gente que cura; gente que odeia e que ama; que corrói e que constrói; que energiza as cores da afeição e que as enferruja. Enfim, o mundo se rege por forças antagônicas, cuja função é selar o destino de cada um de seus moradores.
155. Já que o Senhor do Universo está presente em todo lugar, presumo não ser necessário encontrá-lo em algum jardim específico. Em casa, na rua, no trabalho, na escola, no hospital, tanto quanto no templo, estou na presença d'Ele e sou por Ele abençoada.
156. Descobri que a felicidade se assemelha a uma varinha mágica. Basta seu leve toque, para transformar numa pomba a mais peçonhenta cascavel.
157. Toda crise, seja ela individual ou coletiva, vem sempre com a arma engatilhada e pronta para disparar.
158. Uma afeição assim despojada, gratuita e a granel, tem o condão de esmorecer as agruras, essas enxeridas que nada sabem sobre a textura da paz.
159. Aos látigos do tempo, esfacelam-se os cravos, os antúrios, os cri-sântemos. Derreiam-se as orquídeas, as rosas, as violetas. E, o jardim vira uma praça de devastada: insígnias feridas, soldados mortos. É assim também que caem as pétalas do riso.
160. Nossos sonhos belos resfolegam sobre o travesseiro... Mas os feios, que provocam náusea e pavor, beliscam nossas carnes como pulgas, provocando desvairada comichão.
161. Se o amor vai-se embora, o quarto fica tão desolado, vazio de vibração e repleto de tensão, que a amargura passa a noite a esmurrar as cobertas.
162. É assim com o coração capturado pelo amor: seus olhos brilham, seus soluços riem e seu ardor se expande, preenchendo todos os espaços.
163. No instante em que a inspiração bate à porta, o pensamento se alvoroça, chamando as palavras pra brincar. E elas se juntam numa bela parceria, a fim de espalhar os seus recados, até a completa saciedade... É assim que a luz se acende. É assim que o livro nasce.



164. Resgatar a paz, que se perdeu entre os penhascos do tempo, só se consegue, afrouxando as rédeas, soltando os braços, colhendo o sumo da aurora, reativando a pulsação.
165. A evocação da infância me devolve o gosto dos morangos, das uvas e laranjas; o cheiro da terra encharcada de orvalho; e o encanto das rosas e margaridas, abrindo-se à luz purificada da manhã...
166. As lágrimas, como os espinhos da roseira, também perfuram os sentimentos, provocando, ora choro e dor, ora emoção e ardor...
167. Naquele dia em que Eros me procurou, batendo de leve em minha porta (aquela que guarda o coração!), senti, de súbito, uma atmosfera nova perpassando o ambiente, e um novo sorriso me adoçando os lábios. Foi um momento de consagração, que se adensou com o passar dos dias.
168. Radiantes de relva e famintos de luz, os poemas que cultivo no coração se oferecem, ardorosamente, como fazem os gerânios e os colibris, no jardim ensolarado.
169. Vivam os elos, as paixões, as gargalhadas! Que tudo isso são diamantes, cujo fulgor nos deixa afortunados.
170. Aprendi, com as lições do tempo, a tecer o pensamento em fios dourados, a cantarolar com as emoções, a preservar a ânfora dos afetos, a exalar o perfume da alegria, e a abraçar o sonho com fervor...
171. Burilar, burilar, burilar... – Deixe o cinzel cortar, que as duras lascas do tempo irão, aos poucos, se abrandar...
172. Para que a consciência não murche, é necessário que se lhe regue os brotos, com água limpa e fresca, todo dia e toda noite. Des-sedentada, ela vicejará, cobrindo de frescor os canteiros da paz.
173. Enquanto a névoa se espreguiça sobre os telhados, as fagulhas do Sol se enfiam pelo vão da janela, ansiosas de estancar os sonhos para, enfim, abraçar a realidade.
174. Nos meus tempos de menina, eu brincava no quintal, entre morangos e uvas, rosas e margaridas, coelhos e pintos, gatos e cachorros. Nos meus tempos de agora, mal consigo debicar o pólen da saudade, a fim de não deixar que morram aquelas esgarçadas alegrias.

175. Um aplauso à polissemia das emoções, que tanto podem desencadear o riso como o pranto, a obstinação como a letargia, a opulência como a simplicidade!
176. Quando o vigor se desintegra, faz-se inútil o conchavo da riqueza com a formosura!
177. É por não ser um evento perene que a realidade se agarra ao tempo, com receio de extinguir-se, antes que seus frutos amadureçam.
178. A magnitude e a profundidade da alma humana possibilita compará-la a um veio d'água, que ora se revela impetuoso, ora escorre serenamente...
179. A deserção nem sempre representa derrota. Pode significar, sim, um vantajoso recomeço.
180. Seu sorriso insinuava-se como um foco de luz, a refletir a claridade interior de uma vida consagrada ao trabalho, à integridade, à benevolência.
181. Toda palavra que proferimos tem sua propulsão interna e seu peso próprio, além de uma névoa tênue, que pode tanto dissipar-se, como penetrar fundo nos desvãos da consciência.
182. Os sensores do silêncio interagem com o resfolegar da mata, naquela sincronia fascinante em que até o nó dos mistérios se desata.
183. Um bom conselho, acompanhado de um bom exemplo, vale mais que uma boa esmola.
184. O horizonte me faz imaginar o outro lado da vida...
185. O véu que encobria o pudor, nos tempos das avós, só não falava, mas mesmo assim dizia tudo...
186. A própria tristeza vive cheia de cacoetes, que faz questão de revelar, para que todos dela se apiedem.
187. Há palavras tão pegajosas que, ao saltarem da boca, vão deixando pelo caminho um rasto de náusea e pus...
188. Pra que cortina nas janelas? Pra que tranca nas portas? E pra que luzes acesas, se o dia sorri, encharcado de luz?
189. Hoje sei que até a esperança vive de pensar que um dia o futuro chega, trazendo uma felicidade nunca dantes conhecida.

190. Esses cacoetes da idade, que nos humilham assim de graça, por que será que não nos deixam em paz?
191. As prateleiras do pensamento desconhecem a valia de viver em ordem. Tolas são elas, que embaralham o sono, só enxergam co-veiros, e urram como tigres enjaulados...
192. Foi a vastidão do horizonte que me contou ser o orbe uma bola inatingível, que a ninguém se revela por inteiro.
193. Na estante, meus livros me observam, como se pretendem tirar umas férias e promover uma bagunça geral. Afinal, tudo o que é demais, um dia cansa.
194. Nem sei mensurar quantas brechas se abriram em meu subconsciente, quando o tempo me avisou que o fim da linha é logo ali...
195. O cheiro de morte... – Donde será que ele vem? Quem o mandou pra cá? O que mesmo ele pretende fazer?
196. As sutilezas do céu estrelado, sob o olhar carismático da Lua, nos impulsionam a render-nos e apaixonar-nos, por tanta beleza e fulguração.
197. O coração das mães assemelha-se a um arquipélago, cujas ilhas são seus filhos bem-amados.
198. Todos os que profanam os frequentadores do Universo igualam-se aos tubarões, especialistas em abater golfinhos e sereias.
199. O alicerce das velhas teorias, sobre o paraíso e o inferno, firma-se, inegavelmente, sobre a crença do bem e do mal.
200. Filhos da promessa somos todos nós, que cremos na excelência da generosidade sobre a perversidade do egoísmo.
201. O insulto equivale a uma cusparada, a uma golfada de vômito, a uma dose de cicuta letal.
202. Vaporosas e macias como a própria arte, as mãos do artista só podem ser forjadas em veludo e seda, que outra substância não há, com talento para tal tarefa.
203. Basta um bocadinho de mau humor, para instigar nossos grilos, e até para provocar nossas cólicas renais.
204. Lidar com a insolência, a estultice, ou a empáfia, equivale a *dar murro em ponta de faca*.

205. Os percalços e safanões, que todos enfrentamos no correr dos anos, modelam nossos comportamentos, direcionam nossos passos, aplainam nossas arestas.
206. O golpe da adversidade é um procedimento equânime, pois não privilegia ninguém. Para ela, de fato e de direito, *todos são iguais perante a Lei*.
207. Plantei a palavra e reguei seus brotos! Colhi sorrisos e me fiz de mel!
208. O leito polido do rio, evanescente e sedutor, se parece com um lençol de seda, à espera da brisa que o venha acariciar.
209. Há sentimentos tão delicados, que flutuam nas águas da afeição, leves como uma rolha, serenos como um barco de papel.
210. Resgatar, entre os eflúvios da terra, o sussurro da cachoeira, o bailado das gaivotas, o resfolegar dos campos, o assobio dos bem-te-vis, a tepidez do luar, – são privilégios do coração que arde, da emoção que voa...
211. Outrora, eu confiava meus pecadinhos ao padre. Hoje, prefiro mantê-los comigo, que a prudência recomenda vigiá-los de perto...
212. Quando o silêncio baixa sobre a sepultura, e os enlutados recolhem as lágrimas, só mesmo as flores sorriem satisfeitas. Afinal, no campo-santo, é o colorido delas que faz a diferença.
213. Nada como um olhar arrogante, para congelar toda e qualquer simpatia.
214. Uma vez cumprida sua tarefa noturna, e em respeito ao reinado do Sol, as estrelas fecham seus olhos fulgentes, que elas também têm direito ao repouso, depois da prolongada vigília.
215. Atingir a plenitude da existência, em todas as suas facetas, só é possível com evolução moral, afetiva, profissional e, sobretudo, espiritual.
216. Não há como respirar tranquilidade, se os instintos forem belicosos; as decisões, incorretas; as relações, tumultuadas. Paz é sinônimo de ordem, harmonia, perfeição.
217. Alguns saem da batalha feridos e mutilados; outros, incólumes e vitoriosos. A vida se revela, de fato, uma justiceira *do pau oco*.

218. O crescimento pessoal só ocorrerá, ao aprendermos a lidar, de forma adequada e pacífica, com os desafios impostos pelo processo diário da sobrevivência.
219. O grande mote da prosperidade consiste em enfrentar o adverso, usando-o como trampolim da nossa própria evolução.
220. Ouso definir a tolerância como uma arte. E acrescento: Todo aquele, que não aprender a exercê-la, restará condenado a viver em conflito.
221. Conhecer-se e gostar de si! Eis dois aspectos da individualidade, indispensáveis ao êxito de qualquer empreendimento.
222. As experiências negativas, não raro, agem como fermento, anulando as fragilidades e promovendo benéficos resultados.
223. Ninguém passa ileso pelas peripécias da jornada terrena. Todos sofremos influências, saudáveis ou perniciosas. A diferença, para mais ou para menos, reside na tática de cada um exercer, adequadamente, o seu papel.
224. Ferir o sentimento agride mais profundamente o coração, que flechá-lo com um dardo.
225. Para conviver com os grilos e com todos os seus ruidosos comparasas, basta um bocadinho de bom humor.
226. Há certas madrugadas em que a rua, estupidamente silenciosa, nos impregna de auras e saudades, hipnotizando até os medos mais irrequietos.
227. Na travessia pelos despenhadeiros da vida, ocorrem certos flagelos, que convém enterrar para sempre. É rápido, e fundo, antes que eles rebrotem!
228. Estou convencida de que os fracassos decorrem, basicamente, de dois eventos aparentados: a preguiça e a incompetência.
229. Voar – para nós que vivemos presos ao solo – corresponde a uma atitude de superação, que dispensa a necessidade de asas.
230. Insolente e cáustico, demagogo e intolerante, o Sol prefere portar-se mais como algoz, e menos como amigo...
231. Sempre que divagamos sobre a existência, perscrutando os insondáveis mistérios da sua evolução, estamos em busca do elo perdido, desde a indisciplina de Adão e sua consorte.

232. No reduto de cada ser, vinga uma propulsão permanente, de correr no encaço da beleza, do sucesso, da felicidade, do amor...
233. Toda noite, reativo minha paixão pela penumbra e pelo silêncio. E rendo-me às sutilezas do céu estrelado, sob o olhar complacente da Lua.
234. A desgraça age tal qual um cinzel afiado: entra rasgando e sai sangrando.
235. Uma aurora suave, um jardim olente, uma guirlanda agul... Deveras, o Senhor Deus é um arquiteto de mão-cheia!
236. Cultua-se os heróis de argila, e ignora-se os forjados em aço. – É assim que procede a humanidade!
237. Meus versos saem do forno, crocantes, macios, saborosos. E me alimentam como o pão dos anjos, na confeitaria do paraíso!
238. Não irei embora pra Pasárgada, que desconfio do castelo e do rei. Mas irei arrebanhar estrelas, pra tecer as alegrias que sonhei.
239. Tanto as proezas da mansidão, quanto as da ira, agem sobre os nossos sentimentos, ora afagando-os, ora repelindo-os...
240. O coração arredio, que se trança a sete chaves, desconhecerá, por certo, o fantástico elá da liberdade!
241. Quando escrevo versos, colho flores, afago os netos e beijo meu amado, a vida pára no tempo, a fim de que eu possa desfrutá-la e agradecer a meu Senhor.
242. Dentro de nós, pode haver vazios tão insolentes, a ponto de se igualarem a uma casa assombrada!
243. A harmonia é o que existe de mais valioso sob a abóbada celeste. Se alguém discordar, em favor de outro bel-prazer, por favor, me comunique!
244. O monstro metálico, entupido de gente até os calcanhares, ergue-se sobranceiro pelas rotas celestiais, cortando os ares com insuperável maestria.
245. Quais pássaros migratórios, andamos sempre às voltas com as intempéries, que são elas a nossa bronca mais severa.
246. Quando me ponho a trincar o tempo, na tentativa de extrair dele o que resta de vitalidade, sinto que, cada vez mais, ele se distancia de mim.



247. Num átimo, percebi que os anos se esvaziaram; que os sonhos viraram cinza; que o rosto se encheu de pregas e o sorriso se esgarçou, como aquele vestido *démodé*, descartado no fundo do baú.
248. Uma vez fragmentados, os relacionamentos murcham e definham, que seu instinto não é de guerra, mas de pacificação.
249. A perplexidade da morte esvazia toda audácia e toda certeza, que induzem o ser humano a julgar-se inexpugnável.
250. Ébrio de luar e de silêncio, meu coração desabrocha em poemas e canções, em preces e sorrisos, que escorrem pelos flancos do peito, revigorando sonhos, recolhendo sumos...
251. Lamentavelmente, há quem considere fúteis as regras de fidelidade e compromisso!
252. O processo de sedução não tem começo, nem meio, nem fim. Simplesmente, acontece.
253. Fiel aos caprichos do vento, a nuvem gera a chuva, que rega os brotos, amansa a poeira, canta sobre os telhados, amolece os sentimentos, dilui as amarguras.
254. Para alguém tornar-se fútil, pouca coisa é necessária, uma vez que as veleidades andam soltas por aí, sem nenhum compromisso, nenhuma vibração.
255. Há duas espécies de sentimento: os que despertam humores repentinos e fugazes, e os que acionam sensações duradouras e fortemente arraigadas.
256. A distância entre dois corações mede-se por um choque térmico, diretamente proporcional ao fogo que os incandesce.
257. Duas caras tem o silêncio. Se enjaulado pelo preconceito, é soberbo e vil. Se emoldurado pela gentileza, mostra-se cordial e respeitoso.
258. No vazio cavernoso da solidão, só o que se escuta são o pio agourento da coruja e o grito dos trovões irados...
259. A luz que brota, nos olhos da criança, é a mesma que um dia se apagará, sob as pálpebras do moribundo.
260. No lagar da amargura extrema, o desespero tritura o sorriso, o prazer e até a própria ternura...

261. Algumas das nossas lembranças se despedem, abanando seus adeuses de comoção. Outras permanecem agarradas ao peito, pois que a solidão é a saudade ampliada um milhão de vezes...
262. Os aromas da primavera saíram em disparada... Logo, logo, secarão os cabelos das espigas, murchará o sorriso das romãs, ruirá a torre das palmeiras. Só a craca restará, no fundo da cova, para contar a história.
263. O abraço da Lua me rega de sonhos e seu beijo me desabrocha...
264. Pássaros inertes e paixões engaioladas: sons enterrados na garganta...
265. Ao adentrarmos pelos corredores da morte, calam os olhos e escurece a boca. Só os ouvidos se mantêm atentos ao cacarejo dos vermes...
266. A inveja deve ser prima-irmã da serpente. Pois ela também se esgueira de mansinho, prepara o clima, perfila-se, dá o bote... E o estrago está feito!
267. Não permita que a acidez do desencanto se esgueire entre você e o mundo, infestando os sentimentos ternos, os risos doces, e esse olhar brejeiro, à procura de um lugar ao Sol...
268. Outrora, era o ardor da juventude que me fazia soltar os versos, sobre a cândida folha de papel. Hoje, é o gemido da saudade, de tudo o que se foi e nunca mais retornará...
269. Os corações jubilosos consideram a felicidade como uma nesga do paraíso. Já os depressivos a definem como um pé-de-vento.
270. Há indivíduos virtuosos, que se sublimam na prece. E há outros tão visguentos, que a evocação de sua imagem já causa repulsa.
271. Seu cérebro se assemelha a uma enciclopédia... Tal é a exatidão dos conceitos, a vivacidade da memória, a sutileza dos argumentos. Julgo ser essa a *performance* do sábio!
272. O egoísmo é tão voraz e alcoviteiro, que consegue ferir todos os elos e desafinar todas as melodias, transformando as relações em eventos desagregadores, quando não, contaminados.
273. Há um vasto e profundo parentesco, no ato de compartilhar.

274. Arauto do prazer e da alegria, o sorriso glorifica o semblante humano, como se o anjo doce da bondade sobre ele esteja impondo as mãos.
275. É a imaginação que dá consistência aos nossos sonhos, ao torná-los parceiros dessa história que, com sua adesão, edificamos.
276. Enquanto a síndrome da morte súbita chega de inopino, a morte lenta prefere matar no cansaço.
277. Estou convencida de que a satisfação do ser humano assenta-se sobre um quádruplo penhor: família, amigos, dinheiro, casamento. Quando tais relações vão bem, tudo ao redor floresce e desabrocha. Caso contrário, vingarão as ervas daninhas, fadadas a arruinar qualquer projeto.
278. Comprometimento – eis um vocábulo mágico, com poder de alterar o curso das nossas relações e decisões, na busca incessante das conquistas que idealizamos.
279. Uma das grandes surpresas da minha infância foi descobrir os longos braços do Sol, estendendo-se pelo vale, em direção ao castelo das mil e uma noites...
280. Devoradora de livros como aquela mestra, só mesmo a traça e o bolor...
281. Somente o devaneio tem poder de devolver-nos a infância, reconduzindo nossos passos, ao aconchego do ventre materno!
282. Creio que a alma e a aura são irmãs-gêmeas, pois vivem perene-mente conectadas.
283. As conquistas se nutrem de um punhado de decisões inteligentes.
284. Digno e generoso é ele, o sândalo, que perfuma as mãos de seu agressor!
285. À velhice foram atribuídas incumbências singulares. Entre elas: manter vivas as lembranças, contar estórias para os netos, colher frutos no quintal, orar pela família e abençoá-la com fervor.
286. Há um matrimônio perfeito entre a cascavel e o pecado: ambos chocalham o guiso, atraindo suas presas para o brinde de veneno!
287. Nosso vestuário: afirmação ou lembrança? Sutileza ou rebeldia?
288. Sem ela, a grande e macambúzia solidão, nenhum artista consegue dar vazão à sua arte, com serenidade e paixão...



289. Ensinaaram-me que o sofrimento se assemelha à bigorna, que ma-
lha o ferro até torná-lo flexível.
290. Seus olhos amendoados: um colírio para meus olhos embaçados!
291. Espero ainda contemplar os lírios da inocência, brotando entre os
espigueiros, e exalando suas emulsões de paz!
292. Ao despontar da aurora, a Lua se isola em seus aposentos parti-
culares, a fim de aprumar-se para a noite, com novos galanteios
e esplendores.
293. Assim como o alimento retempera o viço do corpo, o estudo for-
talece a têmpera do espírito.
294. Lembranças, sorrisos, amores, saudades... – Tudo age como um
bálsamo, no instante de apaziguar os achaques que os anos têm a
mania de provocar...
295. Quando os pirilampos aparecem, com seu pisca-pisca habitual,
clareando alamedas e jardins, também os sentimentos natalinos
vêm à tona, a fim de celebrar com eles o renascer dos corações...
296. Naquele dia, o pensamento atravessou-me o cérebro qual um co-
risco, (mais ou menos luzidio como costuma ser a chama do inte-
lecto). E, ao sair, às pressas, levou consigo uma faísca da memória,
provocando-me um curto circuito...
297. Se eu tivesse nascido borboleta, seria mais feliz ou menos sonha-
dora?
298. A todos aqueles que amo, tenho um conselho a dar: *Não encare a
pedra como um obstáculo, mas como um trampolim!*
299. Já se foram várias décadas, desde aqueles tempos empapados de
ventura, em que os ladrilhos da vitalidade me revestiam, e as
amoreiras debruavam, com miçangas sorridentes, a minha gula
infantil. Era assim que eu me adornava, para a festa das flores, dos
frutos, dos jogos e das cirandas...
300. A conhecida petulância, indigesta ao extremo, não passa de um
grotesco palhaço, que ninguém incentiva nem aplaude.
301. Considero o vício da embriaguez como um distúrbio, mais severo
que o desarranjo intestinal!



302. Estou em dúvida sobre o quilate dessas duas meninas: Será mais valiosa a *formosura*, com sua corte de admiradores, ou a *inteligência*, com seu fulgor inexcedível?
303. A submissão em excesso pode descambar para um sentimento fe-
roz, daqueles que, algumas vezes embrutecem, e outras, aniquilam.
304. Julga deveras imbecil quem faz o bem sem olhar a quem...
305. De verso em verso, meus motes vão navegando, até alcançarem
o grande estuário do mar... Do mar imenso e ondulante, que me
convida ao porto da alegria, onde o sorriso me espera, para o ága-
pe dos poemas e das vibrações...
306. Insondável e obscuro, o interior do ser humano pode comparar-
-se, tanto a uma rocha abrupta, quanto a um ninho de colibris...
307. Como faz a bigorna, que malha o ferro para torná-lo flexível,
também o sofrimento martela as nossas imperfeições, a fim de
amoldá-las, segundo os ritos da bondade, da prudência e da har-
monia.
308. Basta um bocado de atenção, para perceber que algo repugnante
desfigura a fisionomia do déspota. Tal como a carne podre, que
até os cães rejeitam...
309. Nos canteiros do jardim celeste, queira Deus que não seja eu a
corbelha murcha, nem o candelabro às escuras, nem a borboleta
incolor.
310. Nos recantos da nossa intimidade, não raro descobrimos vazios
tão insolentes, que se parecem até com uma casa assombrada.
311. Adequar-se aos solavancos da jornada: eis o segredo da satisfação
constante, do farol sempre iluminado!
312. Não desista de seguir a correnteza dos anos, sejam quais forem
seus perigos e ameaças! No fim da rota, haverá sempre aquela luz
brejeira e aquele insólito ocaso, que são peritos em reabilitar as
emoções acabrunhadas.
313. Antenas sempre ligadas! – Eis uma fórmula certa de não perder
o trem da história!
314. Não basta apenas escutarmos as vozes do planeta, com seus aplau-
sos e imprecações. É preciso interpretá-las, geri-las, aperfeiçoá-las,

- pois só assim teremos saldado os nossos compromissos, com o hospedeiro que nos abriga.
315. Em época de Natal, quando os pirilampos se apresentam, com sua lanterna mágica, a fim de clarear os pinheiros e jardins, também o sentimento de fraternidade põe-se a luzir, nos corações tocados pelos raios da esperança.
316. Naquelas horas, em que me sinto flácida e nua, cubro-me com o véu esvoaçante da poesia e, para que ninguém me reconheça, saio à rua trajada de odalisca...
317. Num piscar de olhos, tudo pode acontecer. Desde a mais alentadora esperança, até a mais pegajosa frustração.
318. Impávido e cáustico, o Sol se porta bem mais como algoz, do que como amigo e companheiro fiel...
319. Quando morre o vento, vem a aragem, com sua aura cristalina, enrodilhar-se em meu corpo e inundar-me de frescor...
320. Naqueles anos empapados de sorrisos, os ladrilhos da vitalidade revestiam-me por inteiro. E as pitangueiras debruavam, com miçangas coloridas, os meus ardores infantis. Era assim que me enfeitavam para a festa das flores, dos frutos, dos jogos e das cirandas.
321. Tão logo a dor e o pranto nos acometem, com suas aduncas garras de escorpião, perdemos a noção do espaço e do tempo, que adquirem feição de algozes, ao invés de continuarem irmãos...
322. Quem nos dera que os cristais da caridade seguissem reluzindo, pelos séculos afora, em todas as jazidas da humanidade!
323. É bom ter uma paixão na vida. Mas é bem melhor ter inúmeras paixões. Nascemos com talento para assimilar múltiplas realidades, e isso nos potencializa e enriquece.
324. A excessiva reverência, ao individualismo, induz a humanidade ao espólio da benevolência e da solidariedade.
325. Quando os sonhos murcham, o sorriso passa a viver ao relento, sem pão, sem água e sem flor, como um viajante perdido, entre a praia e o mar...



326. O filósofo Somerset Maugham, atraído pela filosofia dos brâmanes, formulou essa pérola: “*O homem deve dedicar sua infância ao brinquedo; a mocidade, ao estudo; a maturidade, aos deveres da hospitalidade; e a velhice, à contemplação do absoluto*”.
327. Um mundo ideal, onde não exista trapaça, nem inveja, nem cobiça, é o que se espera ver, antes que desmorerem todos os diques, e se perca toda a equipagem.
328. A tolerância compara-se a uma arte. E todo sujeito, que não aprender a exercê-la, restará condenado a viver em conflito.
329. Por sua cor de safira imaculada, o céu nos observa ternamente, como a oferecer seu abraço cálido, ao gelo da nossa solidão...
330. Quando a felicidade exagera na dose de seus regalos, os nossos botões desabrocham e inflam as nossas asas. É a primavera da vida subindo ao trono...
331. Os prolongados anos, pastoreando os sentimentos, ensinaram-me que o mau-humor é um daqueles eventos macabros, que grassa entre nós igual a uma peste.
332. Conheço várias espécies de sorriso. Dentre eles, prefiro as suaves às turbulentas, e as brancas, às escarlates.
333. Cultiva-se os heróis de argila, e ignora-se os forjados em aço. *É assim que caminha a humanidade!*
334. Estou em dúvida acerca do quilate dessas duas meninas: Será mais valiosa a *formosura*, com sua corte de admiradores, ou a *inteligência*, com seu fulgor inexcedível?
335. Já se esgotaram incontáveis décadas, desde aqueles tempos encharcados de risos, em que os ladrilhos da vitalidade me revestiam por inteiro, e as amoreiras debruavam, com miçangas suculentas, a minha gula infantil. Era assim que me enfeitava para a festa das flores, dos frutos, dos jogos e das cirandas.
336. Todos os dias, ao despertar, hidrato e lustro meus ideais, a fim de que não sequem nem percam o matiz.
337. As mãos benfazejas da aurora se estendem, sobre os morros e as grotas, os lagos e as searas, os frutos e as flores, com o propósito de abençoá-los e ungi-los.

338. Se tivéssemos certeza do renascimento, não temeríamos o encontro com a senhora dos cadáveres...
339. Lembranças, saudades, pulsações, tudo age como bálsamo, no instante de apaziguar os achaques que o coração tem a mania de provocar...
340. Os feiticeiros braços do Sol, com sua intromissão peculiar, estendiam-se pelo vale, à procura do castelo das mil e uma noites.
341. Para o bem de todos os mortais, tanto o seu pensamento, como sua inteligência e sabedoria são, incondicionalmente, ilimitados.
342. Graças a Deus e às suas generosas cortesias, estou sempre disposta ao sorriso, à concórdia e ao abraço!
343. Sou acometida de um prazer indizível, ao sentir o broto saltar do galho, abrir os braços e sorrir...
344. É a imaginação que subsidia nossos desejos, ao torná-los parceiros dessa história que, com sua adesão, edificamos.
345. Em minha misteriosa e derradeira viagem, sentir-me-ei mais confortável e menos temerosa, se me for permitido levar comigo uma braçada de livros, pois que a ociosidade me provoca urticária...
346. Uma das belas recordações da minha infância, foi descobrir os longos braços do Sol, estendendo-se pelo vale, em busca do castelo das *mil e uma noites*...
347. Saibam todos que percorri, teimosamente, longínquos vales e desertos, em busca da felicidade prometida aos que amam com sinceridade e devoção!
348. Sem uma dose incrementada de otimismo, ninguém de nós consegue manter, por longo tempo, a vitalidade e o bom humor.
349. A quem deseja disfarçar os traços de um semblante pouco privilegiado, não há melhor estratégia do que um sorriso simpático.
350. Somente a inteligência, o trabalho, a dignidade e a honra, haverão de ser guindados ao panteão dos vencedores.
351. Oh! as noites da minha infância, povoadas de vaga-lumes, e com aquela serenidade fulgurante da alma sem pecado!
352. Asseguram os entendidos em assuntos sentimentais, que a emoção e o prazer, quando procrastinados, são também multiplicados.
353. Quando se é jovem, ama-se através do corpo. Quando se envelhece, ama-se através da alma.

354. Há dois eventos que me comovem e harmonizam: a revoada das gaivotas e o murmúrio incessante do mar...
355. Se, porventura, as palavras costumam deixar um gosto amargo em tua boca – cuidado! – Podes estar sendo envenenado(a) por tua própria bile...
356. Há olhares que faíscam exageradamente, provocando arrepios na espinha dorsal. São esses que desestabilizam as nossas estruturas sentimentais.
357. Ficar a sós dentro da noite, a fim de dialogar com o silêncio e os próprios sentimentos; refletir sobre o passado, o presente e o futuro; remover a ferrugem e os detritos deixados pelo tempo; e, por fim, realizar o descarte das falsetas cotidianas, tudo isso equivale a promover, tanto na alma quanto no corpo, uma limpeza espiritual...
358. A luz que jorra dos olhos da criança é a mesma que congela, sob as pálpebras do moribundo.
359. Cuidado com a malvadeza de certas palavras, que escondem nos cantos da boca, um ranço letal de arsênico!
360. Seu olhar cristalino, embebido em suavidade e bem-querer, tem o dom do talismã, que protege e fortalece.
361. Considero o mau-humor um evento macabro, daqueles que grassam como uma peste.
362. Nas horas sensuais da noite, quando o luar me afaça e as estrelas me sorriem, sinto brotar, dentro de mim, uma revoada de pirilampos, cujas lanternas piscantes suavizam minha nostalgia.
363. A luz suave da aurora saúda as palmeiras imperiais, num misto de reverência e sensualidade.
364. *“Um distúrbio mais severo que o desarranjo intestinal”* - Eis como pode ser definido o vício da embriaguez!
365. Nada como o sono, para reconduzir nossos sonhos ao suave aconchego do colo materno!
366. Ao renascer das ruínas, envolto pela túnica da paz, meu espírito aprumou-se, no afã de colher o sorriso das estrelas, e suavizar meu coração naquela cantiga doce, que nunca mais deixou de soar...



367. A mão de um artista só pode ser feita de seda, vaporosa e macia como se revela a arte, em qualquer das suas expressões.
368. O olhar arrogante só se presta para congelar a amizade e a simpatia.
369. São múltiplas as concepções sobre a existência humana. Para alguns dentre nós, ela não passa de uma ridícula comédia; para outros, iguala-se a um drama de afanosa persistência; e, para um terceiro grupo, revela-se um sonho ardorosamente acalentado.
370. Conheço três ingredientes básicos, que impedem os sentimentos de adoecerem: o bom senso, a tolerância e o bom humor.
371. Alguém discorda de que as veredas do conhecimento são múltiplas, como são as vertentes? – E de que elas atravessam todo tipo de cancelas, tanto as largas quanto as estreitas? As de bronze e as de argamassa?
372. Se a melancolia tocar tua campainha, é aconselhável não abrir a porta. Pois ela se apresenta sempre como uma intrusa mal resolvida, cujos cacoetes são amigos íntimos da depressão.
373. Faço votos que perdurem para sempre: os elos familiares, as tropelias escolares, os saborosos manjares, as serestas lunares, as fulgurações estelares! – Esse era o panorama do orbe, na alvorada da criação!
374. O livro pode ser definido, ora como um caldeirão, ora como um cadinho de sensações. Nele jogo meus sentimentos, quer escuros, quer resplendentes; meus anseios, tanto os acres como os doces; meus amores, sejam eles mórbidos ou ardentes... Nele, cérebro e coração fazem as pazes, a fim de sorver melhor os sabores do cotidiano existencial.
375. Assim como não se trata com sal uma ferida aberta, também não se deve olhar o mundo com óculos escuros...
376. Lembre-se de que a sensibilidade alheia pode manifestar-se tão profunda quanto a sua, ou até mais intensa do que ela. Daí a importância de dosar o condimento das palavras que proferimos.
377. Aquela antiga tendência ao perfeccionismo custou-me décadas de treinamento. Todavia, tão logo aprendi a descartá-los, ou, melhor dizendo, a extingui-los, descobri o nó górdio de certas atuações fracassadas...



378. Suponho que uma atitude eficaz, para uma relação tumultuada, consiste em contornar o inconveniente, substituindo o uso do sal pelo do açúcar...
379. Ao analisar certos divórcios modernos, tenho a sensação de que o casamento virou mercadoria, numa negociata, não de sentimentos, mas de valor monetário.
380. De todos os julgamentos a que estamos expostos, o único que repercute, pela eternidade afora, diz respeito à nossa generosidade, quer para a acolhida, quer para o perdão.
381. A capacidade de higienizar a alma, até extinguir completamente suas nódoas, age como um segundo batismo, abrindo-lhe as portas da redenção.
382. A única sociedade que não se desintegra nem se corrompe, sejam quais forem as leis e as circunstâncias, é a do vínculo tecido entre pais e filhos.
383. Mais perigosas do que os inimigos são as pessoas que odeiam a si mesmas.
384. De uns tempos para cá, meus pensamentos adoram dar cambalhotas, virar-de-ponta-cabeça, enovelar-se como um caracol, saltar de paraquedas...
385. As saudades, enfileiradas nos corredores da memória, sobem e descem as escadarias, riem e choram, chamam o afeto e o rejeitam, procurando sinais daquelas eras, em que os sorrisos se mostravam mais limpos, e as constelações mais reluzentes...
386. Os lares foram inventados, para que as pessoas possam despir-se sem intromissão, calar as vozes que lhes fustigam os tímpanos, trocar ideias com seus sentimentos, e drenar os fluidos que as encharcam, no atoleiro das ruas...
387. Naquela manhã de expectativas e promessas, as centelhas do dia puseram-se a espiar por entre as árvores, como se Deus as tivesse jogado das alturas, a fim de reaquecer tantos corações congelados, e carentes de um banho de chamas.
388. Antes de qualquer outro parceiro, há que se convidar o nosso próprio coração. Ele que é nossa baliza, nosso termômetro, nossa marca-d'água. Feliz daquele que confia nesse conselheiro de plantão!

389. A chuva cessou, mas seus respingos permaneceram grudados na soleira das janelas, nos degraus da escada, nos corações sedentos. Tudo neste mundo necessita de um frescor, sob pena de morrer desidratado...
390. Há quem se pareça com cascas de banana, com torrões de barro, ou até mesmo com poeira tóxica... – Tal é o desleixo com os sentimentos, a ponto de torná-los vilões da indignidade.
391. Sobre a lápide da sepultura, impõe-se o que sobrou da vida: um nome, que ninguém mais chamará; uma vela derretida além do toco; uma saudade esvaída sobre as lembranças; e uma fotografia, cuja identidade inviolável se perpetuará no tempo...
392. Os muros, que cercam nossos domicílios, não só resguardam o patrimônio que prezamos. Também cerceiam nossa liberdade, a ponto de fazer-nos reféns do nosso próprio destino.
393. Por mais livres que sejamos, haveremos de ser também, indefinidamente, prisioneiros das nossas escolhas, já que a vida se iguala a uma teia, a cercar os projetos que traçamos e as obras que executamos.
394. Andrajoso e selvagem, o instinto do mal ronda o ser humano, com muito mais frequência e intensidade, do que os impulsos do bem e da concórdia.
395. A traição provoca em nós tão insolente tremedeira, que pode ser comparada a um violento choque elétrico.
396. No decorrer dos anos, os obstáculos, contrariedades e frustrações vão aos poucos tomando forma aceitável, como se ocorre uma acomodação das moléculas, a fim de provocar o discernimento que leva ao equilíbrio.
397. Nas estruturas internas do álcool, como num feixe de ironias, há um complô organizado, com o fim de entornar o caldo, ou borrar a lucidez.
398. Urge suplicarmos a Deus que nos livre de toda hipocrisia; que aplaque os nossos assomos de vanglória; que nos ensine o caminho do amor; e que, por fim, pulverize o ar que respiramos, com partículas de bem-querer.

399. No estertor da noite, infestada de fantasmas, nossa maior preocupação é alcançar o dia seguinte, pôr a mão no ombro da esperança, olhá-la de frente e fazer dela o nosso escudo protetor.
400. Também a sinceridade pode revelar-se caótica e promover estragos. Quanto ao discernimento, eis uma atitude ponderada e sensata, bem mais valiosa do que se imagina.
401. Espiões intergalácticos – é assim que defino os anjos, continuamente postados nas guaritas celestiais, a fim de acolher-nos ou impor-nos o castigo merecido.
402. Enquanto a brisa docemente murmurava, as ondas higienizavam a praia, o farol sorria satisfeito, e as gaiotas desenhavam sonhos, que me jogavam nos braços, pela ponta das asas...
403. As doenças agem, pateticamente, como máquinas de moer. E a segadura, por elas empreendida, devasta todos os encantos, desde os corporais até os emocionais.
404. As horas, em que me dedico à escrita, são como uma propriedade particular indevassável. Escrever, e assim compulsivamente, assemelha-se a uma condenação. Mas eu a quero, amo e necessito dela! – Ainda bem que minha escolha me sentenciou ao paraíso!
405. Há sempre uma realidade submersa, em todas as frases proferidas, em todos os sentimentos manifestados.
406. Todo homem, elegante ou não, tem pinta de galá. Julgar-se forte, atraente, poderoso, é próprio da índole masculina, pois o varão preserva em seu íntimo a síndrome da prevalência.
407. Disseram-me que Marte é um planeta lúgubre, e ainda craquento e seco, como uma fatia de pão torrado. Qual será então o motivo de despertar tanta curiosidade?
408. O desfecho da vida humana deveria ocorrer como a metamorfose das lagartas, que se transmudam em borboletas e aprendem a voar.
409. Escrever compara-se a uma libertação. – A gente sai do corpo, flutua, se agita e aquieta, até por fim empreender o voo, que dilata o espaço, retém o tempo e o registra.



410. Ativista apaixonada, exponho meus textos no cordel das ruas, para que todos possam degustar seus sabores, aspirar seu incenso, e compartilhar da alegria que os fez nascer...
411. É tão sagrada a instituição do vínculo entre o homem e a mulher, que sua ruptura gera um sangramento difícil de ser estancado.
412. Desde a hora do nascimento, até a hora do desenlace, teremos de ser indivíduos em evolução, sob pena de nos perdermos no caminho, e não concluirmos a travessia.
413. Essa necessidade tribal que caracteriza, tanto os homens quanto as mulheres, demonstra o quanto somos dependentes, gregários, incompletos!
414. Nas horas altas da noite, nada deslumbra mais que contemplar a abóbada celeste, sentir o empuxo das estrelas, namorar o sorriso da Lua, e recolher, nas alamedas silenciosas, as gotas da infusão prateada. – A noite é, deveras, um palco de fascinações...
415. Insolentes e resmungões, os silvos da ventania postam-se diante da porta, forçando a fechadura...
416. Andei pelas veredas, vasculhando as leis e as convicções. E descobri que a verdade mora a nossa direita, ao passo que a mentira vinga a nossa esquerda...
417. Se soubermos conviver com a sombra, no verão, e com a lareira, no inverno, estaremos preparados para enfrentar as safadezas das estações.
418. Estou convencida de que as estrelas e as flores, os pássaros e os sorrisos, as carícias e os aromas, as cantorias e as preces, são as primícias do jardim celestial.
419. Valha-me, Deus, contra a arrogância, o sadismo, a empulhação! Quero distância de suas garras venenosas!
420. As horas medem o tempo da existência e das obrigações, mas só as alegrias marcam o tempo da felicidade...
421. Ao fechar-se para a vida, a fim de ir ao encontro de seu destino perene, bem que o nosso corpo poderia transmutar-se em flores e frutos, em carícias e beijos, em poemas e canções!
422. Nunca se afaste do perdão e da reconciliação, que são eles os nossos mais eficazes tranquilizantes!

423. Ao invés de terem mãos e pés, cabelos e penugens, por que será que os humanos não foram dotados de ramos e flores?
424. Ao sentir-se profanada pela inércia humana, a terra exala seus vapores esgarçados, até a seiva de suas entranhas conceber novos rebentos e parir novos pendões...
425. Só quando nos libertarmos dos preconceitos e das inseguranças, veremos a sensibilidade expandir-se dentro de nós, desde o reduto da alma até o castelo dos sonhos.
426. Além de um gesto de amizade e bem-querer, um presente é também uma dádiva singular, cujo maior efeito é aproximar os corações...
427. É sempre Natal no íntimo de quem ama, de quem sorri, de quem vê, em seu próximo, mais um filho de Deus!
428. A humanidade revela-se por suas múltiplas faces. Entre elas: a realidade e a fantasia, a luz e a escuridão, o riso e a lágrima, a certeza e a dúvida, a paixão e a indiferença, a sabedoria e a ignorância. Feliz daquele que abomina a face do ódio, para enaltecer a do amor!
429. Essa interlocução que há entre corpo e espírito, os quais mutuamente se influenciam, é a caudatária do destino humano, com sua abundância de sonhos, promessas, aquisições.
430. Engrenar a marcha certa, na hora certa e no caminho certo: eis a arrancada que há de fazer a diferença.
431. Quando me debruço sobre os livros – sejam eles de natureza recreativa ou criativa – sinto-me absolvida das limitações impostas pela idade, uma vez que eles são, de veras, os meus amigos fiéis, serenos e incentivadores. – Eles e eu: uma parceria bem sucedida!
432. Os comandos que enviamos ao cérebro são decisivos à saúde mental. Se positivos, reforçam a capacidade criadora. Se negativos, agem fora de sintonia, produzindo reações desastrosas.
433. Não dê chance à insegurança, que ela é safada por demais, ao promover seus golpes derrotistas.
434. Energia e vibração: eis o tônico do otimismo, que fortalece a vida saudável!
435. Mesmo sabendo que a alegria é contagiante e benéfica, por que insistimos em assediar a tristeza?

436. Para que saibamos discernir entre o bom e o ruim, o adequado e o inconveniente, o saudável e o nocivo, nosso cérebro precisa ser escovado, ventilado, lubrificado e polido...
437. Os elogios acontecem tão raramente, porque o nosso ego quer a louvação para si e não para os outros.
438. É por sua inconsistência secular que a felicidade anda tão escassa, rarefeita e esgarçada!
439. Tenho absoluta convicção de que só as pessoas generosas vivem realmente felizes...
440. Os sorrisos agem como o isqueiro. Um leve toque é suficiente para incandescê-los.
441. Já lhe disseram que a prática é sempre mais eficiente que a teoria? E que ambas são indispensáveis, ao bom desempenho de qualquer empreendimento?
442. Só ao descobrirmos o valor da vida, passaremos a tratá-la com equilíbrio e respeito.
443. Sobreviventes somos todos nós, ao ultrapassarmos as adversidades, polirmos as imperfeições e desfraldarmos o estandarte da paz.
444. O sujeito que não sabe rir nem chorar, é óbvio que também não sabe amar, uma vez que o amor se nutre de risos e lágrimas, de sonhos e conquistas, de presença e ausência.
445. Quanto mais leves forem os nossos conceitos e as nossas convicções, mais auspiciosos haverá de ser os nossos empreendimentos.
446. Tanto a intolerância e a ira, como a inveja e a vingança, produzem toxinas perigosas, e propensas a gerar as mais nefastas enfermidades.
447. Ligue as antenas, mantenha vigilante o intelecto, faça a vida acontecer! Não esqueça, todavia, que o repouso também faz parte desse processo, uma vez que, sem ele, há perigo de colapso.
448. Acostume-se à impermanência, pois que o fenômeno existencial impõe, a todos os mortais, um constante renascer!
449. O estresse, por ser inimigo da serenidade, do repouso, do vigor físico e emocional, não nos permite sentar e refletir. Exige presença e vigilância permanentes. E é aí que mora o perigo!
450. O que falta ao homem e à mulher dos novos tempos é, sobretudo, a pausa, o silêncio, a reflexão, o sono restaurador... A ausência desses ingredientes desestabiliza o tônus cerebral.



451. Por que será que são tenras as virtudes e densos os defeitos?
452. Nem mesmo as dádivas da alma devem ser oferecidas em prestações. - Ou ela se dá inteira, ou sua doação é pífia...
453. O relacionamento entre os indivíduos, tanto pode descambar para um solo poirento, como elevar-se ao banquete das estrelas.
454. Indiscutivelmente, o trabalho possui duas faces: a do prazer e a do cansaço...
455. A fé representa um caminho de mão dupla. Pois há os que nela crêem e os que dela duvidam.
456. Define-se como *morte* o evento insondável, lúgubre e irreduzível. Esse mesmo, que *não leva ninguém pra compadre*...
457. Nosso espírito só se revela verdadeiramente *livre*, depois de aprender a voar.
458. Somente a sabedoria da vida, com seus volteios e suas experiências, conhece os caminhos que podem ser trilhados, com menos esforço e melhor resultado.
459. Quedo-me apática, ante a fraudulenta contradição humana, que nos acena com galanteios, para acossar-nos depois com fígadas venenosas.
460. À noite, o Sol se recolhe à guarita das trevas, a fim de liberar-nos para o sono reparador.
461. Em meio a tantas contendias que o destino nos impõe, pra onde se evadiu aquele oásis, tão anunciado pelos profetas?
462. Com o passar dos anos, as tropelias se desvanecem, os sorrisos murcham, e cala o vento sua ruidosa empulhação...
463. Há gente que gasta a vida, tentando encontrar seu ponto de equilíbrio. E acaba morrendo desequilibrada.
464. Entre os cílios próprios de sua índole, as margaridas e as camélias, os antúrios e os jasmims, impregnam de fragrâncias coloridas, nossa aura e nosso bem-querer.
465. As horas marcam o tempo da existência e suas obrigações, mas só as alegrias marcam o tempo da felicidade.
466. Andei pelas estradas, vasculhando as leis e as convenções. E concluí que a verdade mora à nossa direita, ao passo que a mentira vinga à nossa esquerda...



467. A segurança, o aconchego, a harmonia e a prece: eis os embriões onde desabrocha a ventura legítima.
468. Se fizermos amizade com a sombra, no verão, e com a lareira, no inverno, estaremos preparados para enfrentar as safadezas das estações.
469. Estou plenamente convencida de que os pássaros e os sorrisos, as carícias e os aromas, as cantorias e as preces, as estrelas e as flores, são as primícias do jardim celestial...
470. Valha-me Deus, contra a arrogância, o sadismo, a empulhação! Quero distância de suas garras venenosas!
471. Considero o inferno uma invenção inútil, tanto para os paladinos do bem, que passam longe dele, quanto para os parceiros do mal, que com ele fazem conchavos.
472. Por mais frágeis que pareçam as artimanhas do destino, ainda assim ele se investe de poder e autoridade, pois que ninguém o supera na capacidade de bagunçar...
473. As recompensas e os castigos da vida futura, que o livro sagrado proclama, por todos os quadrantes da Terra, por que não ocorrem às claras, sem mistérios ou enganações?
474. Deixe de lado as iras e as mentiras, as dores e os dissabores, a correria e a desvalia, que só assim os encantos do universo virão visitar você!
475. A seiva que palpita em nosso peito, ora frágil, ora auspiciosa, revela a mesma vitalidade que gera o brilho das constelações e a volúpia dos mares.
476. Só uma nesga de céu me é suficiente, para adormecer minhas inquietações e despertar meus ardores!
477. Certa noite, sonhei que morri. E que um anjo desceu até mim. E estendeu-me sua mão protetora. E enlaçou-me em seus véus. E levou-me à presença de Deus...
478. Com o passar dos anos, mudam as atitudes, os conceitos, os valores. E enquanto as afeições se cristalizam, o coração amolece e a serenidade se espalha, por todos os recantos do corpo e do espírito...

479. Esgotou-se um tempo prolongado, até o coração descobrir a atmosfera serena da alegria, da terra fresca, das águas límpidas, do amor cálido e verdadeiro, da simbiose que inebria e transfigura...
480. Enquanto eu presenciava, sobre as ondas inquietas, os lascivos soluços do mar, meu coração se encharcava de volúpia e palpitações...
481. Depois de incessantes buscas, desde as estrelas fagueiras até os pântanos irados, descobri, finalmente, onde reside a felicidade, essa trambiqueira danada, que a vida guardou, para só agora me apresentar...
482. Creio que os mortos serão felizes, se tiverem semeado, pelos jardins da Terra, a concórdia e a generosidade.
483. Além de ter mãos e pés, cabelos e penugens, por que será que os humanos não foram dotados também de ramos e flores?
484. Nunca te afastes do perdão e da reconciliação, que são eles os nossos mais eficazes tranquilizantes.
485. De tão bárbaros que são os furacões, até seu olho cega, até seu ventre queima...
486. Vejo-me agora uma quimera esvoaçante, a procurar, na quermesse do jardim, o cravo belo como um rei no trono, o aroma doce desse teu jasmim...
487. A incandescência da saudade, sobre os vergéis da meninice morta, queima também aquela alacridade, que outrora se exibia em minha porta...
488. Canta de novo, meu velho campanário, aquele hino de fé e de louvor, na voz festiva do sino perdulário, enchendo as almas de sons e de fervor...
489. Não serei mais a rosa aveludada, em seu porte esbelto e sedutor! Quero ser a violeta rejeitada, guardiã da humildade e do pudor!
490. Não é necessário ser filósofo, para filosofar; como não precisa ser chama, para iluminar...
491. Que importância terá a sombra projetada no muro? - A mesma que o reflexo lunar sobre as águas do lago?
492. Muitos sábios da História foram incompreendidos e defenestrados... Será a inveja um subproduto do conhecimento?

493. Considero o pecado como a face mais sombria da humanidade, a despeito de todas as chamas que o incandescem!
494. Amainar o tempo, esfarelar as mágoas, retesar o arco: eis como se quebra a monotonia das horas longas, que a noite insiste em espichar...
495. Quando abro a janela, a fim de absorver os eflúvios da manhã, meu corpo denso, da noite aveludada, cavalga sobre as ondas da bonança, como um barco de papel que se põe a navegar...
496. A fé não apenas remove montanhas. Ela também abate as tempestades, renova a água das cacimbas, detém o curso das lágrimas, abastece as tulhas do sorriso.
497. Contra os males da desventura, há um antídoto deveras eficaz: o sorriso brando e envolvente.
498. Os bons propósitos agem como sentinelas, na defesa das nossas fragilidades.
499. A verdade se mostra a mim, como a dama da beleza sem disfarces.
500. Depois de muito escorregar e muito cavoucar, contratei como parceiros o sorriso e a tolerância.
501. Os heróis e os santos, os artistas e os sábios, os indulgentes e os mansos, a despeito de seus detratores, continuarão sendo os paladinos da paz...
502. Ainda há quem se atreve a negociar prazeres falaciosos, que, ao cabo da empreitada, não se prestam nem para o jantar dos porcos...
503. Quando o indivíduo foi talhado para o bem e a compostura, nem o mais ardiloso dos velhacos consegue fazê-lo capitular.
504. Quem de nós não gostaria de descobrir uma quitanda, onde se possa comprar prazeres, sorrisos, amores e fortuna?
505. Ler o íntimo das pessoas, vasculhar seus segredos e interpretar suas idiossincrasias: eis a única tática segura de conhecê-las por inteiro.
506. Túmidas de ardor e riso, minhas emoções vêm e vão, sobem e descem, cantam e gargalham, como fazem os palhaços no pica-deiro do circo.

507. Há situações em que as palavras nos chegam até a boca, e ali se arrependem da investida, voltando, abruptamente, à rocha dos segredos encravados.
508. Em meio à névoa de uma noite mal dormida, ela juntava suas lembranças, refletia acerca das forças ocultas, orava ao Senhor pela proteção de seus entes queridos. - Era esse o ofício que mais a seduzia.
509. Escarvei a areia, escarvei o barro, e até a poeira dos caminhos. Só não consegui amainar a correnteza, em que o rio da vida me jogou...
510. Se eu for agraciada com a simpatia de Deus, far-lhe-ei um único pedido: Transformar o paraíso num oásis, matizado e refrescante, onde o sorriso reine permanente...
511. Amo a noite, por sua maestria em cobrir-me de estrelas; e pela Lua indiscreta, que me afaga os seios, sutil e doce, sob o olhar dos anjos!
512. As lágrimas do orvalho! – Haverá linfa mais pura e refrescante, a oferecer-se, no estertor da madrugada, numa bandeja de círios e cantorias?
513. De vez em quando, o Senhor Deus deixa cair das alturas, sobre a terra nossa, um punhado de luzes pulsantes. E o faz, para que não esqueçamos que é Ele o dono, tanto do céu como da luz!
514. No dia do encontro, cara a cara, com a senhora Morte, onde haveremos de engavetar nossos sonhos, desejos, amores, lembranças e paixões? – Urge prepararmos, para eles (e elas), um compartimento privativo, em que possam rememorar, entre os rodamosinhos da eternidade, os lances da vida que zarpou!
515. Tanto na euforia como no ostracismo, somos os gestores das nossas decisões.
516. A despeito de todas as crenças, há no universo uma falácia, acerca do bem vitorioso e do mal perdedor, a ponto de tornar-nos céticos e inseguros, ante o cortejo de tanta canalhice, de tanta hipocrisia.
517. Adorno dos corações benevolentes, as virtudes espalham seus dotes, a fim de oferecer ao Senhor suas ladainhas, seus círios, suas genuflexões.

518. Deus deve estar deveras satisfeito, com os corações que se dedicam a amolecer as pedras, a tingir de azul as ervas daninhas, e a semear a paz nos mais belicosos rincões...
519. Não penso na morte, para que também ela não pense em mim...
520. Todos nós somos convivas do banquete divino. Mas há os que preferem sentar-se à mesa de Belzebu!
521. Aprendi, em décadas de observação, que o sorriso sincero vale mais que uma joia rara.
522. O que nos falta, para a conquista plena, é colocar-nos diante do infinito, com os poros abertos, a vontade flexível, a iluminação perfeita. Eis a mágica da redenção e da plenitude!
523. Minhas reflexões convenceram-me de que a alma é um véu delicado, que nos circunda a vida. Negligenciá-la é abrir as portas ao desastre irreparável.
524. Cada ente humano pode ser reconhecido como a obra-prima de sua própria evolução.
525. Precisamos manter-nos nos caminhos da luz, se quisermos atrair, para nós e os demais, a afeição, a simpatia, a saúde, a vitória.
526. Nossa frequência pessoal deve estar em sintonia, com a frequência do Universo. Só assim nossos censores captarão suas vibrações, harmonizando-se com ele...
527. Tanto o bem como o mal-estar sofrem influência do pensamento, pois é ele que direciona as decisões e atitudes que nos movem.
528. Voar além das estrelas é tão perigoso quanto afundar-se nas ondas do mar...
529. Avaliar as metas, rever o percurso, otimizar os resultados: eis o *feedback*, sempre adequado e necessário.
530. Só conseguiremos florescer e frutificar, se escolhermos as sementes propícias a uma boa safra.
531. O êxito requer, acima de tudo, visualização do empreendimento, como algo possível e concreto. É assim que o sonho se transforma em realidade.
532. Convença-se em definitivo: Você só atrai aquilo que ama, admira seleciona e protege.

533. Só alcançaremos a plenitude do afeto, do entusiasmo e do bem-querer, se tivermos algo de bom a repartir, com os carentes, os deserdados, os infelizes.
534. Tenho comigo que a falta de amor próprio bloqueia nossas aptidões, diluindo sonhos e conquistas.
535. Os sensores, que comandam o cérebro, são igualmente os timoneiros, tanto das nossas venturas como das nossas desventuras.
536. Atitudes descontroladas criam reações descontroladas. Atitudes saudáveis geram reações saudáveis.
537. Quando a desesperança começa a empurrar a porta, trate de despachá-la de imediato!
538. O que faço agora, no apogeu dos anos, é cantar meu hino de vitória, manter incandescente o meu legado, recitar os versos que gerei, agradecer a todos que me amaram, e registrar minha aventura pessoal...
539. O remédio eficaz, para os males da alma, não se obtém nas prateleiras das drogarias, e sim dentro de nós próprios – nos pensamentos, nos sentimentos, nas decisões...
540. Somos quebradiços como os vidros. Entretanto, podemos ser também incólumes como os obeliscos...
541. Ponha em ordem os pensamentos, as emoções, os desejos, os projetos, as fantasias. O cérebro se encarregará de fazer a leitura produtiva, de cada um desses componentes vitais.
542. Só haveremos de florescer, quando escolhermos as sementes adequadas a uma boa safra.
543. A literatura foi um sopro celestial, que me abrandou o deserto e revestiu de veludo as escadarias do pensamento.
544. Se os maus soubessem quão gratificante é a *bondade*, sairiam correndo à procura dessa joia, tão rara, quanto valiosa e fecunda.
545. O mais vigoroso ensinamento, que a jornada terrena nos propicia, todo dia e toda noite, consiste na descoberta das nossas riquezas interiores.
546. Devemos vigiar o planeta e as constelações: - o sol e as nuvens, as fontes e os rios, a brisa e o orvalho, a terra e o mar; - com o mesmo desvelo que dedicamos aos nossos entes queridos.



547. Precisamos redescobrir o valor do silêncio! Pois sua presença age como um bálsamo, entre os rumores do cotidiano, que nos ressecam, estiolam, desertificam!
548. Para que o nosso passeio pela Terra seja deveras asseado e fecundo, é indispensável a higienização dos desejos e conceitos, das reflexões e atitudes, sob pena de sermos barrados, à porta dos futuros esplendores.
549. A existência promissora e alvissareira só ocorre no equilíbrio, na lucidez, na auto-preservação.
550. A poluição não deteriora apenas as matas, os rios, os gramados e os jardins. Ela afeta também o cérebro humano, quando se deixa atulhar de preconceitos e perturbações...
551. Por que será que o badalo do tempo emudeceu, ao presenciar a caravana dos anos passando, com a pressa de um foguete?
552. Nada há que se compare à excelência do olho humano!
553. No dia em que acenderes o fulgor dos teus olhos, todos te verão luzir! Minha fome não é de pão, mas de alegria e empolgação!
554. Nada nos humilha mais do que os nossos desacertos...
555. Descobri que o passaporte para um destino sem complicações, arejado e exultante, tem de comprovar, sobretudo, a capacidade de ouvir e de mudar conceitos.
556. Escrever é como despir-se, libertar-se, ficar nu (nua) diante do espelho, escancarando até os cacoetes de estimação.





Projeto
Passo Fundo
Apoio à cultura

Catálogo do Projeto Passo Fundo
www.projetopassofundo.com.br



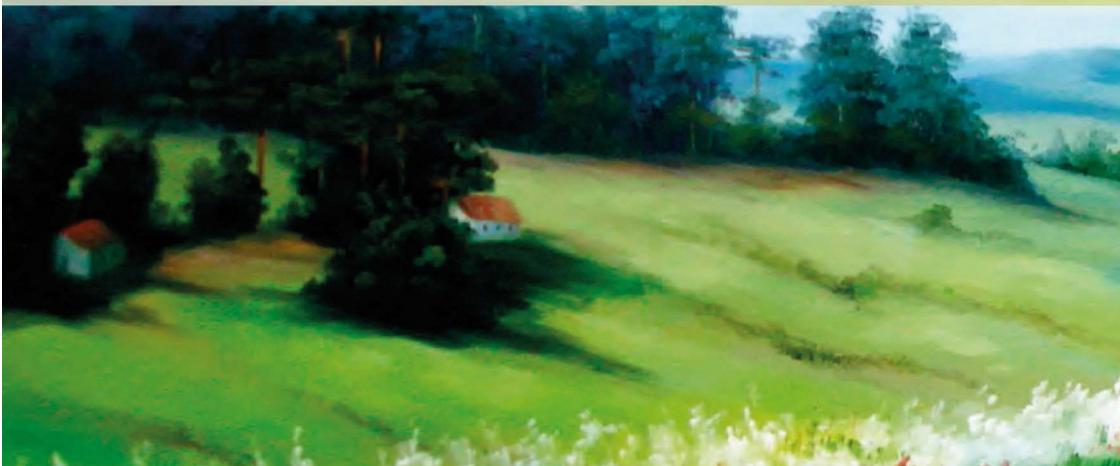
Helena Rotta de Camargo, que nasceu em Espumoso, RS, fez da Capital do Planalto sua terra de adoção. Graduou-se pela Universidade de Passo Fundo, tendo concluído os cursos de Bacharelado e de Licenciatura em Letras Anglo-Germânicas. Por fim, completou sua formação profissional, obtendo o grau de especialista em Língua Portuguesa, em Administração Escolar e em Planejamento Educacional. Atuou como professora do ensino fundamental e médio, em diversas escolas do Estado. E, após sua aposentadoria no magistério, ingressou, por concurso público, no tribunal Regional do Trabalho, em Porto Alegre, no cargo de Técnico Judiciário, onde também se aposentou.

Como poeta, cronista e produtora de textos, colabora com artigos na imprensa local e regional, tendo sido redatora do jornal Folha Espumosenense. Membro da Academia Passo-Fundense de Letras, onde tem como Patrono o poeta gaúcho Mário Quintana.

Começou a editar seus livros em 1985, e conta hoje com obras publicadas impressas e em E-book. Sua participação em concursos literários, antologias, anuários de escritores, artigos na imprensa e publicações avulsas tem suscitado grande interesse por parte dos leitores. É colaboradora do Projeto Passo Fundo.

Estes textos nada têm de doutrinário. São apenas reflexões recolhidas pelos caminhos da existência, fossem eles radiantes de claridade ou crispados pela escuridão.

Seu mérito consiste em retratar o pensar e o sentir, de quem aprendeu a neutralizar as investidas do infortúnio, a fim de estar de bem com a vida.



Portal
Domínio Público
Biblioteca digital desenvolvida em software livre



Projeto
Passo Fundo
Apoio à cultura

ISBN 978-856499762-2

