

The background features a watercolor illustration of a winding river in shades of blue and white, flowing from the bottom left towards the top right. In the upper right corner, a large, pale sun or moon is visible, with several small black birds flying in a line towards it. On the left side, there are delicate watercolor drawings of leafy branches. The overall style is soft and artistic.

Percursos *da* Alma

poemas e prosa poética

Lay Barreto

*memórias
silêncio
verdade
esperança
movimento
aprendizado
essência*

“ Liberdade é pouco. O que eu desejo ainda não tem nome. ”

Clarice Lispector

© 2026 Lay Barreto. Todos os direitos reservados.

Esta obra é distribuída em formato digital e não pode ser reproduzida, copiada ou revendida sem autorização do autor.

Prefácio

A vida é uma escola cheia de fases e nem sempre temos os livros adequados em cada uma delas. É um vasto mundo de incertezas e suposições, mas creio que deve ser, o tempo todo, um processo de aprendizado.

Escrever nossos sentimentos, em qualquer tipologia textual, requer, antes de tudo, um estado de serenidade, no qual, certamente, as ideias surgem de forma mais fluida e verdadeira. Para quem se propuser a ler, haverá interpretações diversas, de acordo com as experiências e conhecimentos adquiridos ao longo da vida.

Este livro é o resultado de algumas crônicas poéticas escritas há algum tempo e que estavam esperando o momento certo para serem compartilhadas. Ele tem um diferencial em relação aos outros três livros publicados, pois mescla poemas, crônicas poéticas e microcontos.

Espero que a leitura seja prazerosa e que possa ser compartilhado, caso considerem que faça sentido.

Agradeço a Deus por me permitir chegar ao final de mais uma obra, feita com muito carinho, e a todos que continuam me incentivando a seguir nesse processo de escrita.

Sumário

A Literatura como Superação	7
Dançando a Vida	10
Rastros	12
Folha ao Acaso	14
Ponto-chave	15
Impossível Silenciar	16
Oceânico	18
Onde Está Você?	19
O que Será a Verdade?	20
Diagnóstico	21
Atire uma Pedra!	22
Que Pena...	24
Inexplicável	25
Sutilezas	27
Movimentos da Alma	28
O que Queres Tu, Esperança?	30
Despedida	31
Apenas uma Criança	32
Onde Gatos Não Miam	33

Sumário

Medo!	34
Gratidão	35
Sabático	36
CEP da Felicidade	37
Divagações	38
Catacreseando	40
Finitudes	41
Maravilhosa Aurora!	42
Parábola	44
Pai	46
Claustrofobia	47
Degustação de Memórias	48
Urgências Varonis	50
Estilhaços	51
Subdesenvolvidos	52
Vibrações	54
Um Brinde à Vida!	56

A Literatura como Superação

Literatura é palavra e arte,
realidade e imaginação;
é caminho, porta aberta
à criação e à construção.

Em qualquer gênero que habite,
a Literatura cumpre sua missão:
educa, reflete, amplia saberes
e faz transbordar emoções.

Através da história do mundo
sempre deixou sua marca:
contextualizou, divertiu,
ensinou, alertou e transformou.

A Literatura tem seu poder
e pode viajar por todo lugar;
muitas vezes, seu livre acesso
desafia quem deseja subjugar.

Seja na forma oral ou escrita,
a literatura é movimento e ponte;
estratégia, ferramenta social,
crítica, psicológica — é vida.

Ao longo da história,
o ser humano serviu-se da literatura
para compreender o mundo,
seus caminhos e seus eventos.

Assim, a Literatura foi aprendizado,
espelho da realidade,
válvula de escape da alma,
diversão e expansão da mente.

Dessa forma, a Literatura
traz para nossas vidas
riquezas que jamais
poderiam ser ignoradas.

Realidade e imaginação,
muitas vezes, se entrelaçam;
e é nesses instantes
que a intuição floresce.

Na vida, transportamos tudo isso
para nossa própria história:
quantas vezes encontramos
na literatura um caminho de cura?

Vejo-me, então, em meus desertos,
vivências áridas e duras;

e a literatura foi bálsamo,
libertando-me das agruras.

Vivenciei momentos difíceis:
remédios e procedimentos
não trouxeram alívio nem descanso...
então, a escrita tornou-se meu abrigo.

Escrever poemas, guardar diários
foi refrigério e desabafo,
libertação de sentimentos
silenciosos e angustiados.

Mesmo em meio aos tratamentos,
refugiei-me na escrita e na leitura
e não sucumbi ao desespero:
escrever também foi parte da cura.

Observando o passado
e vivendo o presente, compreendo:
a Literatura transforma realidades,
sonhos e vidas.

Sei que ela sempre esteve
presente em minha jornada;
escrever sempre foi necessidade
e sinônimo de vida na minha estrada.

Dançando a Vida

A vida é fluidez,
sopro,
nuvem em movimento,
carregada ou leve.
Tão rápida
que nem percebemos
quando passa.

E vamos tomando novos ares,
outros horizontes,
caminhos que nunca imaginamos.
E as tantas perguntas,
que já não fazem sentido,
se vão...

Como uma Maria Fumaça,
olhamos com nostalgia
e alegria
o que vivenciamos.
Sentimentos mistos,
onde tudo coube,
mesmo sem tanta consciência.

Se sobraram vazios,
outros transbordaram.

O pouco se expandiu,
o muito se ajustou.

Vida que chega,
fica
e vai embora...

Então que seja possível
passar por ela
dançando
conforme sua potência,
vontade e sabedoria,
Entendendo
que nem tudo serão flores
e que os espinhos
são alertas essenciais
para se fazer
uma jornada
um pouco...
um tanto...
ou muito especial!

Rastros

Passei hibernando a vida
Como quem acredita
Na infinitude do tempo

Suportei pesos desnecessários
Imaginando encontrar
Alguém que me segurasse
Quando cansada
Não pudesse mais suportar

Virei cascata abundante
De pensamentos
Imaginações
Ilusões

Fui entrega todo o tempo
Até esvair a última gota
De sensatez

Ninguém calçou meus sapatos
Acabei perdendo o prumo
Jorrando frieza pela pele
Numa luta comigo mesma

Agora sou caminho

Um rio que só prossegue
Talvez ainda insensível
Sabendo que quem passar
Por onde atravessai
Certamente irá sentir
Tudo que vivi

Porque esse rastro é infalível
Cheiro de terra molhada
É sintoma
Vestígio incontestável
De quem fez morada...

Folha ao Acaso

Retiro de mim um mito
e ressuscito.

Viro folha ao acaso;
o sol bate-me,
a chuva molha-me,
não sinto.

Sou tempo perdido,
desejo esquecido,
e sofro.

O tempo passa
sem que a consciência perceba.

Volta,
sonhadora surpresa.

Quer ficar,
e eu deixo.

Esquece o passado
e eu vivo.

Ponto-chave

Escrevo para libertar
Medos, angústias, sombras;
Desprendo meu “eu”
Que precisa fluir, transbordar
Na realidade e na imaginação.
Escrevo em busca de refúgio, conforto nas horas difíceis;
Para não enlouquecer diante
Do que não posso mudar
E acaba pesando demais...
Mas escrevo, também, para compartilhar “Felicidades...”
Escrevo para sair do quarto escuro, para enxergar luz
Quando, muitas vezes, não consigo vislumbrá-la.
Sei que preciso limpar os cantinhos de poeira
Que finjo não existirem.
Sei que necessito ir cada vez mais profundamente para
dentro:
Por isso, escrevo.
Escrever é âncora no meu existir;
É extravasamento do que dói,
Daquilo que não cabe em mim.
Escrevo porque acredito
Que o que está no papel tem vida!
E é escrevendo que sigo
Abrindo portas
Sem fechar as janelas...
Esse é o meu ponto-chave!

Impossível Silenciar

Se tu te dizes “homem”,
venceste milhões
e sobreviveste.

Acolhido num ventre foste,
provavelmente amado,
com cuidado, esperado...

Nove meses de abrigo,
depois recebido
nos braços, no peito...

Talvez tenha havido
festas ou não...

Mas sei que foi uma mulher
a protagonista da cena:
tu chegaste ao mundo!

A vida pode ter sido hostil
ou ter te dado tanto
a ponto de te tornar vil.
Não sei...

Afinal de contas, independe
teu status, performance,
relações sociais;

Nada te diferencia
se não tiveres caráter,
equilíbrio emocional,
humanidade
ou, quem dirá, sanidade.

Justifica rejeição,
baixa autoestima
ou um gatilho de trauma?

Estamos exaustas,
cientes das leis dos homens,
ignoradas, fracas, falhas...

Muitas silenciadas,
mas precisamos resistir,
falar, esgotar as possibilidades
de mostrar o valor da vida.

Toda mulher nasce livre!
E viver é o maior bem
que se tem.

Então guarda esta frase:
“Se não fosse uma MULHER,
tu não estarias aqui.”

Oceânico

Sinto-me perdida
no oceano do silêncio,
onde mantenho minha marca.

Venho do desconhecido,
de onde todos vieram,
sem lugares definidos.

Sinto-me perdida
no oceano da incerteza,
onde deságua e transbordo.

E vou renascer,
talvez cedo, longe de tudo,
num deserto humano.

Onde Está Você?

Procuro você...

Você que me pertence
desde que nasceu
para me querer.

Você que me testa,
me despreza
e protesta
sem me conhecer.

Você, no anonimato,
me dá vida sem perceber,
me ama e me chama
mesmo sem saber por quê.

Procuro você...

Eu, que te pertencço
além do eterno,
também te testo e protesto.

Te procuro,
te amo e te chamo.

Diga-me:
onde está você?

O que Será a Verdade?

O que sempre
te pareceu ser,
pode não ser.
Quanto de verdade existe
na tua imaginação?
E quanto de certeza
é real
sobre qualquer coisa?
O que está por trás
de cada convicção
é o que de fato importa.
A verdade é volúvel,
escorrega entre os dedos
como água.
Ela não se submete,
é livre.
Move-se sem pedir licença...
Ontem foi,
hoje já não é mais.
Tentar segurar a verdade
é como prender o vento
numa mão fechada.
A inconstância
é para os sábios
que aprenderam
a girar com o mundo.

Diagnóstico

Quero estar só,
não por egoísmo.
Quero estar só
para aprender comigo.
Com os outros, às vezes,
é vício,
distração de mim mesma.
Preciso recolher
os pedaços que espalhei,
juntar o bastante de mim
e aprender a amar-me.
Quero estar só.
E isso não é escolha,
é a única solução.

Atire uma Pedra!

Se você nunca pensou mal de alguém
E depois descobriu que estava
Totalmente enganado...

Se nunca acusou e foi cruel
Com alguém
(Mesmo em pensamentos)
E surpreendeu-se,
Em pouco tempo, descobrindo
Que a verdade não era
A que você imaginava...

Se você quis pedir perdão,
Mas a coragem não deixou...

Se deixou de ajudar
A quem lhe procurou
E se arrependeu depois...

Se, ao colocar a cabeça no travesseiro,
Sentiu tristeza por ter negado
Suas crenças e valores
Por medo de julgamentos...

Se foi fiel

Aos seus sentimentos,
Não se boicotando,
E foi traído sem dó nenhuma...

Se... Se... Se...

Quaisquer que sejam os “ses”,
Não atire a primeira pedra
E nem a última...

Que Pena...

Que pena esse gosto
tão puro de afeição.
Eu poderia sentir
toda a força de uma paixão.

Que pena essa ausência,
essa falta de desejo,
essa simples vontade
de sorrir quando te vejo.

Que pena eu não sentir
o que você sente por mim,
mas há verdades que precisam
ser ditas assim.

Não quero te ferir
nem alimentar ilusão,
não posso te oferecer
o que não nasce do coração.

Que pena... não fique triste,
não quero causar dor.
Quero apenas lhe dizer
que amizade também é amor.

Inexplicável

O Amor vive infinitas identidades,
possibilidades, incredulidades,
em momentos intensos, transbordantes.

Traduz dores e alegrias
da existência humana.
Ninguém sabe como surge ou desaparece.

Não há mapa, rota ou destino seguro
para conduzi-lo a uma zona de conforto.

Amores platônicos, ilusórios, reais,
camuflados em amizades de diferentes cores,
sorrisos extravagantes, alegrias imensuráveis.

Quem explicaria a cumplicidade
e a vibração energética desses amores sutis?

Amor...
que leva ao céu, às sombras
e deixa você nu.
Não pede passagem: apenas chega.

E quando encontra outra alma acolhedora,
eleva, transforma,

faz do encontro uma versão mais inteira de si.

Energia fluida,
seres em sintonia,
onde nada precisa ser dito
para ser verdade.

Não há forma para o amor.
Ele cabe no tamanho que quiser.
Tudo o que dele dizemos
são apenas tentativas.

O que resta é o que o corpo e a alma sentem
de coração aberto.
Inexplicável em palavras.

O amor, por si,
reflete a imensidão do querer bem
que habita, de algum modo,
em cada um de nós.

Sutilezas

Ando em corda-bamba
o tempo todo.

Ninguém vê.
Ninguém sente.

Equilíbrio silêncios
sobre abismos.

E vivo...

Movimentos da Alma

Às vezes,
Fico olhando o horizonte
E me perco em nuvens em movimento,
Em voos de pássaros,
Na imensidão
De um céu azul.

Vejo tantas caricaturas,
Imagens que me parecem
Tão reais
Que custo a acreditar
Que é apenas
Meu imaginário
Dando vida a isso tudo...

E vivo dando asas
Às minhas interpretações:
Surreais, inexplicáveis,
Cheias de histórias,
Memórias, inconsciências.

Alguém pode dizer
Que é loucura,
Viagens que fazemos
Num pensamento

Complexo de entender.

Eu digo que é a conexão
Perfeita de mente e coração
Intuída por uma alma inquieta.

O que Queres Tu, Esperança?

O que fazer com o pouco de ti
que ainda resta?
Perder-me contigo no pôr do sol,
na imensidão do horizonte,
no indefinível?
Deixar-te à mercê da correnteza de um rio
ou embalar-te nas ondas do mar?
És o fundo e o ápice da minha vida.
Se balançam meus alicerces,
mergulho nessa agonia
e tu continuas a me nutrir.
Minha fragilidade é tua força,
teu magnetismo, mistério.
Sejas eterna comigo!
Vive e alimenta-nos o tanto que puderes,
até chegar o dia
em que não possamos mais resistir...

Despedida

- Hoje, eu só queria te agradecer.
- E eu a você.
- Você me ensinou o verdadeiro valor da vida e das coisas simples. Nunca vou esquecer isso.
- Nem eu vou esquecer de você.

Um silêncio pairou no ar por instantes. Corações apertados.

- Tenho tanta coisa para te contar...
- Então me conta depois. Estou atrasado.
- Tudo bem. Conversamos à noite. Te amo.
- Eu também te amo muito.

E o “até mais tarde” se tornou o “nunca mais”.

Apenas uma Criança

Eu gosto de ser criança,
de brincar e imaginar,
mesmo que, às vezes,
eu pareça grande demais.
Mas ainda sou criança.
Tenho sentimentos,
fico feliz,
fico triste,
às vezes até confuso...
E tudo bem ser assim.
Nem sempre consigo entender
por que esperam tanto de mim.
Ainda estou aprendendo
a crescer devagarinho.
Criança precisa de carinho,
de abraço, de cuidado,
de alguém que escute com calma.
Precisa correr, sorrir,
inventar histórias
e viver momentos leves.
A vida vai ensinando aos poucos,
e cada dia, eu descubro algo novo.
Então, eu só peço uma coisa:
deixa eu ser criança
enquanto meu coração ainda sabe brincar.

Onde Gatos Não Miam

Cães ladram,
mas ouço uivos...
Não são lobos.
São disfarces:
canídeos de guarda
sobre um espaço onde gatos
não podem miar.

Medo!

Paralisa,
Asfixia
devagar,
sem fazer barulho.

Aprisiona,
entorpece
e ensurdece a alma.

Corrói lentamente,
E agiganta-se
dentro do peito.

Destrói,
arrebata,
dói.

E depois,
ocupa o silêncio...

Gratidão

Enxerga

Alegra

Liberta

Vivencia

Confia

Doa

Desarma

Constrói

Evolui

Transmuta

e vive...

Sabático

Minha inspiração caiu de uma nuvem
soprada pelo vento,
atravessando o tempo.
Depois foi para um deserto,
sem ver ou ouvir ninguém,
sem tropeços ou promessas,
sem risos ou lágrimas.
Voou... mas desta vez
rolou rio abaixo,
sem sucumbir às pedras do caminho
até perder-se
nesta caixinha ultrasensível
que ainda sobrevive:
meu coração.

CEP da Felicidade

- Sem nome,
Sem número:
Como encontrar?
- Escuta teu coração.

Divagações

Estamos sempre nos surpreendendo...
Mas nem sempre pelas pessoas.
São as expectativas
que nos atravessam primeiro.
Criamos jardins
em terrenos que nunca tiveram raízes.
E depois perguntamos ao vento
por que tudo secou.
Não espere tanto:
há lobos escondidos
na delicadeza dos gestos,
e há silêncios
que sabem ferir mais que gritos.
Esteja inteiro.
Você não nasceu
para ser metade,
nem abrigo temporário
para almas distraídas.
Respeite sua essência,
mesmo que incomode,
mesmo que o mundo torça o rosto
para a sua verdade.
Agradar a todos
é um cárcere invisível.
Aqueles que forem reais...

ah, esses ficarão.
Ou talvez não.
Porque até o amor, às vezes,
expira...
Julgamentos?
Deixe-os cair como chuva
sobre telhados vazios.
E não transforme
a sua alma em um tribunal,
pois já bastam outros pesos.
Evite julgar caminhos alheios...
A vida gira — e como gira!
Hoje, você observa de longe;
amanhã pode estar
no centro do furacão...
Viver é caminhar
sobre pontes de incerteza,
coleccionando perdas, milagres,
ausências e pequenos recomeços.
E talvez, no fim,
a maior verdade da vida
seja aceitar
que nunca tivemos certeza de nada.
Ainda assim... seguimos!

Catacreseando

A raiz do problema não estava no coração da cidade. Aconteceu que o fio da navalha não conseguiu passar pelo olho da agulha e acabou desembocando na boca do túnel. Esse foi o centro da questão.

Finitudes

Há mortes em vida que vão embora tão imperceptivelmente que, muitas vezes, não nos damos conta: rejeições, descasos, falta de respeito, presença ausente, decepções, mágoas que foram adoecendo e, em determinado momento, percebemos que aquelas dores foram pedaços de vida.

Morte em vida... quando a realidade é tão clara que ficamos apenas com o que sobrou — um tantinho ao qual acabamos nos acostumando.

Às vezes, pego-me entre esses lugares vazios, com a certeza de que quem sempre estive e continua ocupando um lugar é aquilo que conseguiu sobreviver...

Maravilhosa Aurora!

Fecho os olhos, procuro em vão dormir, voar... O sono não chega. Sinto-me leve e ouço um murmúrio ao longe, como um assobio. Parece o choro da madrugada quando o dia desponta.

Sinto meus olhos pesados e, em meio à escuridão do ambiente, descubro uma porta entreaberta.

Corro ao seu encontro e a abro por completo.

Que visão!

Fico extasiada diante de tudo o que presencio. Há uma lua gigantesca reluzindo no coração desta imensidão de estrelas alegres a bailar. Tudo aqui transcende o maior espetáculo já visto por meus olhos.

Existe uma estrela maior... e ela sorri para mim.

Sorri?

Será tudo isso um sonho?

Que perfume de flores no ar! Uma música suave e envolvente invade este espaço. Estou embriagada de paz, enquanto meu coração palpita desvairado.

Medo e alegria confundem-se dentro de mim e o ambiente de festa embaralha meus sentimentos.

Não sei se corro. Não sei se fico.

Não tenho tempo para decidir, pois a estrela maior toma-me nos braços e rodopiamos numa dança mágica.

Ela sorri novamente, surpresa diante da minha mudez e do meu êxtase, como se estivesse habituada a receber almas encantadas.

Parece um sonho...

Esfrego os olhos na tentativa de descobrir se realmente estou sonhando. As visões se embarçam e, aos poucos, tudo vai se confundindo: lua, estrelas, música, perfume de flores...

Esse espaço mágico vai ficando distante, distante... até dar lugar novamente à escuridão.

Tento falar. Abro a boca, porém apenas um eco surdo me responde.

Ao longe, escuto algo.

Parece o toque de um telefone.

Não... é o despertador.

Agora, uma luz imensa toma conta deste novo ambiente.

É o sol, radiante e belo, despontando no infinito e consigo admirá-lo através da janela do meu quarto.

Parábola

A vida é assim. A gente corre, grita, vibra, estremece. Depois, um dia, para, sossega, emudece. Parece um soco no estômago, uma pancada acompanhada de um lamento. É duro!

A gente olha para o céu e ele parece o mesmo. O sol continua brilhando, as árvores balançam suas folhas, sorriem e caem. Tudo lá fora continua igual, mas quanta diferença existe aqui dentro...

É o sabor amargo da desilusão, da frustração. É o gosto da realidade, dos pés no chão. Os sonhos parecem cair por terra. O mundo já não parece o mundo. Parece o nada.

Tudo fica vazio, e a angústia marca, dói. E a gente se abandona...

Depois, poxa! há algo no ar: Outra pancada? Mais dor? Não. Não parece. É diferente.

Amansa. Acalenta. É a brisa no rosto, um carinho suave. Tenta consolar a gente, não quer ir embora e vai, pouco a pouco, sossegando, acarinhando. Adormece o corpo do cansaço fisicamente e mentalmente.

Então, começamos a esfriar, a enxergar, a perceber a imperfeição: a nossa, a de todos. E pensamos: eu erro, tu erras, mas Deus está aqui! Quando pensamos que tudo acabou, ele senta-se ao nosso lado em silêncio, sem explicações grandiosas. Apenas fica. E como é imprescindível! Há dias em que sobreviver já é coragem suficiente. Há noites em que o coração parece uma casa vazia ecoando memórias, mas

até nelas existe alguma fresta por onde a luz entra!

Mas o sonho acabou? Não. Não acabou.

É imprescindível sonhar. Sonhar é viver. Viver é aprender a ter capacidade de sonhar, de amar, de superar obstáculos. É preparação para dar conta do recado no futuro. É amadurecimento. É limpar a alma. É sentir.

E sentimento maior é você, Deus! É você que acalenta, que amansa, que sossega, que acarinha. É você que faz a gente enxergar os lados da vida.

E a gente só sobrevive porque você existe, porque segura a barra, não deixa a gente sucumbir, não deixa a gente desistir.

E, além de tudo, é carinhoso. Abraça a gente através da brisa que toca e deste sol maravilhoso que aquece.

Tosta, sol!

A vida é assim...

Pai

Você é o balançar de folhas
numa árvore,
É o sol quentinho
que não me deixa sentir frio.

É esse ar que, agora,
toca em meu rosto.
Você é meu abrigo,
meu melhor amigo.

É o campo puro e fresco,
esse gramado verdinho...
Você é carinho,
e caminho que tento seguir.

Você é essa nuvem companheira,
é o céu azul, o horizonte,
fonte de toda inspiração.

Você é a criança que sorri,
o jovem que sonha,
o velhinho que ama.

Você é o sorriso, o silêncio,
a paz e o amor.
É a natureza inteira...
Você, meu PAI!

Claustrofobia

Estou presa num minúsculo espaço, sentindo que ele diminui a cada momento que passa.

Não tenho como gritar; as paredes são à prova de som. Não vejo porta, janela, nenhuma saída.

A cada minuto que passa, aumenta a fobia que perpassa todo o meu corpo: suor, frio, medo...

A mente, já confusa, sente que o fim se aproxima.

O pior de todo esse tormento é que percebo, nitidamente, que as paredes vão se estreitando, a respiração acelerando, meu corpo se dobrando para caber ali...

Sinto um aperto físico e mental; percebo que vou desmaiar. A tontura e a visão embaçada mostram-me que não tenho mais como suportar.

Então, ouço um toque!

É o despertador dizendo para mim:

— Acorda, foi apenas um pesadelo...

Degustação de Memórias

Como pode uma sociedade viver seus dias baseando-se no sabor de sua própria gustação?

É assim que vivemos.

Cada fase de nossa existência possui um gosto equivalente ao tempo vivido. Quanto mais envelhecemos, mais apuramos os sabores da vida.

A infância tem um especial e duplo “cheiro e sabor”: puro mel.

São experiências adocicadas, nas quais tudo é novidade e, justamente por isso, a doçura reina em quase tudo o que nos rodeia. É como uma preparação para a fase seguinte, cheia de dúvidas, mudanças físicas, emocionais e estruturais em todos os aspectos.

A juventude traz esperança e, através da natureza — sol, ventos e chuvas —, surge o gosto metálico da vida. Há maior percepção dos sons e de toda a acústica que movimenta o ambiente, revelando uma liberdade de expressão na qual muitos acabam se encontrando.

A fase seguinte é a maturação.

Tudo aquilo que acreditávamos possuir — todas as respostas — dissolve-se. Nessa etapa, percebemos que apesar de tantos livros lidos, cursos feitos, caminhos percorridos e cabelos embranquecidos, ainda sabemos muito pouco.

Então descobrimos que o melhor cheiro não é o do troféu dourado, dos diplomas, dos aplausos ou das conquistas materiais alcançadas, muitas vezes, à custa de grandes sacrifícios.

Sim, tudo isso possui importância na jornada, mas o cheiro e o sabor mais apurados, mais gratificantes, estão em degustar um pão quentinho no sofá da sala, apreciando um silêncio capaz de aquietar o coração e nos mostrar como é simples ser feliz.

Urgências Varonis

Dão seu desfecho como lhes convém,
justificando sua honra, sua justiça pessoal e
egoica, para não “manchar” seu nome e sua
hombridade...

Podemos imaginar: um “não” mal trabalhado na
infância, um ser sem limites na vida, um desvio
de conduta ou sabe-se lá o porquê...

Um transtorno qualquer que passou
despercebido ou fingiu-se não perceber...

A verdade é que o coletivo está impregnado:
revolta, medo, tristeza, incapacidade de
soluções...

Viver diariamente ouvindo, lendo, sabendo de
tantos casos nos quais mudam-se apenas os
CPFs ultrapassou todos os limites!

Vidas ceifadas por pessoas que se acham donas
de outras... Até quando?

O que é preciso para que se dê um stop nessas
barbáries?

PERDEMOS A NOSSA LIBERDADE DE SER...

Estamos cada vez mais longe de sermos gente e
humanos.

Esse texto não cabe poesia.

Estilhaços

Corro os olhos pelo aposento, tentando te encontrar. Nenhum vestígio, nenhuma sombra de você.

Observo demoradamente cada centímetro da enorme sala e, de repente, vejo um botão. Pego-o do chão e constato que é da sua camisa. Ele se parece com você: quieto, passivo, frágil.

Fico olhando para ele entre meus dedos por alguns instantes.

Meus pensamentos voam para o passado. Vejo você correndo na praia. Lembro-me de todos os momentos vividos por nós, nos quais a alegria e a liberdade foram verdadeiras companheiras de jornada.

Aos poucos, porém, essas imagens vão sendo substituídas por outra cena: uma corrida desesperada, um carro, o barulho de metais e vidros estilhaçados. Depois, dor, revolta, lágrimas e, por fim, conformismo.

Volto ao presente. O botão continua ali comigo. Seguro-o com força, e uma lágrima cai sobre ele.

Então, a porta do quarto é empurrada devagarinho, e você aparece. Olha para mim com carinho e sorri, enquanto sigo lentamente em direção à sua cadeira de rodas.

Subdesenvolvidos

Sonhamos com um mundo diferente. Um mundo onde as pessoas sejam mais simples, mais sinceras, menos egoístas. Um mundo de homens mais compreensivos e empáticos. Um mundo em que se dê valor ao que realmente importa. Um mundo mais dialogado, menos agressivo.

Mas de que maneira contribuímos para isso?

Deixamos a vaidade predominar, o orgulho se acumular, e seguimos — dia após dia — presos aos mesmos preconceitos, à mesma necessidade de parecer melhores numa competição absurda com aqueles que estão à nossa volta.

Permanecemos no mesmo empenho de obter mais e sempre mais.

Assim, alimentamos nosso ego frustrado, mas o vazio permanece.

A vida passa sem que descubramos que o essencial permanece em nós subdesenvolvido, escondido atrás de máscaras alegres ou tristes. Não nos mostramos como realmente somos. Vamos nos disfarçando cada vez mais, como atores cansados do mesmo papel. Tentamos pertencer a uma maioria que já não sabe quem é — e talvez jamais recupere sua identidade.

O que queremos, na verdade, é sermos nós mesmos neste mundo estéril. Sermos vistos sem disfarces. Sermos amados. Amar sem medo da rejeição. Ser compreendidos, porque o que carregamos é uma dor silenciosa: a dor de um ego carente de afeto.

Enquanto ainda refletirmos sobre essas coisas, haverá tempo para mudança. Mas no dia em que tudo isso nos parecer inútil, quando nada mais tocar nossa consciência e nosso coração... então, realmente será uma pena.

Vibrações

Vibra...

Por toda a natureza

Que existe.

Vibra na calma,

Sem pressa.

Reenergiza-te no sol,

Nas gotas da chuva

Fina que cai vibrando

Vida.

Vibra na luz,

Não deixes que te

Ofusquem com sombras

Que por vezes chegam

Para te desestruturar.

Vibra nas fontes

Revigorantes do prazer,

Naquilo que te dá paz.

Vibra...

Sintoniza-te contigo,

Com teu sagrado.

Vibra nas canções

E nos movimentos

Que teu corpo consegue

Alcançar.

Vibra diante do outro
Na alegria do reencontro.
Vibra...
Na energia intuitiva,
No sentimento
Que palavras
não conseguem definir.
Vibra pelo cosmos,
Mundos afins.
Vibra e sai vibrando
Aonde quer que vás.
O bem vibra contigo.
Apenas vibra!

Um Brinde à Vida!

Quero o sol
A me envolver completamente,
Calor que busca
Um banho de cachoeira,
Numa trilha
Ou numa onda leve do mar.
Quero, mais do que nunca,
Tomar um banho de chuva
Desses que embaça a visão
E me deixa leve e solta.
Quero comer
Os pratos preferidos
Sem preocupação calórica,
Quero beber o melhor vinho
Degustando cada gole
Como se fosse a última vez...
Quero um parque de diversões:
Todos os brinquedos Possíveis.
Quero toda a coragem do mundo,
Os voos mais longos, os navios
De longa distância, os caminhos
Mais demorados...
Quero amar sem restrições
E ser amada na mesma medida,
Um amor que chega e que fica

Sem pedir licença e com liberdade de
permanecer
O tempo que for preciso.
Quero acordar com
O nascer do sol
E aproveitar as 25 horas
Que terei disponível.
Não quero a pressa
Para e em nada do mundo;
Quero os pedacinhos
Dos minutos, sorvete que desce
Devagar e dá sede...
Enfim, quero sentir a delícia
De cada momento,
Porque hoje: Tim-tim...
HOJE, ESTOU VIVA!



Sobre a autora

Aláide Barreto, professora, formada em Letras (Português, Inglês), Literatura e Artes (UEFS), Pós graduada em Técnicas de Ensino (Universo_RJ), escritora (quatro livros publicados).

Sua obra se caracteriza por forte presença de versos livres e estrutura fluida, sua escrita se constrói a partir de imagens sensoriais e reflexões subjetivas sobre a experiência humana.

Participou de várias coletâneas de autores contemporâneos e revistas literárias.

Atualmente, desenvolve uma poética em fase de consolidação, marcada pela busca de linguagem própria e expansão de presença em publicações coletivas.

@laybarretopoesias

“ Aprendi com as primaveras a deixar-me cortar e voltar sempre inteira.”

Cecília Meireles