

# ENTARDECER



**Maria Beatriz Sandoval Camargo**



“Fomos feitos:  
para lembrar e ser lembrados”  
Vinicius de Moraes

ENTARDECER,  
MOMENTO PARA  
SONHAR,  
LEMBRAR,  
REPLANEJAR...

A vida compara-se a uma viagem de trem, cheia de embarques  
e desembarques.

É, no entardecer, que lembramos todos que tomaram este  
trem...

Muitos deixam saudades eternas, enquanto outros, ao  
desocuparem seu assento, ninguém sequer perceberá.

Meu desejo é que faça esta viagem da melhor forma possível:  
relacionando-se com todos;

buscando, em cada um deles, o que tiver de melhor;  
reformulando pensamentos e atitudes, para que sua estadia,  
neste trem, seja tranqüila.

Carinhosamente,

Dezembro/2007

Ao inesquecível Toni,  
companheiro de jornada,  
sempre presente nas lembranças  
e na saudade.

Aos meus filhos, genro, nora e  
netos queridos.

À minha mãezinha, que me  
cobriu de amor.

Aos meus irmãos e familiares,  
que, sempre, me encorajaram.

À turminha da “Oficina”, Durva, Sonia  
e Violeta, que tanto me incentivaram.

À Carmen e Lourdes, amigas ternas  
e eternas.

A todos, que cruzaram os meus caminhos,  
mesclando alegrias, tristezas,  
coragem, apoio e amor, não só ao semear,  
como na colheita e na partilha.

E aos inúmeros amigos do coração, que me  
estenderam a mão, neste momento tão difícil  
da vida.

**ALGUMAS PALAVRAS**

Sou uma pessoa, que ama o que tem e tudo que faz.

Nasci, no dia de São Benedito, no meio de quermesses,  
congadas e alegria.

Tento, nos meus caminhos, espalhar afeto a todos, que me  
rodeiam.

Não sou escritora. Apenas gosto de rabiscar o que penso e o  
que sinto.



**ÍNDICE**

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| CANTIGA DE NATAL                  | 07 |
| PRIMEIRO DO ANO                   | 08 |
| ERVAS MILAGROSAS                  | 09 |
| DESENCONTROS                      | 10 |
| AQUELES OLHOS VERDES              | 11 |
| TUDO É POEIRA                     | 12 |
| MANDAMENTOS PARA SER FELIZ        | 13 |
| RELEMBRANDO                       | 14 |
| VEREDAS                           | 15 |
| FESTA DO SUPER-HERÓI              | 16 |
| O ENCONTRO                        | 18 |
| CALMA NA ALMA                     | 19 |
| PROMESSA                          | 20 |
| MALES DO CORAÇÃO                  | 21 |
| FUMAÇAS                           | 23 |
| A TERRA PROMETIDA                 | 24 |
| PRECES, NOVELAS E SOPAS CHEIROSAS | 26 |
| A BRUXINHA E SEUS PREGÕES         | 28 |
| INSPIRADO NA VELHA TOTONHA        | 29 |
| CARÊNCIA                          | 30 |
| ERVAS...CURAM                     | 32 |
| LUZ NO INFINITO                   | 33 |
| TORTA DE NESCAU                   | 34 |
| SAUDADE                           | 36 |
| PACOTE TURÍSTICO                  | 37 |
| UMA AVENTURA DO SÉC. XVI          | 38 |
| MINHA TERRA                       | 40 |
| HANS, O AVENTUREIRO SONHADOR      | 41 |
| UM MISSIONÁRIO DO SÉC. XXI        | 43 |
| O FORASTEIRO                      | 44 |
| SAUDOSAS MEMÓRIAS                 | 46 |
| TE TER, TATÁ                      | 48 |
| A BRISA, O MAR, AS LEMBRANÇAS     | 49 |
| NUMA TARDE DE VERÃO               | 50 |
| TRELIÇA SILENCIOSA                | 51 |

**CANTIGA DE NATAL**

Ouço os sinos de Belém  
Anunciam a vinda do Natal  
Em campos daqui e do além  
Trazendo a cor jamais igual

É um arco-íris de beleza  
Cheio, cheio de pureza  
Espalha, nos cantos, bondade  
Com tanta suavidade

São bênçãos cheias de luz  
E ao mundo conduz  
Caminhos cheios de flores  
Com formatos multicores

Pétalas descem do céu  
Jogadas de léu em léu  
Penetram no coração  
Desejando mais união

E por todo lado há bondade  
E com ela a caridade  
Manifestando a bonança  
Realizando a esperança

De um mundo bem melhor  
Com tanto carinho a dar  
Com ternura a transbordar



**PRIMEIRO DO ANO**

Projetos, tristezas,  
Solidão, frustrações...  
Perdida nos meus labirintos,  
Busco portas sem saídas.  
Memórias, saudades,  
Sonhos des-sonhados,  
Ilusões de vida,  
Construí andares frágeis.  
Caíram, pedregulhos pontudos.  
Continuar, caminhadas do dia-a-dia.  
Viver flagelada e desamor.  
Curvar-se sobre dores,  
Preencher vazios sem fim,  
Afastando pensamentos,  
Coisas insolúveis...  
Tentar, tentar esperando o término,  
O encontro, a paz, a alegria,  
O bem-estar almejado...





**ERVAS MILAGROSAS**

Lá vem o Seu Zé, com seu pangaré,  
Cantando e divulgando ervas milagrosas,  
Que, se não curam, não matam.

Tome erva-cidreira para insônia acabar.  
Camomila é digestiva e, sempre, alivia.  
Boldo, para o fígado e a dor atenuar.  
Hortelã é prazeroso e gostoso.

A novidade é o chá verde.  
Deixe pra lá barriga inchada,  
Pois dará uma acalmada.

Esqueça do preto café,  
Ele não dá pé.  
Além da azia, vicia,  
Tirando sono e sonhos.

Agora, um, gratificante.  
Muito procurado e pouco achado.  
Seu nome, darei num instante,  
Contando como foi encontrado

Percorri estradas sem fim,  
Pensando não só em mim.  
De repente, em noite estrelada,  
Meu pangaré deu uma parada.

Lá estavam muito floridas.  
Cintilantes e não caídas,  
Pequenas flores branquinhas,  
Bordando com suas pétalas,  
Das palavras a mais bela:  
“AMOR”, chá que apaga qualquer dor...

## **DESENCONTROS**

Um olhar  
Mãos que se tocam  
Coração a enlaçar

Flores, sonhos  
Encantos, no canto e nos cantos

Caminhos cruzados  
Nas encruzilhadas  
Um momento, um alento

Um olhar  
Sem tocar, sem falar  
Apenas calar  
Nada mais a dar

Caminhos cruzados  
Descruzados  
Desencontros, sem encontros

Sem rancor,  
Só dor



## **AQUELES OLHOS VERDES**

Tarde de verão...Chuviscos cobriam a calçada da avenida.

Pés apressados, trânsito, buzinas estridentes.

Sem dúvida, chegaria atrasado à entrevista do futuro emprego, tão almejado.

“Lá vem o ônibus. Superlotado. Que fazer?!? O caso é sentar na calçada e chorar...Mais uma oportunidade pelo ar.

Relaxe...relaxe, João! Aliás, o salário era baixo mesmo. Mal daria para pagar o aluguel do quartinho.

Epa! Será miragem! Que garota linda! Olhos esverdeados...Um corpunho do céu! Ah! Isto dá programa. Bem mais legal do que uma chatíssima e estressante entrevista. Vou convidá-la para comer um belo sanduíche, no Shopping.”

Eis que parou um carro, no meio da confusão do trânsito.

Agitada, a moça entrou rapidamente no veículo, deixando cair um botão de rosa que segurava.

E lá se foram os olhos verdes, o emprego...

Apenas, uma flor respingada, respingando no meio da multidão.



## **TUDO É POEIRA**

Acordei, espreguiçando-me, virando na cama de um lado para o outro.

Observava as paredes, as delicadas decorações do ambiente.

Visualizava, através das cortinas rendadas, o rio fluindo. Outrora, dava para os fundos de uma clínica.

Ao longe, as montanhas protegiam a aconchegante cidade mineira.

Após tantos anos, respirava, livre de compromissos familiares e profissionais.

Hoje, seria a realização do grande sonho: tocar na “Banda Sinfônica”, e, possibilidade futura, de pertencer a esse conjunto.

Será que valeria a pena continuar naquele ritmo? A quem, afinal, traria satisfação? Estaria ajudando aos que me rodeavam? Ou atrapalhando de seguirem seu próprio caminho?

Coragem, cabecinha de ilusões! Aproveite as oportunidades de momentos únicos. Saia de fininho desse conflito...Você se sentindo bem, tudo ficará florido...

Levante-se, arrume-se, pegue o seu instrumento e pé na estrada da vida. Não olhe para trás, tudo é poeira...O sol está à frente, brilhando e aquecendo o dia...



**MANDAMENTOS PARA SER FELIZ**

Perca a vergonha de dizer a verdade,  
de abaixar a cabeça,  
de não ser autêntica,  
de não agradar os outros,  
de olhar bem nos olhos e falar “não”.

Deixe de chutar tampinhas,  
de decepções,  
de mágoas,  
de tristezas,  
de coisas passadas,  
ultrapassadas  
e não realizadas...

Caia com classe...  
Levante-se, enxugue as lágrimas,  
Respire, relaxe e continue.

A estrada é longa,  
Sempre há caminhos,  
apesar dos becos sem saída.

Retorne, recomece,  
Tente, sonhe, não pare,  
Não fraqueje,  
Não se importe com os lados,  
arestas afiadas,  
cortando seus passos,  
enlaçando, em compasso,  
o almejado alcançado...

**RELEMBRANDO**

Não fui a criança sonhada:

perna quebrada,  
não descobri,  
não desafiei,  
não experimentei...

Longe dos pais,

outras pessoas,  
outros ambientes,  
outra vida...

Não fui a menina risonha:

com tranças e carinha triste,  
vivia pelos cantos, sem encantos.  
Lenta para correr, lenta para aprender...

Não fui a adolescente imaginada:

sem grandes paixões,  
sem grandes ilusões.

Atraíam-me os livros,

buscas solitárias, mundos criados.

Não fui a mulher ideal,

nem a mãe, que desejava:

Além do companheiro,

Queria harmonia,

Filhos unidos,

Crescendo no pessoal, no profissional.



**VEREDAS**

Viajante, viaje  
Veleje em verdes veredas  
Varre o vento  
Voe veloz  
Valse na várzea  
Venturoso vença  
Versátil verseje versos  
Versículos, verbetes  
Veraneie no verão da vida  
Sem vícios, mas viçoso  
Vibrando vigoroso  
Na virtude virtuosa



**FESTA DO SUPER-HERÓI**

Super-herói fez aniversário  
Com data marcada no calendário  
Queria comemorar  
E aos amigos abraçar

Pôs-se, então, a convidar  
Do reino do imaginar  
Todas, todas personagens  
Que vieram de muitas paragens

O lobo bom e a bruxa formosa  
O pirata honrado e a madrasta bondosa  
E a princesa rã que não era orgulhosa

Nada, nada de inimigos  
Apenas os hiperamigos  
Deixando de convidar  
Alguns hiperinimigos  
O príncipe feio, a fada malvada  
A Cinderela invejosa  
E os três porquinhos maldosos

Mas o infiel escudeiro  
Que não era verdadeiro  
Permitiu a entrada  
De toda essa cambada



Juntando com os inimigos  
Começou a conspirar  
Como a todos exterminar

Preparou uma limonada  
Que saiu bem caprichada  
Toda, toda envenenada  
Com toques da turma danada

Mas que coisa sem sentido  
Esqueceram que nosso herói  
A tudo dá sua provadinha  
Não deixando escapar nadinha

Assim o herói não morreu  
E nada aconteceu  
Descobriu o planejado  
E os inimigos abateu

Por ter bom paladar  
Fez o inimigo calar  
E só houve contentamento  
Na noite de encantamento



## O ENCONTRO

Cartas enviadas, cartas respondidas, fotos, descrição de hábitos, grau de instrução, lazeres, profissão, enfim, o esperado encontro para amizade e, quem sabe, o tal compromisso...Que não fosse breve, porém, para sempre pelo menos, o meu desejo, desencilhar e ter alguém para sustentar-me.

Lugar marcado, “Parque Trianon”, estranho, mas tudo bem! Horário, 15 h, cedo, não! Quem sabe o programa não se estenderia até de madrugada...

Arrumei-me, cinta daqui, aperto dali, para esconder as gordurinhas e caber no justinho, ficando parecida com a foto da modelo anoréxica, que lhe enviei.

Como achá-lo? Reconhecê-lo? Seria igualzinho ao retrato? Esbelto, mas segurava uma prancha, usando boné e óculos escuros, que lhe cobriam as feições.

Ah! disse-me que vestiria uma camiseta com os dizeres: “Nobody love me”. Que lindo!

Lá fui eu...Que susto! Vi um magrelinho, baixote, com a tal camiseta. Aproximei-me e ele, quase caiu, pondo a mão na boca para não escapar: “O quê? Você é que é minha musa!” “E você, meu surfista?”

Risos, gargalhadas... Ainda bem! Agora, tenho a certeza de que vou desencilhar...

“Meu nome é Floripes. E o seu?”

“Robson. Muito prazer. Desculpe-me as lorotas. Mal sei escrever. Ditei e escreveram para mim.”

“O mesmo eu!”

Abriu a sacola de isopor e ofereceu-me um picolé e refrigerante, que vendia pelo parque.

E lá fomos nós, no meio das árvores, das pessoas e do encantamento desse encontro...

## **CALMA NA ALMA**

Sinto-me como a biruta.  
Penetro espaços vazios,  
Seguindo a dança dos ventos.

Sigo o caminho por onde me assopram.  
Perdida, desafiando, rolando...  
Sem metas,  
Sem pontos a alcançar.  
Enfrento a roda-viva da vida.  
Espero que os ventos se acalmem,  
Na calma,  
Na alma...



**PROMESSA**

Uma igreja enfeitada  
Um buquê despetalado  
Uma promessa cumprida  
Uma triste partida

Sonhos esvoaçados  
Sombras espalhadas  
Gotas de tristeza  
Num azul sem beleza

Continuo a caminhada  
Na estrada do nada  
Deixo, nos cantos, pegadas  
De passos alquebrados

Um olhar embaçado  
Lembranças entrelaçadas  
No dolorido lacrimejar  
Sabendo nunca alcançar



**MALES DO CORAÇÃO**

Sou mãe-de-santo, Janiane.  
Meu neto, mulato lustroso, é Juliano.  
Como todos, lá no morro, além de bom sambista,  
Exímio passista, é trabalhador esforçado,  
Inteligente e estudado.

Na vida, quer ser doutor, advogado ilustrado,  
Para os amigos defender,  
E não deixar ninguém ofender  
Sua gente querida, também muito sofrida.

Mas a vida dá suas voltas  
E os destinos tortuosos,  
Às vezes, não virtuosos,  
Leva a gente, como enchente.

Não é que meu neto,  
Pra lá de predileto,  
Ficou apaixonado  
Por moça nada humana.

A Xangô cansei de pedir  
Pra esse amor esquecer,  
Pra deixar de sofrer,  
E, novamente, sorrir.

Foi a boina avermelhada,  
Que causou a confusão danada.  
Enganou-se a moça-saci,  
Pulando daqui e dali.

Aos poucos, Juliano mudou  
E num saci transformou,  
E, na lagoa, afundou,  
Rodopiando, buscando o amor, que o encantou.

No terreiro, canto chorosa  
Esta perda dolorosa.  
Mas não tem jeito não  
Quando clama o coração.



## FUMAÇAS

Remexo os meus guardados:  
Bilhetes, cartas e fotos esquecidas...  
Distraidamente, vou a tudo manuseando.  
Limpeza, para espaços.

De repente, entre os retratos  
Surge uma casa,  
Situada, numa esquina,  
Rodeada por frondosas árvores.

A casa de minha infância...  
Percorro, na lembrança,  
Cada canto:  
Escada em caracol,  
Cômodos espaçosos,  
Mobiliados com gosto,  
Paredes ornadas por lindos quadros  
E as badaladas do relógio capelinha.

Ouçó as vozes queridas:  
Suaves, meigas, graves e infantis.  
Fumaças saudosas,  
Sombras apagadas,  
Passado amarelecido,  
Como a antiga foto...



**A TERRA PROMETIDA**

Sou Nicola, italiano da Calábria.  
Esta é Carmela, “non” vivo sem ela.  
É minha estrela-guia, Sol, Lua,  
Paixão do coração.

Brasil é nosso destino.  
Chega de guerra,  
Perseguição, destruição.

As montanhas escolhemos,  
Cheias de verde-esperança,  
Com ar de bonança.

Lutaremos pela vida,  
Com toda nossa lida.  
Carmela, com seus tachos de sabão,  
Fora os doces caseiros,  
Marmelo, goiaba, figos,  
Além de frutos de pessegueiros,  
Tudo pra lá de “bão”.

Eu toco a vendinha,  
Cheia de coisas fresquinhas:  
Verduras de nossa horta,  
Frutas do pomar,  
Que vou semear e plantar.



E os filhos tão queridos,  
Não serão nunca feridos.  
Todos nos darão a mão,  
No dia-a-dia do ganha-pão.

E nessa terra prometida,  
Com suor terão sucesso.  
Nada, nada de regresso,  
Pra vida tão dolorida.

Mais tarde, serão doutores,  
Quem sabe até autores,  
Contando nossa história,  
Repleta de luta e glória.

Mas jamais podemos esquecer  
De sempre agradecer  
A força que vem do céu  
Não apanhada ao léu.



**PRECES, NOVELAS E SOPAS CHEIROSAS**

Vovô Mário, sentado em sua poltrona,  
Que mais parecia um trono,  
Verde, estufada,  
Um tanto desgastada.

Vivia com um lenço xadrez,  
Que usava de vez em vez.  
Sempre estava agasalhado,  
Pra não ficar resfriado.

Os jornais lia e espalhava,  
Por todo chão da saleta.  
De sua velha maleta,  
Tirava papéis para escrever,  
Histórias da cidade amada,  
Pra ninguém esquecer.

Seis horas, os sinos badalavam.  
Reunia toda família,  
Pra Ave Maria rezar,  
Mesmo os que não soubessem orar.

Em seguida, a linda novela,  
O Direito de Nascer,  
Com lágrimas a não mais poder.

O fundo musical está, ainda, a entoar,  
No pensamento e coração,  
Cheia, cheia de emoção:  
“Só pelo amor vale a vida...”  
Uma valsinha famosa,  
Que me torna tão saudosa.

E lá vem, agora, a sopa quentinha,  
Feita com carinho por Sá Sebastiana.  
Era uma canja saborosa,  
E muito, muito cheirosa.



**A BRUXINHA E SEUS PREGÕES**

Sou a bruxinha sabida,  
Nem um pouco temida.  
Caminho no coração,  
De todo este povão,  
Cantando o pregão  
Dos desejos desta gente,  
Daqueles que são crentes,  
Das qualidades do irmão.  
E lá vai minha canção:  
“Olhe a alegria,  
Coberta de harmonia.”

“Doces, doces apetitosos,  
Pra lá de gostosos,  
Recheados de caridade,  
Confeitados de amizade.”

“Frutas, frutas tão fresquinhas,  
Colhidas no pomar,  
Acima do mar e ar,  
Bem no céu a brilhar.”

“Compra-se tristeza,  
Desafetos e pobreza,  
Pra no fogo jogar  
E com todos acabar.”

E lá vai o último pregão,  
Lançado em cada mão:  
“Não deixe a lágrima tapar  
A beleza de todo lugar.  
Busque, sempre, a felicidade,  
Que vem da bondade,  
No interior escondida,  
Mas nunca desconhecida.”

## **INSPIRADO NA VELHA TOTONHA**

Lembranças, retorno...Infância perdida nos idos da vida.

Histórias de encantamento: príncipes, princesas, bruxas, seres saídos dos livros.

E a minha querida tia Ercília, sentada na enorme varanda, distraindo a criançada com “Os desastres de Sofia”. Como adorava suas estripulias.

Monteiro Lobato, com “As reinações de Narizinho”, me levava à rotina do sítio: Dona Benta e seus ensinamentos; Tia Nastácia com seus deliciosos bolinhos; Pedrinho e suas descobertas; Narizinho e suas observações. Finalmente, a minha predileta: Emília, a boneca de pano, filósofa, criativa, arrojada, tudo que desejava ser e fazer.

Era um mundo de crianças e para crianças. Fora a liberdade, o espaço sem fim do Reino das Águas Claras.

Mais uma coisinha: a sala de vovô Mário, com uma coleção preciosa, “O Tesouro da Juventude”. Sentada no tapete, ao seu lado, com os eternos jornais espalhados, encantava-me com as páginas lustrosas e gravuras jamais vistas.

Depois das folheadas, gostava de dar uma voadinha no jardim de suas roseiras.

Imaginação, sonhos, recordações de um passado, repassado, transpassado...



**CARÊNCIA**

Lá estava Dona Hipocondra  
Com sua peruca ondulada  
Suas jóias, braceletes,  
Refestelada no sofá,  
Recostada na sua almofada.

Josefa, traga-me o chá de camomila,  
É digestivo, pois comi carne de porco assado,  
E estou um tanto estufada.  
Não se esqueça dos sequilhos  
E, também, do bolo de milho.

O tempo deu uma esfriada,  
Acho que vou ficar gripada,  
Melhor melhoral tomar,  
Para o vírus espantar.

Estou um tanto inchada,  
Tomei muita limonada.  
A coluna está danada,  
Ai, ai, fiquei alquebrada.

Um médico vou procurar,  
Talvez, fique hospitalizada.  
Cruz, credo! Que sina a minha,  
Vivo sempre adoentada.

Josefa, Josefa, venha me acudir,  
Estou sentindo tontura,  
Penso que vou cair,  
Juro, não é frescura.

E, assim, Dona Hipocondra vive,  
Não, não vive, sobrevive.  
Na verdade, é solidão,  
Sem ninguém para dar-lhe a mão,  
Pra dizer-lhe uma palavra,  
Quem sabe de ternura  
Para sanar a amargura.  
Somos como flor,  
Sentimos falta de calor,  
Queremos só amor,  
Nunca, nunca rancor.



**ERVAS...CURAM!**

Olhe só a natureza  
Cheia de graça e beleza  
Não se encontra pobreza  
É toda feita de riqueza  
Há plantas milagrosas  
Para os males curar  
Arnica é uma florzinha  
Sua cor amarelinha  
Acaba com a inflamação  
E, também, com sua aflição  
Erva-doce é mimosa  
Além de ser cheirosa  
É boa pra gastrite nervosa  
Pode tomá-la na refeição  
Guaco é uma folhinha  
Um tanto pontudinha  
Pra tosse acabar  
Além do mal-estar  
Malva, com flores rosadas,  
Deixa sua casa enfeitada  
E feridas bucais vai acabar  
E toda dor terminar  
Quebra-pedra, sempre encontrada,  
É boa pro cálculo expelir  
E você tornará a sorrir  
E, assim, segue um punhado  
Sempre, bem acatadas:  
Camomila, confrei, erva-cidreira,  
Que deixarão todos matreiros...  
Quase ia esquecendo  
Que tal arruda e alecrim  
Pro mau-olhado espantar  
E pra inveja afastar?



**LUZ NO INFINITO**

Partiu, deixou saudades,  
amizades de sua bondade espalhada,  
de sua alegria de vida,  
de seu sorriso, cheio de riso,  
de sua palavra de sabedoria,  
de equilíbrio, de bom-senso...  
E pelo ar flutua o aroma sabor,  
de seus frangos desossados,  
de seu cuscuz de família,  
de suas maioneses incrementadas  
de apresuntada, de seus peixes  
e lombos regados com shoyo e enfeitados  
de flores de tomate, muito bem decorados,  
feitos de segredos bem-guardados  
e jamais revelados...  
Fechou os olhos nos montes verdes,  
acordou nos caminhos de estrelas reluzentes,  
jamais vistos por gente,  
apenas por seres luminosos, melódiosos  
encantados e desencantados...  
Espere por mim nesse infinito confim...  
Irei com meu amor,  
deixando este mundo de dor,  
quase sempre incolor.  
Espere por mim....



**TORTA DE NESCAU***(receita de família)*

Torta, torta de “Nescau”,  
Pra criança comer,  
Doce, doce de “Natal”,  
Pra ver Jesus nascer....

*Ingredientes*

- 1 lata de leite condensado
- 4 ovos
- 4 colheres de sopa (rasas) de Nescau
- 1 lata (de leite condensado) de leite de vaca
- 1 lata de creme de leite (Nestlé), sem o soro  
(fazer dois furinhos na lata e deixá-la no  
congelador para sair o soro)
- 1 pacote de bolacha champanhe, coberta com  
açúcar fino
- 1 copo de água
- 4 colheres de sopa (rasas) de açúcar

### *Modo de fazer*

- Mistura-se o leite condensado com o leite de vaca, as gemas, e uma colher de maizena, levando-se ao fogo para engrossar.
- Mistura-se o “Nescau” com a água e açúcar, levando-se ao fogo para engrossar.
- Numa forma de pirex (quadrada), coloca-se o creme já frio, e, por cima, as bolachas embebidas no creme de Nescau.
- Em seguida, bate-se as 4 claras, em neve, e mistura-se com o creme de leite, com um pouco de açúcar, colocando-se por cima, e põe-se para gelar.

### *Variações*

- Pode-se umedecer as bolachas, na calda de doce de abacaxi, acrescentando pedacinhos do doce
- Por cima do creme de leite, pode-se colocar coco ralado, frutas cristalizadas, ou chocolate granulado
- Pode-se enfeitar o doce com cerejas, use sua criatividade...



**SAUDADE**

Abro a janela da vida.  
Vislumbro: ipês roxos,  
Raios brilhantes, céu azul,  
Ruas tranqüilas,  
Casas espreitando passantes.  
Dobro a esquina.  
Uma alameda verdejante  
Encontra-se com o horizonte.  
Lembro-me de seus cabelos grisalhos,  
De seus risos sonoros,  
De seu corpo másculo,  
De seu olhar carinhoso...  
E, no coração, guardo a saudade  
Dolorida,  
Ida,  
Da vida florida...



### PACOTE TURÍSTICO

**Aventura escolhida:** Escalar o Monte Tomba-Kai, Minas Gerais, entre outros passeios.

**Programas:** Uma aventura em plena “Semana da Pátria”.

Você vai escalar paredões de até 100 m de altura, na famosa Gruta “Quem-vai-fica”. Lá, existem abismos, jamais vistos, circundados por imensos lagos de águas cristalinas. Mas não é só isso! A viagem inclui rafting, mergulho, flutuação em rios, caminhadas e meditação ao pôr-do-sol.

**O que levar:** Roupas esportivas, leves, bota e maiô.

**Quando é:** De 03 a 09 de setembro (duração: 7 dias)

**Preço:** A boca-cai: uma cesta básica para uma instituição de crianças carentes.

*Inclui:* transporte (ônibus)  
refeições naturalistas (feitas pelos próprios hóspedes)  
hospedagem, passeios, guias e seguro.

**Quem leva:** Sociedade “Mão-aberta”, dirigida por monges budistas.

**UMA AVENTURA DO SÉC. XVI**

Cabral era um fidalgo  
Da “Corte de D. Manuel”.  
Sua esquadra, fenomenal:  
Intérpretes, pilotos, soldados,  
Mercadores, degredados.  
Além de frades franciscanos  
Para instruir, catequizar  
E, também, alfabetizar  
O povo que lá encontrasse.

Partiu, num dia de março,  
Do Tejo rumo ao Ocidente  
Para sua pátria exaltar  
Com terras novas encontrar.  
Num abril, perto da Páscoa,  
Avistou um Monte, o Pascoal.  
Depois, ervas sem fim:  
Botelhos, rabos-de-asno;  
E, no céu, bandos de aves:  
Fura-buchos e outros mais.  
Dos índios, habitantes nativos,  
Procuraram se aproximar  
Para tudo se acalmar.

Frei Henrique Soares  
Pôs-se logo a rezar,  
No ilhéu, Coroa Vermelha,  
A missa para abençoar  
Aquela região formosa,  
Com natureza caprichosa,  
Aquela gente gentil  
De uma pátria gloriosa.

Mas para as Índias devia seguir,  
Por isso teve de partir,  
Enviando a D. Manuel  
Rei Venturoso de Portugal,  
A “Carta” de Pero Vaz Caminha,  
Contando e descrevendo  
As maravilhas vistas,  
Deixando muitas pistas  
Para outros admirar  
A terra descoberta  
Até, então, encoberta  
Por mares desconhecidos,  
Jamais velejados, ultrapassados....



**MINHA TERRA***(paráfrase de Gonçalves Dias)*

Minha terra tem o verde-esperança,  
Em seus vales, serras, florestas.  
Minha terra tem o azul-anil,  
Em seus lagos, rios e mares.  
Minha terra tem o céu estrelado,  
O calor do sol tropical  
E a lua dos enamorados.

Minha terra tem a alegria,  
No povo sonhador,  
Que dança e canta  
Pelas ruas, avenidas  
E por onde for.

Minha terra tem hospitalidade,  
Sempre aparece um lar acolhedor,  
Transmitindo tanto calor...  
Há, também, solidariedade,  
Entre amigos, vizinhos, conhecidos  
E até desconhecidos.

Encontramos, pelos caminhos,  
A bondade, a caridade,  
Nas mãos de nossa gente,  
Que procura abrandar a dor,  
Mesmo sendo um sofredor.

Minha terra é um arco-íris,  
Com raças de todas as cores,  
Que dão sua contribuição  
Para a querida nação.



## **HANS, O AVENTUREIRO SONHADOR**

Hans cansou-se da vida fútil da “Corte”: banquetes, com iguarias exóticas; jograis, tentando, com suas cantigas e bandolins, alegrar nobres enfasiados de sua rotina; damas frívolas, buscando companheiros, além, do clima frio, com a eterna nevasca cinzenta...

Soube, através de um amigo, que uma enorme esquadra partiria para o Ocidente, rumo a novas terras descobertas pelos portugueses. Diziam maravilhas de sua natureza.

Pensou, durante toda a noite, e resolveu deixar sua terra natal, Germânia, onde não mais encontrava atrativos.

Arranjou seus pertences e embarcou, atravessando o Atlântico, rumo à terra, em que tudo que se plantava, crescia e multiplicava.

Com seus cabelos loiros, pele alva, olhos azuis, sonhou com uma vida melhor. Talvez, até escreveria um livro sobre o que conhecesse, relatando suas aventuras, como Marco Polo.

Ao desembarcar, encantou-se com a praia, as florestas e o povo tão diferente, que habitava a região, o qual chamavam de índios.

Tornou-se amigo de um deles, Carijó, que não o largava, acompanhando-o, sempre, para que não se perdesse.

Mas, um dia, distanciando-se do amigo, ao apreciar uma bela cachoeira, caiu prisioneiro de uma tribo, inimiga dos brancos invasores, acostumados ao canibalismo.

O cacique admirou seus cabelos loiros, diferentes do tom escuro do pero invasor. Bem atado, levou-o para o meio das mulheres, para que decidissem o seu destino. Estas passavam a mão nos seus fios dourados. “Quem sabe, viera do céu, enviado por Tupã. Melhor seria festejá-lo, pintando seu corpo, para, em seguida, louvá-lo com danças, cantos e ofertas de alimento, cocares, colares. Depois, deixariam seguir para junto de seu “Deus”. “

E, assim, aconteceu. Hans conseguiu se salvar, divulgando esta e outras aventuras das terras tropicais.



**UM MISSIONÁRIO DO SÉC. XXI**

Não há mais terras a descobrir;  
Não há mais mares a enfrentar,  
Nem dragões a combater;  
Não há povos a catequizar;  
Nem terras a colonizar;  
Não há especiarias e madeiras a buscar,  
Nem “Cabos das Tormentas” para contornar;  
Não há “Cortes”, damas, cavaleiros,  
Nem jograis, com bandolins, para alegrar.  
Sou missionário do séc. XXI.  
Era da tecnologia, globalização,  
Computadores, celulares, e-mails,  
Fax, secretárias eletrônicas, games, vídeos,  
Internet, blogs, chats,  
Trens balas, supersônicos...  
Isolamento do homem, mudanças rápidas,  
Solidão, ânsia de poder, corrupção, guerras,  
Drogas, seqüestros, violência...  
Falta de valores: espiritualidade, respeito,  
amizade...  
Sou missionário do séc. XXI.  
Sozinho, caminho,  
Levando, na mão, um afago;  
Nos olhos, lágrimas de esperança;  
Nas palavras, um consolo;  
No coração, o amor.  
Sou missionário...



**O FORASTEIRO**

Jaci, suave como a Lua,  
Ubiratan, forte como o Sol.  
Enamorados, andavam pela Natureza  
De um país exuberante.  
Partilhavam seu amor com :  
O verde das matas, as melodias dos pássaros,  
As ondas espumantes, o céu estrelado...  
E, às vezes, eram acompanhados  
Por José, o missionário, jovem iluminado,  
Contando histórias divinas de Tupã idolatrado,  
Ou ensinando números, escrita de seu mundo  
letrado.

Mas, num dia chuvoso, com assobios do vento,  
Palmeiras dançando, como catavento,  
Na praia arenosa, Jaci encontrou estirado,  
Ao lado de um barco encalhado,  
Um jovem claro, como a manhã,  
Cabelos da cor do milho...  
Enfeitando com seus colares,  
Refrescando com seus cocares,

Tentava voltar-lhe a vida.  
Apaixonou-se por sua beleza  
E invadiu-lhe uma tristeza.  
Com ele, queria partir,  
E, novamente, sorrir...

E, ao seu barco, seguiu,  
Nadando no mar encrespado,  
Atrás de seu amado.

Deixou, na praia chorando,  
Ubiratan, seu companheiro,  
Apoiado em José, o missionário,  
A consolar, ao amigo desolado.

Assim, Jaci desapareceu,  
Nas águas azuladas,  
Em busca de alguém,  
Que vivia muito além...



## **SAUDOSAS MEMÓRIAS**

A sede, casa térrea,  
Circundada por um espaçoso alpendre,  
Com redes relaxantes e bancos rústicos de  
madeira.

No caminho da entrada, bicos-de-papagaio  
Davam um colorido especial,  
Contrastando com a terra vermelha do solo.

Lá dentro, era um burburinho de vozes sem fim:  
Papai, mamãe, crianças, auxiliares...  
Na cozinha, tachos enormes enfeitavam o fogão de  
lenha: cheiro de milho cozido, mandioca frita,  
doces de mamão, cidra, banana, além do  
tradicional doce de leite.

Na mesa enorme da copa, mãos manuseavam  
queijos, ricota, requeijão e manteiga, feitos com a  
nata do leite gordo.  
Ia me esquecendo das deliciosas bolachinhas,  
Com formato de anéis...Divinas!

No forno e fornalhas, assavam pães, bolos, carnes  
de vaca, de porco e frangos...  
Enfim, num lugar primitivo,  
Encontrava-se o restaurante do amor,  
Para abrigar a todos que chegavam...

Ao cair da tarde,  
Na mureta da cozinha,  
Enquanto me lambuzava com a pamonha,  
Enrolada na palha,  
Papai acendia os lampiões, para iluminar as salas,  
E as ave-marias, pequenas velas flutuantes,  
Para colocar nos quartos...

Pôr-do-sol do passado,  
Memória saudosa,  
De tempos idos  
    Da alegria vivida...  
De vozes guardadas,  
    sempre lembradas,  
Nos quitutes, no aconchego  
    Do instante sonhado,  
    Jamais retornado...



**TE TER, TATÁ**

(paródia de “Te ver” – Samuel Rosa e Outros)

Te ter? Alucinação...  
É percorrer mares, nunca d’antes navegados  
Dar a volta ao mundo em oitenta dias  
Percorrer vinte mil léguas submarinas  
Ir à Conchinchina de balão  
Enfrentar a tropa do rei Leão  
Dar uma de sabichão  
Subir aos céus, atrás de buquês de estrelas  
Descer nas profundezas dos oceanos  
Buscando corais encantados  
E caravelas encalhadas  
É dar piruetas nos ares  
É suspirar a cada batida do coração  
É uivar como lobo, ou cão  
É, na escola, não prestar atenção  
Ao fazer trancinhas nos seus cachinhos  
É não saber dizer  
Que é meu bem-querer  
Ao sonhar com olhos abertos  
Com você, minha fofinha  
Linda, linda, garotinha





**A BRISA, O MAR, AS LEMBRANÇAS**

Uma brisa suave embala meus cabelos...  
Sentada, nas pedras, à beira-mar,  
Observo, pensativa, as ondas espumantes,  
Que se quebram, em gotículas.  
Um pouco afastado, lá está ele,  
Sentado, na esteira, com seu boné branco,  
Seus colares de Iemanjá, seu maiô azul.  
Seus olhos grandes estão perdidos na linha do horizonte.  
Ele, eu, o mar misterioso e profundo.  
Mar da vida, nada revela, tudo esconde:  
Surpresas, decepções, alegrias, tristezas,  
Revelações, devaneios, conflitos...  
Tudo muito rápido.  
E os cabelos negros envelhecem nos fios prateados;  
E o corpo esguio, altivo, curva-se;  
E olhar brilhante torna-se opaco;  
E os que a rodeiam desaparecem aos poucos;  
E a luz do dia apaga-se...  
Apenas, o escuro da noite,  
A praia deserta, o marulhar das águas,  
Um canto dolorido de gaivota.  
Lembranças vindas de longe  
E ,debaixo da água, vai morrendo  
meu sonho, dentro de um navio...



## NUMA TARDE DE VERÃO

Rotina do dia-a-dia. Limpeza da casa, varrer as folhinhas, tratar dos passarinhos e fazer um almoço leve, só para tapear o estômago e distrair o pensamento.

As horas corriam rápidas...Logo teria que me arrumar para encontrar-me com ele e decidir aquele relacionamento desgastado, não só no sentimento, como também pelos anos.

O encanto findara. Queria ser livre, sem compromisso, trabalhar, estudar e juntar algum dinheiro para viajar, conhecer novos lugares, outras pessoas, sair daquela pequena cidade.

Conforme o combinado, o encontro seria na lanchonete do Seu João, logo ali na esquina do Largo da Matriz, ao findar da tarde.

Sem nenhum entusiasmo, abri o portãozinho fanhoso e caminhei com passos preguiçosos.

Lá estava ele, com seu jeitão de moleque...

Aproximei-me, lentamente. Olhou-me com seus olhos grandes e tristes. Vagarosamente, retirou uma caixinha do bolso e entregou-me...Nada disse e dando-me as costas, sem retornar a cabeça, abanou a mão num longo adeus.



**TRELIÇAS SILENCIOSAS**

Portas, janelas de treliças,  
Madeira, pintada de azul.  
Atrás, brilham olhos de vida.  
No silêncio, oram em pensamentos,  
Nenhum barulho, nenhuma voz...  
Apenas, uma frondosa figueira  
Faz suas folhas dançarem,  
Ao compasso de uma brisa suave.  
Lá dentro do mosteiro, paira a luz.  
A luz irradiada nas preces silenciosas  
De almas abençoadas na vocação.  
Seu mundo recluso volta-se para o alto.  
Nada existe no exterior.  
Só a vida interior, banhada pelo calor divino.  
Na derradeira porta, encontro da esperança,  
Enfeitam com flores,  
Flores de amor,  
Cobrindo, com seu aroma angelical,  
Este mundo de dor,  
Sem cor...

