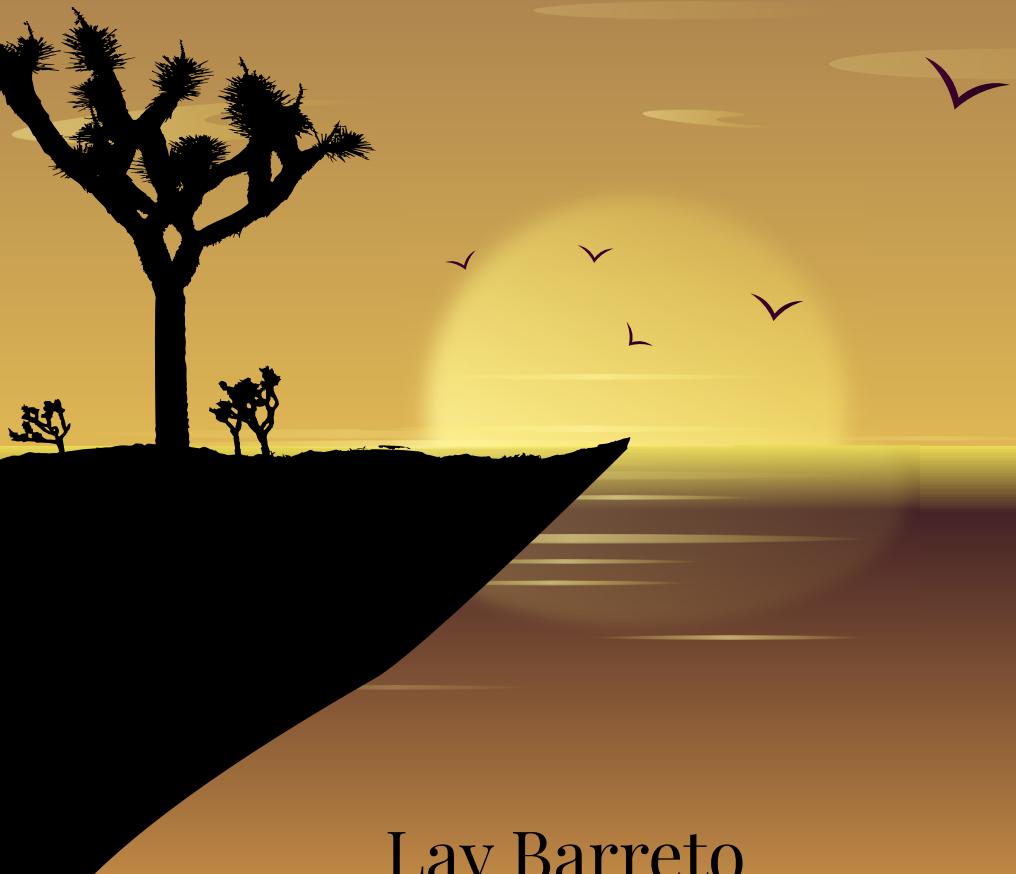


# DO DESERTO AO OÁSIS

## JORNADA POÉTICA



Lay Barreto

“ A poesia não está nos versos, por vezes ela está no coração. E é tamanha a ponto de não caber nas palavras...”

*Jorge Amado*

## Prefácio

Acredito que toda vida, com suas histórias, pode inspirar alguém. Em cada uma delas, há momentos de desafios e dificuldades que só quem os viveu sabe o quanto árduo foi ultrapassá-los. Todos nós temos nosso próprio limiar de dores. Diariamente, precisamos lidar com as inseguranças e medos que surgem e buscar uma conexão com Deus através da oração; vivenciar a sua fé de forma plena e peculiar é essencial em qualquer momento da vida.

Participei, neste último ano, de vários concursos nacionais de poesia. Tive poemas selecionados em vários deles e, recentemente, fui contemplada em uma coletânea internacional, lançada na Bienal do Rio de Janeiro, na qual tive três poemas incluídos.

Assim, continuo minha caminhada, atenta ao meu corpo, sem esquecer que mente e espírito também devem estar em harmonia para equilibrar o todo.

Quero viajar, continuar a escrever e manter o coração agradecido a Deus, pois sei que, apesar de tudo, foi Ele quem me sustentou até aqui. Qual é o propósito? Viver.

# Sumário

Girassóis	7
Resiliência	8
Sem tempo para perder	9
Insight	10
Encontrando-se	11
Pegadas sutis	12
Imaginação	13
Hoje	14
Direções	15
Alma	16
Projeções	17
Lapsos	19
Chutando o pau da barraca	21
Maturidade	22
Você tem um par?	24
Barulhos imperceptíveis	25
Refrigério	27
Perfeição	29
Arco e flecha	30

# Sumário

Caminhada	31
Saudável	32
In (sanidade)	33
Re(conectar-se)!	34
Fluido	36
Recomeça!	37
A cura	38
Segura estou	39
Anjo	40
Telhados de vidro	41
Pesadelos	43
As maravilhas de um país	44
Rótulos	46
Compulsória	48
Máscaras	49
Humanidade	50
Sensações	51
Apenas um dia	52
Humana!	53
Eterno	54

# Sumário

Variantes	55
Processos	57
Transtornos	59
Amanhecendo	61
Último	63
Telhados de vidro II	64
Raiz	66
Depois das quedas	67
Limites	68
A poesia, essência da criação	70

## Girassóis

Vivia como fênix:  
Sempre renascendo  
Depois das turbulências.  
Mas viver  
Em um mundo apenas  
Não foi suficiente,  
Não deu conta,  
Adoeceu, se perdeu.  
Entornos hostis, mascarados,  
Doloridos.  
Por isso, escolheu ganhar  
O universo,  
Muitos sóis a descobrir.  
Percorreu outros mundos,  
Além, muito longe...  
Encontrou irmãs, estrelas,  
Galáxias...  
Diversos estágios, evoluções.  
E nesse percurso tão incerto  
Do que iria (re) viver,  
Acabou por encontrar-se.  
E palavra nenhuma  
Pode contemplar  
A mansidão que sentiu.

## Resiliência

Aquele pássaro  
Que levantou voo,  
Mesmo com as asas  
Despedaçadas,  
Continua a cantar.  
Depois dos fortes  
Vendavais,  
Sua voz ressoa  
Através dos ares.  
Segue com sua missão  
De não retroceder,  
Levar adiante  
As canções que não podem  
Ser esquecidas.  
Essas são como mantras,  
Refrigério  
De almas angustiadas,  
Diminuindo as dores  
Causadas pela vida.  
Aquele pássaro já foi dor,  
Hoje é luz.  
Sua voz rouca  
Sugere que ainda não desistiu,  
Porque sabe  
Que ainda pode voar.

## Sem tempo para perder

Há tempo! Há o agora!  
É urgente que se viva  
Diário afetivo e mutante.  
A natureza encantadora,  
Beleza sem precedentes.  
Gratidão pelo respirar,  
Inspirar leveza,  
Expirar o que não agrega,  
Seguir caminhos diferentes,  
Mudar olhares,  
Aguçar sensibilidades...  
Sons inaudíveis...  
Várias possibilidades.  
Hoje é o tempo,  
O mais concreto ser  
Do dia.

## Insight

Não tem hora nem dia  
Pode ser em qualquer um  
Você descobre  
Que a vida é bênção maior  
Que saúde não tem preço  
Que para estar feliz  
Basta pouco  
Que perder tempo  
Com o que não agrega  
Não vale a pena  
O que não está na sua vibração  
E tira a sua paz  
Não merece seu precioso tempo  
A vida é sobre o que se é  
Sobre o que se faz  
Ou deixa de fazer  
Num piscar de olhos  
Qualquer coisa pode ir embora  
Inclusive pessoas  
E vamos seguindo a estrada  
Tentando não atropelar ninguém  
Nem se atropelar  
Vivendo um dia de cada vez  
Com esperança e gratidão  
Porque um coração assim  
Certamente usufruirá melhor  
De sua existência.

## Encontrando-se

Muitas vezes me perdi  
De mim  
Tentando agradar,  
Sabendo que, de fato,  
Não precisava  
Ser infiel a mim  
Nessas buscas  
Pelo outro.  
Agradar ou não  
Independe de vontade...  
E essa é tão volátil,  
Singular,  
Inesperada,  
Incerta.  
Muitas vezes me perdi  
De mim  
E tentei me achar  
Numa atenção,  
Num acolher,  
Na empatia,  
No cuidar,  
Na reciprocidade.  
A verdade é que perder-se  
Requer confiança,  
E achar-se,  
Sendo fiel a si,  
É a maior liberdade  
Que alguém pode ter.

## Pegadas sutis

Era um terreno seco  
Infértil  
Sem esperança de semeaduras,  
Mas inesperadamente  
Algumas gotas de chuva  
Caíram ali.  
Houve um rebuliço naquele espaço,  
Talvez a esperança tenha chegado  
Depois de quase mil anos.  
Entretanto, a comunhão,  
A sintonia,  
As conexões feitas  
Mostraram que foi apenas  
Uma ilusão.  
E o terreno voltou para sua zona de  
conforto  
Entendendo que a paz ali antes reinada  
Era o melhor que se podia  
Ter...

## Imaginação

Fobia foi embora.  
Cochilei,  
Acordei e não a vi.  
Foi só entrega,  
Respiração amena,  
Coração tranquilo.  
Vi que foi tanto tempo  
Que perdi  
O que nunca existiu.  
De verdade?  
Estava tudo na minha mente.  
Nada foi real.  
Nada era real.  
Foi puro êxtase  
Descobrir que o medo  
Não poderá mais  
Tirar minha paz.  
Fiquei leve  
Como uma pluma,  
Como uma folha  
Ao vento  
Dançando para a vida  
Que me aguarda.

## Hoje

É urgência  
O que tenho:  
Cada hora, minuto, segundo.  
Um dia todo.  
Pouco e muito.  
A intensidade marcará  
A importância de cada  
Ato, palavra, silêncio.  
As reflexões ficarão para depois.  
Agora, o único sentido  
É viver.  
Não há mais tempo  
Para perder  
Com o que não agrega,  
O que pode consumir energia.  
Essa é toda para se viver  
Leve e solta.  
Já larguei o leme,  
Já soltei as amarras,  
Barco corre solto,  
Flui no rio da vida,  
Nem enxerga as pedras  
No caminho.  
Segue sem olhar para trás  
Buscando apenas eternizar cada momento.

## Direções

A vida  
É trilha...  
Caminho, cascata.  
É deserto...  
Arde, carências vitais:  
Fome, sede, afeto.  
É oásis...  
Refrigera, sacia.  
É templo...  
Conecta e reconecta:  
Corpo, mente.  
É alma...  
Vazia, plena.  
É jogo...  
Ganha-se, perde-se.  
E nesse vaivém  
Vamos descobrindo  
Que tudo é possível.  
Verdades ou mentiras  
À parte,  
Tudo se faz necessário  
Para andar nesse labirinto  
Que em algum momento  
Findará.

## Alma

Procura conhecê-la  
Através do olhar,  
Das ações,  
Das omissões,  
Dos silêncios  
E barulhos.  
Alma dá sinais.  
O que ela incorpora  
Pouco importa.  
É veste,  
Fantasia.  
Olha para a alma,  
A essência da criatura.  
Valoriza a alma,  
Não seus enfeites.  
E depois, olha-se no espelho  
E vê quão bonita  
É a tua.

## Projeções

Essa dor que sente agora, dói em mim  
De forma diferente,  
Mas posso imaginar.  
Quisera poder tirá-la de você,  
Mas sei que é do seu caminhar...  
Dou minha mão,  
Meu colo,  
Mas você tem recursos  
Para superá-la.  
Saímos mais fortes  
Depois que passamos  
Pelas tempestades.  
Decepções nos conduzem  
A lugares que eram  
Necessários:  
Crescimento moral, espiritual, emocional.  
Um dia, olhará para trás  
E vai ver como tudo isso  
Foi relevante  
Para lhe transformar  
Numa pessoa ainda melhor.  
Você é luz,  
Segue brilhando.  
Cabeça erguida e em frente!  
Isso é apenas uma nuvem  
Daquelas que chegam,

De repente,  
E da mesma forma se vão,  
Para trazer um sol  
Mais forte e radiante.  
Nascemos para sermos felizes,  
Nunca se esqueça.  
Eu?  
Estarei sempre aqui...

## Lapsos

Vi borboletas no meu jardim  
Completamente colorido  
Exalando perfume  
De rosas:  
Alecrim, jasmim, lavanda...  
Um novo mundo se juntava àquele  
Espetáculo ímpar.  
A felicidade era minha,  
Apenas minha, naqueles instantes.  
Vivenciei uma plenitude  
E gratidão de dentro  
Do meu mais íntimo ser.  
Conversei com elas  
Numa linguagem sussurrada  
E o leve bater de suas asas  
Era como uma canção  
Que eu precisava ouvir  
Naquele momento.  
Nosso diálogo me fez  
Entender tantas coisas...  
O amor é uma conexão  
Sem regras.  
E é destes lapsos,  
Instantes rápidos,

Não importam  
O tempo em que se dão,  
Que percebemos  
Que é preciso sermos  
Enquanto estamos...

## Chutando o pau da barraca

Vive em função de si,  
Apenas seu "eu" importa.  
Está "se lixando" para quem  
Quer que seja.  
Cego para qualquer sentimento  
Que não seja o seu.  
Os outros não existem  
No seu entorno,  
São apenas "figurinhas"  
Indiferentes  
Que passam ou repassam  
Para lá e para cá.  
Que sujeito "cru",  
Que personalidade  
Totalmente fora do eixo  
É essa, meu Deus?

## Maturidade

Vou tecendo meus dias  
Sem pressa alguma.  
Não faço tantos planos,  
Só os mais necessários.  
Vejo que o inusitado  
Sempre acontece.  
Já larguei o controle há muito...  
E me angustio menos,  
Deixo a hora acontecer  
Fluida, leve como tem que ser,  
Colorindo com as cores  
Que me são possíveis.  
Vivo os meus dias  
Buscando sempre a gratidão.  
O que tem que vir, virá.  
O que tem que ir, irá.  
Tudo no seu tempo,  
Porque essa lição já aprendi de cor:  
A vida é um grande espetáculo,  
Sem sinopse imutável,  
Sem script ensaiado,  
Alguns caminhos escolhidos,  
Outros nem tanto.  
Assim, vou escrevendo meus dias  
No meu limite,

Deixando apenas  
Que as coisas aconteçam,  
Fazendo minha parte  
Naquilo que, conscientemente,  
Sei que posso intervir.  
O resto...  
Ah...segue seu rumo!

## Você tem um par?

Par de parceria,  
Par de compartilhar,  
Um Par para chamar  
De seu...  
Par que lhe deixe seguro,  
Que não traga dúvidas,  
Que seja aconchego  
Nas horas sombrias  
E alegre-se com você  
Nos momentos felizes.  
Par que chegue "junto",  
Que não tenha medo  
De ficar  
Quando puder ir ,  
Porque a vontade de estar  
É maior.  
Se você não tem esse Par ,  
Seja você "Ele".  
Preencha esse espaço  
Com você, de você  
Para você!  
Certamente, ser seu Par  
Será a sua melhor  
Companhia.

## Barulhos imperceptíveis

O silêncio  
Nunca é totalmente silencioso.  
Quando silenciamos  
Poderemos escutar  
Tantas coisas!  
Escute o seu silêncio  
E verá...  
São vozes indecifráveis,  
Mas  
Semelhantes a qualquer som que  
conhecemos.  
Nenhum som é totalmente  
Desconhecido.  
Sons de fora,  
Sons de dentro  
Que nos transportam  
A viagens passadas:  
Infância, adolescência,  
Maturidade.  
E o silêncio tem um quê  
De mistério  
Sempre a ser descoberto,  
Decifrado.  
E é nesses momentos

Que me pego  
Na minha imaginação,  
A construir meus castelos,  
Fortalecendo minhas forças,  
Olhando de frente  
Para as sombras,  
Me descobrindo um pouco  
A cada movimento  
Que me permite avançar.  
O silêncio é mágico,  
Faz vir à tona as poeirinhas  
Dos cantos do nosso quarto,  
Nos conecta ao divino,  
Nos agita  
Para depois acalmar.  
Silêncio é imprescindível!  
Às vezes,  
Não é fácil,  
Mas é vencendo  
O limite de escutá-lo  
Que poderemos transformar  
Nossos barulhos internos adoecidos.

## Refrigério

Hoje,  
Mais do que tudo,  
Mais do que nunca,  
Mais do que mais  
Quero teu colo,  
Desesperadamente.  
Sei que há Misericórdia,  
Bondade e Perfeição  
No teu Amor.  
Então, PAI,  
Não me deixas sucumbir  
Neste vale sombrio.  
Minhas dores e medos  
Já não são suportáveis,  
Tu bem sabes.  
Vens, sem demora  
E me colocas no teu colo.  
Preciso acalmar essa tempestade  
Que habita em mim.  
Revolve meu ser  
E liberta os dragões que insistem  
Em me derrotar.  
Já não tenho as forças  
De outrora,  
Nem as palavras certas

Para expressar  
O que sinto e vivo...  
Por isso te peço,  
Humildemente:  
Coloca-me no teu colo!

## Perfeição

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.

## Arco e flecha

Gatilhos terríveis  
Desmoronam meu ser,  
Tentativas vãs em desfocar,  
Em não alimentá-los, mas teimam,  
Invadem, mexem e remexem,  
Revolvem meu ser,  
Sangram e parecem não ter fim.  
Nesses momentos,  
Busco meu ninho, meu silêncio,  
Porque já sei que é o único caminho  
Para que eu serene a mente,  
E aos poucos, no meu tempo,  
Eles vão se dissipando  
Mostrando ao meu consciente  
Que é ele que tem o poder  
De domínio sobre esse estopim.  
Vêm e vão  
Em brechas e descuidos para me desestruturar,  
Chegam sempre em instantes inoportunos,  
Mas acordo em tempo hábil desse martírio,  
Porque quanto menos tempo eles sobrevivem  
Mais cedo chegam ao fim.

## Caminhada

Assim é feito o percurso:  
Às vezes longo, às vezes curto demais.  
Sem regras infalíveis:  
Errando e acertando com a certeza  
De que o que se fez  
Era a possibilidade viável no momento.  
As descobertas vêm no seu tempo.  
Conserta-se o possível, ressignifica outros.  
Mais importante:  
A intencionalidade.  
Olha-se para trás e percebe-se que  
"Os erros" fortaleceram,  
Foram pontes para que, hoje, neste lugar,  
Entenda que os deslizes do presente  
(Inevitáveis)  
São tijolos para a construção de um ser  
mais consciente consigo e com o outro, e mais  
humano.  
Avaliando-se, muda-se o olhar sobre o semelhante,  
Sem julgamentos e sem culpas sobre si mesmo.

## Saudável

Mente e corpo em sintonia,  
Alma serena,  
Coração em paz.  
Saudável rima com leveza,  
Liberdade de Ser.  
Direito de ir e vir  
Sem escalas, sem medos.  
Chegar e partir no seu tempo,  
Ser sonho, desejo, escolha  
E ação.  
Saudável rima com o bem,  
O bom, o simples e possível.  
Saudável não se prende  
A caminhos sem volta,  
A nós que não podem  
Ser desatados.  
Saudável é toda possibilidade  
De não apenas querer,  
Mas estar em constante  
Busca de ser MELHOR.

## In (sanidade)

Uma comunicação truncada  
Na qual um fala "A"  
O outro entende "B".  
Misericórdia! E se pensa:  
"Foi tão claro..."  
Como assim não entendeu?"  
Segue-se num intercâmbio  
Aparentemente entendível.  
Que nada!  
Quando se presume  
Que já encontrou  
Ressonância no falar  
Depois de várias tentativas  
E explicações pacientáveis,  
Vem uma coisa tão ilógica  
Tão fora do contexto  
Que o melhor  
É não interpretar... nada!  
Fazer cara de paisagem,  
Falar o mínimo possível  
Pois quanto mais se tentar  
Achar um ponto de intersecção  
Mais vai entrar na loucura  
(Ou sabedoria?) do outro...

## Re(conectar-se)!

Meu divino pede  
Silêncio, serenidade,  
Sensatez humana...  
HUMANA!  
Isenção de medos  
Infundados,  
Cobranças inviáveis,  
Prisões mentais,  
Qualquer agitação interior.  
Apenas seguir...  
Deixar-se conduzir  
Parece impossível?  
Se são necessárias  
Tomadas de atitudes...  
Então percebe-se que  
O inusitado vem,  
Ora se vem...  
Que seja por minutos!  
Ah! Tudo, tudo chega!  
Na hora exata  
Se faz presente,  
Sem controle!  
Nada mais importa,

O dono da vez é o tempo,  
Sempre ELE  
A nos ensinar  
Que nesse labirinto  
Chamado vida,  
Chegar ao pódio  
Não é o mais importante.

Do Deserto ao Oásis: Jornada Poética  
Lay Barreto

## Fluido

Sem pressa de encerrar  
O grande jogo,  
Flui, flui como as horas,  
Imitando o rio,  
Consciente  
De que apesar dos obstáculos,  
Chegará, inevitavelmente,  
Ao seu destino final (?).

## Recomeça!

Vai, recomeça!  
Arruma a casa interior  
E recomeça.  
Está difícil?  
Vai devagar, mas não para.  
De repente,  
Virá um novo campo,  
Energia vibrando,  
Dentro e fora.  
Recomeçar  
É continuar...  
Respirando um novo ar,  
É dar as mãos à vida,  
Aos recursos disponíveis,  
Ir ao encontro da luz,  
Deixar o sol  
Entrar pelas frestas,  
Andar a favor do vento,  
Não lutar  
Pelo que insiste em ir.  
Vai, recomeça!  
Junta alguns cacos e segue,  
Só leva o que fizer sentido.  
Sempre haverá um novo:  
Olhar, caminhar, aprendizado.  
Logo, descobrirá  
Como foi bom recomeçar.  
Recomeça, sempre!

## A cura

Não determina-se  
Começo e fim.  
Nunca se tem dimensão  
Aonde se possa chegar.  
Cura é busca interior infinita,  
Ampliação de mente,  
Evolução do ser.  
Dinâmica que sai de dentro,  
E retorna ao encontro  
Da alma!  
Curar-se  
Demanda esforço, vontade,  
Propósito.  
É um longo Caminho,  
Sem volta.  
A cura é remédio,  
Amarga em algum momento,  
Mas exige seguir em frente.  
A cura respeita o tempo,  
No qual a espera  
É a entrega sem limites  
De si.  
E a gratidão caminha junto,  
Porque se compreendeu  
Que é o processo  
De maior aprendizado.

## Segura estou

Sei que provações vieram,  
Para que eu desistisse de ti,  
Mas minha fé  
Sempre firme,  
E firmada na Rocha,  
Nunca desacreditei.  
Foram fortes tremores  
Quase cheguei a desabar,  
Mas sabendo  
Que estava ao meu lado  
Senhor...  
Consegui superar!  
A tua misericórdia sem fim  
Foi meu escudo fiel,  
E em todas as lutas enfim  
Pude sentir teu cuidado.  
Seguindo nesse deserto,  
As forças tão abaladas...  
Mas chegou momento certo,  
O mal veio a cair.  
Por isso venho, humilde,  
Agradecer com louvor,  
Fui liberta das dores,  
Saí de um grande torpor.  
E mesmo diante das provas  
Pude enxergar teu agir...  
Gratidão, PAI!

## Anjo

Vem vindo um anjo  
Para trazer a boa nova:  
É vida!  
Saúde!  
Divino!  
Anjo azul celeste,  
Dourado em sol,  
Um arco-íris de amor  
Em todos os tons.  
Era chegada a hora  
E Deus sabe o propósito:  
Luz!...  
Anjo Luz,  
Bem-vindo à nova vida!

## Telhados de vidro

Viver é estar sempre  
Assim: equilibrando-se.  
Tentando, enfim.  
Nada fácil  
Nesse mundo  
De disfarces, ilusões,  
Incertezas:  
Mundo desconhecido.  
Sinto-me num terraço  
Água e sabão... chão.  
As chances  
De cair são muito mais.  
Mas como criança,  
Preciso esquecer  
Os perigos e brincar.  
Em tempos inesperados,  
Diante do inusitado,  
Que sempre chega,  
Não há tempo para refletir  
Nem escolher:  
É se jogar ou paralisar.  
E estou sempre a optar  
Ir adiante, não estagnar,  
Porque já aprendi  
Que viver

É ficar na corda bamba,  
Sim!  
Viver é esforço  
Para ir ao equilíbrio  
E se não conseguir...  
Tudo bem!  
Tentativas são nossas  
Experiências, às vezes,  
Mais sutis:  
Ninguém viu,  
Ninguém soube,  
Só nós sabemos  
Como foram importantes.  
Viva os escorregões,  
Viva as quedas,  
Viva as cicatrizes,  
Viva o levantar,  
Viva a cabeça erguida,  
Viva esta vida  
Com seus mistérios  
E surpresas.

## Pesadelos

Pula pedra, chuta pedra,  
Levanta pedra,  
Carrega pedra,  
Pesos (des)necessários.  
Mundo de  
Plumas e paetês,  
Numa plateia que vê  
E não enxerga,  
Finge e segue,  
Sangra insensível  
À dor que sempre  
Vivenciou.  
Descartes à parte,  
O que sobra é inconsciente.  
A realidade é apenas  
Pesadelo que se denomina  
Sonho.

## As maravilhas de um país

Alice... o que se passou?  
Os "nãos" te afligiram demais?  
Não achavas que tudo seriam  
Reflexos?  
Mas, não foram tuas  
As escolhas?  
Decisões repensadas,  
Com cuidado e cautela?  
Então, não te julgues,  
Não tornes para ti  
Um peso maior,  
Não superdimensione  
Os fatos.  
Ao contrário, perdoe-se,  
Porque está tudo bem agora.  
Entenda que teus recursos são estratégias  
Para serem usadas, agora,  
No percurso.  
Normal não acertar sempre.  
Fizeste o que era possível.  
O algodão doce, a pipoca,  
E o grande parque de diversões,  
Um dia, iriam transformar-se.  
Agora, pegas teu banquinho,  
Sai devagarinho, mas não deixes de andar.  
Cabeça erguida, menina!

Este país foi um grande engodo,  
Uma ilusão que nos imputaram,  
Ele nunca foi das maravilhas.  
Este país, Alice, é vida!  
Vem, a realidade pode ser melhor  
Do que os sonhos, acredita!

## Rótulos

Amor platônico:  
Identidade surreal, intenso que dói,  
Escondido no mais íntimo do ser;

Amizade:  
Alegrias imensuráveis, sorrisos de encolher  
O estômago;  
Quem se atreveria a explicar  
A cumplicidade e a vibração energética  
Existentes nesses amores sutis?

Amor, amor, amor:  
Quando você se depara  
Com outra alma acolhedora  
Que te eleva e te transforma  
Na tua melhor versão?

Ah, sentimento pleno e livre,  
Encontros de seres vibrando em sintonia,  
Energia fluida, encontrando-se nas suas verdades  
Que nada ou ninguém poderá contestá-los?

São formas de amor sem medidas de importância.  
Afinal, todas as definições que queiramos dar  
A esses sentimentos, momentos ímpares,  
Carregados de emoções  
São apenas rótulos.

A verdadeira essência é o que se sente,  
O que se vive.

Ser compreensível aos olhos, explicado  
Não cabe.  
O amor, por si só, reflete a imensidão  
Do querer bem,  
De uma grandeza tão infinita... Mas que  
sempre habita,  
De alguma forma, dentro de nós!

## Compulsória

Estou me aposentando de você.  
Não me cabe mais  
Viver de falsas promessas  
E crenças vãs.  
Já não tenho mais  
Expectativas  
Nem esperança  
De que valerá a pena.  
Você se confundiu,  
Eu me confundi também;  
E sabemos que não seria viável  
Reviver um passado  
De sonhos,  
Depois de tanto tempo,  
Tantas mudanças!  
Descobrimos, afinal,  
Que a felicidade  
Nunca foi,  
Nem será palco  
Para nós dois juntos.  
Siga e eu seguirei  
Em paz.

## Máscaras

O ego te consumiste  
Por inteiro.  
Incrível como a superfície  
E o abstrato te habitam.  
A mim, hoje,  
Só concretude.  
Porque assim como essa,  
Assim também fui,  
E o tempo que passas  
Com elas,  
Não dá espaço  
Para perceberem  
A tua real aparência!  
Carências  
Nos enganam...  
Obrigada, mestre,  
Por ter aprendido tanto  
Contigo.  
A garantia?  
Saí diplomada para vida!

## Humanidade

Retalhos  
Pedaços  
Cores  
Em diferentes  
Ou iguais tamanhos  
E formas  
Costurados  
Pela força  
Intencional  
Fantasiosa  
Sonhada  
Dolorida  
Ou Feliz  
Pedacinhos sozinhos  
Talvez se percam  
Juntos  
Podem trazer vida  
A qualquer espaço  
E aos olhos de quem os vê  
Não há como distinguir  
Onde começam  
Onde terminam  
Onde se repetem  
E assim somos  
Humanos  
Buscando todo o tempo  
Fazer da vida  
Uma colcha de retalhos...

## Sensações

E num momento de angústia  
Fui pro mar me aconchegar  
E buscar respostas  
O barulho interior  
Misturado com o das ondas  
Não me deixavam serenar  
Então a água fria no corpo  
Acendeu um farol  
(Deus agindo nos detalhes)  
Foi um rápido despertar  
Na areia sucumbindo meus pés  
Então as ideias clarearam  
Senti paz e meu coração  
Se alegrou  
A vida nos traz caminhos  
Cabe somente buscar a direção  
Transbordar em si  
É apenas um ato  
De resolução  
Para coisas que parecem  
Inatingíveis...

## Apenas um dia

Hoje  
A verdade surgiu  
Veio devagar  
Enganando-se  
Enganou-me  
Dói saber que não é mentira  
Aquila que se pensou não ser  
Mas refletindo bem  
É melhor doer agora  
Sabendo que vai passar  
Do que viver  
Em ilusão entendendo  
Que ela ri de você  
E se alimenta disso  
Não quero suprir  
Essa necessidade  
De quem não é leal  
Porque minha essência  
Vibra na luz  
Então ligo o botão do ADEUS.

## Humana!

Mãe é alegria e tristeza  
Prazer e dor  
Confiança e medo  
Apego e desapego  
Luz e sombra  
Riso e lágrima  
Sanidade e loucura  
Equilíbrio e corda bamba  
Silencia  
Grita  
Acalma  
Vira vulcão em erupção  
Mãe  
É função  
Opção e acaso  
Sonha e acredita  
Ter todas as respostas  
Mas não tem nenhuma  
São tantas as vértices  
Que se encontram  
Ou não  
Assim  
A palavra que mais te define  
MÃE  
É... HUMANA!

## Eterno

Quero acordar e poder enxergar  
A beleza de um olhar  
Que no silêncio  
Diz mais do que mil palavras  
Traduzindo  
Segurança, serenidade, paz.  
Quero sentir um abraço,  
Não apenas o toque,  
Mas um que minha alma  
Vibre.  
Quero o doce de um café  
Sem pressa,  
Mesmo que as horas  
Marquem ultrapassagem  
Do tempo  
De se fazer qualquer que seja  
O que precisa ser feito.  
Quero poder caminhar  
Vivenciando um amor  
De novela ou filme  
Desses que marcam uma vida.  
E já sabendo que nada é eterno,  
Ainda assim,  
Quero o preencher do vazio  
Que algumas ausências  
Deixaram.  
Quero apesar e depois de...

## Variantes

Sentimentos são pistas,  
Mão dupla, indefinidos por muitos,  
Inexplicáveis.  
Até tentei, não rotulei,  
Conjuguei, vivi-os  
De forma certa ou errada,  
Quem poderá dizê-lo?  
Desisti de tentar entendê-los.  
Destravei o coração  
Quando percebi possibilidades,  
E em pouco tempo,  
Vislumbrei caminhos inadequados.  
Proseguir buscando parceria,  
Comunicação fluida,  
Alegria espontânea,  
Priorizando um eu de integridade,  
Verdadeira essência do ser.  
E deixei... me deixei...  
Rolou, travou, embarçou  
Demais o meio de campo  
E findou num "cada um por si,  
Vida que segue".  
Apesar dos desfalques,  
Dos cartões amarelos e vermelhos,  
A vida me ensinou a não desacreditar.  
E assim continuo...

Sem arquibancada, sem torcida,  
Jogando sem pressa de gol:  
Porque sei... (Sei?)  
Que num momento qualquer,  
Quem sabe até  
Aos quarenta e cinco minutos  
Do segundo tempo ou na prorrogação,  
Alguém possa entrar em campo  
E começar um campeonato,  
No qual, não há adversários,  
Apenas almas  
Que podem se conectar  
E viver até o amanhã chegar.

## Processos

Olho para trás  
Vejo-me num lugar  
Que não existe mais  
Não sei quando  
Esse divisor de águas chegou  
Creio mesmo que ainda está...  
Em processo  
Os fatos vêm  
Por vezes ainda me abalam  
Noutras me deixo embalar  
Como criança de colo  
Que não imagina  
Que o perigo ainda é iminente  
O cansaço extremo  
Deixa passar imperceptível  
O gigante que me consumiu  
Quem sabe  
Não seja a verdadeira entrega  
De quem ainda acredita  
Em si mesma despedaçada  
Já deixei as armas  
Jogadas num canto qualquer  
Desse caminho  
Que só me deixa olhar  
Em frente  
Porque sinto

Também  
Que consegui atravessar a ponte  
Sem deixar que as emoções me dominassem  
Consigo ver esperança  
Sim  
O sol sempre apareceu  
Depois daquelas nuvens pesadas  
Que caíram  
E hoje  
Hoje quero  
Apenas me arrumar, me organizar no possível  
E esperar  
Imaginando que é no impossível  
Que preciso acreditar.

## Transtornos

Num dia, corrente, algema...  
Em outro, voo livre infinito...  
Sem regras, mente combina  
Com corpo,  
Totalmente incongruentes  
Num paradoxo total.  
Temporal, ciclone, tsunami  
Ou a serenidade dos anjos.  
Calmaria e vendaval  
Em minutos.  
Vive eternamente num mundo  
Desconexo, indecifrável, assustador para  
quem soube  
Ou ainda não conseguiu acessá-lo.  
Não se alcança  
Porque são dois ou mais  
Em um!  
E essas frações, tão distintas,  
Enlouquecem quem as assiste:  
Mobiliza, machuca, faz sangrar.  
Consciente e inconsciente  
Como barcos sem leme  
No mar,  
Sem coletes, sem salva-vidas,  
Apenas a plateia  
Perdida, sofrida, envolvida

Nessa egrégora  
De loucura sem fim.  
São lados de uma mesma moeda,  
São viés de uma existência,  
São percepções distorcidas,  
São forças internas e externas  
Que se afinaram  
Numa vida de reparos,  
Para quem sabe,  
Virando seu mundo de cabeça,  
Consiga ficar, um dia, em pé.

## Amanhecendo

Não ter certezas  
É um grande labirinto  
Do qual não se pode fugir.  
Viver apenas  
Cada momento  
Com a consciência  
Que se tem.  
Achar-se perdida,  
Sozinha  
E temerosa,  
Busca a si mesma  
E perceberá  
Que já trilhaste  
Um longo caminho.  
Esse descortinar  
É apenas um vislumbre  
De que pode muito  
Mais.  
Vai olhando para a frente  
E se o medo  
Ainda persistir,  
Usa a carta da coragem  
Essa que sempre  
Carregou  
Nas mangas da vida.  
Não recue,  
Porque verá

Em algum momento  
Uma multidão  
Junto a si.  
Aguça os sentidos  
Para perceber que  
Algumas realidades  
Podem ter sido  
Somente ilusões.  
Não se canse à toa.  
Apenas segue  
Firme e em paz.  
Lembre-se:  
Você não está sozinha...

## Último

O último pode trazer expectativas,  
Porque não sabemos nada  
Do próximo.

O último pode trazer ansiedade,  
Porque queremos logo que chegue o próximo.  
O último pode trazer saudade  
Porque não queremos que se vá  
E está sendo muito bom.

O último pode trazer alegria  
Porque o próximo já anuncia  
Que será melhor ainda.

Último e próximo  
Tão pertos e tão longe!  
Apenas um segundo ou um século  
Os separa...

Relógio que bate sempre em frente,  
Cada vez mais distante do último  
E cada vez mais perto do próximo.

## Telhados de vidro II

Joguei a toalha no chão  
A verdade veio à tona  
Sem subterfúgios  
Nua  
Crua  
Raiz  
Nesse mundo de fantasias  
Qualquer descuido  
Vira teia  
Fácil se perder  
Emaranhar-se  
Sucumbir  
Joguei a toalha no chão  
Para preservação  
De minha dignidade  
Priorizando  
Saúde mental e física  
Fui ao chão  
Antes da toalha  
E doeu demais  
Rompi as barreiras do medo  
Da solidão  
Da culpa  
Sabendo que era única opção  
De viver  
Não julgo mais  
Nem me abandonarei

A toalha ficará no lugar dela  
Porque não servirá mais  
Para cobrir meu corpo cansado  
E minha alma  
Já liberta dos grilhões  
Que a aprisionaram  
Por tanto tempo  
Hoje  
As pedras do caminho  
Já não me farão tropeçar  
Tenho muito mais flores  
Para olhar  
E são tantos os telhados de vidro  
Que não há mais necessidade  
De me angustiar.

## Raiz

Sustentáculo  
A primeira a ser formada  
A que alimenta  
Supre  
Tem a força  
Sabedoria  
Ao encontro de um rio transbordante  
E em fúria  
Sabe o que é melhor  
Para manter-se em pé  
A corrente vai passar  
Sempre passou  
Mas suas raízes  
Continuam firmes  
Seu ser foi moldado  
Pelos ventos, sol, chuvas, tempestades  
Não há o que mais temer  
Árvore...Raiz  
Fortalecida pela vida.

## Depois das quedas

A cortina não se fechou  
Escancarou  
Sem toalha para me encobrir  
De frente ao espelho  
Constatei  
Que não há nada a temer  
Apenas acolher  
A liberdade de ser quem sou  
Pássaro fora da gaiola  
Águia que voa  
Cada vez mais longe  
Serena em cada pouso  
Usufruindo  
Dos recursos desenvolvidos  
Ao longo do processo  
Quero apenas  
Viver conectada  
Com o sagrado  
O bem e o bom  
Para quando a tempestade  
For anunciada  
Não me desestruturar  
Mas estar inteira  
Fluida  
Olhando os fatos  
Como quem olha  
Um rio que vai passar  
E seguir seu curso...

## Limites

Numa hora a gente cansa  
Chega o momento  
Do "Stop"  
Dali em diante  
É você com você  
Apenas e única  
Acaba-se a ilusão  
De querer agradar  
Prioridade  
Você  
Acolhendo-se  
Não se deixando levar  
Por burburinhos  
Nem questioná-los  
Ouvir-se  
Sentindo o que de verdade  
Faz bem a sua alma  
Vivenciando a paz  
Que cabe e você merece  
Seu umbigo precisa  
Ser visto  
Olhado  
Acabou-se  
A ânsia de querer consertar  
Mudar qualquer coisa  
Qualquer pessoa

Agora chegou o tempo  
Relaxar  
Respirar lentamente  
Sentir as batidas do coração  
Conectar-se  
Elevar sua consciência  
E intuir mais  
Com a certeza  
De que cada um  
Seguirá como pode  
E você vai caminhar  
Sem esquecer  
Que é única  
Que esta que ficou  
É VOCÊ.

## A poesia, essência da criação

Recolhe os pedaços  
Quando o todo se perdeu.  
Busca no vazio  
Um som, um cheiro,  
Um toque.  
Está na solidão  
E não sente-se sozinha.  
É escape, fuga de ideias  
Que não pede intérprete.  
Passa pela sombra  
Levando luz.  
Chora com o coração  
Mas sorri com as palavras.  
Dança sem música,  
Canta sem voz,  
Anda em caminhos inusitados,  
Sonha e ilude a imaginação.  
Busca-se no que escreve,  
Até perde-se em si mesma.  
E apesar das incompletudes,  
Prossegue numa ânsia de escrita,  
Porque sabe que sem ela  
Não pode existir.

## **Sobre a autora**



Alaíde Barreto, professora aposentada, baiana, formada em Letras (Português e Inglês), Literatura e Artes, pós-graduada em Técnicas de Ensino, escritora (com dois livros publicados, sendo este o terceiro) e com poemas selecionados em revistas e coletâneas nacionais e internacionais. Atualmente, mora em Salvador/BA, e a escrita é uma de suas paixões.

“ Recria tua vida, sempre, sempre.  
Remove pedras e planta roseiras e faz doces.  
Recomeça.

*Cora Coralina*