

d' autor

n. 1 | a revista que sonha | Dez.2012



9 | Ensaio

O otimismo alimenta o sonho?

14 | Reportagem

Dê asas à sua imaginação!

20 | Estória

Ami, a pequena casa velha

26 | Sátira

Toda a gente sabe

Entre
e deixe levar-se
pelas palavras.

d'author

a revista que sonha!

Subscreva a sua revista. Registe-se em <http://dautor.wordpress.com>.

d'autor

a revista que sonha!

Estatuto Editorial

A d'autor é uma publicação temática bimestral de Cláudia Sofia Monsanto dos Santos.

A d'autor assume-se como veículo de comunicação independente.

A d'autor afirma o respeito pelos princípios da dignidade da pessoa humana, da solidariedade social, da liberdade, da igualdade de oportunidades, dos princípios deontológicos da comunicação social, assim como pela boa-fé dos seus leitores.

A d'autor tem como objetivo primordial inspirar o leitor a desenvolver o sentido crítico, a reflexão e a criatividade.

A d'autor acredita que a partilha de mensagens de otimismo, dedicação e amor potenciam o respeito, a liberdade, a solidariedade e a originalidade – elementos fulcrais para o desenvolvimento de uma sociedade mais consciente.

A d'autor é direcionada a todas as pessoas que se interessem por conteúdos que promovam o pensamento, a reflexão, a troca de ideias e o sentido crítico, para além de alimentar o imaginário e a capacidade criativa.

A d'autor estará atenta a projetos, conteúdos e eventos criativos, procurando promover todos aqueles que respeitem a filosofia e qualidade por esta adotadas.

A d'autor procurará refletir sobre temas relevantes à era planetária com o intuito de identificar e expor novas formas de adaptação a um mundo em constante mutação.

Ficha Técnica

Propriedade | Cláudia Sofia Monsanto dos Santos
Subscrição | www.dautor.wordpress.com

Textos | Cláudia Sofia
Grafismo | Cláudia Sofia
Fotografia | Cláudia Sofia
Ilustração | Lydia Mural

Periodicidade | Bimestral
Formato | 300 mm x 230 mm
Tiragem | Virtual

5 | Editorial
Rumo ao sonho...

7 | Texto criativo
A vida de um copo

9 | Ensaio

O otimismo alimenta o sonho?

E os nossos objetivos, os nossos sonhos, as metas que podemos alcançar, as alianças e as forças que devemos unir para mais uma vez – como tantas outras – dar a volta por cima? O que fazer com esses? Devemos esquecê-los?

14 | Reportagem

Dê asas à sua imaginação

O “lixo” que as árvores deixam cair pode facilmente transformar-se em arte.

18 | Texto criativo
A olhar o mar

19 | Coluna de autor
2013, o ano da responsabilidade consciente

20 | Estória

Ami, a pequena casa velha

Ami é uma pequena casa velha que vive no lugar da Alegria. O seu jardim é o mais animado das redondezas. Mesmo assim, rodeada de alegres espécies, Ami sente-se triste por estar vazia há muitos anos. Desespera por ter o seu interior repleto de estórias e brincadeiras dos seres estranhos que já a habitaram.

22 | Sugestões

23 | Resenha
“August Rush” de Kirsten Sheridan

25 | Texto criativo
Natal, a época da gratidão

26 | Sátira

Toda a gente sabe...

O bloco de apontamentos continua fechado, a água no copo a gelar a minha mão e o meu pensamento a ferver de nada para escrever ou dizer, apenas aquela frase me atormentava com um momento de pura desinspiração.

A realidade
nasce da união
do sonho com a
crença de o
concretizar
através do trabalho
e da dedicação.

Rumo ao sonho...

O sonho comanda a vida, já dizia o poeta. E o otimismo alimenta-o. Esta primeira edição da d'autor só poderia ser inspirada no Otimismo, visto ter sido devido a este que a ideia de a produzir ganhou força.

Na concretização dos nossos sonhos há momentos de cansaço e dúvida. E é nesses momentos que, do nada, recebemos sinais, se bem que por vezes não percebemos. A verdade é que surgem para promover a mudança e iluminar por segundos o caminho a seguir.

Das palavras simples de William Shakespeare surgiu a força necessária para produzir esta publicação. Shakespeare disse um dia que *“sofremos muito com o pouco que nos falta e gozamos pouco o muito que temos”*.

E é verdade! O projeto desta revista foi várias vezes posto em causa devido ao que não tinha – colaboradores suficientes, imagens ou ilustrações de suma qualidade, conteúdos suficientes e diversificados. Enfim, muitos problemas foram lembrados pelo medo de falhar.

Esta simples frase injetou nova alma ao projeto e empurrou-nos para a frente. A d'autor, como o próprio nome indica, é

uma publicação de autor dedicada a partilhar os conteúdos criativos e temáticos desenvolvidos ao longo dos anos.

O tema central é transversal à revista, mostrando várias formas de viver, sentir e refletir o otimismo.

Numa fase de crise mundial e de descrença geral parece pertinente perceber como pode o otimismo contribuir para o desatar de um nó que há muitos anos vem sendo apertado à nossa volta.

Assim, ao longo das próximas páginas, delicie-se com o ensaio sobre o *Otimismo*, com *A vida de um copo* e *Dê asas à sua imaginação* com outros conteúdos inspiradores.

Por fim, desejo que esta publicação contribua para tornar o seu dia ainda melhor e, dessa forma, empurrar o mundo para uma era de maior harmonia e consciência.

Entre e deixe levar-se pelas palavras!

O fracasso faz parte da vida e do processo de concretização dos sonhos.

Com ele nasce a aprendizagem e a adaptação às constantes mudanças do mundo.



A vida de um copo

O meu ser esculpiu com o fogo. O meu carácter vincou com a água. Pouco depois, abraçou-me com as suas mãos fortes e ásperas e ofereceu-me a quem cuidaria de mim.

Pela mão de estranhos toquei mundos distantes, aos quais deixei momentos refrescantes de prazer. Sentia-os a vibrar ao sabor do meu fluir colorido.

A esta prateleira fria e transparente cheguei há poucas semanas, onde me deixaram desejoso de voltar a ter o meu frágil corpo abraçado por cinco toques, por vezes fortes e outras vezes delicados. Vibro de alegria quando partilho com todos os mil e um sabores da minha alma... essa é a minha missão.

As emoções que me unem a seres que já me beijaram diminuem a agonia dentro

das arrepiantes grutas escuras, que se inundam de água sempre que lhes batem a porta. O empurrão deslizante até ao interior da húmida gruta dos horrores desgasta-me o ser.

Durante a minha existência vivi momentos de dúvida, cheguei a pensar que seria uma vida muito triste, se bem que assim não foi. Esta é a vida que levo e que me satisfaz. Sinto-me cheio sem nada conter. Saboreio cada sabor que me preenche. Sinto que vivo a vida que escolhi viver... a vida de um copo.

Viver é partilhar o meu ser!

Prosperidade é
conhecer os nossos
sonhos e, com
criatividade, otimismo
e dedicação, caminhar
na sua direção em
plena paz e crença de
os alcançar.

O otimismo alimenta o sonho?

A instabilidade económica abana mercados, famílias e valores. Os portugueses são obrigados a mudanças radicais nos seus hábitos, acreditando cada vez menos na força dos sonhos. Esta sensação generalizada faz-nos pensar na importância do otimismo na concretização das nossas ambições. Assim, parece pertinente refletir sobre o otimismo como alimento do sonho. O que é afinal o otimismo? O que é ser otimista? E finalmente, será o otimismo fundamental para o sonho português?

A palavra do momento em Portugal é austeridade, o caminho escolhido pelo “taxista” atual para despistar a crise que abala mercados de toda a espécie e desorienta cada sociedade à sua maneira.

As medidas de austeridade mais faladas turvam-nos a vista e impedem-nos de ver a luz no final de um longo, escuro e turbulento túnel. De um lado surgem medidas mais ou menos adequadas ou fundamentadas. Do outro ouvem-se acusações e exigências muitas vezes manipuladas à custa da ignorância instalada. À nossa frente apenas conseguimos ver mais pobreza, mais dificuldade e maior desequilíbrio social e individual.

Algo está mal neste Portugal! Falamos do povo português? Falamos do mesmo povo que enfrentou e venceu oceanos, climas, culturas e diferenças que a cada dia colocavam em causa a sua sobrevivência? Será que esse povo se evaporou da superfície da Terra? Terá desaparecido com o evoluir dos tempos? Ou será que apenas se esqueceu de ser quem é, de viver de acordo com a sua essência?

Hoje em dia, apenas se fala de culpa e culpados, de roubos e roubados, de pobreza e pobres. Eles existem, é verdade! Se bem que pergunto: será que a solução

está em focar neles a nossa atenção, a nossa energia? E os nossos objetivos, os nossos sonhos, as metas que podemos alcançar, as alianças e as forças que devemos unir para mais uma vez – como tantas outras – dar a volta por cima? O que fazer com esses?

quê?” ou “Não vale a pena!” são ouvidas por todo o lado.

Compreende-se! Num mundo repleto de incertezas, de mudanças constantes e de um excesso alarmante de novos conhecimentos e de informação desconexa é fácil instalar-se a

Algo está mal neste Portugal! Falamos do povo português?

Devemos esquecê-los?

Falamos de um Portugal, de um país, de um povo e mesmo assim só falamos de desunião, de acusação, de desrespeito, de desresponsabilização, de desarmonia e de descrença. São muitos “des” para um país tão pequeno e tão capaz.

A crise desvia-nos do nosso caminho, do que queremos verdadeiramente, da nossa confiança em alcançar as nossas metas. Por isso, nos tempos que correm é habitual a descrença nos sonhos. Frases como “Sonhar para

frustração. Afinal, deixamos de acreditar na nossa capacidade em transformar a vida em algo mais significativo.

Erro crasso!

Erro crasso! A vida é só por si significativa! Não precisa de ser transformada. Precisa sim de ser vivida... de forma consciente, dedicada e confiante. Para isso existem os sonhos! Os verdadeiros sonhos apontam o caminho, a missão neste mundo. E através deles pode dar-se os passos certos para sair da crise.

O caminho - o nosso caminho - clama por método, perseverança, vontade e por um estado de espírito inspirado numa filosofia de vida positiva e associado a uma postura interveniente, participativa - próprio de quem espera o melhor, contribuindo com passos concretos para atingir o desejado.

No caminho rumo aos sonhos surgem vários obstáculos para testar a nossa capacidade de acreditar na aspiração que nos move. A crise pode bem ser um deles! É assim que nascem grandes feitos... nascem do sonho, da crença e de um estado de espírito que massaja a alma e empurra para a frente quando tudo parece perdido.

A história mundial é exemplo disso. Na era glacial alguns povos da Ásia caminharam sobre gelo deixando atrás de si marcas de ligação entre a Ásia e a América. Colocaram à prova a própria cultura face às diferenças ambientais e geográficas que encontraram do outro lado da ponte. A verdade é que abandonaram a segurança do seu habitat natural e aprenderam a viver num habitat diverso, dando origem a uma nova civilização, a uma nova cultura - uma cultura diferente e enriquecida pelos obstáculos encontrados na viagem.

Mais tarde, nós - os portugueses - rumamos aos quatro

cantos do mundo crentes na nossa capacidade de o unir. Uns ficaram em África, outros na Ásia, outros ainda nas Américas. Levavam dentro de si a cultura portuguesa e, mesmo assim, adaptaram-se a climas, culturas e diferenças. A adaptação não foi fácil, nem pacífica, nem mesmo imediata. E depois? Não foi assim que se iniciou o processo de globalização que hoje vivemos? Parece então que os portugueses - com todas as adversidades - cumpriram a sua missão: uniram o mundo.

E hoje, a crise apenas nos pede para que sejamos quem somos e caminhemos confiantes rumo aos nossos sonhos. Será possível sonhar e ser otimista no mundo de hoje? Um mundo onde a crise inflaciona os receios humanos e os conflitos mundiais constantes amedrontam as sociedades, desvendando assim um subdesenvolvimento psíquico, moral e intelectual dos povos mais desenvolvidos.

Não, não é possível. É determinante, é necessário, é um dever adquirido à nascença. Por que só assim é possível aproveitar as oportunidades trazidas pela crise. Só assim é possível reverter o subdesenvolvimento existente e minimizar os conflitos mundiais. E tal só acontece através da mudança de mentalidades, de formas de estar e de viver em comunidade através da adoção de uma postura mais otimista.

Posto isto, parece pertinente refletir sobre o otimismo como alimento do sonho. O que é afinal o otimismo? O que é ser otimista? E finalmente, será o otimismo fundamental para o sonho português?

Cresce com a crise. Sintoniza a frequência certa para o receber.



“Posso ter defeitos, viver ansioso e ficar irritado algumas vezes,
Mas não esqueço de que minha vida
É a maior empresa do mundo...
E que posso evitar que ela vá à falência.
Ser feliz é reconhecer que vale a pena viver
Apesar de todos os desafios, incompreensões e períodos de crise.
Ser feliz é deixar de ser vítima dos problemas e
Se tornar um autor da própria história...
É atravessar desertos fora de si, mas ser capaz de encontrar
Um oásis no recôndito da sua alma...
É agradecer a Deus a cada manhã pelo milagre da vida.
Ser feliz é não ter medo dos próprios sentimentos.
É saber falar de si mesmo.
É ter coragem para ouvir um “Não”!!!
É ter segurança para receber uma crítica,
Mesmo que injusta...”

Pedras no caminho?
Guardo todas, um dia vou construir um castelo...”

Fernando Pessoa



O que é o otimismo?

Ao longo dos vários anos em que o otimismo foi estudado surgiram teorias contraditórias. A primeira vez em que foi referida a palavra otimismo foi numa revista do século XVIII, dirigida pelos Jesuítas de Trévoux, num artigo que defendia que o mundo atual é o melhor que pode ser criado onde mesmo o mal contribui para o triunfo do bem.

Desde então, o otimismo ganhou terreno dentro do campo da Psicologia, promovendo até o aparecimento da Psicologia Positiva, a qual demonstrou ao longo dos tempos que a qualidade de vida depende em grande parte do modo como se encara a realidade. Por outras palavras, a forma como se interpreta os acontecimentos determina o comportamento e as ações, condicionando assim o futuro.

Várias foram as definições apresentadas sendo a mais corrente a do antropólogo Tiger (1979), que refere que o otimismo é “uma disposição ou atitude associada a uma expectativa sobre o futuro material e social, que o avaliador olha como socialmente desejável para o seu proveito ou prazer”.

A verdade é que nem todos os estudos definiram este fenómeno como uma atitude. Ricardo Vargas (2006) entende que o otimismo é “uma emoção baseada em crenças e orientada para o futuro”, reduzindo o otimismo a uma crença que no futuro tudo ficaria melhor. Martin Seligman (1991), no seu livro “Learned Optimism”, definiu-o como “uma característica da espécie humana que influencia as emoções e o comportamento humano”. Desta feita, o otimismo é visto como uma característica cognitiva em relação a um futuro

desejado e tido como de sucesso, se bem que tendo também uma forte componente emocional e motivacional.

Mais recentemente, Helena Marujo referiu durante uma entrevista ao Jornal Público que o “otimismo é uma característica individual que, embora possa ter algumas influências genéticas, pode ser apreendida e implica sempre a capacidade de ter expectativas positivas acerca do futuro e acreditar que o que está para vir é bom. Isto para além da capacidade de ver o melhor da vida. Mesmo nas situações mais problemáticas, desafiadoras e, até, dramáticas, o otimismo traduz-se na capacidade de retirar alguma aprendizagem e algum ponto positivo”.

O que é ser otimista?

Do confronto das muitas definições apresentadas, pode concluir-se que o otimismo assenta sobre diversos pressupostos. O pressuposto do eu (conhecimento interior), o pressuposto do meio envolvente (conhecimento exterior) que são fortalecidos pela crença e estima pelo que se é, se faz e o que a vida nos dá. Desta forma opta-se pelo pensamento positivo, pela criatividade e pelo empenho. Por isso, ser otimista é:

Definir objetivos e metas, focando no que se pretende.

Fazer por alcançar os próprios objetivos, mantendo uma postura confiante e persistente ainda que se depare com uma ou mais dificuldades.

Saber que a forma como se olha, se interpreta e se sente a realidade influencia a mesma, por isso há que fazer por ver e esperar o melhor para se receber o melhor.

Ver o insucesso, o fracasso e o erro como uma excelente

oportunidade de aprendizagem, por isso há que anotar, aprender e seguir em frente.

Gostar de si, apreciar-se e viver com entusiasmo.

Lidar de forma controlada com as próprias emoções, ouvindo mais do que fala e respeitando mais do que impõe.

Manter uma comunicação alegre, divertida, incentivadora e valorizadora da vida.

Ter sentido de humor, não receando rir das próprias desgraças, procurando encontrar algo de positivo.

Dedicar-se a transformar sonhos em realidade, recusando a ideia de um destino marcado e contrariando a cultura do desânimo, do desalento e da crítica destrutiva.

Referências Bibliográficas:

- Marujo, H., Neto, L. & Perloiro, M. (2001) Educar para o otimismo. Lisboa: Editorial Presença.
- Seligman, Martin E. P. (1991) Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life. New York: Knopf.
- Snyder, C. & Lopez, S. (2005) Handbook to positive psychology. New York: Oxford University Press.
- Vargas, Ricardo (2006) O problema do otimismo. Lisboa: Selecções do Reader's Digest.

Enfim, o otimismo é uma desintoxicação mental, que permite viver de uma forma mais consciente.

Parece assim oportuno dizer que o otimismo alimenta o sonho, uma vez que se trata de um estado de espírito que promove o crescimento global através do pensamento e comportamento positivo face a todas as situações da vida, se bem que associado sempre a uma atitude responsável perante a realidade. Enfim, o otimismo é uma desintoxicação mental, que permite viver de uma forma mais consciente.

Pergunto então, como pode o otimismo alimentar o nosso sonho – o sonho de Portugal?

O português é resiliente, cooperante, hospitaleiro, atencioso e adapta-se facilmente a qualquer mudança. A abertura que tem ao que vem de fora facilita a aprendizagem de outros idiomas e a relação com outras culturas. Portugal tem um clima ameno, praias marítimas, fluviais, espaços naturais de lazer e uma cultura rica, sendo ideal para o turismo.

Por isso pergunto, o que falta então para que o português concretize o seu sonho?

Atualmente, grande parte dos portugueses sonham com um país estável económica, política e socialmente. Descontentes com o rumo que o país leva, os portugueses andam cabisbaixos, irritados e em constante frustração face ao futuro. Todos os meses se encontram razões para fazer uma nova greve, na esperança que algo mude. A verdade é que tudo se mantém na mesma.

O que nos resta então? Restamos assumir o que fomos, o que somos e o que queremos ser. Assumir os erros cometidos até então! Por todos nós! Afinal, o voto dá-nos a responsabilidade de

sonhar e de exigir os nossos direitos e de cumprir os nossos deveres. Votamos em governantes para facilitar a gestão do país. Mesmo assim, é nosso dever cuidar para que essa gestão seja de qualidade e justa para todos os cidadãos.

Como pode o povo português esperar que o governo exija, se o povo não exige?

Como pode o povo português esperar que o governo faça, se o povo não faz?

Como pode o povo português esperar que o governo mude, se o povo não está disposto a mudar?

Nós – povo português – somos os motores do nosso sucesso, por isso há que assumir a nossa responsabilidade de exigir, de fazer, de mudar e de ser mais Português. Está na hora de assumir e de valorizar o que somos e o que temos, de viver de acordo com a nossa essência e caminhar unidos rumo a um futuro risonho.

Sinceramente, eu sonho com um Portugal mais país e menos aglomerado de gente. Sonho com um Portugal unido, cooperante e constituído por cidadãos mais conscientes e mais responsáveis pelos próprios atos. Somos todos responsáveis pelo estado caótico do país, por isso a sua recuperação está nas nossas mãos. Todos "vestimos a camisola" no momento das vitórias. Então, arregacemos as mangas, neste momento menos bom, para que as vitórias voltem a sorrir. Cabe a cada um de nós fazer o melhor que sabe, para que no fim o todo seja beneficiado. A consciência das nossas responsabilidades como cidadão é o princípio do crescimento do povo e do país.

Com otimismo mudaremos o nosso país, a nossa mentalidade e seremos orgulhosamente mais Portugal e mais Português!

Curiosidades

O gelado combate o stress

O gelado contém triptofano. Este aminoácido acalma e reduz a agressividade, aumentando assim a produção de serotonina - o hormônio do bem-estar, conforme estudo do Centro de Medicina da Universidade de Maryland.

A natureza beneficia a saúde

O jornal Social Sciences & Medicine mostrou que as pessoas que vivem numa região com um alcance de 3km de área verde possuem mais resistência aos impactos negativos na saúde causados por eventos estressantes.

As cores afetam o espírito

Para quem procura melhorar o estado de espírito e adotar o otimismo e a alegria como filosofia de vida deve procurar unir ao pensamento positivo as cores que mais o sugerem. Neste caso, a cor amarela e a cor laranja potenciam e sugerem a esperança, o otimismo, a jovialidade, a boa saúde, a vitalidade, a alegria, a criatividade, a confiança, a coragem, a espontaneidade e a atitude positiva perante a vida.

O otimismo cresce com a dedicação

A dedicação aos outros ajuda a aumentar a autoestima, a realização pessoal e o otimismo. Assim, ser voluntário pode ajudar a melhorar o bem-estar, visto consistir principalmente na partilha do que temos de mais precioso: amor, felicidade, sabedoria, conhecimento, tempo e humildade.



Dê asas à sua imaginação!

Como seria prazeroso para aqueles que ama receber um pedaço da sua criatividade! Aproveite materiais que pretende deitar fora e dê asas à sua imaginação para criar os próximos presentes que lhes oferecer. Surpreenda familiares e amigos com presentes originais e maravilhosos.





O “lixo” que as árvores deixam cair pode facilmente transformar-se em arte. Com pequenas pinhas se faz o corpo, os ramos das árvores tomam o lugar de berço e os estames formam a cabeça do menino Jesus, dando-se assim os primeiros passos para construir um presépio natural e original.



Tudo se une com o intuito de comunicar felicidade, paz e serenidade.



Fig. 1

Outras aplicações



Fig. 2

Fig. 1 | Um prato prestes a ser atirado para o lixo transformou-se num objeto de decoração coberto com papel de alumínio pintado a dourado e adornado com cola quente, um búzio, duas flores e pérolas.

Fig. 2 | De um balão cheio de ar nasce um centro de mesa. Revestiu-se o balão com papel embebido em cola branca e água. Depois de seco cortou-se o balão para definir a abertura do vaso. O suporte foi feito com cartão, um prato de plástico cortado em bico e banhados na cola branca com água. No final cobriu-se com tinta azul e prateada.

Fig. 3 | De um pacote de leite saiu a cabana para dar abrigo ao recém-nascido menino Jesus. Botões, pérolas e bolas de terço fazem os corpos de Nossa Senhora, S. José e o menino Jesus.



Fig. 3

A olhar o mar

I.

A olhar o mar percebi que para nos unirmos verdadeiramente a outro ser há que alcançar a naturalidade das ondas do mar, que chocam umas nas outras e rapidamente se transformam numa só onda gigante, reforçando assim a sua força.

II.

A olhar o mar perguntei-me como conseguem as ondas do mar chegar à areia com tanto obstáculo no caminho. Aparentemente algumas terminam a sua jornada mais cedo, sem alcançar a terra prometida. A verdade é que apenas se unem para lá chegar... naturalmente... as pequenas ondas são rodeadas pelas maiores – que perante a pedra dura – as desviam, deslizando rumo ao seu objetivo, a areia. Depois é vê-las divertirem-se a desaparecer no meio dos grãos de areia, deixando para trás o rasto branco da sua alegria.

III.

A olhar o mar apreciei o desapego delas. Mesmo sabendo que morrem ao tocar a areia, as ondas deixam-se levar e terminam a sua viagem no leito arenoso, por vezes quente, da praia. Independentemente da experiência, continuam a cumprir a sua missão e a viver de acordo com a sua essência.

IV.

A olhá-lo percebi que a vida é como o mar. Uns dias mais calmos outros mais agitados, se bem que sempre em renovação. Há momentos na vida em que pensamos que a viagem chegou ao fim e, na realidade, apercebemo-nos que apenas começou um novo ciclo, bem à imagem das ondas do mar. Ao bater na areia, as ondas parecem acabar a sua jornada, a verdade é que logo recolhem ao leito do oceano para iniciá-la de novo.

V.

Sentei-me nas escadas que levam até à areia humedecida pelas ondas frias do mar. Fechei os olhos e fiquei ali perdida nos meus pensamentos. Rapidamente me deixei invadir pelo som único do meu professor de cada dia.

Poucos segundos passaram até que reparei no silêncio que se sente após o rebentamento de uma onda. Primeiro sente-se um estrondo poderoso – próximo ao do rebentar de uma bomba – e depois logo se sente o deslizar suave da onda na areia. Assim que a onda desenrola sobre a areia sente-se o som do borbulhar da espuma e de seguida o chegar de uma nova onda a recolher a sua precedente.

2013, o ano da responsabilidade consciente

A viragem do ano é uma nova oportunidade de renovar energias e confiança no caminho que desejamos percorrer. A aproximação de um novo ano promove a avaliação do que chega ao fim e também a definição dos objetivos que se pretende alcançar naquele que se inicia.

Muitos serão aqueles que se lembrarão da crise para definir o ano de 2012, devido ao momento de instabilidade económica, social e financeira que vivemos em Portugal. Seguindo o mesmo raciocínio, defino **2012** como o **ano da transformação** – nele se iniciou o período de transformação que a sociedade portuguesa exige há muitas décadas.

Portugal vive imerso em dívidas, interesses e burocracias que tanto beneficiam os poderes instalados. Os portugueses sobrevivem sedentos de valores que permitam recuperar o país e equilibrar os benefícios de cada cidadão.

A verdade é que este período de transformação exige um povo capaz de criar uma **nova mentalidade** e, com força de vontade e confiança, criar uma **nova estratégia de ação**. Para fazer face à crise, Portugal precisa de investimento externo. Este está dependente de reformas a vários níveis, de forma a oferecer garantias de longo prazo aos investidores.

Assim, o povo português precisa de **coragem para exigir** a reforma do sistema fiscal, judicial e administrativo com o intuito de promover a eficácia dos tribunais, a revisão legislativa, a diminuição da burocracia e da corrupção, para além de evitar que a demagogia política continue a proteger os poderes que muito beneficiam do desconhecimento popular da realidade efetiva do país.

A qualidade de trabalho e a confiança

deste na recuperação do país aliado à implementação de medidas de proteção da economia europeia, devido à deslocalização da indústria do Ocidente para Oriente, são também aliados importantes no crescimento económico de Portugal e da Europa.

Enfim, deixemo-nos de hipocrisias, a recuperação do país passa também pela **recuperação da força produtiva, agrícola e piscatória do mesmo**, pois é impraticável os portugueses continuarem a consumir mais do que produzem. Nesse sentido, o crescimento económico e social de Portugal está dependente da **intervenção consciente do povo**. A definição das despesas a reduzir, das medidas de prevenção e proteção a implementar são pontos primordiais de colaboração do povo no desenvolvimento económico, político e social do país. Posto isto, o ano de **2013** assume assim o papel do **ano da responsabilidade consciente do povo** nos destinos de Portugal, seja através de medidas individuais ou medidas interventivas ao nível da governação do país – como por exemplo, os referendos.

O importante neste período é acreditar que todos juntos seremos capazes de mais uma vez ultrapassar os obstáculos que temos no caminho, aprendendo de uma vez por todas que quando existem injustiças motivadas pelos interesses de determinados grupos económicos e políticos, o prejudicado é o país – ou seja, todos nós! Assim, se todos vivermos com uma conduta de respeito e lealdade à pátria, todos ganhamos porque o país cresce em harmonia e equilíbrio.

Chegou a hora! Chegou a hora de sermos Portugal!

Ami



a pequena casa velha

Sinopse

Ami é uma pequena casa velha que vive no lugar da Alegria. O seu jardim é o mais animado das redondezas. Mesmo assim, rodeada de alegres espécies, Ami sente-se triste por estar vazia há muitos anos. Desespera por ter o seu interior repleto de estórias e brincadeiras dos seres estranhos que já a habitaram.

Com a ajuda dos seus amigos, Ami abre o seu coração e cativa a família tão desejada, demonstrando assim que apenas bastava acreditar que as suas preces seriam ouvidas.

Excerto

(...)

“Ami sabe que precisa de acreditar mais em si. A verdade é que os longos anos de escuridão e de um imenso vazio provocaram um sentimento avassalador que lhe emperra as portas e janelas. Elas não têm qualquer vontade de se abrir.”

(...)

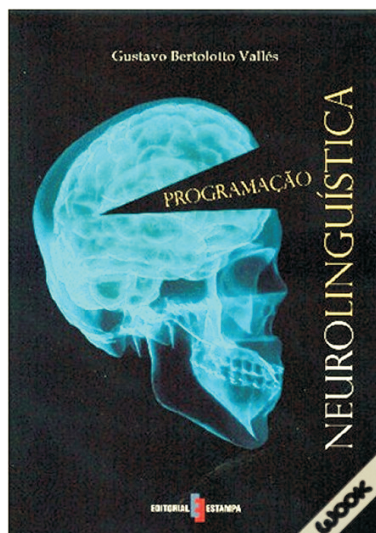
“Enquanto os cânticos e as gargalhadas beijavam o vento, o dia chamou a noite à festa e com ela vieram os pirilampos, iluminando as janelas da pequena casa com a sua cintilante presença. Nesse momento, passava pela estrada uma família com três crias.”

(...)

“As crias juntaram-se ao irmão, enquanto a mãe exausta deslizava lentamente por uma parede até se sentar confortavelmente no chão. Antes que chegasse ao chão, um dos coelhos empurrou uma almofada que, honrada por esta escolha, lhe amparava o corpo e o doce sorriso de agradecimento.”

(...)

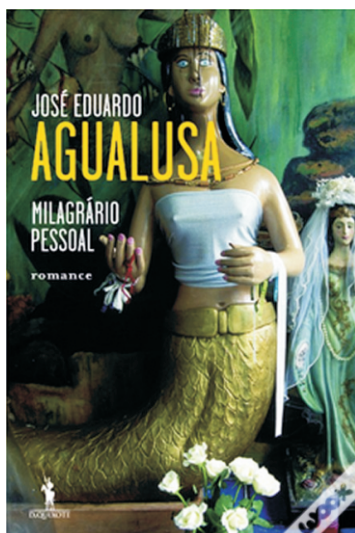
“É perfeita para nós!”



Uns superam-se dia após dia. Outros desistem, fracasso após fracasso. Segundo Gustavo Bertolotto isto acontece devido à utilização de “*a arte e a ciência da excelência pessoal*”, denominada PNL.

No livro “**Programação Neurolinguística**” pode consultar as chaves para conhecer o funcionamento da mente e as ferramentas para aplicar estes conhecimentos à solução de problemas concretos da vida, a nível pessoal, familiar e profissional.

Neste livro é possível tomar conhecimento das técnicas que abriram novos caminhos ao mundo do conhecimento, do desenvolvimento pessoal e da comunicação.



“**Milagrário Pessoal**” conta a estória de uma jovem linguista portuguesa, Lara, que se deixa levar numa aventura pelo mundo da língua portuguesa apenas motivada por dois sentimentos contraditórios. Maravilhada e assustada pelo fenómeno de novas palavras surgidas do nada na língua portuguesa, Lara recorre ao aconselhamento e companhia de um velho professor angolano e anarquista para investigar o desenvolvimento subvertido que a língua portuguesa sofre a cada dia. Através de um romance de amor, José Eduardo Agualusa transporta-nos numa viagem pela história da língua portuguesa.



Leila Navarro desenvolveu nos últimos 20 anos investigações sobre os fatores que levam as pessoas à felicidade, à realização dos seus sonhos e metas e à conquista de uma melhor qualidade de vida.

“**Talento para ser feliz**” reflete a personalidade da autora – otimista, criativa, empreendedora, e comunicativa. Apresenta tópicos orientadores de reflexão sobre a atitude perante a vida e o estilo de vida que escolhemos.

O livro convida o leitor a visitar-se interiormente, refletindo assim sobre o papel da sua vida, através de questões que a autora levanta e de visões pessoais sobre a felicidade e a capacidade do ser humano em a alcançar de forma simples e natural.

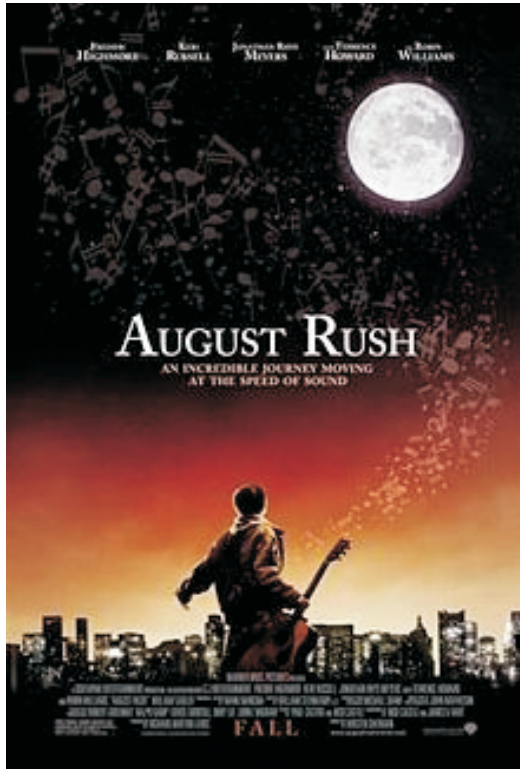
“**Um guia para a vida**” é o resultado de encontros improváveis entre Tenzin Gyatso, o XIV Dalai Lama – líder espiritual do Tibete –, e Howard C. Cutler, médico psiquiatra – que se dedicou a estudar a medicina tibetana.

Este livro apresenta as conversas entre dois homens de mundos muito diferentes – o Oriente e o Ocidente – sobre temas de extrema importância para o ser humano e respetivo planeta. Este livro é tão simplesmente um relato de

confidências reflexivas sobre o direito à felicidade, a compaixão, o amor, o ódio, a intimidade, a raiva, a ansiedade ou o medo.

August Rush

O som do coração
de Kirsten Sheridan



“August Rush” conta a estória de *Evan Taylor* (Freddie Highmore), um órfão de onze anos que acredita que através da música encontrará os pais.

Os seus pais, *Louis Connelly* (Jonathan Rhys Meyers) e *Lyla Novacek* (Keri Russell) conhecem-se num telhado de um prédio onde decorre uma festa.

Ela, violoncelista, e ele, guitarrista, conhecem-se e apaixonam-se ao som de uma harmónica e de uma guitarra tocada no centro do parque ali perto.

Uma relação de amor que começa pelo fim. Os dois afastam-se sem perceber muito bem porquê, sem saber que, meses após aquele encontro, se iniciaria a sua reaproximação.

Pouco antes do nascimento do filho, Lyla tem um acidente e o seu pai decide dar a criança para adoção sem o seu conhecimento. Lyla abandona os palcos, levada pela dor que sente ao descobrir que o filho morreu, dedicando-se ao ensino da música na cidade de Chicago.

Por sua vez, Louis perde o gosto pela música e abandona a banda, vivendo em São Francisco como empresário.

Os anos passam. Evan Taylor já completou onze anos e, cansado de esperar pelos pais, foge do orfanato onde viveu toda a sua vida e lança-se numa aventura apenas “seguindo a música” que ouve por todo o lado. Todos os sons são música para os seus ouvidos.

Entretanto, o pai de Lyla está a morrer numa cama de hospital e decide contar-lhe a verdade sobre o filho. Desesperada, viaja para Nova Iorque na esperança de encontrar alguma pista sobre o filho.

Fugido do orfanato, Evan vai para Nova Iorque e é acolhido por *Wizard* (Robin Williams), um homem que vive num anfiteatro abandonado com crianças de rua. Percebendo o valor do jovem órfão, Wizard leva-o para tocar guitarra no parque onde anos antes tinha embalado com uma harmónica e uma guitarra a união dos seus pais.

Wizard dá a Evan o nome artístico de August Rush e todos os dias o leva a tocar naquele parque tão familiar. Ali sente-se mais perto dos pais. A verdade é que Evan se vê obrigado a fugir do anfiteatro devido a uma rusga policial, acabando por se abrigar numa igreja, mais uma vez levado pela música.

Aqui conhece *Hope* (Jamia Simone Nash), uma pequena menina do coro, que lhe ensina as notas e como as escrever na pauta. Logo, Evan começa a passar para o papel as mil e uma músicas que ouve em seu redor – o bater de uma bola de basquetebol, o abrir de uma porta, o abanar de um casaco – tudo em seu redor é música.

Impressionado com o seu talento, o reverendo decide levá-lo até à Julliard, School of Arts. Ali fica durante meses a aprender. O seu génio torna-se de tal forma relevante, que a direção da escola decide convidá-lo a conduzir a orquestra durante a festa anual que terá lugar no parque. Entretanto, Lyla decide voltar a tocar e aceita o convite para o mesmo concerto. Ela tocará antes do filho.

Louis procura Lyla em Chicago e, depois de lhe ser dito que ela tinha ido em lua-de-mel, Louis decide voltar à cidade onde tudo começou e reúne a banda novamente. Na noite em que Lyla toca no parque, Louis toca no bar, onde tocou onze anos antes, se bem que no mesmo dia tem o prazer de tocar guitarra no parque com um jovem génio chamado August Rush, o seu filho.

Louis sente uma forte ligação a Evan e despede-se com um conselho que recebeu da vida – August Rush voltou para a rua e quer participar no espetáculo, se bem que tem medo que Wizard o entregue à polícia. Louis apenas lhe diz que “*nunca devemos desistir da nossa música*”. Esse incentivo motiva Evan a fugir para participar no concerto do parque.

E é guiado pelo violoncelo da mãe, que Evan consegue chegar até ao parque. Também a mãe se sente seduzida pela sua composição e decide voltar ao parque para ouvir a última apresentação da noite. O pai,

que por ali passa a caminho do aeroporto, ouve a música e lê o seu nome e o de Lyla numa publicidade que tem na estrada. Louis sai então desenfreado para o parque onde vê Lyla enfeitiçada pela música de Evan, o seu filho perdido.

Esta estória de amor, encontros e desencontros, confiança, sonho e saudade termina com a felicidade estampada na face do pequeno Evan, sob o olhar apaixonado dos pais.

O que parece de início ser um filme sobre música e o amor por esta, transforma-se em poucos minutos num hino à confiança e otimismo de três pessoas que, sem o saberem, estão ligadas pelo amor, pelo sangue e pela saudade. A música é o caminho que os une. Pelas palavras do pequeno Evan, “*a música está em todo o lado, basta ouvi-la*”.



O Natal é tão simplesmente um sonho partilhado com todos os que amamos e cuidamos. E a quem, ano após ano, nos unimos para, com tranquilidade, amor, altruísmo e lealdade, agradecer mais uma vez o caminho único que vivemos de verdade. Assim, o Natal transforma-se numa época única, a época da gratidão.

E a gratidão nasce da aceitação. Ela anda de mão dada com o otimismo. A gratidão é a capacidade de reconhecer o lado positivo de cada situação e de agradecer por cada inspiração, confiantes na suavidade da vida.

A gratidão está no entendimento que fazemos de certas situações e a forma construtiva como agimos para aprender e viver com elas. A gratidão completa o ciclo iniciado pela confiança no que está para vir

e pela tendência de ver o lado positivo de cada situação.

Para viver com gratidão basta que nos aceitemos como somos e que nos permitamos aceitar os outros como eles são, sem os rotular, sem os catalogar, evitando viver o presente condicionados por acontecimentos do passado ou por suposições de um futuro ainda por vir.

Ser grato exige confiança, aceitação e otimismo para fluir pela vida de uma forma feliz e consciente dos passos que damos e das direções que escolhemos.

Enfim, este Natal seja grato pelo muito que tem!

Toda a gente sabe...

Por hábito vou pouco a cafés e ontem acordei com uma vontade enorme de me esconder no meio da multidão, que sempre enche os cafés mais concorridos. Assim que lá cheguei, sentei-me com uma garrafa de água à minha frente e um caderno de apontamentos à mão. A garrafa era daquelas que contem 33 cl de água. Lentamente virei a água no copo. Dentro caiu apenas o suficiente para tapar um terço do seu espaço.

A minha intenção era encontrar um espaço que me permitisse escrever. A minha intenção era escrever e, mesmo assim, o caderno de apontamentos, que tinha depositado próximo à minha mão direita, manteve-se fechado o tempo todo.

Aproveitei a oportunidade para ficar por ali a observar as várias pessoas que entravam e saíam depois de um café rápido. Os aromas do café acabado de tirar e as doçarias que enchiam as bocas de água misturavam-se no ar aos vários sons das colheres a rodar nas chávenas camufladas pelas expressões convictas daqueles que mal conseguiam sustentar as palavras dentro da boca.

Pouco tempo passou até que os meus ouvidos captassem uma conversa repleta de muitas convicções surreais, se bem que muito reais para quem as expunha. Quase de rajada, ouvi a frase “*toda a gente sabe...*” seguida de uma qualquer consideração política ou desportiva.

Em poucos minutos fiquei a saber que “*toda a gente sabe*” que todos os políticos, dirigentes desportivos e empresários de sucesso são corruptos e estão dispostos a tudo para levar a água ao seu moinho. Havia quem dissesse

frequentemente que “*todos eles fazem a panelinha juntos e depois cada um recebe o seu quinhão*”.

Bem, a verdade é que a conversa terminou com o fim do cafezinho que bebiam todos os dias antes de se deslocarem para o trabalho. A conversa continuou com os que ficaram. Primeiro, sobre a família e respectiva saúde. Depois sobre o clube de futebol, que “*está a fazer bons jogos, mas tem que começar a usar as armas que os outros usam ou não consegue ser campeão*”. E por fim, sobre a situação de desemprego que se abateu sobre uma das famílias.

A conversa rumou direito à dificuldade que o casal tem em encontrar um novo emprego. O outro, preocupado com a situação, lembrou-se que conhecia alguém numa empresa – a quem, pelos vistos, tinha arranjado uma consulta no hospital – a quem iria “*dar uma palavrinha*”, terminando com um “*sabe como é, uma mão lava a outra e as duas lavam a cara*”.

Na minha cabeça começava a rodar a frase “*toda a gente sabe*”. Foi tão forte que perdi o fim da conversa. Mal me apercebi da saída da “*panelinha*” que se formava ali mesmo à minha frente. O bloco de apontamentos continua fechado, a água no copo a gelar a minha mão e o meu pensamento a fervilhar de nada para escrever ou dizer, apenas aquela frase me atormentava com um momento de pura desinspiração.

Enfim, “*toda a gente sabe*” que estas coisas acontecem no nosso lindo país à beira-mar plantado. Só não percebo porque “*toda a gente se queixa*”...

O amor e o ciúme podem coexistir?

Descubra na próxima edição da d'autor, a revista que sonha!



Do sonho nascem grandes feitos!