



# CONFRADES DA POESIA

www.confradesdapoesia.pt - Email: pinhaldias@gmail.com



«JANELA ABERTA AO MUNDO LUSÓFONO/UNIVERSAL»

## SUMÁRIO

Capa: 1 / Musa Poética: 2,3,4 / Versejador: 6 / Contos e Poemas: 7 / Bocage: 5,8,9,10 ,11 / Ponto Final: 12

## EDITORIAL

O BOLETIM Mensal Online (PDF) denominado "Confrades da Poesia" foi fundado com a incumbência de instituir um Núcleo de Poetas, facultando aos (Confrades / Lusófonos) o ensejo dum convívio fraternal e poético. Pretendemos ser uma "Janela Aberta ao Mundo Lusófono e outros países"; explanando e dando a conhecer esta ARTE SUBLIME, que praticamos e gostamos de invocar aos quatro cantos do Mundo, apelando à Fraternidade e Paz Universal. Subsistimos pelos nossos próprios meios e sem fins lucrativos. Com isto pretendemos enaltecer a Poesia Lusófona, no acréscimo da Poesia Universal e difundir as obras dos nossos estimados Confrades que gentilmente aderiram ao projecto "ONLINE" deste Boletim. Somos parceiros do "Mensageiro da Poesia".

Promovemos "A Paz"

«Este é o seu espaço cultural dedicado à poesia»

Para nós não existe concorrência. Existem parceiros de actividade!

VERSEJADOR .... página 6

FELIZ



ANO NOVO

2020

Nesta edição colaboraram 42 poetas

Deixamos ao critério dos autores a adesão ou não ao "Novo Acordo ortográfico"

## FICHA TÉCNICA

Boletim Mensal Online  
Propriedade: Pinhal Dias - Amora / Portugal | Revisão: Conceição Tomé  
A Direção: Pinhal Dias - Fundador

**Colaboradores:** Albertino Galvão | Amadeu Afonso | Amália Faustino | Amália Silva | Anabela Dias | Anabela Silvestre | Anna Paes | António Mestre | Carlos Bondoso | Carmindo Carvalho | Catarina Malanho | Chico Bento | Conceição Tomé | David Lopes | Filipe Papança | Filomena Camacho | Hermilo Rogério | João Coelho dos Santos | João da Palma | Jorge Ferreira | Jorge Humberto | José Carlos | José Jacinto | Lauro | Luís Fernandes | Magui | Manuel Nobre | Maria Procópio | Maria Vitória Afonso | Miraldino Carvalho | Natália Fernandes | Paco Bandeira | Pinhal Dias | Quim D'Abreu | Rita Rocha | Rosélia Martins | Silvais | Silvino Potência | Tito Olívio | Vitalino Pinhal | ...



# «Musa Poética»

## O Destino de quem se vende

A mulher do taberneiro  
Vendo voar o dinheiro  
Dizia em tom zangado  
Isto vai ter que acabar  
Ou vamos a porta fechar  
Se continuar a vender fiado

O taberneiro respondia  
Deixa lá, que qualquer dia  
Tudo se há-de arranjar  
Vais ver que os fregueses  
Que eu fei tantas vezes  
Hão - de vir aqui pagar

Mas tal não aconteceu  
E uma tarde lá apareceu  
À porta o primeiro credor  
E a mulher do taberneiro  
Como não tinham dinheiro  
Lhe dizia, meu senhor

Compreenda meu bom amigo  
Temos dividas para consigo  
Mas não podemos pagar  
O taberneiro insistia  
Fiava a quem lhe pedia  
E teve que a porta fechar

Para ser maior a desgraça  
A taberna foi á praça  
E o taberneiro foi pedir  
De porta em porta bateu,  
Mas ninguém lhe respondeu  
Ficando-se dele a rir

Esta história que contei  
É pura ficção, mas eu sei  
Que bem real podia ser  
Deve nisto bem pensar  
Aquele que vai comprar  
Para tornar a vender.

Chico Bento - Suíça

## Amor e Paz

As palavras que eu escrevo  
Não têm horas certas,  
Simplesmente o motivo  
Dos generosos poetas.  
Que ajudam quem falta faz  
Com ternura e carinho  
Vamos seguindo o caminho,  
Fraternal de amor e paz.

Luís Neves - Amora

## PENSANDO

Tracei o teu sorriso numa folha,  
Debruada de versos de ternura,  
Pensando ser mais fácil a recolha  
Dos cacos da minha alma em amargura.

Desenhei teu olhar no tecto branco,  
Para te ver do leito solitário,  
Pensando que esse brilho doce e franco  
Podia minorar o meu fadário.

Moldei-te as mãos em barro de escultor,  
À volta do meu peito, em liberdade,  
Pensando que um abraço teu, de amor,  
Poderia acalmar minha ansiedade.

A tua voz, de acordes musiquei,  
Em mil pautas de estranhas melodias,  
Pensando que, nas odes que criei,  
Podia olvidar que me fugias.

Porém, todas as artes se goraram,  
Pois me faltou o génio que é preciso.  
As minhas intenções não resultaram...  
Nem mãos, nem o olhar, nem o sorriso.

Pintei teu corpo de açucena-alvar,  
Então, em desespero de demente,  
Bebi-te o aroma até me embriagar  
E fui-te desfolhando, lentamente.

Ti Olívio – Faro

## Não Gosto do Fado Chorão

Fado que tem vocação  
Prá tristeza e choradeira,  
Por ser tão triste e chorão,  
Não o quero à minha beira.

Ao fado que canta a vida,  
A liberdade, o amor,  
Dou atenção merecida  
Dele sou leal cultor.

Hermilo Grave  
Paivas/Amora  
N.A. - O fado chorão é o  
muro das lamentações do povo português.  
Desculpem-me os seus admiradores.

## “Um Convite P’ra Tomar Chá” ...

de riso escancarado. Rir a bandeiras despregadas que é como quem diz; vou morrer de rir porque rir é o melhor remédio depois deste convite exageradamente mergulhado em chá!

Silvino Potêncio - Natal/Brasil

## Natal sempre Triste

Na lareira o grande pau de azinho  
Chamado o madeiro de Natal  
Na mesa os cristais dão brilho ao vinho  
Nossa ceia decorre trivial

Em família há calor humano  
Crianças, alegria efusante  
Mistura de sagrado e de profano  
Lá para o fim abre-se o espumante

Natais do Alentejo, o sonho em balo  
Revivo-os então penosamente...  
Preparados para a Missa do Galo...  
Tanta alegria e nosso Zé vivente

Hoje o natal é outro, é sempre triste  
Paira em nós o queixume duma guerra  
Porque a angústia duma dor existe  
Em causa, esteve a paz na nossa terra

P’la vida injustamente ceifada  
Nossos natais serão sempre tristonhos  
Amargo viver na terra desolada  
Pelo morrer de tão fraternos sonhos.

Maria Vitória Afonso - Cruz de Pau/

## Genes da Iniquidade

Tanta reza ou queixume,  
Por falta de lealdade:  
Todos nós somos o lume,  
Na fogueira da maldade!

Ninguém se deve arvorar  
Em ser dono da verdade:  
Somos passíveis de errar,  
Assim é a humanidade!

Se metade de nós é amor,  
Não é a outra metade:  
Todos, seja lá quem for,  
Tem genes da iniquidade!

São Tomé - Corroios



# «Musa Poética»

## LÍRICAS UTILIDADES

Nenhuma estrela é inútil...  
inúteis são os olhos  
que não conseguem ver bem mais  
que alguma trópega luminosidade.

Nenhum olhar é inútil...  
inúteis são os espelhos  
que não refletem  
as mesmas estrelas,  
mares,  
montanhas,  
rios,  
cordilheiras  
e risos  
ou lágrimas  
de outros olhares.

Nenhum sentimento é inútil...  
inúteis são os homens  
sem idéias  
e ideais  
e sem líricas e sensíveis possibilidades  
de melhores transformações.

Nenhum segundo é inútil...  
inúteis são os ponteiros  
sem tempo  
de dar vida ao tempo dos relógios  
que pulsam  
palavras  
e  
ritmam  
poesias.

Luiz Poeta - Luiz Gilberto de Barros  
RJ/BR

## É Natal de Fantasia

Natal de fantasia;  
De som, de cor, de alegria;  
De cheiro a fritos e aguardente...  
Lembram-se os entes ausentes  
Longe, mas presentes.  
Há frio, há neve...  
Há lenha que queima...  
Dá para sonhar acordado  
Revivendo o passado;  
Alguns bem amargurado...  
Ou por vezes engraçado,  
Tudo vai ser recordado;  
Na noite da consoada,  
Nessa noite abençoada,  
E por alguns celebrada...

Catarina Malanho - Amora

## Oração de criança

Que as estrelas possam irradiar  
amor, esperança... para erradicar  
a fome que dilacera, que agonia...  
Haja, neste Natal, paz e alegria.

Que abelhas tragam mel e doçura  
As nuvens agasalho, calor, ternura  
É a minha oração, plena de fervor,  
Ao Deus Supremo, Cristo Salvador.

Que nasçam flores em profusão,  
As pétalas se transformem pão  
para a fome, às crianças, saciar  
e à mesa, a refeição para cear.

Que a brisa, como melodia entoe,  
e a mensagem confortante ecoe,  
que O Grande Redentor nasceu,  
a guerra cessou! A paz renasceu!

Filomena Gomes Camacho - Londres

## AOS PAIS

Deixai as crianças brincar,  
Com espaço para a imaginação,  
Que uma criança sabe criar  
Do nada portentoso avião.

De mil ofertas as quereis saciar,  
Que nada lhes falte para satisfação:  
Mas de escolha tanta se não-de fartar,  
Pois que o excesso limita a acção.

Quando os pais, por pensar,  
Julgam desta, a melhor solução,  
Não esqueçam então de cuidar:

Que se não virdes na criança,  
Mais que um resignar sem esp'rança,  
Essa é a árvore, da vossa pretensão.

Jorge Humberto - Santa-Iria-da-Azóia

“O Cristo não ensinou  
A fazer mal a alguém  
Morro “pobre” porque sou  
Mais “rico” do que ninguém”

Silvais – Alentejo

## MAGIA DE NATAL

Ah! Se eu fosse alegria...  
Pelo mundo... eu iria...  
Espalhar aos quatro ventos,  
Acabando com sofrimentos.

Há! Se eu fosse felicidade...  
Os povos dariam as mãos,  
Neste mundo sem idade...  
Como se fossem irmãos.

Ah! Se eu fosse magia...  
Muito ainda mudaria...  
Daria pão com certeza,  
Para o pobre pôr na mesa.

Acabaria com as doenças,  
E neste mundo desigual...  
Sem tricas ou desavenças...  
Nesta quadra de Natal.

Não teríamos mais guerra,  
Mas sim... paz na terra.  
Todos a sorrir... e como tal  
Em todo e qualquer dia.  
Ah! Se eu fosse magia...  
Seria para sempre...NATAL

Maria de Jesus Procópio  
Paivas/Amora

## O avião

Vi um avião voar,  
Eu sei lá para onde ia,  
E era para assustar  
O barulho que fazia.

Se fosses no avião,  
Eu queria ir também;  
Nasci com os pés no chão,  
Tu para ires mais além.

Se me levasses contigo,  
Não sei no que iria dar:  
Tenho medo e não consigo  
Andar lá cima no ar.

Talvez que, por ser tão doce,  
Este meu amor profundo,  
Mesmo com medo, eu fosse  
Contigo ao fim do mundo.

Tito Olívio - Faro



# «Musa Poética»

## Abril abril

já lá vai lá vai  
Para quem no-lo esconde  
enquanto o povo se distrai  
Abril abril  
Já cá não governas  
Fomos bem levados  
Pelo mito das casernas  
Abril abril  
já lá vai lá vai  
Para quem no-lo esconde  
Enquanto o povo se distrai  
Abril abril  
Não há quem entenda  
Quanto mais te afastam  
Menos há quem te defenda

AI! Anda um povo a vida inteira  
Levado por charlatões  
E pela própria bandeira  
E quando um seu fiel  
Com memória ou valentia  
Canta abril democracia  
O povo acaba com ele

Abril abril  
já lá vai lá vai  
Para quem no-lo esconde  
enquanto a gente se distrai  
Abril abril  
Já cá não governas  
Fomos bem levados  
Pelo mito das casernas  
Abril abril  
já lá vai lá vai  
Para quem te esconde  
Enquanto o povo se distrai  
Abril abril  
Não há quem entenda  
Quanto mais te afastas  
Menos há quem te defenda

Paco Bandeira – Montemor-o-Novo

## Fim e início

Que bom seria  
Adivinhar da tua chegada  
O momento  
A noite ou o dia.

Tu és de tudo o ponto final  
Do sonho e do real  
O nada afinal.

Tu és o fim do suplício  
Do descanso eterno o início.

Carmino de Carvalho - Nagosa/Viseu

## SIM, SIM, SIM

Se a teu lado sou feliz  
assim quero continuar  
quero ter o teu amor  
quero sofrer a tua dôr  
nada me fará mudar

Quando olho para ti  
sinto em mim felicidade  
se um dia não te vejo  
aumenta o meu desejo  
quase morro de saudade

Quando te vejo sorrir  
meu peito sorri também  
ó meu amor adorado  
quando estás a meu lado  
canto-te assim meu bem

Nem sequer quero pensar  
que eu te possa perder  
o que faria eu sozinho  
sem teu amor e carinho  
não iria sobreviver

Não imagino esta vida  
sem te ter amor ao lado  
eu saio de manhãzinha  
e quando volto á noitinha  
de saudade estou cansado

Agora para terminar  
esta cantiga também  
nos versos desta canção  
é para ti este refrão  
ó meu amor meu bem.

Refrão

Sim, sim, sim  
sempre assim te hei-de dizer  
quando tu me perguntares  
se só teu eu irei ser

Não, não, não  
também assim sei falar  
se um dia imaginares  
que eu te possa deixar.

Chico Bento-Suíça

A eternidade de cada texto  
ou até um livro, é a  
sequente futura ação do  
escritor que abriu o cenário  
com apenas uma letra.

Silvino Potência - Natal/Brasil

## Pedido de Natal

Neste Natal, haja bonança,  
E que traga nova esperança  
Para um mundo melhor,  
Livre de guerras e de fome,  
Do materialismo que consome  
Ao ser humano todo o amor.

Vamos iluminar os caminhos  
Com a Estrela da fraternidade.  
Caminhos livres de espinhos,  
Para toda a humanidade.

Dois mil anos em registo,  
Chegamos à era digital  
Sem o bem vencer o mal.  
Isso, não estava previsto.

Tudo continuou igual, pelo visto.  
E para uma profunda mudança,  
Precisa-se de uma Nova Aliança  
Entre os homens e Jesus Cristo!

São Tomé - Corroios

## A Loucura do Natal

Suprema maravilha do Ser,  
Que se desprende.  
E nos surpreende!!!!

Sinal divino.  
Anunciando,  
O Deus menino.  
Uno e trino!

Alegria misteriosa.  
Beleza mais formosa,  
Suave oração de amor.  
Suavizando toda a dor!!!

Filipe Papança - Lisboa

Amanhã vou ser feliz  
não tenho a alma pequena  
tudo valerá apenas.  
para sarar uma cicatriz  
matar um cancro pela raiz  
está na força de viver  
amanhã vou ser feliz  
e seja o que Deus quiser.

Vitalino Pinhal - Sesimbra

**O HOMEM...  
QUE A OUTROS CÁ MARCOU**

Neste meu simples poema quero recordar,  
O jovem que veio do outro lado do mar,  
Para aqui jogar á bola... a sua grande paixão...  
E esse jovem, que por cá ninguém conhecia,  
Deu a conhecer Portugal e o que de bom cá havia,  
Apenas jogando á bola com os pés, e alegria no coração.

No campo de futebol muitos golos ele marcou,  
Mas em todos os jogos em que jogou,  
Deixou a marca de quem a todos respeitava...  
De origem humilde... que nunca rejeitou,  
Por cá viveu e por muito tempo cá ficou,  
Continuando a viver o futebol... que tanto amava.

Hoje, vi tristezas nos olhares e alguns até choravam,  
Outros, cabisbaixos, simplesmente esperavam,  
Para se despedirem de uma vida que passou...  
A grande maioria, nem sequer de perto o conhecia,  
Mas todos procuraram juntar-se aos demais naquele dia,  
Para se despedirem do Homem... que a outros cá marcou.

José Carlos Primaz  
(Olhão da Restauração)

*Eusébio da Silva Ferreira (1942 – 2014), de origem africana,  
portador de uma humildade desarmante e genuína e com uma  
conduta admirável, colocou o seu talento ao serviço  
do futebol, do seu clube e do país que o acolheu e adotou.*

**Paz e Quietude**

Como é belo o mundo visto assim  
Destes montes voltados ao poente,  
Onde toda a natureza circundante,  
Traz a presença de Deus, junto a mim.

Tudo aquilo que toco e me rodeia,  
Pertence ao meu extasiado olhar,  
O tempo ocioso que não quer passar  
E o vento que meus cabelos despenteia.

Sinto todos os poros a querer dilatar  
E um ar puro e fragrante para respirar  
Absorvida nesta paz e quietude.

Asas a revoar, evocam a liberdade  
De viver abundante felicidade,  
Abraçando toda esta magnitude.

São Tomé - Corroios

**Basta-me**

Hoje, não preciso de mar, nem barco  
Basta-me um trapicho jogado sobre a água  
Como aquele à beira do lago,  
E todas as minhas lembranças!

Anna Paes – Brasília / BR

**“NATAL, DIA SANTO”**

O Natal é dia santo  
E devia ser portanto,  
Para a paz enorme ponte!  
Onde pudesse passar  
O mundo inteiro, e criar  
Para o amor uma fonte!

Fonte gerando energia  
Com muita sabedoria...  
Alimentando Amizade!  
Distribuindo riqueza,  
A perfeição e justeza,  
Com melhor equidade!

Ninguém pedisse na rua...  
E tivesse a casa sua...  
Conforto e abundância!  
Num ambiente zeloso...  
Apoio terno ao idoso  
E segurança à Criança!

Natal em qualquer momento  
De carinho e sentimento  
Para todo o ser humano!  
Assim seria melhor,  
Natal a força maior...  
Todos os dias do Ano!

João da Palma - Portimão

**DIA CINZENTO**

Dia cinzento, espalhando sulcos de tristeza  
A ensombrar uma série (de)mentes,  
Cinzas colorindo de turvo alguma visão  
Viventes piscando os olhos a fingir  
Rajadas de fôlegos moribundos,  
Arrastando a falsidade que nos rodeia.

Escoando em nós restantes a sua origem  
Em debatidos regos de claridade,  
Sussurros de potente voz virão  
Suster o nosso ouvido betonado,  
Quebrando a linha de sons, tons e ecos  
Revistos no silêncio da medida:

Deixa assim estar, ser e acontecer!  
Assim é, tem que ser e sempre será;  
Nada há a fazer: resiliência? Deixa de seca!  
O país? Este nunca mais será igual  
Se foi, fora; de esperança forte, fartos!  
Mas há-de morrer como tudo e outros.

Amália Faustino (AFM)  
Praia Cabo Verde

**O susto vencido**

Uma espécie de cama incómoda e fria. O incómodo de um barulho triste. Os nervos ao rubro num tempo morto de medo. Estar à mercê de tudo. Uma imagem que nos intimida. A razão a fugir. Um corpo alarmado. A alergia. O susto vencido.

Jorge C Ferreira – Mafra

**Nem tudo será prejuízo.**

Com olho na janela se vê chuva  
a cair e a regar imensas terras,  
nuvens que choram, dão cabo da uva,  
cai o granizo no alto das serras

Cesto movimentado, rasga a luva  
por tentar encher o lagar qu'encerras  
dar menos vinho, mais água pé turva.  
O alambique de mais-valia?! Mais berras!

Pés refeitos, que sabem repisar  
esmagando a uva, sem atrasar  
cânticos soados, d'almas sofridas.

Feitor: - “Nem tudo será prejuízo”  
do engajo ao bagaço... Juízo!  
Do seu beber ao curar as feridas.

Pinhal Dias (Lahnip) PT

**TRISTE CENÁRIO**

A vida ingrata só nos dá castigos,  
Tirando-nos o gosto de viver.  
A pouco-e-pouco, morrem os amigos,  
E só com maus não quero conviver!

A Terra está cheia de mendigos,  
Enquanto uns tantos mais não podem ter.  
Os homens, entre si, são inimigos  
E paz no mundo, assim, não pode haver.

Por haver muito, muito lar sem pão  
E ser a injustiça a reinar,  
A Terra é vulcão em ebulição.

Persisto, porém, em acreditar  
Que o Bom Senso, juntinho à Razão,  
Um dia, acabarão por triunfar!

Hermilo Rogério – Paivas/Amora



# “Versejador”



## DEUS É O SER MAIS SIMPLES

Deus é o ser mais simples,  
O homem o mais complexo.  
Ambos pensantes... extremos próximos.  
O bem e o mal só existem  
Porque o homem é pensante.  
Quem procura a verdade é mais infeliz  
E, por isso, sua alma se inquieta  
No fracasso de uma ilusão.  
O forte recria o amor.

Troca de pensamento.  
Afasta medos espectros medonhos  
E desperta, salta, sorri, brinca.  
A vida é para ser vivida e não bocejada  
Ou carpida.  
Alegra-te, repara no nascer do sol,  
No colorido das flores, na nuvem que corre.

Um dia fui capaz de perdoar  
E, livre, abracei a ingratidão  
Que pairava e me abraçava.  
Se mal vivida, a liberdade gera maldade...

João Coelho dos Santos - Lisboa

## AH, SE NÃO FOSSE...

Ah, se não fosse  
Esta saudade e desejo de vida  
Sabendo que o Verbo ação  
É indenominado inconsciente  
E que, pelo pecado primeiro  
Pagou toda a humanidade!

Ah, se não fosse  
A certeza de que Cristo  
Foi coroado rei por zombaria  
E que o judeu passou a ser igual ao gentio  
Alimentando-se de ervas amargas,  
A mais devota comida pascal,  
Que lembram Israel cativo no Egito,  
Não sei o que seria de mim...

Não sei se Deus se terá arrependido  
De um dia ter criado o Homem.

Não me assusta o destino final  
Porque, com Cristo, faço o meu caminho.

João Coelho dos Santos - Lisboa

## Era...

Era um canteiro de sonho, era um jardim,  
Plantado com ternura e muito amor;  
Não existia a mágoa nem a dor.  
Não existia o mau nem o ruim,

Havia só principio, não o fim:  
Tudo era puro, doce, encantador,  
A paz e a alegria era em redor,  
Violetas trabalhadas em cetim.

Mãe Eva, porque foi que tu pecaste,  
O pai Adão à tentação levaste,  
Se tinhas no regaço, luz, ventura?

Teu erro veio ao mundo alterar sorte,  
A uma vida linda deste a morte,  
E abriste para nós a sepultura.

Anabela Dias – Paivas/Amora

## VENTO MAROTO

No Inverno está gelado  
E ninguém o quer sentir,  
Fecham-lhe janelas e portas...  
Todos lhe querem fugir.

Na Primavera está calmo  
No seu beijar de flores;  
A eles leva recados,  
A elas juras de amores.

No Verão vai à praia,  
Quase sempre sossegado;  
De mansinho acaricia  
Um corpinho bem tostado.

No Outono arranca folhas  
E anda numa dobadora  
Pois mete-se-lhe na cabeça  
Que tem de servir de vassoura.

João Coelho dos Santos - Lisboa

## O Verdadeiro Natal

nesta época do natal,  
Jesus é o mais esquecido!  
Isto mostra o resultado,  
dum mundo que está perdido.

Tudo que se opõe a Deus,  
é o que o mundo procura!  
Ignoram o salvador,  
vivem na maior loucura.

Não respeitam os direitos,  
que assiste ao ser humano!  
Fomentam a violência,  
e tudo o que é profano.

A azáfama das prendas,  
o interesse material,  
são meros prazeres mundanos,  
isto, não é o natal!

O meu natal começa,  
quando eu aceito Jesus!  
Ele entra em meu coração,  
e eu nasço para a luz.

Em Cristo é uma nova vida!  
Eterna! Bênçãos sem fim!  
Pois já não sou eu quem vive,  
mas Cristo quem vive em mim.

Pra quem aceita Jesus,  
pecados são perdoados!  
Escritos no livro da vida,  
seus nomes são registados.

Com Jesus nada tememos!  
Nem a morte que há-de vir!  
É uma porta que se fecha,  
mas outra que se vai abrir.

Somos filhos do Altíssimo!  
Já não somos mais um réu!  
Herdeiros de suas riquezas,  
e iremos morar no céu.

Anabela Dias – Paivas/Amora



**«CONTOS E POEMAS»****ESPELHO DUPLO**

Bateram à porta.  
Abri...  
Era eu:  
Desdobramento de mim.

E a face morta  
Nada me pediu  
Nada exigiu:  
E o que lhe dei  
Não me empobreceu.

Convidei-a, para entrar –  
Ser-se simpático não magoa.

Magoa muito mais  
Deixar que passem p'la vida,  
Como lixo  
Que não nos sirva,  
Aqueles  
Que são nossos iguais.

E que, de mil sortes repartidas  
Por nós definidas,  
Não deixam o seu lugar  
Na História.

E vocês, sociedade  
Imbecil e preconceituosa,  
De que valores morais,  
É a vossa vitória?

A mão quando bate  
Não tem piedade,  
Mas se reconhecer  
Solidariedade,  
Também sabe ser respeitosa.

Ai, vagabundo,  
Anjo, de asas cortadas!  
Cruel é o mundo:  
Se a uns dá estradas,  
A muitos mais  
Réplicas empedradas:  
Ermos caminhos  
Numa Terra sem Deus.

Olho os céus...

E lá em baixo  
(Observo tudo  
No cimo de uma nuvem)

Somos um pouco  
De sozinhos.

Mundo louco,  
Mundo louco:

Invade-nos a ferrugem.

Jorge Humberto - Santa-Iria-da-

**Viva S. Martinho!**

(Recordando um magusto,  
realizado no Seixal, e para  
o qual o autor fora convidado)

Daqui não arredo pé,  
Venha lá ele quem venha.  
Vamos lá à água-pé,  
Antes que haja « castanha » !

Eu gosto de S. Martinho,  
Porque ele é bom cristão.  
Dá-nos castanhas e vinho,  
Sem nos pedir um tostão!

A castanha duma figa  
Contras tem apenas um:  
Enche depressa a barriga  
E faz-nos dar muito « pum » !

Mas, pra falar com franqueza,  
Tudo isto é irrisório.  
Toda a festa que se preza  
Tem de ter um foguetório!

Hermilo Grave  
Paivas Amora

**A Azinheira da rosa**

Era uma espécie de Mona Lisa da vila alentejana.  
Ali mesmo à beira da estrada...  
Lá para o meio do montado  
Onde as outras azinheiras ponteiavam  
De tão velhas quiçá seculares  
De braços despidos rogando piedade  
Ela a azinheira da rosa  
Assim chamada pelos seus dotes de beleza e não só  
No Outono a sua copa, tipo rosácea enchia-se de frutos  
Para os moços da vila "boletas"  
Que eles comiam com sofreguidão  
Bolotas para os lisboetas...  
Todos queriam encher as suas balsas  
Ninguém receava o vento Suão  
OS seus frutos eram doces e tenros...  
Os meninos cresceram, deixaram a vila.  
Um certo dia a azinheira morreu.  
Ainda venero o seu lugar vazio  
E o círculo de terra que a sua sombra cobria  
Venero disse eu! Porquê?  
Se não há céu para as azinheiras fenecidas  
No meu espírito, num cantinho recôndito  
Do mesmo  
Eu inventei um éden, onde a alma da azinheira  
Repousa em Beatitude.

Maria Vitória Afonso – Cruz de Pau / Amora

**PALAVRAS**

A palavra escrita fala. Pulsa. Toca os sentidos.  
A palavra falada e o pensamento, por muito poderosos e intensos que possam ser, desvanecem-se.  
Volatizam-se.  
Impersistem...  
A palavra escrita permanece!  
É ponte por onde circula a existência do pensamento.  
É ferramenta a esculpir e a cinzelar o abstrato.

Filomena Gomes Camacho - Londres

**Viva a morna**

É quente esta música que me embala. O suor da terra. Os caminhos que ardem ao som dos instrumentos. Que bem sabe ouvir estas ilhas cantadas. Uma Senhora descalça, o crioulo e um canto de "Sôdade". Que belo este navegar.  
Viva a Morna

Jorge C Ferreira - Mafra

**Dias nublados.**

Nos dias em que o sol tarda a acordar, valseiam as manhãs envergando crepes de neblina.

Filomena Gomes Camacho - Londres





**Amor é fogo que arde sem se ver,  
É ferida que dói e não se sente,  
É um contentamento descontente,  
É dor que desatina sem doer.**

...  
(Luís de Camões)

#### **Amor é sexo**

Oh, detentor de excelsos dons poéticos  
Que alguma vez já teve esta nação!  
Hoje existe Prozac p'ra depressão,  
E temos para a febre antipiréticos;

Para feridas há os anti-sépticos,  
Do corpo falo, não do coração;  
Não há, sem sentimento, inspiração,  
Nem, sem inspiração, versos patéticos.

Se vivesses, Camões, nos nossos dias,  
Em muito boa gente encontrarias  
Definição do amor: coisa sem nexo.

Como os tempos mudaram e os valores!  
Para quem desatina e tem calores  
O diagnóstico é: falta de sexo!

Lauro - Lisboa

#### **NATAL SEM CONSOADA**

Numa noite calma e pardacenta em que uma chuva miudinha caía persistente desde manhã cedo, o Ti Manel depois de ter saboreado uma açorda com coentros, sentou-se à porta atrás do postigo olhando os automóveis que não cessavam de passar, nenhum parava, todos seguiam dobrando a curva logo ali ao fundo da rua em direcção à vila. Esta ia-se enchendo de emigrantes que vinham em busca das suas raízes passar a quadra de Natal onde grandes lareiras, profusão de luzes e os familiares os esperavam de braços abertos para a noite " do nascimento de Jesus"! Ti Manel, puxou do canivete disposto a cortar em nacos miudinhos pedaços de pão trigueiro e passas de figo da figueira encarrapitada no talude ao fundo do quintal, que a sua Maria ainda tinha secado "antes de partir". A chuva tinha amainado, gotejava um pouco do beiral do telhado, a malva - rosa exalava um odor delicioso no canteiro junto ao portado. Ti Manel cerrou os olhos e uma lágrima correu pelo seu rosto triste, solitário, e crestado, lembrando que no pino de verão aquele alegrete era a menina dos olhos da sua Maria e que à noite era um regalo para os seus olhos vê-la andar por ali a regar. Já havia algum tempo que os carros tinham deixado de passar. Cheirava a humos da terra, o tempo tinha arrefecido e a sua camisa preta já não o estava a agasalhar. Levantou-se, fechou o postigo, olhou profundamente o aparador onde um retracto parecia fitá-lo com meigo olhar, ele diz-lhe:- Maria, está no hora da deita. Ti Manel segue para o quarto onde tem a solidão na banca de cabeceira, várias caixas de remédios que tem que tomar diariamente e que o senhor da farmácia lhe cedera, mas, ele não sabe ainda como pagar...!

Natália Parelho Fernandes - Entroncamento

#### **As Luzinhas do Natal.**

As Luzinhas do Natal  
Pequeninas, luzidias  
Acendem todos os dias  
No coração fraternal!

Luzinhas a cintilar,  
De presença permanente  
Que bem se vê, bem se sente  
No brilho de cada olhar!

Luzinhas durante o ano  
Todos os dias se acendem  
E que aos corações se prendem  
Num alumiar ufano!

Essas brilhantes Luzinhas  
Do Natal mais verdadeiro  
Presentes, o ano inteiro,  
São as tuas e as minhas!

Mas; há iluminações  
Escondendo brilho às verdades  
Iluminam as cidades,  
Mas escurecem corações!

João da Palma - Portimão

#### **DESPERTAR**

Há Sol ... há luz ,brilho !  
É o despertar ...  
Um dia cheio de paz  
Alegria !  
Perfume no Ar !  
Não sei como vejo  
Esta beleza ...  
Nem sei o que sinto  
Mas desejo de certeza !  
Este é o meu Acordar  
Com esta vontade  
Talvez só de Amar !...  
Mas a Vida continua  
E a cada esquina  
Um olhar  
A cada momento  
Um talvez sim !...  
Te possa encontrar ...  
Bastava ver os teus olhos  
O teu rosto  
O teu modo de andar !...  
Como é belo acordar  
Saber que ainda ...  
Posso ter a surpresa  
De te poder encontrar  
Mesmo que nada te diga  
Meu coração regozija  
Na ternura deste pensar !...  
Que belo acordar  
Ter este sonho no ar  
Sentir esta vontade  
De te voltar a encontrar !...  
E Amar ... Amar ...  
Até a morte me levar !...

MAGUI - Sesimbra

Tenho tanta pena das pessoas  
que sem um motivo lógico  
percam muitas coisas boas  
por um motivo demagógico  
Por umas pequenas birrinhas  
ficam desde logo zangados  
até parecem criancinhas  
se lhe dizem não.. ficam magoados  
Só fazem falta quem está  
e eles são do mais belo  
aqui vem do melhor que há  
são da Freguesia do Castelo

Vitalino Pinhal - Sesimbra



**Paz**

a sul norte oriente e ocidente  
a gente não se entende  
a guerra é permanente  
já carros e cavalos  
não faz sentido usá-los  
hoje um botão se acende  
arma que pesa pouco  
nas mãos e basta um dedo  
sem dó sem medo  
sem coração  
exercer a pressão  
oh mundo louco

os homens não aprendem  
nada nada  
mas não é de admirar na escola acendem-  
-se ódios da mãe irada  
do filho que faz guerra aos professores  
aos livros aos cadernos às canetas  
smartphones são os únicos valores  
as verdadeiras metas.

em casa os brinquedos são pistolas  
metralhadoras jactos mísseis pum  
prazer número um:  
a guerra das estrelas nas consolas

esta vida não é senão um jogo  
e nesta guerra quem escapa ao fogo  
para assistir à guerra das estrelas?  
estrelas morrerão e nós com elas

mas uma estrela brilha no oriente  
luz de fé de que o homem é capaz  
e diz que cada vez é mais urgente  
a paz

Lauro Portugal - Lisboa

**Há tantos sonhos**

As palavras agitam a serenidade,  
Semeando som afectuoso dum canto novo  
Nas vozes acusadoras dos poetas.

O poema sopra ásperas verdades  
Aos ouvidos moucos, das gentes que vão  
Deambulando por praças e ruas.

Há tantos sonhos esmagados  
Num chão despojado de pinheiros bravos.

É imperioso despertarmos a sentir  
Que deixámos o Feliz Natal por cumprir.

Quim d'Abreu - Almada

**Negros Caminhos**

A vida é um deslizar de momentos  
envoltos na loucura de ser  
turbilhões que envolvem sentimentos  
e os fazem cair ao amanhecer

é tempo de revolta e amor  
princípio e fim de cada estação  
desordem que marca a dor  
mortifica e sangra o coração

é tempo perdido no deserto  
dos sonhos que se idealizaram  
mãos cheias de preces sonho perto  
mas que no vácuo se perderam

Meu canto semeado neste tempo  
aos poucos vai perdendo energia  
tombam as forças num lamento  
para onde corres oh alegria ?

passados que são os dias e os anos  
neste tempo que é o nosso viver  
apenas sinto a noite dos desenganos  
onde fica a esperança do alvorecer?

nestes negros caminhos vamos  
caminhando um pouco sem fé  
era o ontem passaram os anos  
por eles sigo sem saber onde é.

Rosélia M. G Martins  
P. Stº Adrião

**Seja, ou não, Natal...**

(hendecassílabo com rima dupla interna)

Se alguém te abordar querendo um peixe dado...  
Segue um tal ditado, julgo que chinês;  
O peixe não dês, mas fã-lo convidado  
Contigo a seu lado, pescar dois ou três!

Mas, se dessa vez, não houver pescado...  
Deixa-o compensado com anzóis... e vês  
Se o dito freguês se dá por conformado.  
Mas se, inconformado, se armar em maltês

Na insensatez tão própria de quem quer  
O que lhe aprouver sem se esforçar sequer...  
Nega o que ele quiser e sem constrangimento!

Não tem cabimento, Natal seja, ou não,  
Estender a mão a qualquer mandrião  
Pilantra, aldrabão, sem ter merecimento!

Abgalvão – Fernão Ferro

**Vamos chegar ao Natal**

Nós vamos chegar ao natal  
A este e outros mais á frente  
Nesse dia queremos afinal  
É conviver com boa gente

Traz felicidade e alegria  
E traz saúde ao coração  
Conviver na boa harmonia  
Com amigos de estimação

Para vivermos mais felizes  
Vamos regando as raízes  
Desta tradição tão antiga

O natal traz alegria e prazer  
Quando estamos a conviver  
Com gente boa e nossa amiga

Manuel Martins Nobre  
Paivas/Amora

**Louca por te amar**

Tu sabes quanto te amo  
Quanto o meu coração  
Chora e se silencia !...  
Em nome de um amor  
Que só existe em mim  
Mas que tem todo o valor ...  
Sabes como amo !  
O teu jeito Sem jeito  
De nada pareceres ...  
De despercebido  
Querereres ...  
Desse olhar  
Que sem dizer  
É o tormento do meu  
Bem querer !  
Tu sabes o que é amar ?  
O que é viver deste amor ?  
Do dizer todas as noites  
Ás estrelas e ao luar  
Sou louca por te amar ...  
Por te querer  
Sem poder dizer ...  
Passar o tempo a pensar ...  
Neste amor que sem dizer  
Vive comigo em segredo  
Num mundo de bem querer !...  
Este Amar atormentado  
Louca por tanto te querer !...

MAGUI - Sesimbra



### Aos Bombeiros de Terra e Ar

O Obrigado é tão menos,  
Que temos  
Que criar uma palavra nova  
para Vos agradecer.

A Vossa Obra é tão grandiosa  
que não cabe em monumento,  
a par da dos pilotos dos aviões  
que fazem rasante perigosa,  
arriscando a vida  
num descarregamento,  
para o fogo apagar,  
salvando a tempo  
as populações.

No silêncio, no olhar de longe  
Fica uma lágrima  
Que cai não se vendo,  
mas como prova  
Corre pelas letras  
que desaguam aqui.

Mas que não apaga a Vossa Dor.

O Obrigado não chega.  
O Obrigado é tão menos,  
Que temos de criar  
uma palavra nova ....

Mas enquanto não chega  
e não conheço outra  
que possa enaltecer o Vosso valor  
só tenho esta forma de agradecer:

Obrigado  
Bombeiros de Terra e Ar

José Jacinto "N'Django"  
Casal do Marco

### Apetece-me gritar

Apetece-me gritar  
Encher os pulmões  
Deitar para fora  
O ar poluído  
Que me mata de poluição

Apetece-me gritar  
E dizer basta  
Aos homens  
Que fazem a guerra  
Aos homens  
Que estão a poluir  
O pulmão da terra  
Aos homens  
Que mandam matar  
Crianças inocentes

Apetece-me gritar  
Mas tudo o que quero  
Se esfuma no ar

David Lopes - Agualva/Cacém

### Meu amor no que te digo

Tantas vezes tenho dito  
E não queres acreditar  
Tu és o ser mais bonito  
Só a ti que quero amar

Porque tu não acreditas  
Neste amor puro e sincero  
Eu já vi mulheres bonitas  
Mas é a ti que eu quero ... refrão

O meu amor sem o teu  
Já não consegue viver  
Este coração já não é meu  
Pois a ti que quer pertencer

Para ter o teu amor  
Não sei que mais fazer  
Vou então vivendo de dôr  
Mas assim não é viver ... refrão

Refrão

Meu amor no que te digo  
Podes sempre acreditar  
Tenho o coração cheio  
De amor para te dar

De amor para te dar  
Eu sou sincero contigo  
É verdade, podes crer  
Meu amor no que te digo.

Chico Bento - Suíça

### Natal

Vem o Natal chegando  
com toda sua magia  
e a cidade se enfeitando  
veja em tudo poesia.

As árvores iluminando  
nova luz que irradia  
e a felicidade chegando  
tem um quê de simpatia.

A meninada cantando  
noite feliz em harmonia ,  
e ao terminar o canto  
ainda rezam Ave-Maria!

No presépio estão louvando  
São José, Virgem Maria;  
mas o principal está faltando  
Menino Jesus na estrebaria.

À meia noite anunciando  
vamos todos a louvaria:  
o Menino vem chegando  
pra acontecer nossa alegria.

Rita Rocha  
Stº Antº de Pádua/Brasil

### A doce melodia

A doce melodia  
.. Fiz com carinho  
. E um sorriso de alegria  
. Fui compondo devagarzinho  
Ao som do meu violão  
Soltei o meu coração  
. E entrei nesta nostalgia  
E em jeito de oração  
Fiz meu amor  
Para ti esta melodia  
Se soubesse cantar  
Soltaria a minha voz  
Mas eu só sei. Te amar  
. E amo por ti por mim por nós  
Também não sei colocar as cordas  
Do meu belo violão  
Vou aprender  
Vais ver

... Um dia destes quando acordas  
.. Sentes a melodia no coração  
.. Meu amor componho para ti  
. Porque outra coisa não sei fazer  
Comecei a escrever  
Esta doce melodia  
No dia que. Te conheci  
... E ao som das tuas promessas  
.. Guardei na minha memória  
O amor que a mim me confessas  
E fez a nossa história  
Poeta não sou  
.. Versista não sei  
. Talvez um pouco louca  
..... Mas a poesia tudo dou  
. Ao amor tudo darei  
Mas não sei aquilo que sou  
Nada é importante  
Poesia e o teu beijo na boca  
.. Melodia e quando me fazes tua amante  
Meu coração vai pulsar  
.. Minha alma vai te amar  
.... Seja com melodia  
Ou poesia  
Aqui ou no mar  
. Ou quiçá numa bela e suave  
.... Noite de luar

Amália Silva – Paivas/Amora

### A Paz

Amor, tolerância e fraternidade  
Quem nos dera, que no mundo  
Andassem de mãos dadas...  
Assim tudo seria,  
Como nos foi ensinado  
Por grandes poetas  
Que por ela deram a vida.  
Por ela...trouxeram ao mundo  
Aquilo, que é ainda hoje  
Uma miragem!...  
Neste mundo tão sedente de paz.  
Mas que o homem não é capaz  
De cultivar...o que tanta falta faz.

Luís Neves - Amora



### O Meu Barco de Guerra

Sou sereia num veleiro do passado  
Deslizo por entre brancos glaciares...  
Não queria ver morrer naqueles mares  
O pobre arrais que foi escravizado!

Sereia chorando p'lo desfiladeiro  
O barco de guerra que em vão lhe levará  
O canhão fatal, fora seu companheiro  
Chorava, como eu, a sorte avara...

Dobrava também o Cabo das Tormentas,  
De tantas marés desfeitas no sentido...  
Batismo de sal, as águas mais bentas...  
A Cristo na Fé, um estandarte erguido!

As velas - um lindo manto de pureza.  
Que hão-de depor no mais sagrado altar  
Os remos - a cruz da Terra Portuguesa  
Que conduzirá o Homem ao seu Lar!

O radar - pedaço da alma do poeta  
As ondas - a mais suave sinfonia...  
Torpedo - será mensagem que completa  
Projetando mil mágoas de Poesia!

Fateixas - serão seus portos de abrigo  
O Leme - há-de ser sempre belo guião  
O vigia - luta e espregueira o perigo...  
E só Deus conduz a minha embarcação!

As velas - serão sumptuoso manto...  
Sudário de amor que sempre se renova  
E na mensagem de Deus, puro e santo  
Restará a Fé, Coragem - a alma nova!

As sereias hão-de tocar Alvoradas,  
Que levam o barco ao melhor destino  
E em altar-mor, nessas naus ancoradas  
O Homem será eterno peregrino!

A farda - será a capa de Museu  
Lindo traje do Homem de mais Coragem  
A única Joia que a Nação lhe deu...  
Que levou ao Mundo na cruel viagem!

A espada - será a sua forte Lança...  
Que há-de combater a maldade na Terra  
Em cada Homem haja sempre uma Esp'rança  
Que leve a Bom Porto o seu Barco de Guerra!

Maria José Fraqueza - Fuseta

### O isolamento

O isolamento  
É muitas vezes amigo  
Do pensamento  
Para te dar tempo  
De te encontrares contigo  
E talvez para aperfeiçoamento  
De um novo eu  
De um novo tu de um novo ser  
E esquecer o que alma sofreu  
E ir numa nova direção  
Escutar no isolamento  
Firmar no firmamento  
Uma nova vida uma nova paixão  
Olhar o mundo  
Com um novo olhar  
Saber amar  
Conquistar  
Aquilo que é teu  
Mas também olhar bem fundo  
Ao teu redor  
Com humildade  
Ter amor pela humanidade  
Viver um momento  
Em felicidade  
No isolamento  
Pede ao momento  
Que te dê alento  
Para compreender a sociedade  
E se se por magia  
No isolamento tiveres um momento  
Encontra o amor  
E também por um pouco  
Liberta te da dor  
E aprecia esta poesia

Amália Silva - Paivas/Amora

No velho monte  
Antigo  
Eu vejo  
O romper do sol  
Madrugada imperial  
Penetrando nos cerros  
Na sua luz viscosa  
Interagindo  
Com o verde da esteva  
Querida  
Conglomerar me  
Com este vasto relevo  
Para me sentir  
Ser natural  
Fazer parte  
Do seio desta terra  
Tao mãe  
Da sua gente

António Mestre - Alcoutim

### Do Coração nasce o amor

Do coração nasce o amor  
Nasce a água na fonte  
No campo nasce a flor  
Nasce o sol atrás do monte

Da mulher nasce a criança  
Dá a vida a um novo ser  
Na vida nasce a esperança  
Do tempo para viver

O amor é a maior riqueza  
É o dono do maior bem  
Pois pode ter a certeza  
Que na vida tudo bem

Por falta de amizade  
O bem se está a perder  
O coração com maldade  
Está doente sem o saber

O amor e a amizade  
Na vida bem unidos  
São as raízes da felicidade  
Não devem de ser destruídos

Todos o precisamos  
Na velhice ou na doença  
Felizes se encontramos  
O amor na nossa presença

O amor tem sempre lugar  
Nunca se deve perder  
Aquele que o tem para dar  
Também gosta de o receber

Miraldino de Carvalho

### Sou um teu amigo fiel

Eu antes tinha uma amiga  
de quem eu era amigo também  
mas desconheço a intriga  
que fez dela minha inimiga,  
mas eu gosto dela porém..

A vivência era bonita  
em casa de cada um  
hoje nem há resposta escrita  
nem bendita nem maldita  
já não há nada em comum.

Sou o mesmo Vitalino.  
nunca te serei infiel  
o meu espírito é cristalino  
já não sou nenhum menino  
sou um teu amigo fiel.

Vita - Sesimbra



## «Ponto Final»

### «Rádio Confrades da Poesia»

“RCP” online desde 28/042017

<http://www.radioconfradesdapoesia.comunidades.net/>



#### RCP – RÁDIO CONFRADES DA POSIA

./.

Enquanto você navega pela Internet poderá ser um fiel ouvinte e participativo da nossa RCP que é um espaço criado para o seu entretenimento Musical e Poético, que estará online 24 horas por dia, sem fins lucrativos.

DJ - Pinhal Dias; fará semanalmente cinco emissões em directo online; poderá acrescentar um especial directo...

#### A Noite de Natal

È meu...  
E também é teu  
Dizia Maria a José  
Nessa ditosa Noite  
Em que olhava extasiada  
Aquela estrelinha brilhante  
Que lá do alto do céu  
Iluminava pastores  
Rebanhos  
E muitos outros animais  
Também entidades reais  
E Anjos que vinham do Céu  
Não se ouviam ruídos,  
Só entusiasmo e alegria  
Todos queriam ver o Menino  
Filho da Virgem Maria  
Nascido na noite fria  
Traziam presentes e afecto  
Também muita paz e amor  
Vinham de longe e de perto  
Traziam felicidade e calor...  
Noite distante que não se esquece,  
Hoje como ontem é festejada  
E com a família reunida  
Por todos é celebrada...

Amadeu Afonso - Cruz de Pau/Amora

#### Eternamente

O amor permanecerá  
entre o sol e a lua,  
entre os vales e as montanhas...  
Girassóis reluzentes,  
que abrilhantam a  
noite estrelada,  
são pura emoção,  
em noite de solidão!  
Cigarras cantadoras  
ouvem-se à distância,  
num campo de oliveiras  
envelhecidas pela saudade!  
Verdes prados  
envolvem águas azuis,  
brilantemente sossegadas,  
onde duas mãos  
se entrelaçam  
dando voz ao  
coração!

Anabela Gaspar Silvestre



#### Só por uma noite

o amor purifica o ar  
as feridas deixam de purgar  
a alma torna-se pura  
e a devassidão sai das praças  
as avenidas leitam rios de vontade  
as ruas enchem-se de cor  
surge a multidão em abraços  
e todos cantam o hino do amor  
acabou a guerra acabou a dor  
seria bom que assim fosse  
brilham as luzes de Natal  
só por uma noite  
e acabou-se

Carlos Bondoso (CFBB)  
Alcochete

#### Crescer Para a Vida.

Vivência de paz...  
O que representa  
na vida das pessoas?  
- É o seu bem-estar,  
com mais saúde  
pra serem felizes!  
- Trabalhando  
e é do trigo  
que se faz pão!  
Credibilizar a mente  
p'los valores morais,  
éticos e espirituais,  
que nos ensina  
a crescer para a vida...

Pinhal Dias (Lahnip)  
Amora

**COMÉRCIO**  
**DO SEIXAL E SESIMBRA**

ADMINISTRAÇÃO, REDACÇÃO  
E PUBLICIDADE

Rua Bernardim Ribeiro, no 39  
2840-270 Seixal



[www.fadotv.pt](http://www.fadotv.pt)

As fotos deste Boletim

são dos autores e  
outras da Internet

«A Direcção agradece a todos os que contribuíram  
para a feitura deste Boletim».

Voltamos a 2/02/20