



# CONFRADES DA POESIA

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



«JANELA ABERTA AO MUNDO LUSÓFONO/UNIVERSAL»

## SUMÁRIO

Capa: 1 / A Voz do Povo: 2 / Definição Poética: 3,4 / Poesia Unida: 5,7,8,9,10 / Poetas da Nossa Terra: 6 / Confrades da RCP: 11 / Sabedoria Popular: 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.

Promovemos "A Paz"  
A Direcção

«Este é o seu espaço cultural dedicado à poesia»

Para nós não existe concorrência. Existem parceiros de actividade!

POETAS DA NOSSA TERRA .... página 6



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: João da Palma fernandes

A Direcção: Pinhal Dias - Fundador

Colaboradores: Aires Plácido | Albino Moura | Amália Faustino | Anabela Dias | Anabela Silvestre | Carlos varela | Catarina Malanho | Chico Bento | Filomena Camacho | Glória Marreiros | Herculano Montagreste | Hermilo Rogério | João C Santos | João P. Fernandes | João Furtado | Joaquim Alinho | Joel Lira | Jorge Cortez | Jorge C Ferreira | José Catalão | Luís Fernandes | Luís Filipe | Luiz Poeta | Magui | Manuel Carvalho | Manuel Nobre | Maria L Brás | Maria Fraqueza | Maria Melo | Maria Procópio | Maria V Afonso | Nelson Fontes | Nogueira Parda | Paco Bandeira | Pinhal Dias | Quim Abreu | Rita Rocha | Sara da Costa | Sofia de Melo | Tito Olivio | Tolentino de Mendonça | Vitalino Pinhal ...



### Os momentos de ternura.

Mote

#### Os momentos de ternura Que jamais esquecerei.

No bater do coração  
Caminhei de lés a lés  
Até desci ao convés  
Livro de grande lição  
Amores de perdição  
A vida que eu amei  
Tudo o que fiz ponderei  
Foram elos com doçura  
**Os momentos de ternura  
Que jamais esquecerei...**

Pinhal Dias (Lahnip) PT  
Montemor-o-Novo

#### Leve sopro

Sopra-me o vento folhas da memória  
De dias derramados nos tempos idos;  
Verdes umas outras tons amarelados.

Cortantes muitas, grávidas de glória,  
Outras leve sopro de amores garridos  
Perdidos em viela de desconstruções.

Deslizando como se fossem alimento  
Do desejo de não ter as mãos vazias,

Amontoam-se no entardecer dos dias,  
Esperando sentir sopro doutro vento.

Quim Abreu - Almada

#### Rádio Confrades da Poesia

Chama- se Rádio Confrades da Poesia  
Sua gestão requiere a nossa parceria,  
Quanto a mim os poetas vão competir,  
Assim prometo estarei junto,  
Mas pouco percebo do assunto,  
porém vou gostar na hora vou ouvir!

Nelson Fontes de Carvalho  
(Saudoso)

### “PRESUNÇÃO”

\*

Neste tema se comenta  
Do adágio se dizer,  
Presunção e água benta,  
Cada qual toma a que quer  
\*

Mas se for em demasia  
Esse mau jeito impreciso  
Ao presunçoso eu diria,  
Vê lá se tomas juízo!  
\*

O presunçoso é aquele  
Que na vaidade se esquece  
Daquilo que resta dele  
E só por si se envaidece.  
\*

Mas se para alguns assim  
A presunção os ajuda,  
Continuem, quanto a mim  
É mania, que não muda  
\*

Um dia irão saber  
Que isso nada os ajudou  
Com presunção vão viver  
Só por si, os enganou!  
\*

(JP) João da Palma  
Portimão

### Melodias do pensamento

Queria apenas bailar  
E em teus braços ...  
Sentir o teu corpo  
E te Amar ...  
Como se fosses  
O Destino ...  
O Sonho ...  
A doçura ...  
Para as noites de ternura !  
Queria apenas ...  
Ter-te !...  
Seres o Eleito ...  
Aquele que me arrasa ...  
E me deleita  
Em braços  
Impulsivos ...  
Cheios de amor ...  
E eterna Juventude ...  
És a lágrima que corre !...  
Cheia de saudade ...  
E bailas no meu pensar !...  
E peço ao te lembrar ...  
São toques de amor  
Melodias !...  
Que eternizo !..  
Por TI ...  
Meu amor !...

MAGUI  
Sesimbra

### "É HOJE QUE NASCE O FUTURO"

Ouve  
como cantam os ventos da alvorada  
olha  
como nascem as flores que quase nada  
hoje vamos começar a viver  
hoje é dia de aventura  
hoje vamos finalmente beber  
um pouco de loucura

cantemos nas ruas  
dancemos nas praças  
é hoje que nasce o futuro  
bebamos o vinho  
toquemos as taças  
é hoje que nasce o futuro

por toda a cidade  
chamemos amigos  
que entrem connosco na dança  
tragam convosco a esperança  
que é hoje que nasce o futuro

ouve  
o cortejo das vozes companheiras  
conta  
quantas vezes se juntam às primeiras  
hoje é dia de nascer outra vez  
das memórias do passado  
para fazer aquilo que não se fez  
aqui ou em qualquer lado

Paco Bandeira – Montemor o Novo

Nascido no Zambujal  
sou da família Pinhal  
e tenho orgulho de o ser  
eu nasci para morrer  
é o meu destino fatal  
Não creio que seja ainda  
amo a minha vila Sesimbra.  
e estou cá para durar  
o meu desporto é dançar  
mesmo que seja música pimba  
Cedo fui para as pedreiras  
moldar a pedra dura  
foi uma vida de tortura  
mas sem tempo para asneiras  
só ao domingo era a loucura  
Após longos anos fora  
voltei novamente agora  
onde estão minhas raízes  
passo momentos felizes  
e que a minha alma adora.

Vitalino Pinhal  
Sesimbra

## “TEATRO DA VIDA”

\*

Mote:

**Quando a primária deixei  
Fui p’ro teatro da vida!  
Representando à partida  
Pelos palcos que pisei!**

\*

**Quando a primária deixei**  
Outras escolas, conheci  
Nas artes em que me vi  
Como aprendiz, comecei!

\*

Daí, sem poder escolher,  
**Fui p’ro teatro da vida!**  
Na comédia mais sofrida,  
Que uma peça possa ter!

\*

E assim logo em tenra idade  
Numa peça entristecida  
**Representando à partida**  
O papel da humildade!

\*

De engraxador recusei,  
De palhaço, não fiz rir  
Trabalhei duro a seguir,  
**Pelos palcos que pisei!**

\*

(JP) João da Palma  
Portimão

**Livro Rasgado**

Já nada me magoa  
depois de te perder  
já não sei onde vou  
porque não consigo esquecer  
quem já me amou.

Livro rasgado na tua mão  
É o espelho do meu coração.

Mas a vida não pode parar  
e um dia eu vou encontrar  
o sonho amargurado  
este livro rasgado em vão  
folha a folha caídas no chão.

Livro rasgado na tua mão  
É o espelho do meu coração.

Já não me deixo enganar  
por histórias que ouço contar  
de vidas a sério  
autêntico mistério  
numa canção de embalar.

Livro rasgado na tua mão  
É o espelho do meu coração.

Joaquim Maneta Alinho  
Azeitão

**OLHOS FECHADOS**

Fechei os meus olhos às luas de prata  
e pus minhas horas em tons de cinzento.  
Deixei as carícias perdidas no vento  
e a falta de beijos deixou-me insensata.

A linha da sombra me cose e remata  
a névoa da dor, onde durmo ao relento.  
Não tenho uma pedra que sirva de assento,  
ou mesa onde ponha meu copo de lata.

Não culpo ninguém por tamanha desdita,  
Mas sei que estou presa nas pontas da fita  
que estreita os afetos, atados em molhos.

E nesta penumbra, meu sonho se perde  
e deixa fugir os reflexos do verde,  
que, em tempos, eu tinha brilhando nos olhos.

Glória Marreiros – Portimão

**TEMPO DE AMIZADE**

Quando analiso a palavra " irmão ",  
É inevitável: a fisionomia  
De quem movimenta minha emoção,  
Pois vem, na solidão, me fazer companhia.

Noto que a palavra " amigo ", é um degrau  
Das escadarias dos meus sentimentos;  
Onde o meu amor navega a mesma nau  
Dos que fazem parte dos meus pensamentos.

Quando cada imagem de cada pessoa  
Que me compreende, paira silenciosa,  
No meu pensamento, Deus sempre abençoa  
Sua alma boa, doce e amorosa.

Num mundo tão triste, de tantos rancores,  
Dores, dissabores e incompreensão,  
Há sempre um irmão que nos oferta flores  
E só pede em troca nossa inspiração.

Por sermos iguais e assim...tão previsíveis,  
Somos tão passíveis de chorar baixinho,  
Que as nossas almas tornam-se visíveis  
Por nossas sensíveis mostras de carinho.

Tanta gente inventa em nós tanto defeito,  
Mas nossos amigos mais especiais  
Fazem com que a dor que bate em nosso peito  
Bata de outro jeito, nos tornando iguais.

Amigos são anjos que Deus nos envia...  
Para nos mostrar que o tempo da amizade  
Pode ser bem curto, mas a alegria  
Transforma em poesia o tempo da saudade.

Luiz Gilberto de Barros  
(Luiz Poeta – RJ/BR)

**O pial da Justiça**

**Sem o pial da justiça  
a aldeia mais pobre ficou  
são sinais da evolução  
mas saudade nos deixou**

1

Tanta conversa importante  
se teve naquele lugar  
hoje só resta recordar  
e o coração fica radiante  
porque a qualquer instante  
os juizes se juntavam  
de tanta coisa falavam  
até o tirar da cortiça  
muitas coisas se acabaram

**sem o pial da Justiça**

2

Assuntos da vida alheia  
eram no pial julgados  
mas sem serem condenados  
fossem ou não da aldeia  
nunca se fez coisa feia  
numa conversa analítica  
não escapava a politica  
alguém de partido mudou  
sem o pial da critica  
**a aldeia mais pobre ficou**

3

O trabalho e a preguiça  
também ali eram julgados  
os preguiçosos afamados  
a soberba e a cobiça  
a conversa não enguiça  
com aqueles sérios juizes  
esses momentos felizes  
não se repetem ai não  
e sem deixar cicatrizes

**são sinais da evolução**

4

De mulheres também falavam  
não podia deixar de ser  
só com os olhos a ver  
pelas beijas não lhe passavam  
também por vezes se gabavam  
tinham que de algo falar  
para o tempo assim passar  
o tempo que nos marcou  
o pial já foi ao ar  
**mas saudade nos deixou.**

Chico Bento  
Anais-Ponte de Lima

**Melancolia**

Trespasou a acabrunhada neblina,  
O troar cavo dum desmoronamento  
Dos castelos das areias sem futuro.

Desabaram com eles os teus sonhos,  
Em recônditos areais da melancolia  
Mãos em concha escorrem saudades.

Quim Abreu - Almada



## SOU NADA, OU NINGUÉM

/////  
 Não sou nada, nem ninguém  
 Apenas um vulto, que se move  
 Não estou mal, nem estou bem  
 Alguém que ri, chora e se comove  
 //  
 Sou sol, sou nuvem e sou lua  
 Céu, estrela e firmamento  
 A calçada de qualquer rua  
 Coluna, pedestal e monumento  
 //  
 Sou vento que sopra forte  
 O caminho desconhecido  
 Sou o sul e sou o norte  
 Um animal enfurecido  
 //  
 Sou a água a correr da fonte  
 Também sou a água do rio  
 Sou fruto, árvore no monte  
 Simplicidade e o arrepio  
 //  
 Como posso, ser tudo isto  
 Ser alegre e sentir saudade  
 Apenas só porque existo  
 Sou mundo, sou liberdade.  
 ////  
 Maria de Lurdes Brás  
 Almada

## À procura da verdade

Tomai vós, deuses do tempo,  
 minha vida, minha dor,  
 meus olhos, meu sentimento,  
 minha voz já sem fulgor.

Guardai tudo no recinto  
 onde o silêncio se escuta.  
 Quero dizer-vos o que sinto  
 e pôr fim a esta luta.

A verdade que procuro  
 neste imenso labirinto,  
 é entre o claro e o escuro  
 com que a mim próprio me minto.

A verdade se transforma  
 em mentira bem vestida  
 e chega a parecer que é norma  
 que comanda a nossa vida.

Assim eu queria a verdade:  
 Muito pura, cintilante,  
 Nua e crua, realidade  
 brilhando qual diamante.

José Catalão - Almada

## SOLUÇO

Ao cair da noite  
 Fecho-me, espero-te  
 Sei que chegas  
 Em forma de suspiro  
 Quase sinto o teu calor  
 E o beijo que queima.

Como todas as noites  
 Solução baixinho  
 Digo-te, amo-te  
 Quando devia gritar, odeio-te.

Sempre estive só  
 Mas todos os minutos te aguardo  
 E quando a lágrima cai  
 Desperto, aperto o coração.

E uma sombra vazia  
 Desliza no meu olhar  
 Outra vez tu no meu sonho  
 Espero-te amanhã amor  
 E fica até eu acordar

Sara da Costa  
 Vila de Cano/Alentejo



## OUTONO...

Em plena noite chegou  
 E consigo trouxe a brisa  
 Que me acariciou a face.

Outono de belas cores  
 Que intensamente me deslumbram.

Outono das castanhas,  
 De luares tranquilos e confidentes.

Outono agora,  
 Outono durante três meses.

Outono!  
 Invadiste a minha alma  
 Coberta de folhas douradas.

Outono dos meus encantos,  
 Que rouba os meus chapéus  
 Para eu correr e brincar...

Outono...  
 Outono  
 Do meu ser.

Anabela Gaspar Silvestre  
 Covilhã

## CHICO

E dele me lembro assim: Pequeno e triste  
 Com dez anos de fome por idade...  
 Também o lembro já na mocidade  
 Quando o corpo, faminto, mais resiste.

Lembro a coragem-força com que insiste  
 Na procura do pão e da verdade,  
 Pensando que será realidade  
 O mundo-sonho de que não desiste.

Depois vejo-o na mina, lá no fundo,  
 Magro e triste, talvez que moribundo,  
 Mas homem sempre, sempre vertical!

E agora "Chico" ao ver-te assim deitado,  
 Só posso perguntar desesperado  
 Porque é que a vida te tratou tão mal?!

(Nogueira Pardal - Corroios)

## Recordar o Alentejo

Tem beleza... é Alentejo!  
 O meu bom porto de abrigo.  
 Só não sei porque não vejo,  
 Como seria o meu desejo...  
 As tão lindas searas de trigo.

Tuas planícies têm beleza...  
 Quando chega a primavera.  
 Vejo com garra a natureza  
 Mostrar com tanta destreza  
 Que já nada é...o que era.

Ceifando ao calor no estio,  
 Já não vejo lindas moçoilas,  
 Alegres, cantavam ao desafio.  
 Hoje o terreno está bravo...  
 Onde prevalecem papoilas.

Será negócio ou ambição...  
 Eram searas hoje são prados.  
 Não há Guarda, há vedação...  
 Fica triste o meu coração...  
 Ao ver campos abandonados.

Grandes montes senhoriais...  
 Vejo cair sem conservação.  
 Lavouras, não se fazem mais...  
 Hoje só lá habitam animais,  
 Outrora... com tanta agitação.

Aldeia... minha mocidade,  
 Já não passo o serão contigo.  
 Tudo mudou, sinto saudade...  
 Minha terra não tem idade,  
 Mas será meu porto de abrigo.

Maria de Jesus Procópio  
 Paivas/Amora

**MEU SORRISO**

Hoje eu trago este sorriso,  
para entregá-lo a você;  
sorrio das minhas dores,  
aquelas que ninguém vê.

Relembrando as noites claras  
banhadas pelo luar,  
e o canto da passarada,  
que vinha nos despertar!

Sorrio da noite escura,  
que minha dor aumentava,  
do vento chamando chuva,  
do temporal que abrasava.

E este sorriso cativo,  
mostra que não estou triste;  
e me serve de incentivo,  
por crer que você existe!

Rita Rocha  
St. António de Pádua/BR

**É ISTO O AMOR**

O amor  
Não é vingativo,  
Pois do rancor  
Não está cativo.

O amor  
É compreensivo,  
Sabe perdoar  
E feito é só para amar.

O amor  
Faz o bem  
Sem olhar a quem.

O amor,  
Dando-se a todo o momento,  
É, sem favor,  
O mais nobre sentimento!

Hermilo Rogério  
Paivas/Amora

**Mulher**

Tu que tornas planos os caminhos em declive,  
constróis pontes e destróis muros que impedem o prosseguir,  
que desenhavas  
o sol,  
as estrelas,  
o arco-íris,  
na cor cinzenta do mar,  
e bebes a luz diáfana que se derrama pelo alvorecer.  
Que fazes do crepúsculo um manto pautado com os acordes do rouxinol,  
e cobres o teu leito com o perfume exaurido dos campos refulgentes.  
Que fazes pendentes do orvalho cristalino  
para enfeitar o teu colo...  
Reverencio-te, Mulher.

Filomena Gomes Camacho. - Londres

**O Pioneiro da Vida.**

O pioneiro da vida  
Numa grande caminhada  
Sua marcha é mantida  
E muito bem calculada.

Vai versando no tecer  
O autor assim prevê  
E não dá pra esquecer  
Na poesia se vê.

Nas horas do seu lazer  
A leitura satisfaz  
livro que lhe dá prazer  
Por um autor que refaz.

Rádio sintonizado  
Música de companhia  
Poema finalizado  
A musa lhe acolhia.

Pinhal Dias (Lahnip) PT  
Montemor-o-Novo

**O Natal dos Poetas**

Da infinita bondade de Jesus  
Dessa infável matéria  
Qual substrato psíquico  
De insustentável leveza  
É que se fez a magia  
De que são imbuídos os Poetas.  
Por isso cantam o Natal  
Com a harmonia dos Anjos Celestes  
E com a alma inundada de Esperança  
Antevêem um mundo melhor  
Sem consumismo.  
Sem guerras nem cinismo.  
Onde reine a Paz  
Como se o Mundo fosse  
O tal Poema  
Que o Poeta faz  
Cheio de Bonomia  
Cheio de Alegria  
Dando ao Natal  
O verdadeiro sentido  
O ESPIRITUAL.

Maria Vitória Afonso  
Cruz de Pau/Amora

**Apontamentos****Percebes**

Foi hoje por volta das onze,  
E sem mais nada previsto...  
Eu "trabalhei" para o bronze,  
E também para o petisco.

Manuel Nobre - Sines

Foi a sua inspiração. Foi o seu sol e a sua lua. A sua noite e o seu dia. As manhãs de não acordar e as noites de não dormir. Foi a maçã trincada com vontade e a árvore de todos os frutos. Foi romã desejo. Foi fruto exótico. Tu sabes quem foi. Assim dizia o recado que me deixou escrito.

Jorge C Ferreira  
Mafra

**«POETAS DA NOSSA TERRA»****"BIOGRAFIA"  
"Tito Olívio"**

**TITO OLÍVIO HENRIQUES** nasceu na Freguesia de Vila Cova do Covelo, concelho de Penalva do Castelo, distrito de Viseu, a 23 de Março de 1931. Foi para Lisboa com 3 anos de idade, onde fez a instrução primária na Escola de S. Sebastião da Pedreira, o curso liceal no Liceu de Camões e a licenciatura em engenharia civil no Instituto Superior Técnico, tendo iniciado a vida profissional em 1958, depois de ter cumprido o serviço militar na Escola Prática de Artilharia, em Vendas Novas, e no Regimento de Artilharia Pesada 1, em Sacavém, de onde saiu com a patente de alferes.

É técnico-voluntário do Refúgio Aboim Ascensão e membro da Sociedade Histórica da Independência de Portugal.

É membro efectivo da Academia Brasileira Virtual de Letras e da Academia Virtual TóKandar (Brasil-Portugal). Nesta última, tem 3 livros virtuais na Biblioteca.

Foi presidente da Mesa da Assembleia Geral da Associação dos Jornalistas e Escritores do Algarve (AJEA), desde 1998.

A Cruz Vermelha Portuguesa, em 1973, agraciou-o com a Medalha de Louvor.

E o Município de Faro com a Medalha de Ouro de Mérito, em 2011.

Colaborou, em verso e prosa, em jornais diários e regionais, em revistas e antologias, Foi conferencista e organizador de eventos culturais. É Membro de: - Academia Tókandar; Portal Cen;AJEA;Rotary International (Rotary Club de Faro);APP;AVBL e outros... É membro de "Confrades da Poesia"

**Bibliografia****Livros em versão electrónica:**

O ABRAÇO AZUL- CONTOS- PARA QUÊ, HELENA? -Poemas Floridos no Lago de Ti; Quando acaba o Infinito

**Livros em versão de papel:**

O Romance do Homem Solitário- Sonetos Proibidos e Outros Poemas- Roteiro do Algarve- Divisão Administrativa do Algarve- Algueres... Alguém- A Democracia que temos-Contrações da Democracia- Cantata para um corpo-Formas de fumo-A Gota de Água-Flor de Luz-Ode a Penha Garcia- Justiça Social-Sombra Desfeita- A Cauda do Cometa- Lenda do Moliceiro- Guia Prático do Poeta-É Agora?...- Os Anos Dourados do Volfrâmio-Mudar é preciso- Diaburas da Minha Pena; O ABRAÇO AZUL -Poemas; OBRA POÉTICA - Poemas e Pinturas; ANTIGO TESTAMENTO (Versão Reduzida) - Vol. 1 e Vol. 2 - POSTAIS DA SERRA - Crónicas; JANELA ABERTA - Poemas; POEMAS FLORIDOS NO LAGO DE TI - Poemas; QUANDO ACABA O INFINITO - Poemas; "Colecção Cadernos Santa Maria" Vol, I,II,IV,V

Poderá consultar ainda o site dos Confrades - <http://www.confradesdapoesia.pt/Biografia/TitoOlívio.htm>

**Anos 80**

Sortilégio de dor em taça ardente,  
Relógios que só marcam solidão...  
A promessa é a ilusão inconsciente,  
Juras de amor são beijos de traição.

Há cartas que se escrevem sem resposta.  
São cheias de vazio as frases loucas...  
Não há eternidade p'ra quem gosta,  
Quando mentem parecem ter cem bocas.

É este o mundo em que vegeto triste.  
Ficam na areia marcas de quimera,  
Pegadas paralelas de amargura.

A gente vive apenas porque existe.  
Procura o rumo que seguir quisera,  
Mas nunca segue aquele que procura.

Tito Olívio - Faro

**NUM BALÃO**

Hei de subir num balão,  
Em manhã de vento forte,  
Se souber a direção,  
Decerto vou ter ao norte.

Fiz da vida uma viagem,  
Ora má e ora boa,  
Pior, foi que a derrapagem  
Recrimina e não perdoa.

Levo cão pra não ter medo,  
Sem saber se terei volta,  
Em livro ponho o enredo,  
Coa imaginação à solta.

De rezar, já me esqueci,  
Fui defensor da mulher,  
Perdão peço a quem feriu  
E seja o que Deus quiser!

Tito Olívio – Faro

**A FALA DO OLHAR**

Os olhos, ao falar, são verdadeiros,  
São livros que se podem ler por fora,  
Têm luz, que a inocência não descora,  
Ou flores abrindo em dias soalheiros.

Os olhos, ao falar, são os primeiros  
Que choram, quando o tempo se demora,  
Se os sonhos, que se esfumam, vão embora,  
Ou perdem a esperança os derradeiros.

Felizes são os olhos que se riem.  
Dos olhos, que não olham, não se fiem,  
Que escondem das palavras a traição.

Os olhos são fieis, se olham de frente,  
Não fogem nem desviam de repente  
E espelham limpidez no coração.

Tito Olívio – Faro

**CARTA AO DITADOR**

Não sabes ?  
que com toda a tua sabedoria  
fenomenal.....  
vais acabar um dia.....  
igualmente?  
“Piormente”....  
Só que antes..  
vais pagar a conta...  
Por teres matado  
tanta..... tanta gente  
que para ti, hoje, não conta.

Vai pagar!

Vai te chegar a fatura, aqui!  
O recibo te vão entregar  
quando chegares ao outro lado!

Podes crer .....  
espera só.....  
como estás...sentado  
Queres ficar nos livros de História?  
que falam dOs mortos?  
Aiiiiii..Vais lá estar seguramente.....  
junto (dos) que tu mataste,  
mandando,  
Demente?  
Imputável!  
cobardemente aquartelado..  
só podia,.....  
Mas vais ficar registado...

Nos Livros da História.....  
Duradouros nas escolas?

É isso que te move?  
Que pena.  
Vai haver prova  
que te vai condenar a dura pena.  
E vais ficar registado de verdade  
numa cena de horror.  
como mandante de maldade  
e para jamais se repetir  
teu existir.

José Jacinto “DJango  
Casal do Marco/Seixal



Eu fui com os meus Netos  
Ali à frente ver o Mar...  
São enormes os afectos  
E a esperança de os ajudar.

Manuel Nobre - Sines

**APRENDE A VIVER**

Se à tua volta  
Sentires que o vazio é cada vez maior,  
Renova promessas, levanta pontes,  
Rasga horizontes  
Bebe esperança e acredita  
Na exaltação do amanhã.

O amor não é interlúdio vulnerável,  
Nem desenfreada fantasia  
A fugir de cilada.

Será fantasma feminino  
Com ruga amarga na boca?  
Porquê inventar tormentos  
E dar sempre  
Um toque de tristeza na voz?

O Homem é louco!  
Não percebe quão efêmeras  
São as coisas e os seres...

Aprende a viver!

*João Coelho dos Santos  
Lisboa*

**O POETA QUE NÃO SOU**

Este é o poema  
O poema que não fiz  
Não fiz um poema hoje  
Hoje o dia começou triste  
Triste acordei sem escrever  
Este é poema que ficou por fazer

O galo cantou e eu surdo  
Surdo de tanto ouvir  
Ouvir o que não devia  
Não devia ouvir a Terra  
A Terra a chorar no cantar do galo

O Sol nasceu e iluminou a Noite  
A Noite preguiçosa desapareceu  
Desapareceu o meu sono  
O meu sono já sem sonhos

Levantei-me para caminhar  
Caminhar para o meu futuro  
O futuro que parece passado

Quero sonhar meu sonho  
O meu sonho acordado que vivo

Acordado vivo dormindo o poeta que não sou.

João Furtado  
Praia/Cabo Verde

**MINHA AMORA AMADA**

Obviamente, sou bairrista!  
Sou da Amora, natural!  
Contigo mora a conquista,  
Amora de Portugal!

És para mim e serás,  
o meu berço encantado.  
Sei. Nunca mais voltarás,  
à Amora do passado!

Tens contigo, novo rosto.  
És inveja da multidão.  
Se para uns dás desgosto,  
a outros, muitos, não. Não!

Quem te vê e quem te viu,  
diz que tu estás mudada!  
Digam, ó águas do rio,  
desta minha Amora amada!

Joel Lira - Amora

**ESCREVER NAS ESTRELAS**

Há quem escreva no vento  
Palavras sem o sustento  
De um registo para ler  
Há quem escreva na areia  
Sabendo que a maré cheia  
Fará tudo desaparecer

Serão todos escritores  
Anónimos sonhadores  
Com rimas, ou mesmo sem elas  
O que escrevem não se lê  
Nem eles sabem porquê  
Só confiam nas estrelas.

Maria Graça Melo  
Lisboa

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

Silvais – Alentejo



## A MINHA CASA

É pintada de amarelo  
A minha casa modesta  
Fica á beirinha da serra  
Rodeada de giesta

Toda a serra tem perfume  
Não há sítio como aquele  
Quando chega o meu amor  
O sol chega com ele

Traz braçadas de papoilas  
P'ra enfeitar nosso lar  
E nas árvores saltitando  
Há pardais a namorar

Temos janelas baixinhas  
Ficam bem perto do chão  
Onde brincam nossos filhos  
Frutos da nossa paixão

Vivemos na natureza  
Que tratamos com amor  
Porque aqui na minha terra  
Até os cardos dão flor

Sara da Costa  
Vila de Cano/Alentejo

pelas lágrimas da  
noite  
percorro estovado  
o absurdo límpido  
do universo adormecido ...  
o poema atira me contra  
a raiva persistente e adocicada  
na minados meus olhos  
cegos...

Jorge Cortez – Rogela /Lousã

## 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

## SER DIFERENTE DO INDIFERENTE

Pois é assim mesmo que sou: Sou bem diferente.  
Diferente, dos que na vida me são indiferentes.  
Tratam-me como umas víboras, vis serpentes...  
Mas por que terei de cumprimentar tal gente?

Não comem comigo à mesa côdea de pão,  
nem bebem água do meu copo um pingo de gota.  
Não sou peixe que vai à venda em qualquer loja,  
e , quanto a trocar de estatuto, também, não!

Quem me é indiferente, lá terá o seu caminho:  
Mal acompanhado, não?! Antes estar sozinho.  
e tudo isto porque eu amo a minha Amora.

Quanto aos que me olham de torto e de lado  
que me desculpem, não ouço-nos no tal fado,  
da indiferença que para mim não tem mais hora!

Joel Lira - Amora

## O Que é Verdadeiramente Ser Poeta

Para ser digno de seu nome, o Poeta  
Não precisa ser santo, nem asceta...  
Ele deve, sim, trilhar sempre uma via reta,  
Em defesa  
Do mais necessitado,  
De quem vive na pobreza,  
Constantemente, ofendido e humilhado,  
Por quem nada quer saber,  
Ou, simplesmente, não quer ver  
Que a pobreza não é mais do que o resultado  
Duma sociedade  
Injusta e falha em fraternidade !

Não defendendo o mais fraco, melhor seria  
O Poeta deixar de todo a poesia,  
Pois penso não ser admissível,  
Que bem não fica,  
Não é normal,  
A quem à poesia se dedica  
Não ser ele sensível  
A questões de ordem social.

O Poeta é obrigado  
A estar do lado  
Daqueles que defendem a Democracia;  
A estar contra a tirania,  
Qualquer que seja a sua cor.

Porque, se assim não for,  
Bolas prà sua ladainha !  
Muito fraquinha  
E, com certeza, a sua poesia !

Hermilo Rogério – Paivas Amora

## A CONSCIÊNCIA

Deus é juiz do sacrário  
O Rei de toda a ciência  
O mais belo relicário  
A consciência da consciência

A consciência é santuário  
Onde Deus é seu juiz  
Tu escreves no teu diário  
O que a consciência não diz!

Num santuário sagrado  
A consciência é a razão  
Um segredo bem guardado  
Mostra a tua discrição!

Num macio travesseiro  
A consciência se acalma  
Quando o amigo verdadeiro  
A tiver dentro da alma!

Nas páginas do teu diário  
A consciência tem lugar  
O mais belo dicionário  
Que tu deves consultar!

Grande livro de moral  
Saído do coração  
A consciência é sem igual  
**Combatente da razão!**

Por mais que se proclame  
Sem pôr os pés num altar  
Deves fazer um exame...  
Que a Santo não vais chegar!

Onde tens a consciência?  
Se os teus falsos testemunhos  
Na falta de inteligência  
Vão p'ró lixo – são rascunhos!

Combatente da razão  
Esclarecendo a Verdade  
Das pancadas que nos dão  
No lixo da Humanidade!

Porque existe a falsidade  
Quando não há consciência  
Porque escondes a Verdade  
A mentir sem ter decência!

Maria Fraqueza - Fuzeta





**CHEGA DE ILUSÃO**

O Povo é que é a elite!  
 A elite nunca quis saber do Povo.  
 Seja na monarquia ou na república.  
 De novo, há o velho hábito,  
 de fazer sempre pagar o Povo.  
 O mau hálito espalha-se  
 pelo hábito dos exploradores  
 transversais aos tempos  
 e às civilizações  
 que davam tenças  
 e agora indemnizações  
 que nem sabem calcular...  
 e o Povo,  
 o Povo aclama e vota nas eleições....  
 rezando para não mais ter de pagar....  
 Há que caminhar e quê???  
 Peregrinações? Visões? Aparições?  
 Avidões? Só duas refeições?  
 .....  
 Chega a pé... aflito sem um grito.  
 É o Povo, sem quarto, nem mesmo nas pensões,  
 das pontes despejado até,  
 nos feriados, enche os calçadões  
 e bate palmas outra, outra vez,  
 pensa-se bendito com todas as peregrinações  
 e afinal depois das festas continua igual  
 e uns continuam  
 e outros também, da mesma forma desigual.  
 Ah, mas que estórias te enganaram História.  
 O Povo faz revoluções e depois....  
 a mudança, não muda o dia a dia  
 continua escravo, servo,  
 súbdito, sem cidadania,  
 proletário, explorado,  
 precário, refugiado...  
 sempre lixado.  
 O Povo é que tem de soltar.  
 e não é só a Voz.  
 Desatar os nós de Nós..  
 Elites e hábitos,  
 há que desmascarar e despir.  
 Chega de ilusão!

José Jacinto "Django"  
 Casal do Marco/Seixal

**Dias nublados.**

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

Filomena Gomes Camacho  
 Londres

**A MÚSICA?!**

É, magia que se espalha no ar!  
 Que me faz dançar, rir, chorar...  
 É algo que preciso, para me animar,  
 Que me incentiva,  
 Que me faz sentir viva,  
 Que me faz amar...  
 Que me envolve, me toca, me embaraça e abraça.  
 Com ela eu me ausento  
 Quando ela toca cá dentro  
 Subo, desço como água  
 Brotando da nascente...  
 Quero continuar a ouvi-la,  
 Quero continuar a sonhar,  
 Quero continuar a amar  
 A Todos e a Tudo...  
 Como se nada mais houvesse no Mundo.  
 A música dá alma ao tempo.  
 Dá asas ao pensamento.  
 Faz-me sonhar acordada,  
 Vivendo lindos momentos...  
 Não dando ouvidos a nada.

Catarina Malanho Semedo  
 Amora

**Divulgações do Espírito**

Ai quanto amor e carinho  
 Tenho para te dar!  
 Mesmo no outro lado do mundo  
 Minha alma por ti palpita!  
 Um desejo bom que cresce  
 Tamanha afeição humana  
 Sinto nas palavras  
 Serenidade, que resolve o problema,  
 Eleva a nossa amizade,  
 Ao respeito mútuo, alegre e leal  
 Sob a dimensão divina do Céu  
 Olho as estrelas, sinto a presença  
 Vinda numa carta, num poema...  
 Ouvir a minha voz  
 Dizer que somos nós?  
 A esperança que cresce  
 Nas palavras leves e suaves  
 Da nossa harmoniosa correspondência  
 Feita de alegrias e penas  
 Ambos queremos que seja  
 A ciência da amizade eterna

Luís Fernandes  
 Amora

**Aquele miúdo tão triste**

Quando eu, ia a passar  
 Bem perto do cemitério  
 O caso pareceu-me sério  
 Vi um miúdo a chamar

Parei e pus-me a escutar  
 Naquela manhã tão fria  
 O que o miúdo dizia  
 Dizia sempre a chorar

Depois deste relato ouvir  
 A seu lado me ajoelhei  
 Vens comigo, lhe perguntei  
 E vi seu olhar sorrir

O tempo lá foi passando  
 E o cemitério ele visitava  
 No duro chão se ajoelhava  
 De mãos no rosto, chorando

Refrão

Sozinho vivo ao desdém  
 A minha mãe está ali  
 Ó minha mãe venha aqui  
 Que eu não tenho mais ninguém

Nem sequer tenho uma avó  
 Que me possa dar carinho  
 Estou triste, pois estou sozinho  
 E de mim ninguém tem dó.

Chico Bento  
 Anais - Ponte de Lima

Ah, não quer envelhecer  
 isso é fruto da idade,  
 ainda está por descobrir  
 o elixir da mocidade.

Um dia lá chegaremos  
 gostava tanto de ver...  
 isso é que era um mundo lindo!  
 Sem velhice sem doenças...  
 não digo vida eterna  
 que isso não pode ser,  
 mas é triste um ser humano  
 vir ao mundo para sofrer.  
 Ó evolução, evolução,  
 Deixa a lua em paz!  
 Reserva a atitude  
 para causas mais nobres,  
 descobre inventa  
 (ainda eu vivo)  
 O elixir da juventude.

Aires Plácido (ap)  
 Amadora



### Dedicado ao amigo Zé Luís

Mote

**Adeus Amigo Zé Luís  
Conhecido por "Pinóquio"  
Neste dia tão Feliz  
Em que falas de ti próprio.**

I

És Homem de "Gabarito"  
E Amigo de eleição  
Nesta bela ocasião  
Vou lançar aqui um grito  
Eu sei que estás aflito  
Porque a idade assim quis  
Mas é o Povo quem diz  
Com Amor no Coração  
A este Nobre Cidadão  
**Adeus Amigo Zé Luís.**

II

Quero-te aqui elogiar  
No que acabo de escrever  
E tenho p'ra te oferecer  
P'ra mais tarde recordar  
Agora aqui neste lugar  
E neste momento próprio  
Está aqui neste "colóquio"  
Com os seus cinco sentidos  
Com os Amigos reunidos  
Conhecido por "Pinóquio"

III

Um Amigo verdadeiro  
Daqueles que não enganam  
E nem tão pouco difamam  
Qualquer Amigo "interesseiro"  
O Zé Luís é porreiro  
É Mestre foi aprendiz  
Na "IMPrensa" tem "Raíz"  
Com a maior "Altitude"  
Aonde tem toda a virtude  
**Neste dia tão Feliz.**

IV

Não podia cá faltar  
Porque é esse o meu dever  
Vou-te aqui "ENALTECER"  
E quero de ti também falar  
És uma "Figura Invulgar"  
Onde existe o "Amor-Próprio"  
À espera do "Equinócio"  
Quando a "Vida" te faltar  
Fica cá a circular  
**O Tal não está a Moenga**

Com tanta "Crónica" e "Lenga Lengua"  
Em que falas de ti próprio .

Autor: Manuel Joaquim Frades Carvalho  
"O Poeta Silvais de Évora".  
Alentejo (Évora), 8 de Julho de 2022.



### AO POETA

O Poeta não morreu,  
Apenas partiu,  
Foi-se embora p'ra um estrela,  
Que no Céu vai luzindo...

Na noite ao crepuscular,  
Vou tua figura recordar,  
Teus versos vou ler,  
Por entre uma janela aberta,

Em rua, que ficou deserta...  
Vou caminhar devagar,  
Vou ficar sozinho,  
Por aqui vou meditar,

Aprender a poetar...  
Ter Amigos, em qualquer lugar,  
Com aquela alma, que está vagando,  
Para lá do fundo dos céus...

Nós homens, por aqui ficamos,  
Na esperança d'a morte matar,  
Com medo de Vida se amar...  
O Poeta vamos recordar.

Carlos Alberto Sequeira Varela  
Paços de Brandão

### Fez-se branco

Fez-se branco  
O olhar  
Puro  
Do teu  
Corpo.

Albino Moura - Almada  
(Saudoso)

### NESTA ÉPOCA É ASSIM

Na época das eleições  
e com os tachos nas miras  
ouvem-se falsos pregões  
e chorrilhos de mentiras

Querem matar os desejos  
ter no bolso fáceis tostões  
até nas velhas dão beijos  
na época das eleições

Tudo aquilo que prometem  
sãos papéis feitos em tiras  
sabemos bem que só nos metem  
e com os tachos nas miras

Fazem lembrar uma alcaiteia  
a uivar aos serões  
e de aldeia em aldeia  
ouvem-se falsos pregões

Quando tudo terminar  
de não os veres te admiras  
ficam promessas no ar  
e chorrilhos de mentiras.

Chico Bento  
Anais-Ponte de Lima

Cheguei a Casa estacionei,  
O meu carro ali no Parque...  
Peguei na guitarra e cantei,  
Um samba do Chico Buarque.

Manuel Nobre - Sines

### A Estrada Branca

Atravessei contigo a minuciosa tarde  
deste-me a tua mão, a vida parecia  
difícil de estabelecer acima do muro alto

folhas tremiam  
ao invisível peso mais forte

Podia morrer por uma só dessas coisas  
que trazemos sem que possam ser ditas:  
astros cruzam-se numa velocidade que apavora  
inamovíveis glaciares por fim se deslocam  
e na única forma que tem de acompanhar-te  
o meu coração bate

*José Tolentino Mendonça, in 'A Estrada Branca*

Cardeal José Tolentino de Mendonça  
Vaticano

**De volta para casa**

Mudaram as estações,  
mas mais nada mudou  
sei que alguma coisa aconteceu  
está tudo assim, tão diferente  
porque um dia acreditei  
que tudo era para sempre  
sem saber, que o para sempre, sempre acaba  
mas nada vai conseguir mudar o que ficou  
porque quando penso em alguém  
só penso em ti...

E aí, então, estamos bem  
mesmo com tantos motivos  
para deixar tudo como está  
nem desistir nem tentar  
agora tanto fez ou faz...

Será que estamos indo  
de volta para casa?

Joaquim Maneta Alhinho

**O Maldizente**

(Sátira Maldizente)

O **Maldizente** um caixeiro viajante  
e as histórias que contava,  
acrescentava-lhes um ponto:

O **Maldizente** sentava-se à mesa do **Alfa**  
E dizia mal do **Bravo**  
No dia seguinte sentava-se à mesa do **Bravo**  
E dizia mal do **Alfa**...

Dias e semanas se passaram  
O **Alfa** e o **Bravo** se embrulharam,  
Aflito ficou o **Bravo** pelo o que ouviu da boca do **Alfa**:  
- "A tua mulher transa com o **Maldizente**" ...

Na hora da confusão apareceu o **Maldizente** com a mulher do **Alfa**

**Sem Suma:**

Quando contar uma história não acrescente um ponto,  
mas sim um pare de cornos...

ahahahahahahahah

Herculano Montagreste

**Ainda há Esperança**

A nossa vida não acaba assim...  
Porque Deus nos deu o Salvador,  
Que na cruz, com Seu sangue remidor,  
Do pecado nos lavou, a ti.. a mim...

Faz da esperança e fé um trampolim  
Sobe os degraus p'ró Céu, Pátria d'amor,  
És importante para o Criador;  
Não emudeças pois, ao Seu clarim.

Somente crê| O milagre acontece;  
Pois aquele que crê, nunca perece,  
E em Cristo Jesus terá Vitória.

Aceita-O, Louva-O, pois na Cruz  
Te transladou das trevas para a Luz  
E á tua espere está, com o Pai, na Glória

Anabela Dias – Paivas/Amora

**Pirata**

Sou o único homem a bordo do meu barco.  
Os outros são monstros que não falam,  
Tigres e ursos que amarrei aos remos,  
E o meu desprezo reina sobre o mar.

Gosto de uivar no vento com os mastros  
E de me abrir na brisa com as velas,  
E há momentos que são quase esquecimento  
Numa doçura imensa de regresso.

A minha pátria é onde o vento passa,  
A minha amada é onde os roseirais dão flor,  
O meu desejo é o rastro que ficou das aves,  
E nunca acordo deste sonho e nunca durmo.

Sophia de Mello Breyner Andresen  
(Saudosa)



ADMINISTRAÇÃO, REDACÇÃO  
E PUBLICIDADE  
Rua Bernardim Ribeiro, no 39  
2840-270 Seixal



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 2/10/22**



### A essência da amizade

A amizade...  
É a palavra mais terna,  
Que todos devemos soletrar.

A amizade...  
É o gesto mais doce,  
Que todos devemos partilhar.

A amizade...  
É a semente mais rica,  
Que todos devemos cultivar.

A amizade...  
É o tesouro mais valioso,  
Que todos devemos procurar.

A amizade...  
É a jóia mais preciosa,  
Que todos devemos preservar.

A amizade...  
É o sentimento mais puro,  
Que todos devemos guardar.

Luís da Mota Filipe  
(Anços-Montelavar-Sintra-Portugal)



### Sou

Sou pescador, operário, camponês.  
Sou filho do vento e das marés.  
Sou riso e o encanto das madrugadas.  
Sou o poeta dos sonhos de fadas.  
Sou o amor, a amizade e a ternura.  
Sou quem ama o céu e a terra.  
Sou sempre o generoso português.  
Que na roseira de sal, no mar, Deus fez...  
Sou o amigo das estrelas e da lua.  
E o admirador da mulher nua...  
Sou o carinho que cultivava a flor.  
Sou o sangue na veia que sente dor...  
Sou amigo do povo de Timor.  
Sou, perdidamente o verdadeiro,  
Sonhador, amigo do mundo inteiro  
Que pretende aliviar a vida densa.  
Do homem, da mulher e da criança,  
Sou como Deus me deu a vida...  
Para eu ser tudo e não ser nada!!!

Luís Filipe das Neves Fernandes  
Amora

### O QUE DIRÃO?

\*  
**O que é que irão dizer  
Deste humilde poeta?**  
\*  
Nunca chegou a estudar  
Da poesia, a cartilha...  
Desde a simples redondilha,  
Apenas quis versejar...  
Tomou-lhe o gosto em rimar  
E explorar esta faceta...  
Pegou então na caneta  
Com humildade a escrever,  
**O que é que irão dizer  
Deste humilde poeta?**  
\*  
João da Palma  
Portimão

### Duplicidades

Uma gota de água  
sacia um sequioso  
Uma inundação  
matará muitos saciados

Uma verdade  
vaga trilho sinuoso  
Uma mentira  
Gira atalhos acelerados

Um humano  
é um ser dissimulado  
Veste duplicidades  
e disfarce bem-trajado

Para melhor compreender  
toda a real situação  
O Zé gosta de ter  
e exprimir a sua opinião

O Tó, vai impedindo  
o Zé de ter convicção  
E o Zé fica intoxicado  
pela social comunicação

Rebela-se, manifesta-se  
chamam-lhe iletrado.  
Ao invés do Tó encartado  
Zé, não tem diploma falsificado!

Herculano Montagreste

### Alma semeada

Oh terra-mãe da criança que quero ser,  
De ti brotarão memórias do tempo ido  
Enquanto provei o fruto da felicidade;  
Oferece um ramo delas a quem merecer  
Saber sentir cor fresca do olhar florido  
Na alma semeada de querer eternidade.

Se fores regada por lágrimas de solidão  
Duns olhos que te vejam como eu te vi  
Quando a cotovia me dizia madrugada;

Deixa que sintam no bater do coração  
Vontade indómita de correrem para ti  
Antecipando odores da terra molhada.

E se o amor sentido fizer florir alegria  
E o desejo de voltar para te amar mais  
Na dança da criança que em ti dançou;  
Oh terra-mãe, eu voltarei qualquer dia  
Repetindo com prazer mais dias iguais  
Amanhecidos da saudade que me levou.

Quim Abreu - Almada

### NÃO SEI O QUE DIZER

Não sei mesmo o que dizer  
Não sei se sonhei acordada  
Ou estava a pensar, embalada  
Por anjos e santos do meu ser  
À roda, sobrevoando em rodopio,  
De asas em leque, sem um pio.  
Tento adivinhar-vos, sussurrando, a dizer:  
Estás acordada, mas deslumbrada!  
E não é para menos - foste chamada;  
Daqui, respondes pronto e a benzer  
Em nome do Pai... e deixa acontecer.  
Deus vai te abençoar e proteger!  
Aumenta a tua fé e esperança  
E Nele prova a tua crença e confiança  
Mantém foco no Universo a transcender.  
Oh! Tudo é menor que Deus em meu ser  
Ando à Sua procura, mesmo p'ra ver,  
E ter comigo o melhor amigo, se merecer;  
Só ELE pode o que ninguém quer fazer.  
Meu Deus, esteja sempre comigo  
Não me abandone na toca do inimigo  
Nem deixe o demo retalhar alma  
Desse filho a melhorar com calma.  
Vinde DEUS, anjos e santos ao meu ser!

Amalia Faustino – Praia/Cabo Verde