

## EDITORIAL

Sou bem-nascida!

Nasci de uma linda donzela. Ela cuidou de mim como se eu fosse uma princesa.

Éramos dois lindos pimpolhos felizes, bonitos e sadios, sugando o leite na mesma teta.

De pai ausente, sofremos preconceito na escola e na rua, mas eu encarei a vida, olhei o mundo de frente!

Sofri preconceitos num mundo de machos. Mas eu reagi, apreciei a luz, as flores e todos os ruídos.

Combati e venci bons combates.

O mau destino me fez quem sou. Estudei no melhor colégio: a vida. Conheci as durezas da pobreza à riqueza do mundo.

Roupas de grifes nunca tive.

Os dias foram passando e a vida lá fora acontecendo. Adolescente pensei em namorar.

Um dia, uma família amiga veio me conhecer. Então eu ouvi: - eu quero um macho! - todos já adotados. Só temos esta menina!

Foi aí que meu coração ardeu. Por que macho sempre o primeiro?

Meu coração ficou cinza de tristeza. Mas agora eu não era mais uma capixaba sem eira nem beira! Eu tenho um dono e vou me casar?

Chegamos! Era uma casa diferente! Por todos os lados fantasmas e lobisomem me atormentavam:

Não gostei desta nova morada. Sozinha com meu dono, o medo tomou conta de mim. Eu me escondi debaixo da cama para ninguém me encontrar. Senti tremores.

Um belo dia, eu fugi pela estrada a procura do meu antigo lar!

Eu me perdi, mas meu dono me achou e me trouxeram de volta. Sofri horrores.

Mas ele me pegou no colo e conversou comigo e me beijou. Senti segurança em seus braços e ele deu um beijo na bochecha. E abanei o meu rabinho!

Quando ele me soltou, o bicho Papão tinha ido embora!

Meu dono? Ele me aceitou de volta e me levou no colo.

Renasci! Aprendi que só o amor faz a lua brilhar, o sol aparecer, e afasta o fantasma do preconceito.

Lutarei pela igualdade e a fraternidade no mundo, distribuindo o meu amor para um mundo melhor!

Eu vou no bloco das mulheres...

“... que seguem em frente, segura o rojão,  
não foge da fera fica, enfrenta o leão”.

Regina Menezes Loureiro

## RECEBI, GOSTEI, RECOMENDO!



O romance **O BANCO DE JARDIM** de Felicidade Albertino Méia é uma publicação da AFESL com incentivo da Lei Rubem Braga e apoio da Arcelor Mitral. É uma obra de ficção com dados históricos engendrados no enredo, enriquecido por cuidadosa pesquisa sobre a Segunda Guerra Mundial.



**ASSÉDIO MORAL** – crime de assédio moral em suas múltiplas facetas livro de Cristiana Ana Lima. Esta obra fala sobre a dor que muitas vezes é silenciada; a dor dos profissionais que atuam no âmbito escolar, baseada nas humilhações, ofensas e destratos que são as formas mais comuns de abuso de poder.



**ARTIMANHA POÉTICA** de Juracy Carretta de Alvarenga é um livro de poesias. Neste livro, ela se propõe dialogar e enxergar a poesia como forma de interagir com o mundo e criar no leitor uma inspiração.

Os livros aqui comentados foram doados pelos autores e fazem parte da Biblioteca LIVRO VOA.

Regina Menezes Loureiro

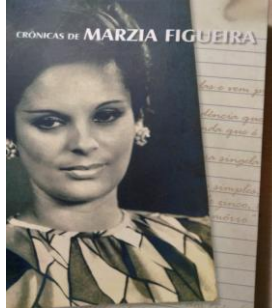
Leia o Informativo AS ACADÊMICAS no site

[www.reginaloureiro.com](http://www.reginaloureiro.com)

O informativo AS ACADÊMICAS anuncia escritores capixabas. Divulga seus trabalhos para valorizar a nossa cultura e registrar a nossa história.

### MARZIA - uma cronista cativante

Por Luiz Sérgio Quarto



Vitória – cidade sol de um céu sempre azul – e que tem um sorriso de mulher, era a cidade que Marzia se enamorou. Marzia tinha sempre o mesmo sorriso cativante para com os colegas de trabalho e em seu convívio social e familiar. Seu berço natal, o seu aconchego foi a Praia do canto, mas ela se manifestava com carinho especial por São Mateus, terra do pai Raul. Era fascinada pelo seu Rio Cricaré, Nascida em 24 de 1937, despertou-se para a crônica envolvida por um “amor de carnaval”.

Como componente do bloco Os Inocentes, cujo líder ela conheceu e foi aquele que viria a ser futuro marido. Com Jayme ela se casou. Sua primeira crônica – Por trás da Máscara – foi publicada pelo jornal Os Inocentes, em fevereiro de 1956.

Era mãe de Raulita e Jayme.

Seu primeiro livro – Os Inocentes – comemorativo de seus 30 anos de cronista, agrupou crônicas de 1969 – 1999. Até o ano 2 mil alcançou a marca de 500 crônicas.

*Sergio Quarto é de Irupi-ES. Pedagogo, mestre em educação. Publicou: Os Manacás estão floridos, Histórias da Velha Goiabeira, O Sol de Naná.*

Que adiantam meus olhos  
Castanhos claros, irrequietos,  
Fixos nos seus, castanhos escuros,  
Se não me vês?

Não nego: fascinado,  
Admirando-a me vejo,  
Querendo seu abraço,

Teus olhos escuros, penetrantes,  
Clareiam os meus.  
Meus olhos falam por mim,  
Oxalá os meus clareassem os seus!

Meu olhar fala as palavras  
Que não ouse pronunciar.  
Ah, ousassem seus lábios  
Falar o que quero ouvir!

Anseio por nossa troca de olhares:  
Seguindo meu olhar, o seu contemple  
Meus olhos castanhos, inebriados.

*Aldo Barroca é jornalista, escritor capixaba, membro do Instituto Histórico e Geográfico do Espírito Santo, da Associação Espírito Santense de imprensa e Academia de Letras e Artes e de Poetas e Trovadores*

### NOTAS TURVAS

As notas calcificaram o instante  
sobre minhas células  
moléculas e átomos

Diluíram o antídoto  
dos sonhos frescos  
nas vértebras da matéria destino  
perdendo-se  
nas esquinas da solidão.

Desbotando os passos turvos  
Nas sinas que sangram  
das garras do coração...

*Alex Kruger – CantAutor – Violinista e Poeta*

Ah, minha doce matriarca,  
mãe, avó e conselheira.  
Sua presença na barca,  
voz ativa e altaneira,  
torna em brisa a ventania  
e as procelas calmaria,  
sem deixar de ser fagueira!

*Roberto Vasco – escritor e trovador.*

### OS MEMBROS E O ESTÔMAGO

Geraldo Pereira  
As mãos e os pés decretaram  
Contra o estômago uma greve.  
Não quiseram trabalhar,  
Nem num serviço mais leve.

É que acharam o estômago  
Um órgão muito folgado:  
Só recebia vantagens,  
Vendo apenas o seu lado.

Depois de um tempo parados  
E sem trabalho nenhum,  
Deixaram aquele órgão  
Num deplorável jejum.

A atitude trouxe ao corpo  
Um resultado funesto:  
Ficaram debilitados  
Mãos e pés e todo o resto.

Os revoltados grevistas,  
Percebendo o seu fracasso,  
Suspenderam o protesto  
Em um curtíssimo espaço.

O estômago retornou  
A funcionar de uma vez.  
E o corpo perfeitamente  
Recobrou a robustez.

A fábula nos ensina  
Aquilo que nos convém:  
“Faltando peças, a máquina  
Jamais funcionará bem”.

Obs: Fábula de Esopo, compilada em latim por Fedro, por mim adaptada e versificada.

### GALO DA CAMPINA

Galo triste da campina  
Me ensine o seu cantar.  
Já é dia, me recorde  
Que é hora de acordar.  
O dia está tão lindo  
E o céu de cor anil  
Vem trazendo canções mil  
Pelos pássaros que não vi.  
Galo triste da campina,  
Entoe o seu belo hino,  
Seus acordes ao longe vindos  
Me desperta para o dia!

*Soêmia Pimentel Cypreste*

# AS ACADÊMICAS

JUNHO // 2024 // ANO 25 // N° 314



Suzi Nunes

## Ibatiba

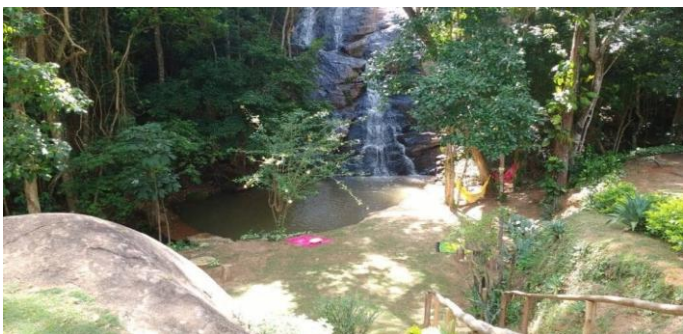
IBATIBA é a cidade do Espírito Santo que tem uma forte influência dos Tropeiros que deixaram suas tradições na cultura, gastronomia e uma população que te recebe com muito amor, carinho e se orgulha de suas raízes. Também é conhecida como a “Cidade do Amor” e um povo feliz, receptivo, alegre e de sorriso largo.. Quem deseja um pedacinho de Minas dentro o Espírito Santo, é só vir conhecer.



IBATIBA é a cidade do Espírito Santo que tem uma forte influência dos Tropeiros que deixaram suas tradições na cultura, gastronomia e uma população que te recebe com muito amor, carinho e se orgulha de suas raízes.



Museu do Tropeiro encontra-se celas de cavalos, balaios de transporte de mercadorias, utensílios usados em cozinhas improvisadas durante as viagens, capas usadas para se proteger do frio e da chuva, e registros históricos como documentos, cartas e imagens.



O Parque Morada dos Sonhos é um refúgio encantador, perfeito para quem busca tranquilidade e contato com a natureza proporciona uma experiência relaxante.



A Paróquia Nossa Senhora do Rosário é um dos cartões postais do município. A sua história teve início com uma promessa. Em 1898 Manoel da Silveira fez uma doação de terras para a construção da primeira capela. A doação foi realizada devido a uma promessa feita por ele na intenção da saúde de sua filha que estava doente.



A Fazenda Vargem Alegre possui um grande acervo contendo diversos apetrechos que eram e ainda são usados por diversas pessoas que lidam com a vida no campo.



Às margens da BR-262, o Café Teeiro oferece uma experiência única. Aconchegante e familiar, uma autêntica casinha italiana cercada por flores vibrantes é uma verdadeira mini fazendinha, com quiosques interligados, pequenos lagos com peixes coloridos .





Edy Soares

## Recanto dos Poetas

Por Edy Soares



### JOSÉ TAVARES DE LIMA

José Tavares de Lima Nasceu na cidade de Pilar, no Estado da Paraíba, em janeiro de 1935. Estudou na Escola de Agronomia Vidal de Negreiros, do seu Estado natal e reside atualmente em Juiz de Fora, Minas Gerais. José Tavares de Lima é trovador renomado com inúmeras classificações em concursos trovadorescos, alcançando o título de Magnífico Trovador lírico, filosófico e humorístico nos Jogos Florais da Cidade de Nova Friburgo/RJ, Notável Trovador na cidade de Pouso Alegre/MG e laureado com o Troféu Lilinha Fernandes duas vezes por ser o trovador com o maior número de premiações nos anos de 2001 e 2005.

Da lavra do exímio poeta os dois belíssimos sonetos:

#### O MILAGRE DO TEU OLHAR

O silêncio era pleno... Parecia  
que o mundo fatigado e sonolento,  
envolto no lençol da noite fria,  
tinha esquecido de acordar o vento.

As sombras dominavam... Não havia  
uma estrela, sequer, no firmamento,  
que trouxesse um pouco de alegria  
ou pudesse abrandar meu desatino.

Chegaste, então e o teu olhar bem-vindo,  
como uma rosa no deserto abrindo,  
me fez sonhar com novo amanhecer...

E diante esse milagre repentino,  
que pôs luz no negror do meu destino  
tenho agora razões para viver.

#### A SONHADA CIRANDA DA MENINA

Papai, brincar, também, muito eu queria  
de ciranda, com toda meninada...  
E o pai, mais por cautela, respondia:  
cresça mais um pouquinho, filha amada.

Mas, a menina triste, doentia,  
foi cedo desta vida arrebatada,  
sem conhecer o mundo de alegria,  
da sua brincadeira mais sonhada!

Diante do fato lastimoso agora,  
ao sentir crescer seu desalento,  
porque tem dor que o tempo não minora,

lembra-se o pai, chorando feito um louco,  
de quanto foi austero e desatento,  
com a filhinha que viveu tão pouco.



**Arlindo Tadeu Hagen**

## Trovas em desfile

No dia 10 de junho, comemoramos o Dia de Portugal. Também, nessa data, comemoramos o Dia de Camões, nesse ano com um destaque a mais, pelas comemorações do 500º aniversário do grande vate lusitano.

A Trova brasileira é filha da Quadra portuguesa e chegou ao Brasil no bojo das caravelas, como toda a cultura portuguesa. Aqui se desenvolveu e ganhou ares de arte literária.

Muitos trovadores portugueses brilharam no Brasil, alguns com residência fixa em nosso país, outros nos visitando com frequência e outros simplesmente participando ativamente de muitos dos nossos concursos. A eles nossa homenagem nesse mês de junho.

O barro de que fui feito,  
em tempo que longe vai,  
foi modelado com jeito  
por bom oleiro: meu pai!

**ALBERTO PACCO**

Nosso namoro escondido,  
que é perigoso e arriscado,  
é como jogo proibido:  
não pode, mas é jogado...

**AMAEI TAVARES DA SILVA**

Subo a montanha da vida:  
minha alegria é sem par...  
mas eu sei que é na descida  
que a vida nos faz chorar!...

**ARMINDO SANTOS TEODÓSIO**

Dos grandes que conheci,  
deles, colhi a bondade  
pois tinham dentro de si  
a grandeza da humildade.

**CARLOS FERREIRA CHAVES**

Pelos trilhos da distância,  
no trem das minhas tristezas,  
somente o vagão da infância  
tem janelinhas acesas...

**CIPRIANO FERREIRA GOMES**

A memória tem atalhos  
onde lembranças perdidas  
formam colchas de retalhos  
no varal de nossas vidas.

**CONCHITA MOUTINHO  
DE ALMEIDA**

A vida faz-se tecendo  
finos elos que nos atam  
aos sonhos que vão morrendo  
e que, morrendo, nos matam...

**DOMINGOS FREIRE CARDOSO**

Meu Deus, que ternura encerra,  
Em seu rumo, o passarinho:

- Abre as asas... cobre a Terra...  
- Fecha as asas... cobre o ninho...

**FERNANDO COSTA**

Tão linda a estrela cadente  
quando risca o firmamento!  
mas lembra a vida da gente  
que se apaga num momento.

**JOÃO PREIRA DA SILVA**

São dois os motivos sérios  
dos meus receios e medos:  
a Noite com seus mistérios  
e a Mulher com seus segredos.

**JOSÉ COELHO DE BABO**

Leva luz à escuridão;  
tem na cruz, algoz medonho;  
faz da vida uma paixão,  
quem na vida tem um sonho.

**JOSÉ MANUEL VELOSO GALVÃO**

Ante as sandálias furadas  
que entre cascalhos gastei,  
não culpo o chão das estradas,  
culpo os maus passos que dei.

**JOSÉ MARIA MACHADO  
DE ARAÚJO**

No meu percurso de espinhos  
ponde, Senhor, uma luz!  
Iluminai os caminhos  
por onde carrego a cruz!...

**MANOEL DE ARAÚJO PERES**

Nos beirais, nas tardes calmas,  
asas ao sol, às centenas,  
as pombas brancas são almas  
a quem a vida deu penas.

**MANUEL DE OLIVEIRA COSTA**

Farta de ser cinza morta,  
eu quero ser uma brasa.  
Bateu-me o pecado à porta  
e eu disse que estava em casa.

**MARIA HELENA**

Recebo a idade com calma,  
para evitar que o desgosto  
ponha rugas em minha alma,  
como já pôs no meu rosto!

**MARIA MADALENA FERREIRA**

Editora:

Regina Menezes Loureiro

[www.reginaloureiro.com.br](http://www.reginaloureiro.com.br)

Diagramação e Arte:

Vanessa Baihense Falcão