

Antologia de A transformação através da poesia



Apresentado por

Meu Lado Poético 

Dedicatã³ria

Dedico esse e-book à professora Irede que é poetisa, me alfabetizou no ensino fundamental e agora nos reaproximamos através da poesia.

Agradecimentos

Obrigado por acreditarem na minha história de transformação

Sobre o autor

Sou Estéfani Schuvartz, Mentora e Terapeuta Emocional, tenho Paralisia Cerebral e Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade

resumo

A Verdade que habita em Mim

Deficiência

Lágrimas

Inquietude

No rabisco da Folha

O Medo se Escondia

Sou enigma

Entre o Vazio e o Afeto

A Verdade que habita em Mim

A verdade que habita em mim,
É sensibilidade e carinho,
Gentileza que brilha em meu ser.

A verdade que habita em mim,
É dor, gratidão e afeto,
O carinho por quem me marcou.

A verdade que habita em mim,
É a criança ferida que aprende,
Transformando dor em força e luz.

Deficiência

Deficiências, sejam físicas,
intelectuais ou de qualquer tipo,
não definem um ser cheio de sonhos
e aspirações que brilham.

Deficiência e eficiência,
termos que se opõem,
mas a verdadeira eficiência é
a força de quem supera.

Deficiência não é só física;
é um reflexo de desafios,
sejam motores, auditivos ou visuais,
mas cada um é um universo de possibilidades.

Lágrimas

Em cada lágrima algo a expressar
Em cada choro a incompreensão
Mas um momento de leveza

Em cada lágrima escutava chega!
Em cada choro o pedido de ajuda
Mas um momento de alívio

Lágrimas incompreendidas
Choro um pedido de ajuda
Mas na certeza que um dia ia ser escutada

Inquietude

Inquietude é uma sombra,
que me envolve na calada da noite,
um peso no peito,
onde as esperanças se perdem.

É o medo de ser vista,
como uma chama que vacila,
desejando brilhar,
mas temendo a luz.

Na inquietude,
carrego cicatrizes invisíveis,
mas, por trás do véu,
um grito por liberdade ressoa.

No rabisco da Folha

No rabisco da folha,
a paralisia sussurra,
como um vento suave,
acariciando a luta.

Cada letra é um passo,
um toque de esperança,
bordando a dificuldade
com fios de resiliência.

E na fragilidade,
encontro meu brilho,
um delicado jardim,
que floresce em silêncio.

O Medo se Escondia

Antes,
o medo se escondia
no fundo da garganta.

Depois,
a voz encontrou coragem,
e o coração se abriu.

O antes era prisão,
o depois, liberdade,
onde a palavra cura.

Sou enigma

Sou enigma,
Entre a Paralisia Cerebral
E o TDAH.

Dois mundos paralelos,
Um é físico,
Outro, mental.

Caminho entre eles,
Buscando o equilíbrio,
Entre o corpo e a mente.

Entre o Vazio e o Afeto

Procurava afeto,
mas ele se escondeu.
Diziam que vinha de casa,
mas a casa não aquecia.

Buscava fora,
mas o vazio me acompanhava.
Tudo o que tocava
parecia se desfazer.

O que fazer, então?
Quando tudo que se quer
está distante,
como um sonho que não alcançamos?