

Só um pouquinho de Poesia...

Jessica Maria Chiciuc da Silva

Apresentado por

Meu Lado Poético 



Dedicatã³ria

Dedico primeiramente a Deus pois é minha fonte de inspiração e também ao meu marido Yuri que sempre me deu apoio. Eu também o dedico á minha mãe Marinalva e aos meus irmãos: Girlene, Gisele, Gilson e Thalia pois estão sempre orando, acreditando e torcendo por mim.

Agradecimentos

Agradeço primeiramente a Deus, meu esposo e minha família linda, que sempre acreditaram em mim.

Também dedico á alguns amigos e familiares que sempre torceram por mim e me incentivam na realização de meus sonhos.

Não posso esquecer de agradecer a toda equipe do site: Meu lado poético, pois foi o primeiro lugar onde encontrei espaço e comecei a publicar meus poemas, dando início à realização de um grande sonho.

Sobre o autor

Sou pedagoga e amo escrever.

Escrever poemas para mim é algo que me traz uma paz interior, é onde eu consigo enxergar o lado bom da vida pois a vida é uma dádiva nos dada por Deus.

Escrever com o coração é o que mais amo fazer, é a minha libertação e liberação de sentimentos.

E através dos meus poemas eu espero passar uma mensagem que toque o leitor fazendo com que ele sinta-se participante daquilo que está lendo.

resumo

Mulher

Vai ficar tudo bem

Acreditar

Sonhar

Professor

Aquela garotinha.

Mãe, meu brilho do sol.

O que o vírus levou e o que ele nos ensina.

Poema amigo meu.

Amor - um presente de Deus.

Tempo - Coisas que vivi.

Barulho da chuva.

Sentimento da criança na quarentena.

O poder do pensamento

Funções executivas.

Alfabetização e letramento

Palavras.

O ensinamento do tempo.

Poemas presos.

Tudo bem não estar bem.

Avós - Um amor duplicado.

Beleza x Vaidade

Pai - um super herói

O mundo precisa de amor- Seja você um doador.

Seja constante.

Ser poeta ou poetisa.

My inspiration.

Empatia.

A dreamy girl

O cérebro e a aprendizagem.

As coisas mais belas da vida não são as coisas.

Cérebro - Fonte de emoções e Sentimentos.

Só um pouquinho de poesia.

Sabe aquela amiga?

Aquele Sorriso.

Apenas Respire.

Silêncio.

O que me mantém ser professora?

Mães de todos os jeitos.

Quando a dor da saudade sufoca.

Não permita que as lutas diárias tirem de você a leveza da alma.

Liberte esse fardo.

Mulher

Mulher...

Como descrever?

São tantas qualidades em um único ser.

Uma força que inspira,

Uma alegria que contagia,

Uma flor que transpira,

Seu perfume todo dia.

É uma beleza sem igual,

Que transcende a visual,

Ela se expõe de dentro para fora,

Reluzindo o brilho da manhã de Aurora.

Por mais que eu quisesse escrever,

A caneta e o papel seria insuficiente para descrever,

Pois a mulher é a joia mais rara que existe

Passa o tempo e o seu brilho só aumenta e persiste.

Linda, forte e guerreira,

Que vai rompendo várias barreiras,

Que demonstra o seu valor,

Com muita garra e muito amor.

Que todas sejam respeitadas, admiradas e também muito amadas.

Que não seja apenas em um único dia,

Mas seguindo a melodia.

Que a alegria faça estadia,

Na vida das Mulheres todos os dias.

Pois todas são inspiração,

Esse poema é uma declaração

Que Deus abençoe todas as mulheres.

Vai ficar tudo bem

*Estamos vivendo um momento
Que nos gera preocupação ,
A nossa rotina foi desfeita,
Para que seja refeita,
com todos saudáveis e sãos.*

*Muitas coisas devemos aprender
Com todo esse processo,
Dar valor a quem mais amamos,
Nos preocuparmos com o próximo,
É a lição mais forte desse recesso.*

*Para que tudo fique bem,
Precisamos fazer nossa parte.
A vida nos prega peça, e
Fazemos parte dessa arte.*

*Toda a lição nos traz aprendizados,
E não poderia ser diferente,
Olhar o mundo de outra forma,
Traz esperança pra gente.*

*Esperança de que tudo vai ficar bem,
De que tudo vai passar,
Estamos todos no mesmo propósito e
Com fé em Deus tudo vai melhorar.*

*E quando tudo melhorar,
Estaremos mais atentos,
Que são os pequenos detalhes da vida,
Que nos trazem ensinamentos.*

Que depois desse poema,

***O coração de muitos estejam acalentados,
Com muita fé e esperança que em breve,
Estaremos todos unidos e juntados.***

Acreditar

***Acreditar rompe barreiras;
Barreiras com você mesmo.***

***Já parou para pensar em quantas vezes
você se calou por permitir que o "eu acho" de alguém
fizesse você desacreditar de algo que antes acreditava?***

***Silêncio...
É isso que você ganha quando permite que outras
pessoas falem por você;
Você se cala internamente e isso se expõe
de dentro para fora.***

***Medo, insegurança do novo, de renovar-se,
Receio do que vão pensar, falar e então:
Mais silêncio...***

***Chega um momento que você não acredita em si mesmo;
E por mais que a vontade de mostrar o que
você pode, o que você conhece
grite dentro do peito,
você não permite que ela saia e novamente:
Se cala...***

***Antes era o outro que não permitia;
Agora é você mesmo...***

***Por isso precisamos acreditar que somos
capazes de fazer muitas coisas;
Não devemos nos bloquear.***

***E lembre-se:
O único que pode te calar é:***

VOCÊ MESMO.

Sonhar

*Todos nós carregamos sonhos,
sonhar também é fruto da imaginação;
Ao sonhar conquistamos muitos ganhos
Que vão além do pensamento e da emoção.*

*Ganhos esses que não se limitam
apenas ao bem material
São ganhos que trazem força e
não se define como algo superficial.*

*Sonhar nos leva a crescer
e nos ensina a melhorar;
Aprendemos a cada dia que passa
Que sonhar também é acreditar.*

*Acreditar que tudo é possível
Inclusive para aquele que crer,
Os sonhos nos dão esperança
E logo vemos que sonhar é viver.*

*Para que o sonho então aconteça
devemos colocá-lo em ação.
Entregando à Deus os nossos planos
através da oração.*

*E Se for da vontade de Deus
Com certeza vai acontecer
Deus sabe de todas as coisas
E o melhor por você Ele irá fazer.*

*Certa vez eu li uma frase
que falava sobre sonhar,*

***Nela estava escrito que o sonho só precisa
de alguém para nele acreditar.***

***Acreditar que ele pode sim
se tornar realidade,
Pois quem busca um sonho busca algo,
que ultrapassa a adversidade.***

***Para você que está lendo esse poema,
Nunca pare de sonhar,
A vida é uma dádiva linda
E sonhar também é recomeçar .***

Professor

***A palavra professor é muito mais
do que uma profissão,
As experiências, as descobertas adquiridas
fazem dela uma missão.***

***Missão de transformar o mundo
através dos ensinamentos,
Quando um professor ensina ele também aprende
que as experiências em sala de aula perpassa todo e qualquer argumento.***

***A palavra professor poderia significar gratidão
Pois não há nada que o deixe mais feliz quando o aluno compreende a lição .***

***E não é apenas aquela lição que se escreve no papel,
E sim quando o aluno compreende
a lição da vida "desenhando - a com pincel."***

***É a arte de ensinar que estamos todos aqui
para que possamos aprender,
Desenhar com pincel significa que aprendemos com
alegria a construção linda de um ser.***

***Uma construção pessoal
nessa longa trajetória.
E é claro que o professor não poderia
ficar de fora dessa história.***

***Pois ele faz com que cada dia
seja uma nova oportunidade de aprendizado,
Acredita sempre no potencial dos seus alunos
e vê na prática tudo aquilo que lhes foi ensinado.***

Professor que é professor

***não desiste da educação,
Acredita que ela nos ensina a nos tornarmos
bons cidadãos.***

***Cidadão justos, democráticos
e que fazem parte de uma grande nação.
A Educação que transforma a todos
e que nos traz inspiração.***

***Já ouviu em falar que existe alguém que ensina com o coração?
Esse alguém é o professor que acredita, que batalha
que luta e que não desiste
de uma excelente educação.***

***Porque professor ensina
com toda a excelência,
Ensinar com excelência é exercer sua profissão
Demonstrando resiliência.***

***Quando muitos não acreditam mais
em uma boa educação.
O professor vem e traz uma nova
Resignificação***

Aquela garotinha.

***Aquela garotinha que sempre teve muitos sonhos,
e não se preocupava com o futuro,
só queria viver o presente com seus amigos risonhos.***

***Aquela garotinha não entendia muito bem o mundo a sua volta,
mas mesmo assim seguia alegre e passava sua felicidade para todas as pessoas que
estavam em volta.***

***Aquela garotinha que sempre acreditou na bondade das pessoas.
Para ela a maldade estava apenas nas histórias e desenhos e que na vida real só existiam
coisas boas.***

***Aquela garotinha sabia que um dia iria crescer,
mas isso não era preocupação pois o interesse da garotinha era apenas viver.***

***Viver cada dia como se fosse único.
Cada dia descobria novas coisas, se encantava e achava tudo aquilo magnífico.***

***Mas aquela garotinha foi crescendo e percebeu
Que o mundo a sua volta não era só como ela descreveu.
O mundo ensinou que ela precisaria lutar,
lutar com a realidade da vida ajudou ela a se transformar.***

***Aquela garotinha que agora é uma mulher .
Aprendeu muitas coisas desse mundo
mas nunca perdeu sua fé.***

***Assim como o tempo lhe mostrou como é a realidade,
ela mostrou para o mundo como se vive de verdade.***

***Que apesar das adversidades que
encontramos nessa vida,
devemos olhar e aprender com ela***

cada experiência vivida.

***Aquela garotinha não apenas aprendeu, mas também ensinou :
Que se queres uma coisa na vida,tem que aprender a dar valor,***

***As coisas podem ser difíceis mas devemos ter coragem,
quem persiste sempre alcança, essa é a aprendizagem.***

***Quem não acreditou naquela garotinha teve que reconhecer,
que a fé daquela menina levou-a a lugares que ninguém poderia dizer.***

***Aquela garotinha mesmo depois de crescida nunca deixou de sonhar,
Às vezes sua mente parava no tempo mas ela nunca deixou de acreditar.***

***E ela sabe que ainda assim muitas coisas vão acontecer
E por mais que seja difícil ela sabe que as adversidades também nos fazem crescer.***

***Ah se todos fossem como aquela garotinha, que apesar de tudo sempre vê o lado bom da
vida,
Transbordar sorrisos e florescer alegrias, assim ela percebeu que é a sua lição aprendida.***

***Por que a vida é uma dádiva e estamos aqui para aprender,
Levar alegria a quem precisa é acreditar no próximo ajudando-o a florescer.***

***Aquela garotinha ainda existe em muitos corações
e isso faz com que a vida tenha mais significações.***

***A fé daquela garotinha nos ensina a acreditar,
que a vida é mais bonita quando nunca
deixamos de sonhar.***

Mãe, meu brilho do sol.

Nesse dias das mães vim fazer uma coisa diferente.

Contar um pouco sobre a trajetória linda de uma Mãe de um forma transparente.

Poderia escrever para outras mães?

Mas é claro que eu poderia

Mas vim aqui pra escrever pra você mamãe.

Agradecer por tudo que fez e faz pela gente todos os dias.

Hoje escutei uma música que se chama brilho do sol.

E logo me lembrei de você mãe pois sua luz irradia em nossas vidas nos tornando girassol.

Eu aprendi que o Girassol vai ao encontro da luz e apesar das adversidades da vida sua coragem nos reluz.

Tão forte, tão guerreira e tão bela.

Porém ao mesmo tempo tão delicada como uma flor singela.

Sempre demonstrando o seu valor , protegendo-nos deste mundo com muita garra e muito amor.

Fazendo de tudo para que os seus filhos pudessem bem crescer.

Virava um leão para que pudesse os seus pequenos proteger.

E hoje também não poderia assim ser diferente

Sua alegria maior é a felicidade da gente.

Teve que enfrentar tantas coisas sozinha mas mesmo assim batalhou

Não desistiu, arregaçou as mangas, foi a luta e seu amor nunca falhou.

Não é uma simples mulher, ela é um mulherão.

Encontrava forças para se reerguer mesmo quando o mundo a colocava no chão.

Ensinou pra cada filho os valores dessa vida.

Mas a lição maior que nos ensinou foi a sua experiência vivida.

**Poderia não entender antes mas hoje eu consigo ver.
O quanto que a Senhora lutou nessa vida para ver os seus filhos crescer.**

**É tão bonito enxergar em seus olhos quando nos vê com admiração.
É como se seus olhos falassem: Deus obrigada, valeu apenas tantos anos de dedicação.**

**Porém a admiração nós que temos pela senhora,
Deixou a dor de lado e falou pro choro essa não é a sua hora.**

**Chorou sozinha, escondida quando em nossa vida algo terrível aconteceu.
Mas sabia que a partir desse dia Pai e mãe seria e seu choro recolheu.**

**Recolheu seu choro, pois teria que lutar
O mundo lhe mostrou que em pouco tempo ela teria que sua vida reformular.**

**Queria mostrar ser forte mesmo com toda a sua dor.
Dar força aos seus filhos, mostrando que nessa vida era preciso ser um lutador...**

Antes eu não via ou simplesmente eu não queria falar, pois falar de tudo na verdade me doía e também me fazia chorar.

**Chorar sim pois só nós de casa sabemos que a sua trajetória
é marcada por uma perca que infelizmente marcou para sempre toda a nossa história.**

**Mas essa foi a vontade de Deus e Ele nunca nos deixou.
Te deu forças pra continuar a lutar por você e por nós, nunca nos desamparou.**

**Você teve que aprender muitas coisas sozinhas, aprendeu que a vida não vem com um manual de instrução.
Pegou toda força que podia e batalhou sem olhar a dimensão.**

**Ao invés de ser pai e mãe e porque não dupla mulher?
Nos inspirou nos mostrando que mesmo ali sozinha conseguia fazer inúmeras coisas, sejam elas quaisquer.**

Pois o lugar de quem se foi ninguém nunca vai preencher mas você teve que se duplicar para que a gente pudesse viver.

Hoje dou bem mais valor a cada sorriso seu.

Os sorrisos que surgem depois da dor é mais lindo e radiante do que alguém já descreveu

De repente nem você acredite na força que você tem.

Mas a sua força nos ensina e nos inspira também.

E antes de terminar esse poema que também está mais pra uma história.

Tudo o que a Senhora viveu nessa vida para a gente é mais que uma Vitória.

Além de ser brilho do sol você é minha estrela D'alva.

Essa é a história de uma mãe guerreira que se chama Marinalva.

O que o vírus levou e o que ele nos ensina.

*Pessoas queridas, pessoas amadas,
Jamais serão esquecidas depois dessa gripe
Que foi por muitos subestimadas.*

*Hoje meu coração chora ao ver a realidade,
Às famílias eu deixo os meus sentimentos
com toda a minha sinceridade.*

*Aos profissionais da saúde eu deixo os meus aplausos
Estão na luta batalhando de frente
Apesar de milhares e milhares de casos.*

*Gostaria que muitas pessoas
Repensassem no que está acontecendo,
Pensar um pouco na dor do outro
Com tudo isso que estamos vivendo.*

*Não são apenas quadros de riscos
esses quadros são pessoas,
e quando todos entenderem isso
Não levarão mais esse vírus á toa.*

*Já escrevi um poema sobre isso,
Cujo título é : Vai ficar tudo bem,
Mas resolvi fazer esse poema,
Para que pudéssemos pensar nas vítimas também.*

*Esse vírus levou muitas coisas,
Mas da forma mais dura nos trouxe uma lição,
Não pensar apenas em si próprio, mas pensar
no próximo com mais amor e empatia no coração.*

Poema amigo meu.

*Através das palavras
me reconecto com meu interior;
Ao escrever eu descobri que o silêncio
das palavras também trazem seu esplendor.*

*Quando escrevo poemas
consigo ver o lado bom da vida;
É como se cada palavra trouxesse aquela
calmaria que nos é devida.*

*Mas aí logo me lembro que essa
calmaria quem me dá é Deus;
E que através desse dom eu consigo
aquietar os pensamentos meus.*

*Antes eu tinha vergonha em
expor os meus poemas;
Mal eu sabia que bem eles me faziam e
até me esqueço dos problemas.*

*Gostar de escrever me ensinou
a refletir sobre vários assuntos;
Transmitir para quem está lendo-o
e transformar um pensamento em conjunto.*

*Descobri que escrever poemas é a
arte de brincar com as palavras;
Palavras estas que são lidas, são ouvidas
Ou simplesmente entonadas.*

*Cada poema traz consigo sua melodia;
escrever poema é se alegrar com a
Simplicidade e a importância*

que reluz a luz do dia.

Que bom que te encontrei

poema amigo meu;

Com apenas uma caneta e um pedaço de papel

Eu consigo escrever cada um dos versos seus.

Amor - um presente de Deus.

**Segura em minha mão
E eu te entregarei
o meu coração.**

**Você apareceu no momento
em que eu mais precisava.
E eu mesmo sem saber que
era você que me faltava.**

**Meu amigo, namorado,
marido e companheiro,
Seu abraço é meu refugio
Me sinto segura sentindo teu cheiro.**

**Agradeço a Deus pois você
é o meu presente.
Deus sabe o que precisamos
Mesmo sem pedir ele já sabe e sente.**

**Viver a dois não é facil,
Mas quem disse que seria?
O importante é a cumplicidade
de dividir nossos momentos todos os dias.**

**Eu amo aquele versículo
que fala sobre o amor.
O amor tudo crê, tudo suporta
Pois ele tem o seu valor.**

**Certa vez perguntei pra uma senhora
Por que os casamentos de antigamente duravam:
Ela respondeu : A resposta é bem Simples:
antes de jogar fora as pessoas concertavam.**

**Colocando os defeitos e qualidades
Em cima de uma balança
E se a parte boa fosse a mais pesada
Valia apenas seguir com essa aliança.**

**Porque amar é saber reconhecer
que nem tudo é perfeito;
mas quem ama faz acontecer
E sempre dá aquele jeito.**

**Que sempre venhamos
lembrar que temos um ao outro;
E lembrar que Deus é a base desse
relacionamento precioso.**

**Precioso porque casamento é como
uma pérola escondida no fundo do mar;
O lado de dentro é bem mais bonito e
seu brilho transcende apenas através do olhar.**

**Que sejamos um casal, muito mais do que parceiros.
que vejamos um no outro um amigo verdadeiro.
Agradeço a Deus pela sua companhia.
Você é muito mais do que sonhei pra mim um dia.**

**Eu fui pesquisar o significado do seu nome
E para mim isso foi muito importante.
Yuri significa Luz de Deus e pessoa com
Ideais abundante.**

**Você é a luz de Deus que ilumina a
minha vida.
E seus ideais são abundantes porque
você coloca Deus em cada trajetória vivida.**

***Mais uma vez eu te agradeço por sempre
estar ao meu lado.***

***Um presente que eu ganhei, me encantei,
E o mais importante: Que por Deus foi enviado.***

Tempo - Coisas que vivi.

*Tantas coisas já vivi,
Tantas coisas aprendi,
Eu vivo aqui aprendendo,
Nessa estrada escrevendo.*

*Escrevendo sobre a vida,
Escrevendo sobre as pessoas,
Escrevendo sobre Deus,
Escrevendo muitas coisas.*

*Escrevendo sobre mim também,
Como uma forma de me expressar,
Aprendi a me olhar com mais amor,
E compreendi que eu posso outra pessoas inspirar.*

*Inspirar através dos poemas,
Inspirar através das canções.
Canções estas que estão em cada verso,
E que chegam até os corações.*

*Assim como escrever me acalma,
Quero que as palavras acalme as pessoas,
Que ao lerem meus poemas,
Sintam-se tranquilas e pensem coisas boas.*

*Por que perdemos tanto tempo
Com o que não tem explicação?
As vezes não percebemos que os
Minutos se passam e as horas se vão.*

*As vezes queria voltar ao tempo,
Mas o tempo, ele nunca volta.
Deveríamos dar tempo ao tempo,*

Para que do tempo não sintamos revolta.

***Uma frase não dita,
Um abraço que faltava,
Um carinho acredita :
-Vale mais que mil palavras.***

***A saudade de quem se foi
Sem ao menos despedir.
Ultimo beijo que não dei,
Simplesmente o vi partir.***

***Há quem diga que quem é jovem
Não passou por muitas coisas,
Eu te digo que não é a idade
que determina a intensidade de vida das pessoas.***

***Eu já sorri,
Eu já chorei,
Eu já cai,
Eu já levantei...***

***Já senti a mão de Deus
Me ajudando a lutar,
Quando minhas forças se esvairam
Quando meus olhos só queriam chorar.***

***Tem dias que são mais fáceis,
Tem dias que não são,
Tem dias que meus pensamentos viajam
E as memórias me trazem emoção.***

***Mas que bom que as memória
Fazem parte da trajetória,
Posso lembras das coisas boas
Que hoje em dia é minha história.***

**Queria escrever esse poema
Sem uma lágrima derramar.
Mas se uma coisa eu aprendi.
É que o choro vem pra nossa alma limpar.**

**A saudade que ficou
me motiva a melhorar.
Quero sempre ser exemplo
E em você me fiz espelhar.**

**Aquele sorriso lindo,
Aquele olhar angelical,
Aquele abraço que trazia,
aquela calma sem igual.**

**Pois é...
Como eu já disse: muitas coisas já vivi,
mas estou em constante aprendizado.
Fiz esse poema para lembrar também da
importância de cuidar de quem está ao seu lado.**

**O tempo tem que ser nosso amigo,
E não ser o nosso vilão.
O tempo é um presente nos dado por Deus.
Então vamos aproveitá-lo como manda o coração.**

**Que saibamos dar valor, e as pequenas coisas perceber,
E na verdade são elas que realmente importam,
Pois o que levamos da vida são as pessoas, e os sentimentos do viver.**

Barulho da chuva.

*Escutando o barulho da chuva
neste momento eu estou.
Um barulho que não é barulho,
Pois esse barulho meus pensamentos acalmou.*

*Esse barulho tão gostoso de ouvir
E que me traz boas lembranças.
Será que alguém nunca brincou com a água da chuva?
Água essa que nós traz esperança.*

*Quando a chuva nos pega desprevenido,
Temos que começar a correr.
Seja por uma roupa no varal,
Ou para a roupa do corpo não umedecer.*

*Quando estamos em casa ou na rua,
e a chuva aparece de surpresa,
Às vezes nem percebemos
Essa dádiva da natureza.*

*Deus é tão maravilhoso
e nos proporciona esse momento,
De deitar na cama escutando esse barulho
Que aquieta o pensamento.*

*Escrevendo agora esse poema,
Que fala sobre a chuva.
Escutando seu doce barulho.
Ao cair cada gota na rua.*

*Para os pequenos detalhes
Da vida devemos começar a dar valor.
Pois são esses detalhes que fazem a*

vida ter sentido nos trazendo muito amor.

**Aproveitar cada momento,
Em até um dia de chuva.
O barulho da chuva quem diria
Não é barulho é calmaria.**

Sentimento da criança na quarentena.

*A criança também sente
E vê o que está acontecendo,
Neste momento delicado,
também percebe o que estamos vivendo.*

*Elas sentem os mesmo medos
E também preocupação.
Ficam ansiosas sobre o tempo
Também sentem emoção.*

*Da mente dos pequenos
Também temos que cuidar
Ajudar no dia a dia
E o seu coraçãozinho acalmar.*

*Não é fácil entender o momento,
Eles sabem que em casa é preciso ficar;
Só querem que esse vírus vá embora
Para tudo volte ao lugar.*

*Dos seus amigos sentem falta,
Só queriam voltar a brincar
As vezes não entendem a gravidade.
Só queriam seus colegas abraçar.*

*A escola nem se fala,
Claro que eles estão com saudades
De amigos e professores,
De estarem todos juntos de verdade.*

*A infância é a coisa mais linda,
E não há comparação,
As máscaras escondem o sorriso,*

Mas nunca o brilho do coração.

***O sorriso de uma criança,
É algo mais puro que podemos ver,
Cuidemos também dos sentimentos de
nossas crianças e suas prioridades perceber.***

***E quando tudo voltar ao normal,
Tenho Certeza que aos seus amigos rever.
Aquele sorriso ficará mais intenso
Quando esse encontro acontecer.***

***A infância é assim,
Eles amam de verdade,
Por isso não podemos esquecer que eles
também sentem a dor que tem uma saudade.***

O poder do pensamento

*Eu vim aqui te contar um segredo
Sobre o poder do pensamento;
Ele muda a todo momento,
E às vezes não depende do acontecimento.*

*O pensamento te faz andar ou
talvez te paraliza?
Vai depender do que você pensa
E também do que acredita.*

*Então se queres sempre
para frente prosseguir;
Terás que mudar sua mente,
para então coisas boas começar a sentir.*

*Organize seu pensamento,
acredite mais em você.
Faça as coisas que você mais gosta
e verá que o pensamento tem poder.*

*Se queres sua vida mudar
Comece pelo pensamento.
Seja grato pela vida,
e leve a sério esse argumento.*

*Não é um simples argumento,
Ele vem repleto de verdade;
Quando mudamos o pensamento,
construimos uma nova realidade .*

*Tem um versículo que diz que:
A boca fala o que o coração está cheio.*

***Falamos o que pensamos,
então pense coisas boas ao seu respeito.***

***Certa vez eu escutei sobre uma
interessante brincadeira.***

***-Que ao pensarmos algo negativo,
Devemos rapidamente pensar que acontecerá algo bem melhor em nossa vida inteira.***

***O pensamento muda sua vida
Ou você muda o pensamento?
A verdade não importa, o que
Importa é o que você faz com aquele sentimento.***

Funções executivas.

*Já escrevi muitos poemas,
Muitos poemas eu já escrevi;
Cada vez aprendo mais um pouco,
sobre as experiências que já vivi.*

*E por falar em experiências,
que me vem através do pensamento,
Não tem como não falar do cérebro
ele é fundamental para esse elemento.*

*Sobre as funções executivas
hoje eu vim aqui falar,
Não se assuste com esse nome
você vai se admirar.*

*Quanto mais estudo o cérebro,
Mais eu tenho que aprender,
que esse órgão magnífico
faz suas ligações para compreender.*

*Ligações entre os neurônios
com cada coisa nova aprendida.
E as funções executivas é
indispensável para a nossa vida.*

*As funções executivas estão ligadas
às nossas atividades,
Dentre elas estão: atenção, percepção,
Memoria de trabalho que refletem nossa realidade.*

*O controle, a decisão e
também o pensamento,
Não ficam de fora dessa funções,*

estão presente a todo o momento.

***As funções executivas não podemos esquecer,
São um conjunto de habilidades necessárias para a
A nossa saúde mental manter.***

***Também está ligada á nossa vida funcional,
E o desenvolvimento dessas funções ajuda a
regular a nossa saúde emocional .***

***Aprendendo sobre o cérebro mais eu
Tenho o que eu aprender,
Pois ele está sempre se desenvolvendo
Em seu processo de experiências do saber.***

***Chega até ser engraçado uma coisa que vou falar,
Mas vai fazer sentido e você vai concordar.
Estou estudando o cérebro e sobre ele estou escrevendo;
Ao mesmo tempo que o estudo, é ele que está me ajudando a processar o que estou aqui
aprendendo.***

***Espero que a partir de hoje você veja diferente,
Que as funções executivas faz um bem maior pra gente.
E assim eu finalizo esse poema que também é uma lição,
As funções executivas trazem para nós cada vez mais uma nova informação.***

Alfabetização e letramento

*Da alfabetização e letramento,
hoje eu vim aqui falar,
Como uma boa professora,
Eu preciso te lembrar.*

*Alfabetização é o processo de habilidade
de Ler e escrever.
O letramento veio para o uso competente da
leitura e da escrita nas práticas sociais desenvolver .*

*Para não se esquecer,
Eu resolvi esse poema escrever.
Falar sobre a alfabetização e letramento
Para assim melhor compreender.*

*Na alfabetização a criança aprende muito mais
do que a palavra codificar.
Pois na escrita de palavras ou de números
aprende também a decodificar.*

*No letramento os alunos organizam os seus discursos,
E descobre que o mundo das palavras
possibilita novos recursos.*

*Sem esquecer que o letramento
veio para em muito ajudar,
quando através da leitura de um texto
É possível compreender e interpretar.*

*Alfabetização ou letramento,
Na verdade tanto faz,
Os dois são importantes
Para uma aprendizagem eficaz.*

***Embora cada um tenha sua função singular
É no plural que eles se acertam e
Ajudam a criança no processo do educar.***

***A educação é muito mais
do que ler e escrever,
Alfabetizar e letrar vai além
de palavras descrever .***

***Alfabetização e letramento
nos ensinam uma lição.
Trabalhada em conjunto,
para melhoria da educação.***

Palavras.

**Sentir a dor de alguém,
e também a alegria,
Ter a compreensão de sentimentos:
Te apresento a Empatia.**

**Nome bonito e diferente,
Que nos ensina uma lição.
Se colocar no lugar do outro,
Demonstrando compaixão.**

**Está aí outra palavra,
Que nos traz a esperança.
Quando compreendemos o estado emocional do outro,
acontece em nós uma grande mudança.**

*Uma mudança interior,
que se evidencia com atitudes,
Demonstrar que se importa com o outro.
É ter compaixão em sua plenitude.*

*Te apresento outra palavra,
Que também nos ensina muito.
Plenitude é estar completo consigo,
Ser pleno é o seu intuíto.*

*São tantas palavras bonitas,
Que eu sigo aprendendo,
Mas bonito são o que representam,
E que a gente vai vivendo.*

*Muito melhor do que as palavras,
É o gesto e ação.
Colocá-las sempre em prática.*

Nos traz paz ao coração.

Eu vivo em um mundo

Que de palavras está repleto.

Me encantando com cada uma,

E sinto seu significado cada vez mais de perto.

As palavras são tão lindas,

E também estonteantes,

Te apresento outra palavra

que deixa o mundo desnumbrante.

Pois é, eu sou assim,

Com as palavras eu gosto de brincar

Palavras que encantam, que trazem sentido,

Que nos ensinam quando aprendemos o seu significar.

Que você também consiga,

por esse mundo mágico se encantar.

As palavras não são só palavras,

Quando compreendemos o que elas querem a nós representar.

O ensinamento do tempo.

Vamos começar aqui

uma boa e longa conversa?

Bater um papo sempre é bom,

nesse mundo onde tudo que ser feito depressa.

O momento em que eu escrevo,

É meu momento de relaxar,

Esqueço de tudo, não corro com o tempo,

Falo de coisas que me fazem inspirar.

Por falar em inspiração,

Quero saber o que te inspira,

Alguém, alguma coisa,

Ou um sonho que te suspira.

Do tempo sempre falamos,

Faça chuva ou faça sol,

Só que as vezes esquecemos,

De realmente aproveitá-lo e fazê-lo nosso farol.

Farol porque o tempo,

Nunca deixa de passar,

Devemos viver o tempo,

Para o caminho, o tempo iluminar.

Um caminho iluminado,

Pelas mãos do Criador,

Existe um tempo determinado

Pará que tudo seja vivido com esplendor.

Há tempo de sorrir,

e há tempo de chorar.

Há tempo de colher

e há tempo de esperar.

Há um tempo determinado,

Para todas as coisas debaixo do céu.

Não se apresse, viva o tempo,

E Um dia você receberá o seu troféu.

Aproveite cada momento,

Nos seus sonhos você deve acreditar

**Faça um pouquinho a cada dia,
E verá que mesmo andando pouco, já não está no mesmo lugar.**

**Se o tempo hoje não é favorável,
Tente aprender com o processo,
Quem foi que disse que apenas o sorriso,
É a chave do sucesso?**

**Tem coisas que só vamos aprender,
Quando se passar o tempo,
O ensinamento que ele traz,
É vivendo que veremos.**

**Se você está cansando,
Aprenda a descansar,
Mas não desista do que acredita,
Um dia, com fé em Deus, você alcançará.**

Poemas presos.

*Certa vez escutei uma frase
Que mexeu muito comigo.
Vim aqui dividir com vocês
Ela é forte meu amigo.*

*Dizia mais ou menos assim:
Que a maioria das doenças de uma população.
São poemas que estão presos, guardados
E não conseguem sair da mente e coração.*

*Poemas estes que também são
consideradas palavras calcificadas.
Quantas palavras estão presas aí dentro do peito...
E por muito tempo foi guardada?*

*Hoje eu espero que esse poema te
traga de certa forma uma liberdade.
Sim, o poema liberta quando deixamos
as palavras necessárias saírem de verdade.*

*Às vezes adoecemos por
essas palavras esconder;
Só que de certo modo esquecemos.
Que é lá dentro que ela se faz doer.*

*Palavras não ditas,
poemas sem vazão,
Prender o sentimento,
Acreditando ter mais razão.*

*Compreendi assim que mesmo sendo forte,
essas palavras trazem verdades.
As vezes preferimos engolir a seco as palavras.*

Do que trazer a tona o que traz sinceridade.

O problema não é só engolir,

É tranca-los dentro do peito.

Não soltar esse poema

É não permitir que ela saia para fora te trazendo respeito.

Respeito por sua vida,

Por sua saúde e sentimento.

Trancamos e não reparamos

Que uma palavra presa, muda todo um momento.

Se tiver que chorar chore,

Coloque tudo pra fora,

Tristeza, dor, rancor,

Mande tudo isso em forma de lágrimas embora.

Comece a se expressar

Se assim achar conveniente.

Mas por favor não adoça,

Pois as palavras presas tem machucado muita gente.

Palavras quando ditas consciente.

Trazem muita paz ao coração.

Palavras não prendem, libertam ;

Quando o que falas te permite a emoção.

Emoção de soltar esse poema,

Que é mais que uma palavra.

Todas pessoas tem seu lado poético.

Quando as usam de forma adequada.

Não prenda essa poesia,

Que existe dentro de você.

Não permita que te adoça,

Solte sem medo, seja livre pra viver.

**Quantas palavras estão presas
Ao decorrer de sua vida?
Acredite, uma conversa muda
Uma trajetória vivida.**

**Nunca deixe de falar,
Deus nos deu sabedoria,
Então vamos fazer uso das palavras certas.
Para que vivamos com mais alegria.**

Tudo bem não estar bem.

Tudo bem, um dia não estar bem.

Tudo bem, um dia não conseguir sorrir.

Tudo bem, querer ficar sozinho também.

Tudo bem, às vezes sentir o coração partir.

Tudo bem, chorar com as emoções da vida,

Tudo bem, sentir rasgar o peito.

Tudo bem, respirar bem alto e profundo.

Quando as lágrimas vem como único acalento.

Tudo bem, ter dias que se desconhece,

Tudo bem, às vezes não se achar normal,

Tudo bem, se com o choro adormece,

Tudo bem, de vez em quando acabar sentindo-se mal.

Tudo bem viver assim uns dias,

Mas não permita que se viva assim a vida inteira.

Tudo bem as vezes não esbanjar alegrias,

Mas não permita viver apenas dessa maneira.

Permita-se sorrir,

Permita-se chorar,

Permita-se perder

Permita-se ganhar.

Se achar necessário,

Um dia se afastar,

Ficar quietinho no seu canto,

Até que tudo volte ao lugar.

Permita-se aparecer,

Permita se esconder

Quando as palavras já não servem,

E sorrisos simplesmente desaparecem...

Permita-se sentir muitas coisas.

E saiba que tudo bem não estar bem.

As conquistas mais bonitas,

Vem dos dias difíceis também.

A conquista de se achar,

onde um dia se esqueceu,

Ir de encontro com o seu Eu,

Que um dia achou que perdeu.

Não se culpe se por um dia,

Não se sentir muito bem,

Somos humanos, acredite,

Permitas sentir-se alguém.

Um alguém que se permite viver,

Pois a vida é assim,

As vitórias mais bonitas,

São aquelas que pareciam que era o fim.

Mas sempre há um novo amanhã,

Para que volte a sorrir,

Embora ele seja incerto,

Um dia a lágrima terá que partir.

Se chorar dormindo um dia,

No outro acordará sorrindo,

Essa montanha de sentimentos,

É o que nos motiva a ir construindo.

Construindo um novo caminho,

Com muita fé no coração,

Sabendo que tudo bem não estar bem,

O que importa é aprender com a lição.

***Tudo bem se sentir sozinha,
No meio da multidão,
Mas não olhe para o lado
Olhe para cima, pois de lá do alto Deus te estenderá a mão.***

Avós - Um amor duplicado.

*Será que um amor
poderia se duplicar?
Será que poderia assim
um amor contagiar?*

*A quem diga que amor como de mãe
não existe outro igual.
Mas o amor de uma avó
seria um carinho em dobro afinal?*

*Na verdade seria o amor de uma mãe,
Que se duplica assim em dois?
Pois a avó é mãe duas vezes e
seu amor não deixa nunca pra depois.*

*Pois gosta sempre de demonstrar
E o seu amor nunca esconder.
O neto é como se fosse mais um filho,
E demonstrar o amor é relembrar o viver.*

*Relembrar de quando eram pais,
E agora são avós.
Agora é possível aperfeiçoar mais um pouco
O amor que nunca os deixou a sós.*

*A casa da avó também
serve como um precioso refúgio,
Tem carinho, alimento e o mais importante:
Também é um porto seguro.*

*Compartilham muitas histórias que
aconteceram ao longo da vida.
Cada história vem repleta de ensinamento,*

por cada experiência vivida.

***Assim como a avó,
o avô também tem muitas histórias.
Cada história tem sua beleza,
E não se cansa de contar como seguiu a trajetória.***

***A tendência com os netos
é deixar o coração amolecer,
Ser um pouco mais flexível,
e curtir mais o seu crescer.***

***O que ensinaram aos filhos,
Com certeza será passado a diante.
Agora é com os filhos dar a sequência,
Para uma aprendizagem constante .***

***Eles querem sempre passar
um melhor ensinamento.
Para seus filhos e netos deixar
o que aprenderam com o tempo.***

***Conselhos para eles deveria
sempre ser muito bem vindo,
Passar tudo com atenção,
mostrando tudo que se tem aprendido.***

***Ser avós é realmente
ver o amor se duplicar,
O amor sempre aumenta
e é possível compartilhar.***

***Compartilhar carinho,
amor e dedicação,
Ser avós é voltar ao tempo,
quando o tempo traz de volta***

uma conhecida e apaixonante situação.

Beleza x Vaidade

Beleza e vaidade,

Qual é a diferença?

O que muda em cada uma?

Qual é a sua crença?.

Esses dias ouvi dizer

Que o grande mal do século é a vaidade,

Então eu vim aqui explicar,

Porque isso de fato é uma verdade.

O que muda na vaidade,

E se diferencia da beleza,

É o simples fato da busca insaciável em ser um outro alguém

que não se limita em suas incertezas .

Incertezas em se comparar,

E querer ser mais ou igual ao outro,

*Mudanças que sofrem para agradar,
quem está ao seu entorno.*

A vaidade muitas vezes

Está ligada ao parecer.

Já a beleza esta ligada,

Ao revelar de outro ser.

O revelar de ser alguém

que transmita sinceridade,

A beleza pode ser: o comunicar,

O vestir, o andar e o maquiar em sua totalidade.

A beleza nos ensina,

Que você pode tudo usar,

Que as roupas, maquiagens

Vem apenas para seu ser completar.

Sim, vem para completar,

Quando não a faz deixar de ser você.

Usar aquilo que te refaz,

Sem perder a essência do seu ser.

Quando falo de beleza,

Me refiro á interior .

Aquela que vem de dentro,

E que tem o seu valor.

Um valor que não é comprado,

Nem muito menos escondido,

Mas que transcende com seu brilho,

Tudo aquilo que foi vivido .

Então espero que você entenda

O que a beleza realmente é.

Pode estar maquiada, bem vestida,

Mas só não pode deixar de ser quem és.

Muitos usam a vaidade,

Como modo de se esconder.

Uma busca incansável,

Acabando por não se conhecer .

Que não sejamos personagens

Como assim nos ensina a vaidade,

Mas que tenhamos personalidade,

Como a beleza nos ensina de verdade .

A beleza é o contrário,

É aquilo que você nasce com ela,

Você não compra beleza,

As virtudes humanas estão nela.

A beleza não se limita,

Ela é a pura clareza,

É a essencia daquilo que somos,

É o belo que transmite a beleza.

O belo de ser quem és.

Sem precisar seguir padrões,

O belo de ser você mesmo,

Que vai quebrando todas as definições.

Porque a definição mais bonita,

É aquela que te ajuda.

Não digo de aparência, mas essência,

Que de dentro não te muda.

Pai - um super herói

**Quem é que ouviu falar
sobre a história de um super herói?
Que faz nos sentir segura,
e que o medo com um abraço destrói.**

**Um super herói que é mais forte do que
aqueles que aparecem na tv,
Um super herói que não usa capas
Mas que surpreendem aqueles que o vê...**

**Que vê seu cuidado, seu zelo, seu amor
E da sua família cuida com todo o esplendor.
Que é muito forte, mas também é sensível,
Quando segura nos braços o seu filho querido.**

**Que faz de tudo por sua família,
Que com garra e coragem vence um leão a cada dia.
Que está sempre disposto a ensinar,
Que batalha para o melhor á sua família alcançar ..**

**Essa história eu já ouvi falar,
Um super herói, eu vou te contar...
Nos dias comuns é chamado de Pai, .
Esse herói que também a cada dia se refaz.**

**Se refaz, se reinventa,
Pra cuidar de sua família.
Não olha para as diversidades,
Arregaça as mangas e vai para mais um dia de vigília.**

**Quem tem um pai,
Também tem um amigo,
Uma pessoa a se espelhar,**

E que queira parecer muito contigo...

***Mas veja bem,
eu estou falando de Pai.
Aquele que está presente
onde o amor e o carinho nunca estão ausentes.***

***Aquele que é porto seguro,
Amigo e companheiro,
Que além de super herói
Também é conselheiro...***

***Que para seus filhos
quer sempre o bem,
Que batalha, que luta,
Mas que ama e cuida também.***

***Que o dia dos pais seja todos os dias,
Que saibamos dar valor com muita alegria.
Que aproveitemos a presença enquanto estão presente,
Porque na verdade o presente é ter eles bem juntinho da gente.***

***Mas aproveite esse dia para demonstrar
Que você percebe seu amor e o seu cuidar,
Um pai, um super herói!
Seus ensinamentos, tempo nenhum corrói.***

***Hoje não tenho o meu pai comigo,
Mas sei que ele foi o meu melhor amigo,
Hoje as lembranças me trazem saudades,
Saudades de um herói que amei de verdade.***

***Então se hoje você pode,
O seu pai abraçar,
Dê valor! Aproveite o tempo,
Pois o tempo não para de passar...***

***E um dia o que ficarão
Serão as lembranças.
Então ame, abrace, sinta
Se inspire nesse amor que nos traz bonança.***

***"A saudade que ficou
Me motiva a melhorar,
Quero ser o seu exemplo
E em você me fiz espelhar".***

O mundo precisa de amor- Seja você um doador.

*Certa vez ouvi uma música,
Que falava sobre o amor,
A letra dela era forte,
Era composta de valor...*

*Dizia que o mundo
Precisava de mais amor,
E falava que então poderíamos,
também ser o doador.*

*Doar amor quem diria?..
Parece até que não é verdade,
Mas cada palavra dessa música,
Trouxe profundas sinceridades...*

*Palavras verdadeiras,
Que me trouxe reflexão.
Doar amor a quem precisa,
Nesse mundo cheio de preocupação.*

*Então, refletindo mais a fundo,
Sobre a palavra doar...
Me veio um pensamento,
E eu vim aqui compartilhar...*

*Para ser um doador,
É necessário doar aquilo que temos,
Não dá pra doar amor,
Se no dia a dia não é aquilo que vivemos...*

*Só que pensando por outro lado,
Quantas vezes doamos também o que faz mal?
Não custa nada doar amor,*

E fazer disso algo normal...

***Por que será que parece mais fácil,
Doar a alguém: dores, tristeza, frustração?...
Inveja, angústia e preconceito...
Olhando o próximo sem ter um pingão de consideração?***

***O mundo está adoecendo,
Correria a todo instante,
Doar amor é doar vida,
E dar continuidade à esse sentimento importante .***

***Pessoas ansiosas e preocupadas,
Que se quer pensam no próximo.
A correria não permite,
É como se tudo estivesse tão ótimo...***

***De repente nem fazem por mal...
Já acostumaram com a correria,
Nem se olham a si próprio achando natural.
Quando será que vamos parar para pensar no outro um dia?***

***O mundo anda pra frente,
Ou será que ele anda pra trás?
As coisas mais essenciais estão sendo esquecidas,
E o que antes importava, hoje já não importa mais.***

***Em pleno século XXI,
Pessoas estão doentes,
Por isso se possível,
Doe amor à essa gente.***

***O mundo pede socorro,
Tem pessoas esperando,
um gesto de amor, de carinho.
Pois elas estão precisando...***

***Precisando de mais amor,
De ser olhada com amor,
De se enxergar com amor,
De ser seu próprio amor...***

***Se eu posso sugerir,
Mesmo com esse mundo corrido,
Despreocupa-te, desocupa-te...
Transborde e espalhe esse amor que foi vivido.***

***Doe amor a quem precisa,
Sem esquecer de você.
Pra amar o próximo,
primeiro você tem que doar amor ao seu ser.***

***Se ame para amar alguém,
Se cuide para cuidar também,
Se valorize para assim valorizar,
Viva o amor para que o possa doar.***

***Que possamos olhar o mundo.
Que precisa de tanto amor...
Nesse mundo seja aquele,
Que do amor és o doador...***

Seja constante.

**Seja constante,
Mantenha o seu objetivo,
Acredite bastante,
Faça do sonho seu maior motivo.**

**Motivo de não desistir,
A constância te fará crescer,
No seu futuro você deve investir,
Não importa o que as pessoas vão dizer.**

**Olhe pare frente,
Corra para o alvo,
Busque de uma forma transparente
E coloque seus sonhos a salvo.**

**Parece brincadeira
Mas na verdade não é.
Para que possa o seu sonho salvar
Você tem que manter o foco e a fé.**

**O sonho acredita em você.
E você? No seu sonho acredita?
Os sonhos acontecem mesmo sem vê,
No dia a dia ele se faz visita.**

**Uma visita inesperada,
Você está preparado para receber?
No seu coração se faz morada,
Continue no foco e você irá vencer.**

**Vencer os obstáculos,
Que querem fazer você parar.
Mas não pare, seja constante,**

Nos seus sonhos você precisa acreditar.

Uma pessoa inconstante

Está sempre com seus objetivos a mudar.

A persistência do constante,

É o que faz ele esperar.. talvez...Mas nunca o faz parar.

Pois ele sabe que se estiver cansado,

É somente descansar,

Dar uma pausa, fazer outras coisas,

Para depois mais forte ao seu objetivo retornar.

Seja constante por você,

E vai saber pra onde ir,

Quem não sabe pra onde vai

qualquer caminho é válido para seguir.

Então não seja esse alguém,

Seja uma pessoa constante.

Acredite também,

Que seja sonhos são importantes .

Mantenha sempre o foco,

E vai seguindo a estrada,

Diga para o sonho: "Eu não te troco!".

E continue a jornada.

Não troque aquilo que quer,

Por um desânimo do momento.

Desanimar é normal,

Quando ele não muda o andamento.

Andamento dos seus sonhos,

Andamento da sua vida,

Andamento dos encantos ,

Andamento do que acredita.

**Seja constante,
Não desista,
Se alegre bastante
Com cada conquista.**

Ser poeta ou poetisa.

*Hoje eu vim aqui contar,
Como é ser poeta ou poetisa,
Ou como queira assim chamar;
Pois no meu dia a dia eu me fiz essa pesquisa.*

*Acredite se quiser,
Pode parecer mentira,
Poeta não escreve só quando quer,
Ele escreve quando aquilo o inspira.*

*Pode ser em um momento,
Em que ele não tem nada a pensar,
Aí aparece alguma coisa,
Que o faz escrever sem parar.*

*Escreve porque algo o inspirou,
Ou escreve para a inspiração vir,
Escreve sobre algo que passou,
Ou escreve pensando em algo que está por vir.*

*Não se engane ao pensar,
Que poeta todo dia tem inspiração,
Num dia ele escreve sem parar,
E pode ser que no outro dia, isso não ocorra não.*

*Em um dia ele pode querer escrever,
No outro dia ele pode nem chegar perto da sua caneta.
Porque sabe que tudo aquilo que ler,
Através de suas palavras ele viaja até à outros planetas.*

*Porque escrever poemas,
É viajar sem sair do lugar,
Mesmo existindo muitos dilemas,*

escrever também faz o poeta voar...

**Voar no mundo da imaginação,
Se fazendo conversar com sua mente,
Colocando no papel a emoção,
Que possa tocar e inspirar muita gente.**

**Uma caneta e um papel,
Já é mais que o suficiente,
É como se fosse o pincel,
De uma obra prima surpreendente .**

**Em uma folha em branco,
Tudo pode acontecer,
Aquele sentimento franco,
Que com a caneta começa a escrever.**

**Sei que existe um poeta,
Dentro de cada uma das pessoas,
As palavras se fazem meta,
Meta de trazer à tonas, todas as coisas que são boas.**

**Você também é um poeta,
Poeta é se encantar com cada detalhe da vida,
Usar cada situação,
E fazer disso uma experiência vivida.**

**Então meu caro amigo,
Ou melhor, caro poeta,
Agradeça a Deus todos os dias,
E faça da alegria sua verdadeira meta.**

My inspiration.

*Talking about you,
brings me good memories.
writing about you,
reminds me of many stories.*

*Sometimes it makes me cry,
Sometimes it makes me smile.
I remember I have to try.
This memory is my eternal file.*

*My inspiration.
My best friend.
My motivation.
My love has no end.*

*I made you inspire me.
You taught me love.
I will always remember you.
And I always try to improve.*

*I thank God,
because He is good.
He gave me a super dad.
I appreciate the moments we had.*

*My first poem in English.
And talking about you brought me inspiration ...
I didn't think I could do that.
But you taught me motivation.*

*Love is not just a word,
it's really a feeling.
Go beyond the world.*

And I'm learning.

***I don't know how to write much in English,
but I came here to try.***

***Writing about you,
made me look at the sky.***

The sky is so beautiful.

It is also surprising.

It is wonderful.

Looking at it teaches me that I need to keep walking.

Walking towards dreams,

In God always trusting.

Always looking forward.

And keep smiling.

Empatia.

**Sentir a dor de alguém,
e também a alegria,
Ter a compreensão de sentimentos:
Te apresento a Empatia.**

**Nome bonito e diferente,
Que nos ensina uma lição.
Se colocar no lugar do outro,
Demonstrando compaixão.**

**Está aí outra palavra,
Que nos traz a esperança.
Quando compreendemos o estado emocional do outro,
acontece em nós uma grande mudança.**

**Uma mudança interior,
que se evidencia com atitudes,
Demonstrar que se importa com o outro.
É ter empatia em sua plenitude.**

**Às vezes parece ser difícil
Se colocar no lugar de alguém.
Mas é que esquecemos,
Que esse alguém pode ser a gente também.**

**A Empatia deveria ser ensinada,
Desde o nosso nascimento,
Aprender a ajudar o próximo,
Demonstrando sentimento.**

**Empatia é uma palavra linda,
Só que mais bonito é a sua função.**

**Seu significado ganha beleza,
Quando se trata de emoção...**

**Emoção em se importar,
Emoção em querer ajudar,
Emoção em ensinar,
Que todos podem a mão de alguém segurar.**

**A educação e a ciência,
Andam de mãos dadas,
Usar a tecnologia como incentivo,
Para a empatia ser compartilhada...**

**Ser compartilhada através das telas,
Ser compartilhada através de um livro,
Ser compartilhada através das falas,
E em um poema encontrar abrigo...**

**Pois é, a Empatia está aí,
Que possamos aprender com ela.
Não é só uma palavra que lemos daí.
Podemos nos juntar a ela.**

**Fazendo essa palavra,
Se tornar significado,
Fazendo bom uso dela,
Caminhando lado a lado**

**Bom seria se a Empatia,
Fosse praticada por todos,
Ela traz leveza e alegria,
Para quem está ao nosso entorno.**

**Com a Empatia em venho aprendendo
A ser uma pessoa melhor,
Nos colocarmos no lugar do outro,**

É dar valor a quem está ao redor...

**A Empatia não escolhe pessoa,
Cor, status ou religião.
A Empatia é olhar pra dentro,
De cada ser humano estendendo-lhe a mão.**

**E então assim, eu finalizo esse poema.
Gostaria que a Empatia resolvesse todos os problemas.
Mas fazendo uso dela já é um bom começo,
Ela transforma a nossa vida nos colocando do avesso.**

**Porque o que importa não é o lado de fora,
E sim o lado de dentro,
O lado do avesso manda embora,
Todo preconceito, injustiça e desrespeito.**

**A Empatia vamos usar,
Demonstrá-la todo dia.
Dela vamos nos lembrar,
E viver com alegria.**

A dreamy girl

*A dreamy girl,
Who never lost her faith.
A dedicated girl,
Who knows if God would put her on her feet.*

*Since she was very little,
She always believed,
That if you want to win in life,
You have to look ahead and not just look at what happened.*

*That girl grew up,
And she wanted to change her story.
Put God in front of everything,
And continued its trajectory.*

*She decided to study,
And learned that no one
would take that away from her.
Then she started to see the study.
As an opportunity forever.*

*She believed that education,
It would change your life,
so she chose a profession.
to help and inspire other lives.*

*So she became a teacher.
Because she loves teaching.
Teach to read and write and
Stay happy When see your student learning.*

***That little girl
Who is now a woman,
Loves writing poems,
Sensitive to everyone's eyes.***

***Change the world?
This is not her intention.
But she wants to bring more love,
In your poems take inspiration.***

***So follow your dreams,
Believe in yourself.
Put God in your plans.
And you will see that you are not alone.***

***Do not give up on your dreams,
Difficulties don't matter.
Put God in your plans and
Trust that everything will get better.***

***Difficulties make us strong
And we learn from the situation.
And it will become a beautiful song.
When we change through education.***

O cérebro e a aprendizagem.

*Estudando sobre o cérebro
No momento eu estou.
Cada aprendizagem que acontece,
através das experiências que se consolidou.*

*Como o cérebro aprende?
Eu vim aqui falar.
Espero que você compreenda,
O que eu quero explicar.*

*Antes de falar do cérebro,
Vou falar da aprendizagem.
Uma coisa está ligada à outra,
E cada uma tem sua vantagem.*

*A aprendizagem acontece,
Desde o início de nossas vidas.
As experiências que a gente nunca esquece,
E que está em cada situação vivida.*

*Para que a aprendizagem
Seja de fato significativa,
Deve estar relacionada a realidade,
Transformando a aprendizagem de uma forma construtiva.*

*Construtiva porque ela também
se dá através de cada processo.
O processo não é o fim, mas sim o meio,
Que não se limita e está em constante progresso.*

*E por falar de aprendizagem,
Não tem como não fala do professor,
Aquele com um olhar sensível,*

E aos seus alunos ensina com todo esplendor.

Porque ser professor é saber que todos

Alunos podem sim aprender.

Às vezes nem sempre da mesma maneira.

Mas busca novas formas para que eles possam compreender.

Não existe aprendizagem

que não passe pelo cérebro.

Ser professor é saber que é

preciso ter coragem.

Ter coragem em lutar,

Por uma boa educação.

Pois ela ainda ainda transforma

e acredita no cidadão.

Como professores somos responsáveis

pelo cérebro que está a nossa frente.

O cérebro do aluno importa!

Somos responsáveis pela aprendizagem da mente.

O cérebro aprende de verdade

quando há significado.

E também quando vê a realidade,

naquilo que lhe foi ensinado.

Pois o cérebro é moldado,

Também pelas experiências,

As aprendizagens mais significativas

Se dá através das vivências.

Então quando um aluno aprende,

Acontece muitas mudanças.

Mudanças de comportamentos, conhecimentos.

E que estarão sempre na lembrança.

**Aprendizagem também se dá
através da observação,
Percepção, fatos repetitivo
e também imitação.**

**Então mesmo que não pareça,
o aluno está aprendendo,
A cada nova experiência
que ele está vivendo.**

**O cérebro não é uma Tábula rasa,
Onde se acumulam construções culturais,
Mas sim um órgão fortemente estruturado,
Que faz novo com o velho, demonstrando que pode muito mais.**

As coisas mais belas da vida não são as coisas.

*Com você caro leitor,
Hoje eu venho aqui falar...
Pode ser que já tenha escutado,
O que eu vou aqui contar...*

*As coisas mais belas da vida,
Com certeza não são as coisas.
As coisas mais importantes vividas,
Não são coisas, são pessoas...*

*Um abraço, um sorriso,
Um gesto amigo de coração,
Não se compra, não se vende,
E não são coisas que se gastam e que se vão.*

*Às vezes a gente não percebe,
E não dá o devido valor...
Que as coisas só são importante
Quando compartilhadas com pessoas em amor.*

*Lindo mesmo é a simplicidade,
quando conseguimos reconhecer...
Que são os pequenos gestos da vida,
que faz o coração da gente aquecer.*

*Certa vez escutei uma música,
E então eu resolvi aqui escrever...
Vou colocar apenas uma parte,
Para que neste poema você consiga ler.*

*Falava que tem gente tão feia...
Que apenas tem beleza.
Não ter beleza interior,*

Revela uma grande pobreza.

Por falar em pobreza...

Tinha uma parte que falava assim:

Tem pessoas que são tão pobres,

Que só tem o dinheiro... enfim...

Você, caro leitor...

Conseguiu aqui entender?

O que realmente importa,

É quem você é quando ninguém mais te vê...

Qual é a sua essência?

Você ainda tem ela?

Ou a perdeu com o tempo, com as coisas.

E agora já não se vê mais nela? ...

Saiba que a essência,

Você pode achar que perdeu...

Mas se procurar bem lá no fundo,

vai ver que ela está lá esperando aquilo que você esqueceu...

A essência é algo lindo,

Que você já nasce com ela.

Não troque sua essência pelas coisas.

Você ainda faz parte dela...

A essência é algo único,

Como a sua digital,

Podem ter cópias similares...

Mas não tem uma outra igual...

Então caro leitor,

Para eu aqui finalizar...

Viva a vida, aproveite os momentos.

Mas sem a sua origem abandonar.

**Você pode ter muitas coisas...
É claro que pode sim,
Mas as coisas não podem ser tudo...
O tudo é Deus, que te permite viver cada dia assim:**

**Com pessoas que ama,
Ensinando que o importante são os momentos.
Momentos que o tempo não apaga,
E que gera sentimento.**

**Muito obrigada caro leitor,
Espero que eu tenha passado a lição.
A vida é bela porque não são as coisas,
Que enche e transborda o coração.**

Cérebro - Fonte de emoções e Sentimentos.

*Ouvi uma reflexão,
Que sobre o cérebro falava,
Embora a fala seja antiga,
Hoje em dia ela é muto usada.*

*Hipócrates considerado,
Como o pai da Medicina,
Há 460 a. C esse médico
Já falava sobre o Cérebro, imagina...*

*Ele falou uma frase,
E eu só a conheci agora,
Mas não poderia deixar de compartilhar,
E Simplesmente ir embora.*

*A frase faz muto sentido,
Preste muita atenção,
Vou reescreve-la neste poema,
Com toda a admiração:*

*"Os homens deveriam saber que é do
cérebro, e de nenhum outro lugar,
que vêm as alegrias, as delícias, o riso e
as diversões, e tristezas, desânimos e lamentações."*

*Quando ouvi essa reflexão,
Eu parei para pensar,
Na sensibilidade desse médico,
Que ja falava sobre o cérebro humano sem ter
tantos estudos sobre, para se aprofundar.*

*Mesmo sem ter todas as bases,
De pesquisas e estudos,*

**Para ele era nítido que do cérebro,
Vinham todos os sentimentos vividos.**

**Por isso precisamos cuidar,
Da nossa saúde mental,
Quando algo nela esta errado,
Tudo foge do controle emocional.**

**Devemos cuidar do cérebro,
E mais dele conhecer,
Graças a Deus somos seres pensantes,
E este é o nosso poder.**

**Pense mais em você,
Cuide das suas emoções,
Não viva tão no automático,
Aproveite cada uma das sensações.**

**A vida é uma dádiva,
O nosso cérebro nos faz pensar,
Pense na vida como um presente,
E você vai ver seu conceito de vida mudar.**

**Estudar sobre o cérebro,
Me fez também entender,
Que tudo o que acontece na mente
Faz nosso corpo receber...**

**Então pense coisas boas,
Aproveite momentos e pessoas,
Na sua saúde mental tente pensar,
Para que do seu corpo você possa cuidar.**

**Mesmo sem tantos estudos na época,
A respeito desse órgão maravilhoso.
Hipócrates viu a necessidade,**

De falar sobre esse órgão poderoso.

O cérebro está relacionado,

fortemente ao sentimento,

Cuide dele, não se esqueça,

Que ele é a fonte das emoções estando presente em cada momento.

Só um pouquinho de poesia.

Para os dias de tristeza,
E também de alegria,
Uma coisa eu recomendo:
Um pouquinho de poesia.

Um pouco de poesia,
Com uma boa oração,
Tenha certeza meu amigo,
Acalmará seu coração.

Só um pouco de poesia,
Ou melhor, só um pouquinho.
Já é o suficiente para perceber.
As flores lindas no caminho.

Um pouquinho de poesia,
Já faz toda a diferença,
Manda embora o que faz mal,
E coisas boas se fazem presença.

Só um pouco de poesia,
Nos faz enxergar o lado bom de tudo,
Um pouquinho de poesia,
Faz um bem maior pra todo o mundo.

Nunca vi a poesia para alguém fazer o mal,
Ao contrário, ela vem para o bem sempre trazer.

Um pouco de poesia no dia deveria ser natural,
Pois ela faz o coração da gente aquecer.

Todo o dia, a poesia
Já se encontra dentro da gente.

**Um pouquinho de poesia já é o suficiente,
Para transformar nosso olhar e nossa mente.**

**Poesia é olhar o céu,
Poesia é o mar olhar,
Poesia é como a flor e o mel.
Poesia é com a vida se encantar.**

**Poesia é agradecer,
Ao nosso Criador.
Um pouco de poesia,
Traz um pouquinho de paz ao coração que tem dor.**

**Às vezes a poesia,
Pode tentar se esconder
Mas com apenas um pouquinho,
assim como o sol, ela se faz renascer.**

**A poesia me inspira,
Ou eu inspiro a poesia?
A verdade eu não sei,
Só sei que eu preciso de um pouquinho dela no meu dia.**

Sabe aquela amiga?

Sabe aquela amizade,
que a distância não separa?
Aquela amizade bonita,
Que o tempo não apaga.

Sabe aquela pessoa,
Que é mais do que especial?
Com um coração tão generoso,
Difícil de se ver outro igual.

Sabe aquela menina
Que é uma grande mulher?
Que corre atrás dos seus sonhos
E não desiste de nenhum sequer.

Menina porque é super doce,
Assim como uma linda flor.
É meiga, e sua beleza
Começa em seu interior.

E olha que beleza,
Que transcende de dentro para fora,
É tão rara e incrível e
A bondade em seu coração mora.

Mulher porque mesmo menina,
Segue seus sonhos e assim vai,
Se entrega, se dedica, rumo ao alvo,
Conquistando sem olhar para trás.

Sem olhar para trás,
Mas nunca dele nunca se esquecendo .
Porque ela sabe que são as lembranças

Que dão força para seus sonhos ir tecendo.

**Sabe aquele alguém,
Que mesmo sentindo dor,
Guarda sua dor no bolso para cuidar,
da dor do outro com muito amor.**

**Sabe aquela amiga,
Que todos queriam ter?
Eu realmente queria que todas as pessoas
Pudessem um pouco dela conhecer...**

**Um pouquinho de tempo com ela
Já é mais que o suficiente,
Para ver que ela tem uma fé bonita
Que traz admiração pra muita gente.**

**O nome dela é muito lindo,
Assim como ela é,
Seu nome é Karen Zilinskas,
Seu sobrenome deveria ser fé.**

**Porque ela sempre tenta ver,
O lado bom de tudo o que acontece,
Uma amizade assim,
Acho que ninguém esquece.**

**Apesar da distância,
Que me traz muita saudade,
É a mesma que me mostra,
Que mesmo longe tenho uma amiga de verdade.**

**Amiga que é quase uma irmã,
Por isso esse poema escrevi,
Obrigada minha amiga.
Ao escrever esse poema, nossos momentos eu revivi.**

**Te desejo tudo de melhor,
E feliz aniversário,
Essa data estará marcada,
Para sempre em meu calendário.**

Aquele Sorriso.

*Aquele sorriso,
Que esconde a Tristeza,
Que camufla a dor,
também vem cheio de incertezas.*

*Aquele sorriso,
Que ninguém conhece,
Que parece alegria,
Mas que a dor não esquece.*

*Aquele sorriso,
Que quer esconder a dor da alma,
Mas dura apenas uns momentos,
Pois quando está sozinha é o choro que acalma.*

*Aquele sorriso,
Que na verdade quer enganar a multidão,
Mostrando que está tudo bem,
Quando na verdade é onde chora o coração.*

*Aquele sorriso,
Que parece algo normal,
Muitos não notam, nem percebem,
Que esse sorriso virará prantos no final.*

*Aquele sorriso,
Dói mais do que o choro,
Tentar fingir que está tudo bem,
Para não mostrar sua dor ao outro.*

*Aquele sorriso,
Que é mais forte do que o grito,
Sorrir em meio ao caos do coração,*

É um barulho que nem sempre é visto.

Mas acredite se quiser,

Aprendemos também com aquele sorriso,

Um sorriso que traz as marcas, que traz histórias.

E que se faz muitas vezes na dor, mesmo em forma de aviso.

Esse sorriso pode parecer fraco,

Mas na verdade ele não é.

Tentar sorrir mesmo com tudo ao contrário

É mostrar que ainda se tem fé.

E que ao contrário de fraco,

Esse sorriso é muito forte,

Sorrir em situações difíceis,

Fazendo com que isso de certa forma o conforte...

Quem nunca escondeu a dor,

Por trás de um lindo sorriso?

Quem nunca sorriu sem querer

Fazendo da alegria um improviso?

Se esse sorriso era improviso,

Hoje eu acredito que ele não será,

De tanto fingir sorrisos,

A alegria de verdade virá.

E aquele sorriso que era falso,

Um dia será verdadeiro,

Pois a felicidade está na porta,

De quem a busca primeiro.

Se você preferiu sorrir,

Quando muitas vezes podia chorar,

Mesmo que por uns minutos,

Escolheu sorrir sem uma lágrima derramar.

***Saiba que você é mais forte,
Muito mais do que imagina,
Seu sorriso quem diria,
Não será pra esconder o choro, mas pra demonstrar a alegria.***

Apenas Respire.

*Quando a garganta aberta,
E as palavras somem depressa,
Quando a dor no peito desperta,
E através do choro se expressa...
Apenas respire.*

*Quando não entender a situação,
Quando parecer impossível,
Quando não tiver mais razão,
E a tristeza parecer imbatível...
Apenas respire.*

*Quando pensamentos vem e vão,
E não consegue parar de pensar,
Quando a dor que sai do coração,
É mais forte do que palavras poderiam expressar...
Apenas respire.*

*Quando só você conhece,
O tamanho da sua dor,
E quase ninguém percebe,
Que só Deus e o tempo será o curador...
Apenas respire.*

*Quando quiser chorar,
Quando quiser gritar,
Quando quiser parar,
Para depois voltar a caminhar...
Apenas respire...*

*Respire a vida,
Respire o momento,
Respire para sentir-se viva,*

E colocar pra fora todo sentimento.

***Sentimento que te fez sofrer,
E de repente te fez até parar,
Mas não se esqueça que sofrer também é viver,
E que um dia essa dor vai passar.***

***Às vezes no meio da dor,
O que precisamos fazer é respirar,
E se mesmo assim parecer que não adiantou,
Respire e também não se esqueça de orar.***

***A oração acalma o coração,
E respirar te faz acalmar,
Essa é uma linda junção,
A oração dentro de um respirar.***

***No momento da dor,
Nem sempre conseguimos ver,
Que a dor é passageira,
E que com ela um dia nós também vamos aprender...***

***Nem sempre entenderemos,
O porquê de muitas coisas,
Mas Deus cuida de tudo,
Cuida da sua mente, coração entre outras.***

***Respire sempre que puder,
Dê uma pausa para respirar,
Aquela respiração longa e intensa,
Que parece colocar tudo no lugar.***

***Respiramos sem parar,
Para poder assim viver,
Mas estou falando do respirar,
que te faz acalmar quando o coração se faz doer.***

***Então se você está com alguma dor,
Acredite, um dia ela vai passar.
Mas você precisa ter fé, se acalmar um pouco,
Sem esquecer que o que às vezes está faltando...
É apenas um respirar.***

Silêncio.

*Silêncio no dicionário,
É o estado de quem se cala ou se abstém de falar,
Eu prefiro acreditar que o silêncio é mais que isso,
Ele é também uma forma de se expressar...*

*Muitos se perguntam:
Mas tem como falar quando se está calado?
Parece até loucura, mas o silêncio é a palavra
que fala por dentro mesmo quando ele não é escutado...*

*O silêncio pode dizer muitas coisas,
Mas também pode nada dizer,
O silêncio representa a calma,
Quando as palavras parecem não resolver.*

*Em uma história o silêncio pode ser o mocinho,
Mas também pode ser o vilão,
Tudo vai depender do contexto,
E se o silêncio também vem carregado de razão.*

*Porque às vezes é melhor falar,
Mas às vezes melhor ainda é calar,
Às vezes é melhor escutar,
E apenas com Deus nosso pensamento compartilhar.*

*O silêncio não é só calar,
O silêncio não é só se abster de falar...
O silêncio tem seu barulho também,
Quando ele se retém dentro do coração de alguém.*

*O silêncio tem sempre um motivo,
Para que ele possa acontecer,
E esse motivo geralmente é maior,*

Do que qualquer palavra que poderíamos dizer.

***Então se você decidiu calar,
Decidiu se abster de falar,
Você também conseguiu concluir,
que o silêncio é melhor que essa palavra que estaria por vir.***

***Optar por não falar,
Escolher silenciar,
É com a razão pensar,
Porque palavras ditas podem não voltar.***

***Mas por favor não se engane,
O silêncio pode ser apenas um momento...
Pois quando for o tempo certo,
O silêncio dará lugar ao sentimento...***

***Sentimento de que tudo bem,
Quando não se quer falar,
Mas está tudo bem também,
Quando esse momento de silêncio passar.***

***Porque o silêncio,
Deixa as palavras dentro da gente quietinho,
Mas quando o silêncio decide ir embora,
Ele abre a porta devagarinho...***

***E vai deixando as palavras saírem,
Mas agora com toda a razão,
O silêncio nos faz pensar,
Com a nossa mente e coração.***

***Então, silenciar é bom,
Quando conseguimos entender,
Que o silêncio só cala o som que sai da boca,
Pois dentro da gente o silêncio pode fazer muita coisa acontecer.***

O que me mantém ser professora?

*Me fizeram uma pergunta,
E eu muito refleti,
Pois se trata da profissão
que um dia pra minha vida eu escolhi.*

*Eu não sei se eu escolhi,
Ou se foi a profissão que me escolheu,
Eu só sei que ela me faz seguir,
O caminho que Deus me deu.*

*A pergunta é assim:
O que te mantém ser professor?,
E olha que depois de muito pensar,
Respondo essa pergunta através desse poema, com esplendor....*

*O que me mantém ser professora,
Apesar das circunstâncias,
É ver dia a dia na minha prática docente,
que faço parte da construção da identidade de muitas crianças.*

*O que me mantém ser professora,
Apesar das adversidades,
É acreditar que a educação tem poder
pra mudar toda uma realidade.*

*O que me mantém ser professora,
Quando muitos escolhem outra profissão,
É saber que podemos construir um futuro melhor,
Por intermédio da educação .*

*O que me mantém ser professora,
Quando pessoas desacreditam,
È compreender, que é essa mesma profissão*

Que ensina, e faz com que elas reflitam.

***O que me mantém ser professora,
Apesar dos desafios,
É se encantar com o aprendizado de cada aluno,
Validando todos detalhes, como se fosse uma costura trabalhada fio a fio.***

***E o que me mantém ser professora,
E eu não posso nem negar,
É a maneira que a criança vivencia o mundo,
com suas mais de cem linguagens, antes mesmo de falar.***

Mães de todos os jeitos.

*Dedico esse poema à todas as mães,
E olha que são muitas ao meu ver.
Mãe não é só a que dá à luz ou a que cria,
Como o dicionário está a descrever.*

*Dedico também aquelas mães,
Que às vezes não são lembradas,
Porque perderam seus filhos ainda em seu ventre.
Mas mesmo assim por elas foram geradas.*

*Hoje eu tenho certeza,
A certeza de quem por isso já passou,
Que o amor de mãe não se limita apenas ao tempo,
Em que o bebê em seu ventre ficou.*

*Que antes de nascer o bebê,
Já nasce uma mãe também.
A mudança começa na mente,
Antes do corpo mostrar seu além.*

*Começar a pensar em alguém,
Que mexerá com toda a sua realidade,
Uma bagunça linda e boa,
Que virá repleta de intensidade.*

*Uma transformação de dentro pra fora,
Já acontece dentro do peito.
Querer o melhor para seus filhos,
De mostrando muito amor e respeito.*

*Mães de todos os jeitos,
Mães de todas as idades,
Mães de todos os estilos,*

Mães que representam a verdade.

**Aquele amor incondicional,
Aquele amor sem igual,
Aquele amor tão real,
Que ultrapassa o natural.**

**Ultrapassar o natural,
É o que elas mais sabem fazer.
Um amor tão lindo e forte,
Que dentro do peito chega até doer.**

**Ouvimos muito uma frase:
Que amor: Só o de mãe pode representar .
Um amor tão puro, intenso.
Que só tem a nos ensinar.**

**Elas educam e amam,
Mesmo às vezes nos dizendo: Não!
Elas querem o melhor para seus filhos,
Demonstrando amor, mesmo em forma de repreensão...**

**Porque quem ama repreende,
Quem ama tem todo o cuidado.
Quem ama ensina que o Não também é importante,
Para que saibamos lidar com aqueles que estarão ao nosso lado.**

**Quem nunca agradeceu pelo não de uma mãe?
Às vezes na hora não vemos,
Mas quando crescemos percebemos que a palavra: Não!
Em todo o seu contexto também vinha carregada de razão.**

**Mãe é amor,
Mãe é sabedoria,
Mãe é aquela que nos ensina,
Com seus jeitos, maneiras, histórias.**

E sua dedicação todos os dias.

Parabéns a todas as mães,

Que fazem de tudo para um futuro melhor a seus filhos dar.

Sua coragem é radiante.

E seu brilho transcende no olhar de cada filho, com muito amor para os iluminar.

Quando a dor da saudade sufoca.

**E às vezes a dor sufoca,
Quando a saudade bate a porta,
E às vezes a gente chora,
Como uma maneira de colocar toda a dor pra fora...
Tem dias que são mais difíceis...
Tem dias que o choro vem,
Tem dias que as coisas possíveis,
Faz a gente lembrar de dias tristes também.**

**Na verdade a gente segue,
Porque tem que ser assim,
Mas tem dias e dias,
Que parecem ser mais difíceis pra mim.
Me culpo por querer,
Que você estivesse aqui,
Porque sei que foi a vontade de Deus,
E eu tenho que seguir.
Mas fico aqui pensando,
Como tudo seria diferente,
Compartilhar da minha vida, meus sonhos,
E com você dividindo os momentos a cada instante.
Penso como seria você,
Quando estivesse velhinho...
Seria um senhor carismático,
Que encantaria a todos com sua alegria e carinho.
Porque a alegria vinda de você
era algo inesquecível,
Contagiava a todos e eu confesso...
Não ter seu sorriso diariamente deixou tudo por aqui mais difícil.
Queria que me visse formando,
Queria que me visse casando,
Queria que me visse conquistando,**

**Cada um de meus sonhos.
Na verdade eu queria muitas coisas,
E não estou aqui pra questionar...
Deus sabe de todas as coisas,
E escrevi esse poema pra me acalantar.
Deus tem cuidado de mim,
Cuida muito bem do meu coração,
Mas quando a saudade vem assim,
Coloco pra fora meu sentimento transformando-o em cada refrão.
Já me sinto bem melhor,
Depois de sobre você escrever,
Te levarei não só em meus poemas,
Mas em meu coração, todos os dias em que eu viver.**

Não permita que as lutas diárias tirem de você a leveza da alma.

**Cada dia que renasce,
Traz uma nova esperança,
É como o brilho que encontramos,
No olhar de uma criança.**

**Sei que a vida é corrida,
E as lutas são diárias,
Mas a cada luta vencida,
Nos faz ficar mais fortes nas batalhas.**

**Às vezes as situações vem querendo
tirar a leveza da alma,
Para dias como esses,
Precisamos aprender a ter calma.**

**Mas como manter a calma
se as lutas insistem em persistir?
A verdade é que são elas,
Que nos fazem um novo caminho seguir.**

**Sei que seguir um caminho,
Que às vezes nos traz incertezas,
É como caminhar pela fé,
Sendo guiado por sua grandeza.**

**Às lutas são diárias,
E também os desafios,
Mas depende de como enfrentamos,
Cada pedra que encontramos no caminho.**

A dor é inevitável,

O sofrimento é opcional,
Ela não pode nos parar,
E sim nos trazer uma força descomunal.

Não permita que as lutas diárias,
Tirem da sua alma a leveza,
Faça uma oração e confie,
Deus é a nossa fortaleza.

E é essa fortaleza,
Que nos ajuda a prosseguir,
Nos dando direção,
Mostrando qual caminho seguir.

Fortaleza que nos traz leveza,
Leveza dentro da alma,
Nos fazendo enfrentar as situações difíceis,
Com um pouco mais de calma...

Trazendo uma paz que
Excede todo e qualquer entendimento.
Paz essa que transcende,
E traz alívio ao sentimento.

Sentimento que nos faz querer continuar,
Quando parece que não vamos aguentar.
É aí que a força vem,
Nos mostramos que podemos ir além.

Então tenha um pouco mais de calma,
Traga leveza para sua alma,
Ainda existe esperança,
Enquanto existir o brilho
No olhar de uma criança.

Liberte esse fardo.

**Nem tudo depende de você,
Mas mesmo assim ainda insiste em se cobrar,
Carrega um peso maior do que merece,
Não deixa a sua mente sequer descansar.
Por fora transmite calma,
Por dentro um turbilhão de emoção,
Ninguém é capaz de perceber,
Quantas vezes acelera o coração.
Mas não se engane: A mente tem disso...
Ela mexe com tudo aqui dentro da gente.
E nem sempre o que se passa por ela,
É o que acontece verdadeiramente.
Se auto cobrar,
Se auto sabotar,
Se auto inferiorizar
Deixando a ansiedade por você falar.
Quando você entender,
Que nem tudo está em suas mãos,
Sentirá de vez uma paz
Que acalmará o seu coração.
Tem coisas que Deus resolve,
Tem coisas que Ele nos permite resolver.
Mas não se cobre, não se culpe,
Essa experiência um dia te fará crescer...
Olhar tudo com um pouco mais de calma,
Deixar-se tranquilizar a alma,
Olhar pra dentro de si,
E se permitir ainda sorrir.
Chega de se cobrar,
Liberte de vez esse fardo,
Você já faz o bastante,
E o pouco...Acredite...Já é válido.
Acredite mais em você.**

**Tenha por ti mais empatia,
Ajudar os outros parece ser mais fácil.
Tente também se ajudar um pouquinho a cada dia.
O fardo que hoje carrega,
Você pode dele se livrar,
Jesus já pagou um alto preço,
Para que enfim hoje você possa descansar.
Entregue a Ele seus problemas,
Suas angústias e inquietações...
Se ninguém consegue ver o que se passa aí dentro,
Ele vê, conhece, acalma e ainda traz paz aos corações.**