

# Minhas Palavras Soltas...

Helena Rodrigues



Apresentado por

*Meu Lado Poético* 

## Dedicatória

*... Dedicado há \\\\\"Leitura\\\\\\\"...*

*Meu antídoto, de tudo o que tem sido tóxico, em minha vida...*

*Helena Rodrigues*

## Agradecimentos

O meu Agradecimento vai para,  
O Meu Lado Poético  
Que me abriu esta Oportunidade  
Grata  
Helena Rodrigues

## Sobre o autor

Desde menina Sempre gostei de ler.  
Ao longo dos anos fui adquirindo livros,  
Onde com eles , conheci lugares que nunca fui,  
adquiri conhecimento sobre outras culturas.  
O gosto pela escrita também esteve sempre  
presente...  
Embora, nunca o tivesse revelado...!  
Tudo Tem seu tempo... E eu cultivei a espera...!  
Helena Rodrigues de Almeida

## resumo

Esperarei por ti

Um lindo lugar

Perdi-me de mim

Folhas de Outono

Aprendi a viver

Quem nunca amou

Viagem Sem Volta...

Fui Tua Mas tu Não Viste

O Apaixonado

...Sobras ....

Nas ondas Daquele Mar ...

Saber Esperar...

Escada da Vida

Idade da inocência

Encontro Por Acaso

Tu Não Danças !!!

Abraço...

Nunca é Tarde !...

Saudade de Mim...

Estranha Forma de Amar

Amor Doente

Eu e a Natureza

Amor Maior

Maria Negrinha...

Sabor Agridoce...

Palavra tem Sabor...

O Infinito...

Sobrevivendo

O Valor da Amizade

Turbilhão...

A Maior Felicidade

Poesia Regeitada

Emergi !...

As Flores...

Gosto de ficar Só...

Ansiedade...

Percebi...

Fantasia...

Meus Olhos Cansados...

A Criação...

O Mar, e o Luar

O Teu Valor !...

Um Livro Por Inventar...

O Milagre da Vida...

A Escola

Olhei teu Rosto...

Onde Eu Vejo Deus !

A Carta...

A Arte

Respeito !...

O Medo

Carro Vermelho

A Culpa

Luar de Outono

A Dança

Mãe...

A Pedra Atirada e Palavra Dita !

Poetas e Suas Poesias

\_Saudade, Horizonte e Esperança

O Anjo

A Triste História de Adélie

O Velho Álbum

O Sabor do Teu Beijo

Lua Feiticeira...

Desabafo !

Meus Lábios Queimei...

Pegadas ...

Insegurança...

Meus Lábios Queimei...

Apaixonados

Amar é !...

Versos de Amor...

O Vento...

Gratidão...!

Guardo Em Mim Todos os Sonhos

Dançando Ao Vento

A Estrada

Amar Eternamente

Minha Alma ...

O Barco das ilusões

Nossos Olhos Falam Por Nós

O Que Somos Nós...?!

Destino ou Coincidência ...?!

Pérolas

Fernando Pessoa

Calar o Saber !...

A Nossa Canção ???

Inocência

Saudade de Você Pai...

Não, Não Vou ...!

Suavemente...

Imaginação Sem Limite...

Sem Vida e Sem Saída...

Ciranda do Amor...

Tempo de Plantar Amor...

Dia Do Escritor

Viver Por Viver...!

Caminhos Providenciados...



Por Outros Saberás...!

Reconhecer E Agradecer...

Até As Rosas Choram !

Quem Sabe Talvez ?!...

Transparência !

Sentido Apurado !

Labirinto Uma Forma de Vida !...

Devaneios...!

Quero Dizer Que Não Esqueci...

Algures No Passado...

Se Eu Pudesse O Tempo Parar !

Aprender Com A Natureza...

Páginas de Vida...

Salto No Vazio...

Arrogância e Prepotência

Talvez Qualquer Dia !

Meu Último Poema !

Fobia !

Começar de Novo !

Não Falem de Amor !

A Poesia Vive Em Mim...

Amor E Emoção...

Lembranças...

Meu Presente....

É Natal ?!...

Que Seja Infinito !

Sombras Errantes

Saudades de Nós...!

O Meu Melhor Presente !

No Teu Olhar...!

Vamos Voar...!

Será Seu Não Duvide !!!

Sem Covardia Por Favor ...!

Nos Vendavais Me Perdi...

Infortúnios...!

A Mais Bela Flor...

Contei Segredos Ao Vento !

A Família...

Uma Esperança Para Cada Dia

Flor Colhida Em Botão...!

Mia Culpa ...!

Eu não Sabia Que Era Para Ficar Escondida !!!

Mentira, Ilusão...?!

Eu, O Pensamento, e O Vento...

Finalmente Consegui

Nesta Noite Fria...

Hoje é Teu Aniversário !

Almas E namoradas...

Sentimentos Meus...

Festa da Amizade

Meu País Em Chamas !!!

Era Uma Vez Uns Sonhos...

Liberdade do Pensamento...

Dizem Que O Amor É Louco !

A Escrita

Partida Inesperada...!

Culpada de Ter Nascido...!

Ao Meu Pai

Palavras, Palavras...

O Aviso da Pedra...

Da Janela Eu Vejo...

Minha Vida Em Outra Vida, Será ?!...

Você Acredita em Milagre ?!...

Telepatia...!

Telepatia...!

Quero Dizer Que Não Esqueci..!

Esta Noite Pensei Em Ti...

## Esperei por ti

...Aprisionaste-me  
Na tua mão ?!..  
Não...  
Prende se um  
Corpo,  
Nunca um coração,  
Calas-te a minha voz ?!..  
Não...  
Pura ilusão,  
Nunca se cala  
O "saber"...  
Aprende-se  
A "conter "  
A espera,  
Do  
"Acontecer " !..  
Esperei,  
Esperei por ti...  
Convidei te  
Para ver a lua,  
Disseste que ela  
Estava, lá fora na rua,  
Convidei te para  
Vermos as estrelas,  
Respondeste  
Vai há janela,  
Pedi para passear  
Na praia,  
Disseste que o mar  
Estava agitado...  
Saí,  
saí, sozinha

De coração magoado,  
Mas jamais  
Aprisionado...  
Trouxe o meu  
"Saber"..  
Que estava guardado  
E, palavras ao vento  
Fui espalhar  
E,  
Nunca mais  
Precisei de  
Esconder  
Nem tão pouco explicar...  
P'ra quem nunca  
Quis entender...  
E, saí  
Fui ver o mar  
Corri na praia  
Numa noite de luar  
Na areia me deitei  
E,  
As estrelas olhei  
Me deixei encantar  
E, para o meu sorriso  
Me mostraram,  
O seu mais lindo brilhar !...

Autor - Helena Rodrigues

## Um lindo lugar

...E á noite  
ao fechar os olhos  
Para descansar,  
Deixo minha  
Alma Voar  
Para um lindo lugar...  
Onde há risos de Crianças a brincar  
Onde há amor  
e não á dôr !...  
Á perfume de flor  
e um jardim  
De muita cor,  
Onde não  
há maldade  
e não existe  
Saudade !  
Há uma colina  
Com uma  
Nascente de água Cristalina.  
Onde em comunhão Todos bebem  
E dão a mão,  
E, me rodeiam  
Em forma  
De Coração  
E, eu sorrio  
E, lágrimas  
Rolam de Emoção...  
Autor- Helena Rodrigues -

## Perdi-me de mim

Lágrimas rolam  
Pelo meu rosto...  
Perdi-me de mim !  
Vestida de pureza  
E, inocência  
Caminhei a teu lado...  
O teu passo acelerado  
Esmagava o meu  
Acautelado...  
Perdi-me !!!  
Perdi o meu sorriso  
Que por lágrimas  
Foi trocado...  
Segurei o teu ego  
Por tempo  
Demasiado...  
Anulei o meu "ser"  
Para te ver florescer...  
Perdi-me de mim  
Esqueci de viver...  
No fundo de minha  
Alma procuro o  
Meu "eu" ...  
Já não sei quem sou  
Nem para onde vou...  
Vou para onde  
O vento me levar...  
Vou reunir meus  
Cacos de uma  
Vida abalroada...  
Vou começar a  
Ser "eu"  
Nesta nova caminhada...

Autor- Helena Rodrigues



## Folhas de Outono

...Com as folhas  
de Outono me vesti,  
Veio o Inverno  
E  
Algumas folhas perdi...  
Depressa  
Chegou-se a Primavera,  
E, então  
Flori...  
Veio o Verão,  
E todas perdi...  
Entre chamas  
E,  
Labaredas,  
Nada restou  
de mim...

Autor-Helena Rodrigues

## Aprendi a viver

*\_Aprendi a Viver.*

*...Aprendi*

*que tenho muito mais*

*para aprender.*

*Que estamos sempre*

*A "crescer",*

*Em sentimento e conhecimento.*

*Somos energia em movimento.*

*Muitas vezes embalados pelo vento.*

*Aprendi que a lua posso olhar.*

*E com as estrelas Conversar,*

*Que lá me posso Imaginar,*

*E no infinito viajar.*

*Aprendi que a Paz*

*Só existe no nosso interior...*

*Aprendi que o amor*

*Anda de mão dada com a dôr.*

*Aprendi que gostar*

*Não é o mesmo que Amar.*

*Que sentir*

*Não é o mesmo que estar.*

*Que Olhar*

*Não é o mesmo que "Vêr" ...*

*E Aprendi*

*Que o nosso corpo,*

*É só emprestado*

*P'ra a Alma Viver ...*

*Autor- Helena Rodrigues*

## Quem nunca amou

... Ninguém perde  
por dar amor  
É como plantar  
Uma flor  
Que se deixa  
Crescer pronta  
Para colher...  
Quem foi que  
Nunca quis  
Um bem-me-quer ?!...  
Só quem nunca  
Soube amar  
Ou querer  
Por um  
Motivo qualquer...  
Pobre coração  
Desnudado  
Do melhor  
Sentimento  
De viver...

Autor- Helena Rodrigues

## Viagem Sem Volta...

...A vida é uma ilusão,  
Sem aviso  
Em qualquer  
Momento,  
Ou ocasião  
Nos prega  
Uma traição !!!...  
No banco do  
Jardim me sentei  
Na esperança  
de te ver chegar...  
Em Desespero  
Gritei pois não  
Queria acreditar  
Que nunca mais  
las voltar...  
Partiste numa  
viagem de onde  
não voltas mais...  
Vejo-te ao longe  
Como uma miragem !  
Nesta saudade  
Desmedida  
Ficou tão  
Grande a minha  
Dôr, com  
A tua Partida...

Autor- Helena Rodrigues

## Fui Tua Mas tu Não Viste

...Fui menina  
Fui donzela  
Fui mulher  
Fui tua  
Fui amor,  
Fui calor  
Fui tudo o que  
Consegui ser de melhor  
Mas não chegou...  
O tempo passou,  
E com Ele  
Tantos sentimentos  
Levou...  
Foram poucos  
Os momentos,  
Que o nosso tempo  
Compensou...  
Ficou tanto a desejar  
Aquele passeio  
De noite há  
Beira mar...  
Que nunca fomos dar !  
Subir a Serra  
E a neve pisar !  
Não,  
Nunca fomos  
Por aí viajar...  
O tempo passou  
E,  
com ele  
A esperança levou  
De tanto  
Se concretizar...

Dia de namorados

De tempos

Desperdiçados

De casais

Encalhados...

Em sonhos atolados

Com o tempo

Desgastados...

Autor- Helena Rodrigues

## O Apaixonado

...\_\_Olhei para o lado  
Me chamou atenção  
Um rosto corado  
Fiquei intrigado  
Queria ver melhor  
Mas havia multidão...  
Cabelos longos  
E ondulados  
Olhos amendoados  
E um sorriso  
Engraçado que  
Parecia para mim  
Seus lábios rosados  
Fazia contraste  
Com a cor carmesim  
Do seu vestido  
De cetim...  
Fiquei parado como  
Hipnotizado !  
Como foi que nunca  
A vi, assim em  
Nenhum lado ?  
E, agora  
Como é que faço ???  
Como chego até  
Ela  
Se anda sempre  
Acompanhada  
Nunca vai só,  
Se não é com a mãe  
Vai com a avó...  
Não posso me atrasar  
Numa roda de amigos

Seu nome, ouvi falar  
Tenho que perto  
Dela chegar  
Antes de alguém  
Se adiantar  
Seu coração  
Tenho que conquistar  
Pois o meu, já  
Conquistou  
Até o sono me tirou  
E nem sabe  
Quem eu sou,  
Só a mãe dela  
Que logo de esquelha,  
Me olhou\_\_\_...  
Autor- Helena Rodrigues



## ...Sobras ....

... Nós somos  
todos iguais sim.  
Mas todos diferentes  
E, é facto que  
Cada um tem a sua forma de pensar...  
Há situações e momentos  
Em que se pode concordar.  
Mas viver  
Em sintonia  
O tempo todo  
É difícil de ficar !?...  
E, Então  
Se gera a discussão,  
A violência  
E a traição,  
E, as faltas de razão.  
Se aparta o coração  
E fica uma má situação...  
As pessoas "virão" coisas.  
E tudo é negociado!!!  
O que era  
Chamado  
De amor  
Agora tem gosto  
De dissabor...  
Ao que chamavam  
Felicidade  
Passou a ser  
Infelicidade...  
Mudou para  
Falsidade !  
Todos passam  
Um mau bocado.

E vai cada um  
Para seu lado...  
É como,  
"aquela roupa  
Que se levava  
A todo o lado"  
E já não  
"serve mais" !!!...  
E Há o mais  
Importante os, Chamados,  
"Danos Colaterais " !...  
Os que Dirão  
"Sobre a história dos Meus pais"...

Autor- Helena Rodrigues

## Nas ondas Daquele Mar ...

... Mais uma vez  
Sózinha  
Eu e a solidão  
Sob a luz  
Do Luar  
Na imensidão  
Daquele mar...  
Esperei por ti  
Sabendo que  
Não vinhas,  
Só me quis  
Enganar !...  
As ondas vieram  
O meu corpo  
Banhar,  
Não tinha  
Nada a perder  
E, nem a ganhar !!!  
Deixei o mar  
Me levar...  
Não havia  
os  
Teus braços,  
Para neles  
Me aconchegar...  
Mas o mar não  
Me quis  
E,  
Para a terra  
Me devolveu !  
Despida de  
Sensatez  
Deixei-me cair

Outra vez,  
Num fôlego cansado,  
Envolta num passado  
Destroçado,  
Num presente  
Rejeitado,  
Então o último  
Suspiro foi dado !...  
O corpo  
Inanimado  
Há vida voltou,  
Por outros braços  
Aninhado...  
E , um outro  
Amor começou  
Numa,  
Nova vida  
Lado a lado...

Autor- Helena Rodrigues

## Saber Esperar...

" Ela era poesia  
Ele não sabia ler ! "  
...Ela começou  
A ,  
Falar por gestos  
Ele nunca se  
Esforçou  
Para entender !  
Ela ficou  
Mas calou ,  
O "saber" ...  
Até o tempo De Deus Querer ...  
E,  
Quando Ele Manda  
Tudo Pode Acontecer !..

Autor- Helena Rodrigues

## Escada da Vida

\_\_Escada da Vida...  
... É nesta escada,  
De tropeços  
E recomeços,  
Que se Aprende.  
A aceitar cada cilada que nela encontrar... Cada erro  
Para emendar,  
Cada acerto para Valorizar...  
E A Deus Louvar  
E Agraciar Por Sempre, Sempre Em todo o Tempo  
Nos Acompanhar  
Acreditar  
É a Palavra de Esperança  
Que me faz Avançar...  
Nesta escada que  
É a "Vida"  
Cada degrau é uma Subida.  
Embora Pareça  
Muitas vezes, uma Descida !...  
Um Degrau para Trás ?  
Não !?!...  
Neste Caminhar  
Nunca há,  
a  
Opção de,  
Retroceder ou  
Voltar...  
É sempre Em Frente mesmo que Seja  
a,  
Caír e a Levantar...  
Em Momento  
Algum o Tempo  
Pára...

Para a "Gente"

se

Recuperar

E, Continuar...

\_\_Autor- Helena Rodrigues

## Idade da inocência

... Saudade chegou  
Veio de mansinho  
No meu peito  
Se acomodou...  
E já foi me apertando  
Numa dôr  
Que desencadeou  
O meu pranto...  
Chorei baixinho  
Para mim mesmo  
Negando  
Que só restam  
As lembranças...  
De um passado  
Ainda recente  
Onde te sinto  
Tão presente...  
No meu peito  
Vive latente  
A nossa história  
Persistentemente  
Também na  
Minha Memória...  
Eu quero esquecer  
E ao mesmo tempo  
Lembrar  
A idade inocente  
Daquele amor  
Adolescente  
Que nos fez  
Apaixonar...



Autor- Helena Rodrigues

## Encontro Por Acaso

... Era dia de romaria  
Havia festa  
Baile e alegria  
Nos encontramos  
Por Acaso  
No meio do  
Movimento...  
Passaste por mim  
Como uma neblina  
No vento  
Nos Olhamos  
E, ficámos  
Em pensamento...  
Nos gostamos  
Sem nada dizer  
O tempo foi passando  
E algo foi mudando  
Os olhares  
Cada vez mais demorados  
E cúmplices,  
Como quem fez  
Algo de errado !  
Seria amor ?!...  
Eu nunca tinha amado...  
Sentimentos novos  
Foram, a florando  
Se misturando...  
E na idade  
Dos sonhos  
Onde tudo fica  
Risonho  
Uma história de amor

Começou

Que ao altar nos levou...

Autor- Helena Rodrigues

## Tu Não Danças !!!

...Saídos do altar  
Foram com  
Todos comemorar  
Beberam, comeram  
E, Pelo salão  
Enfeitado,  
Os convivas  
Dançaram, e rodopiaram

Os solteiros  
Olhares trocavam  
E,  
Os casados  
Se beijavam,  
Dos mais novos  
Aos mais velhos  
Há brincadeira  
Não escapavam

A noiva olhavam,  
Mas não a convidavam  
E, sem que ela  
Percebe-se, ou Soubesse  
Sobre seu olhar  
Triste  
E seus pés  
A, Trautear, falavam ?!...

No seu amor de pai,  
A noiva foi buscar  
Para dançar,  
Era tão grande

O seu orgulho  
Por sua filha casar...

Mas do noivo  
Recebeu um olhar  
Fulminante, a,  
Atitude, reprovar !  
E com lágrimas nos olhos  
A levou para o lugar...

Sua alegria, virou  
Tristeza  
Percebeu naquela hora,  
A sua linda princesa  
Que ao altar foi levar,  
Tinha muito  
Para sofrer,  
E outro tanto p'ra chorar...

E o noivo foi beber  
Para ninguém  
Perceber,  
E poder disfarçar,  
Que afinal,  
Ele não sabia  
Com sua noiva dançar...

Autor- Helena Rodrigues

## Abraço...

...O Abraço é um dos Afectos  
mais profundos.

Quando se Abraça alguém,

Os corações

Batem lado a lado,

Num compasso ritmado

de Emoções.

No afago desse encontro,

existe uma troca de Ombro ,

Em que cada um

Oferece o seu.

Num conforto onde

Nem o tempo

Nem a distância

Em nada se perdeu !...

Autor- Helena Rodrigues

## Nunca é Tarde !...

... Não me façam  
Promessas que  
Não Podem cumprir  
Não me digam Palavras  
Que não quero Ouvir...  
Porque, por tanto  
" Eu deixei de sorrir " !!!  
E, por tão "Pouco"  
Deixei de pedir...  
Mas eu  
" Me " Prometi,  
Que ía Conseguir...  
E comecei a fazer !  
Não deixar  
Nada por dizer  
Fazer Valer  
O meu Querer  
Saber esperar  
E aprender,  
Que nunca é tarde  
Para mudar  
E Começar  
A me Valorizar...

Autor- Helena Rodrigues

## Saudade de Mim...

\_\_ Saudade de mim ...  
Saudade de mim sempre me tem acompanhado  
Eu vivo o presente,  
com memórias  
de um  
outro passado...  
Não pertenço  
a nenhum lado...  
Sinto o cheiro do orvalho de um chão nunca pisado!!!  
Nas minhas mãos  
há terra de um tom avermelhado  
Deito na savana  
com o coração acelerado  
Vejo no horizonte  
um,  
Pôr do sol alaranjado...  
Eu sei que anseio  
um oásis encontrar  
para a sede matar e,  
o corpo refrescar  
Caminho , caminho  
no deserto iluminado Pelo Prateado do luar  
Eu sou de tanto lugar...  
E,  
Não pertenço a nenhum  
lado ...  
Mas de onde é que eu venho,  
Com esta lembrança e  
Saudade  
do passado !?...  
Autor- Helena Rodrigues



## Estranha Forma de Amar

\_\_Estranha Forma de Amar  
... Estranha forma de amar  
Que magoa  
E faz doer...

Estranha forma de amar  
Que me aprisionou  
Fazendo-me sofrer...

Estranha forma de amar  
Que prefere  
Me ver chorar  
Ou invés de alegrar...

Estranha forma de amar  
Que estragou  
Nossas vidas  
E, onde nos  
Despedimos  
Sem despedidas...

Estranha forma de amar  
Em que nos tornou  
Feras feridas  
Que nos separou...

Estranha forma de amar  
Em, que cada um em  
Seu lugar  
Chora sozinho  
Até sua dor sarar...

Estranha forma de amar,  
Estranha forma de Querer,  
Estranha forma de viver...

Autor- Helena Rodrigues

## Amor Doente

...Tua pele morena  
Tua boca pequena  
Teus olhos  
De um acastanhado  
Por vezes esverdeado...  
Teu cabelo preto  
Encaracolado  
Fazia contraste  
Com o teu fato de linho  
Imaculado...  
Tinhas cor de paixão,  
E de sofreguidão  
Me amavas  
Do anoitecer  
Ao amanhecer...  
Teu corpo não  
Cansava  
Não cedia...  
Mas durante o dia  
Tudo mudava,  
Teu ciúme e  
Desconfiança  
Nosso amor  
Arruinava...  
Quanto mais  
desconfiavas,  
Mais em vão eu,  
Me explicava...  
Não havia nada  
A fazer !  
O diagnóstico  
Estava feito,

O amor era doente,  
Era imperfeito  
Só, existia no leito...  
Quando a porta do  
Quarto se fechava,  
Era só nós os dois,  
Lá fora,  
Não existia mais nada...  
\_ Palavras de elogio  
Não se podem dizer...  
"A mulher pode se  
Envaidecer "...  
Há que a fazer chorar  
Assim não vai em  
Mais ninguém pensar...  
Está zangada  
Me rejeitou  
As mesmas coisas voltei  
A dizer  
Peço- lhe,  
Desculpa mas  
Ela não quer ceder  
Está difícil adormecer,  
Mais um pesadelo  
Até, na almofada bati,  
Sonhei que a estava, a  
Perder...  
Este ciúme, põe-me  
Louco, faz- me sofrer...  
Eu,  
Prometo que vou  
Ser diferente,  
Digo isso  
Constantemente,  
Mas louco de ciúme  
Digo tudo novamente...

\_ Restam duas opções:

Aceito e vou em frente,

Ao desapareço para sempre...

Mas em mim,

Já batem dois corações

Fiquei pela, primeira opção

Já por amor

Ao pequenino coração...

Fui me anulando

Remédios me engordando

Então, o ciúme, ele foi

Perdendo,

E as doenças,

Essas, foram

Aparecendo...

Não se morre de amor !

Ele vai nos recalçando

Nós, vamos cedendo

Vai nos amordaçando

E nós vamos sofrendo...

Autor- Helena Rodrigues

## Eu e a Natureza

\_\_Eu e a Natureza  
...Por entre campos  
De Alfazema  
Me deleitei...  
Vi a Natureza  
E sua beleza cheirei !  
Não há perfume  
Melhor  
Que o Que nos  
Deu o Criador...  
O canto do Melro  
Que sai do seu  
Lindo bico amarelo  
Me deixei encantar  
E, por ali ficar...  
Fiquei por ali,  
Até no azul do Céu  
Estrelas brilhar  
Nuvens se desviaram,  
E, a lua apareceu...  
Em campos de Alfazema  
Era só a,  
Natureza e eu...  
Autor- Helena Rodrigues

## Amor Maior

\_\_Amor Maior\_\_

... Com  
Suas  
Palavras ofuscou  
O silêncio  
Com A Sua Luz  
Iluminou  
A Escuridão  
Com Seu Amor  
Transmitiu  
Mansidão ...  
Não tenho,  
Ouro nem prata  
Com,  
Uma mão vazia  
E a outra também...  
Nada tenho  
Para Te Ofertar,  
Apenas minha Fé  
E,  
Meus joelhos  
Para  
Me Prostrar...  
Autor- Helena Rodrigues

## Maria Negrinha...

\_\_Maria Negrinha Parteira  
... Já Me disseram que  
Venho de uma  
Boa " casta "  
Bastou uma palavra  
Para me deixar  
Tão grata...  
E com saudade  
Falar  
Daquela,  
Que também  
Me ajudou a nascer  
A minha avó  
Mulher, que tantos  
Partos vi fazer !...  
Não, não vi nada  
Que uma criança  
Não deveria " ver "  
Quando alguém  
Vinha a correr  
E, a porta abria  
Gritava,  
Senhora Maria,  
Senhora Maria,  
Venha acudir  
Há minha filha,  
E num passo  
acelerado  
Lá ía eu com  
Ela a tanto lado  
Havia pressa  
Mas não havia carro...



Era uma correria  
Desenfreada  
Quando há casa  
Se chegava,  
Quando seu avental  
Branco colocava,  
Para o quintal,  
Ou para a porta  
Da rua me mandava...  
Para ver chegar a  
Cegonha  
Que no bico  
O bebé trazia  
Que era a hora  
Da chegada...  
De tanto esperar  
E, brincar  
Adormecia cansada  
E quando acordava  
Já o bebé,  
Lá estava...  
Mais uma vez  
Enganada !  
A cegonha foi embora  
E, eu não vi nada !...  
Maria Augusta  
Era seu nome  
Baixinha e moreninha  
Valeu lhe a alcunha  
De,  
Maria Negrinha  
Hoje o povo recorda  
Com saudade,  
Aquele que a tantos  
Ajudou  
E, como se diz cá na

Terra,  
Duas gerações " aparou "  
Mas o povo da vila,  
O seu valor  
Reconheceu  
E com amor,  
Colocou a sua foto  
No Museu...  
" Venho de uma casta sim, de mulheres valentes e, resistentes ... "  
Autor- Helena Rodrigues

## Sabor Agridoce...

\_\_Sabor Agridoce...

...A vida tem um sabor Agridoce.

Raras vezes "amor"

Muitas vezes

Dissabor.

Porque tudo,

Tudo é vivido aqui.

Seja por cobrança

Desta vida

Ao por uma outra

Anterior...

Abri a porta

Para a vida

Ela entrou e,

Me

Vivenciou

O tempo passou

E não,

Perdoou

Da matéria

Pouco Restou !

Mas a essência

Ela

Aprimorou...

Autor- Helena Rodrigues

## Palavra tem Sabor...

\_\_Palavra tem Sabor !...  
... Palavra tem sabor  
Pode ser doce como  
O mel  
Ao amarga como  
O fel...  
Pode ser vulgar  
Sem saber a nada  
Pode ter gosto de  
Acusação,  
Ter gosto de  
Traição,  
Ou gosto de perdão...  
Talvez a mais procurada,  
A mais usada,  
Muitas vezes enganada !  
Ilusória, falseada  
Mas a que a todos agrada  
O sabor do amor !...  
A palavra dita tem  
Sabor...  
Escrita tem Valor !!!  
Sobrevive ao  
Afastamento,  
Desalento  
Ao momento,  
E, ao esquecimento...  
Sobrevive ao tempo  
Seja lá,  
Quanto tempo " For " !...  
Autor- Helena Rodrigues

## O Infinito...

\_\_O Infinito  
... Quando fixo  
O olhar,  
E não olho para  
Nenhum lado !...  
É, Quando  
Olho o infinito,  
E vejo um começo  
Não terminado...  
Um sonho  
Adiado  
Um perdido,  
Num achado...  
E, um coração  
Magoado  
Há um caminho  
Não trilhado...  
Há tanta coisa  
Acabado em,  
" Ado "  
Melhor seria  
O infinito, nunca  
Ter olhado...  
Autor- Helena Rodrigues

## Sobrevivendo

\_\_ Sobrevivendo...

Aprendi a agradecer a Deus

Por todas as coisas

As lutas me

Ensinaram a ser forte

As dificuldades me ensinaram a ser grande...

Em paciência,

Aprendi a,

Ouvir sem responder

A saber esperar

Pelo tempo...

A sapiência,

em tolerar

O que,

para "alguns"

Era intolerável...

Éh,

Mas alguém

Tem que fazer diferente...

Não é,

Uma caminhada fácil !!!

Mas em todos os momentos,

Deus me ensinou

A viver e,

Sobreviver...

Seja sorrindo,

Seja chorando...

Na verdade

Olhando

Para trás agora,

Vejo que algo

Em mim sempre

Foi, diferente

Hoje li uma frase  
Onde dizia,  
"há pessoas pobres, que só têm dinheiro" ...  
Mas Eu,  
Certamente nunca fui, uma delas !!!...

Autor- Helena Rodrigues

## O Valor da Amizade

\_\_O Valor da Amizade  
... A amizade verdadeira  
É uma Bênção  
Ultrapassa qualquer  
Fronteira,  
Fica sempre no coração  
Quando precisam  
Outro rumo na vida tomar  
As pessoas  
Mudam de lugar...  
Mas a amizade  
Tem sempre forma,  
De, se fazer chegar  
Como uma andorinha  
Que precisa de migrar,  
Mas que volta sempre  
P'ro seu ninho encontrar...  
Assim é quem gosta Verdadeiramente  
Percorre caminhos Inesperadamente,  
Para nossa surpresa  
Nos Aparece há frente...  
Nos dá aquele  
Abraço que  
Guardamos  
De lembrança  
Para Sempre,  
Na ausência  
Nos diz Palavras  
Que Valem "Ouro"  
Que guardamos  
Como um "Tesouro"...  
Coisas materiais se perdem, Se partem, se esquecem...  
Palavras Não !!!



Elas se sentem  
E, se ouvem,  
Se releiem  
E se guardam  
Para Sempre  
No Coração da Gente...  
Autor- Helena Rodrigues

## Turbilhão...

\_\_Turbilhão...  
... Confusão,  
Turbilhão, é  
O que, me vai dentro  
Do peito, apertar o coração...  
Não sei mais não,  
Que tipo de  
Sentimento, se alojou  
Não consigo  
Pensar direito...  
Primeiro, Foi amor,  
Foi paixão  
Eu sei, não me  
Enganei,  
Mas, causou tanta  
Dor, que chorei...  
Fui amada e desejada,  
Adorada  
Da noite, á madrugada  
De, dia tudo  
Mudava...  
Tua cara fechada,  
A porta, trancada  
E, eu sofucada  
Gritava, calada...  
Quero sair  
Daqui fugir  
Para algum lado,  
Partir...  
Porquê ?  
Porquê a mim !  
Naquele berço  
Uma cópia de ti...

É a pergunta  
Que não cala  
E, a resposta  
"Muda", é que fala...  
Sentimentos afoguei  
No tanto que chorei  
Por um amor a,  
Quem Tudo dei  
Não pude, não mais  
Aguentei, e no meu  
Peito o matei...  
Desilusão, solidão  
Turbilhão,  
Maldição ?!...

Autor- Helena Rodrigues

## A Maior Felicidade

\_A Maior Felicidade

...A alegria é feita de coisas banais as quais não esquecemos mais !!!...

A felicidade

É uma Quimera !?...

É uma espera repleta de Ilusão...

Mas está na

Realidade de um filho que nasce "São"

E isso é uma Benção,

A que bem poucos

O verdadeiro Valor Dão...

Fizeram da felicidade Sinônimo, de

Duas pessoas e seu amor !

Os filhos são para toda a vida.

O amor a dois,

Tantas vezes que termina,

A tal chamada felicidade, Passa a dar

Pelo nome de Falsidade...

Quanta lágrima Derramada,

Quantas vidas Separadas,

Quanta estrada Palmilhada,

Quantas esperas Desesperadas...

Vamos Então dar,

Valor ao Verdadeiro Amor:

Ao sorriso da,

Criança que nos delícia,

E, encanta

Nos dá alegria e,

Esperança para

O nosso dia a dia

Com o mais grato

Que tem,

O amor de um filho

Para uma mãe.

Do carinho e aconchego

Do colo que ela,

Sempre tem...

Viver a felicidade Plena

Daquilo que Vale

Mesmo A pena...

Plantar no

Coração de

Cada Geração,

O Amor Verdadeiro

Entre Cada Irmão...

Autor- Helena Rodrigues

## Poesia Rejeitada

\_Poesia Rejeitada

... Em Nuvens de fantasia Escrevi Palavras de Poesia

Para Quem

Nunca Leu...

Deixei para longe

O vento levar,

Pois quem sofria

Era eu !!!

Palavras

Sentidas,

De histórias

Vividas,

Onde tanto

Se perdeu...

O vento voltou

Mas não as,

Devolveu

Quem sabe

Alguém

As releu !?

Seus erros,

Emendou

E uma nova

História Viveu !?...

Autor- Helena Rodrigues

## Emergi !...

>

...De tantas vezes  
Que a vida me bateu  
Aprendi onde Doeu  
De tanto naufragar,  
Aprendi a nadar  
Todos os dias  
Se,  
Vive para aprender  
Que compreender  
Não é o mesmo que  
Esquecer !  
É sim,  
Lembrar de  
Não voltar A Errar !!!...  
Temos tendência  
A chamar de " erro "  
Aquilo que por vezes  
Não foi o que  
Esperávamos...  
Mas foi um pedaço,  
De mau caminho,  
Que tínhamos de percorrer.  
É um conjunto de,  
" mas " E " ses" ...  
Que fazem parte  
Da nossa existência,  
Da nossa resistência,  
Da nossa resiliência,  
E, da nossa crença...  
E Quando Deus  
Determina, Que já tanto  
Foi " testado ",

Sem quase que,  
Nos darmos conta,  
Nos afasta e,  
Nos ensina a mudar,  
Por dois motivos:  
Sobrevivemos demais,  
E,  
Sofremos demais..

...Mas o que nos  
Enfraquece o corpo,  
Enobrece a Alma  
Que no nosso interior, se refugia e acalma...

Autor- Helena Rodrigues



## As Flores...

\_As Flores

...As flores

A beleza das flores

Do seu perfume

E, lindas cores...

Que nos adornão

Em tanta ocasião

A suas fragrâncias

Nos embriagam...

E nos trazem

Esperanças !..

Num ramo

E um cartão,

Com palavras bonitas...

Num frasco de cheiro,

Envolto num laço com

Muitas fitas...

Áh... As flores

Já foram o primeiro

Passo para tantas

" Conquistas "...

As flores,

Que tantas vezes

Guardadas em livros...

Onde ,

Certas palavras

São escritas...

E as duas juntas

jamais

Esquecidas...

Autor- Helena Rodrigues

## Gosto de ficar Só...

\_Gosto de ficar Só  
...Ainda há quem  
Não entenda,  
Que gostar de estar só  
Não é solidão...  
É, o sinônimo  
De uma  
Vida de contendas  
Que, cansaram  
O coração...  
Gostar de ficar só  
É também  
Uma forma de  
Expressão...  
É, a liberdade  
Tão ansiada  
Por culpa de,  
uma vida  
Aprisionada...  
Meus passos  
Controlados,  
Meus pensamentos  
Espreitados,  
Meus gostos anulados  
Meus sonhos calados  
Meu "eu" estrangulado...  
Eu , gosto de ficar só  
Sim,  
Finalmente ter,  
Tempo para mim  
E,  
Bem longe de ti...  
Autor- Helena Rodrigues

## Ansiedade...

\_Ansiedade...  
...Eu queria poder  
Dar ao tempo,  
Tempo para ele  
Passar !...  
" O tempo,  
Perguntou ao tempo  
Quanto tempo  
Ele tem  
E, o tempo  
Respondeu,  
Não, tenho tempo  
Para ninguém "...  
Porque me,  
Rasgo em tormento  
Do, que não está  
Aqui  
Mas mais além...  
Estou há espera  
Do tempo,  
Na  
Ansiedade do,  
Que lá vem,  
Quero livrar-me  
Deste mal que  
O, meu corpo contém...  
Maldita,  
Ansiedade  
Que me delacera  
Em metade  
Quero viver  
Esta espera  
Como, uma verdade

E, não uma quimera...  
Pergunto ao tempo  
Quanto, tenho que  
Esperar ?!  
Me responde  
Sem demora,  
Tudo no meu  
Tempo, lugar e hora !...  
Autor- Helena Rodrigues

## Percebi...

\_Percebi !...

... Nada lhe

Posso dar

Se você não quiser...

Nada lhe

Posso dizer se

Você não escutar...

Nada lhe

Posso fazer

Se você não aceitar...

Não posso

Ser seu ombro

Se você não se apoiar...

Eu tento ser,

Tudo o que

Você precisar...

Mas você

Não quer nem,

Perto de mim ficar...

Percebi no

Seu olhar que

Era hora de me afastar !...

Autor- Helena Rodrigues

## Fantasia...

\_Fantasia

... E num momento de fantasia

Dei asas há alegria...

Me levantei de nuvens de Algodão...

Me vesti de "candura"

E fui semeando ternura...

Caminhei

Num jardim de,

Muitas cores,

Fiz uma "Grinalda"

De flores ...

Corri por entre,

A Natureza,

De puro encanto

E beleza

Me senti como

Princesa...

Num Reino,

Onde tudo era perfeito

E o coração,

Batia de alegria

No meu peito...

Não havia,

Ira ou despeito

Apenas amor

E respeito,

Reinava a alegria

No meu mundo

De fantasia...

Autor- Helena Rodrigues

## Meus Olhos Cansados...

\_\_Meus Olhos Cansados...

... Meus olhos não querem

Mais chorar,

Eu quero

Simplesmente

Olhar...

Quero ver o sol

Nascer,

Quero ver o

Entardecer,

Quero ver o mar

E, as ondas

Na areia rebentar...

Quero ver

A sementes brotar

E, as

Sementeiras

Apanhar...

Meus olhos

Cansaram de ver,

Tanta gente

A, morrer...

O mundo

A , empobrecer

E, nós a tentar

Sobreviver...

Já chorei da,

Manhã

Ao anoitecer,

O sol está lá fora

Ninguém pode sair

Para o ver...

Eu, quero ver

Crianças a nascer,  
E, um mundo  
Melhor renascer...  
Quero ouvir vozes,  
De esperança,  
Que se acabem  
Os algozes  
E, venha a todos nós  
A bonança...  
Meus olhos cansados  
Esperam,  
Ansiados pelos  
Tempos de mudança...  
Autor- Helena Rodrigues



## A Criação...

\_A Criação

...A nossa vida é um livro

Mas onde Deus

Nos Deu o livre

Arbítrio !

Então você escolhe sêr:

Por vezes Autor

Por vezes Actor

Por vezes Espectador

Temos a opção,

De escolha sim

Mas não

Conseguimos

Prever o fim !

E tudo tem

Seu princípio,

Meio e fim

Em cada

Amanhecer

Voltamos a nascer

Como qualquer

Sêr Vivente

O que brota

Da terra é renovado...

Não Eternizado

O Eterno está

Na Criação,

Nunca em nenhuma Mão...

Onde ela não chega,

Permanece de igual forma

O tempo de :

Sol, Chuva ou Vento

O vento que  
Se, sente e não é,  
Olhado  
A chuva que  
Que cai  
Deixando o solo molhado  
O Céu, com seu Sol Dourado  
As Nuvens de branco, ou acinzentado  
A Lua, no seu Prateado  
E as Estrelas,  
Todas da mesma côr  
em qualquer lado...

Autor- Helena Rodrigues

## O Mar, e o Luar

\_O Mar e, o Luar...

...É noite de lua cheia Refletida no mar...

O prateado

Do luar

Mergulha

Nas ondas

Do mar...

Que,

Enrolam na areia

E,

Envoltas em

Um Abraço

Em terra

Se vêem Beijar...

Até as tímidas

Conchas,

Se abrem

Para ver

O namoro,

Do mar com o Luar...

Autor- Helena Rodrigues

## O Teu Valor !...

\_O Teu Valor !...  
...Quantas vezes nós Sentimos que somos Injustiçados...  
Quantas vezes  
Somos usados e,  
Nem um obrigado Ouvimos !  
É como se não Existisse-mos...  
Quando tal acontece,  
Nos sentimos  
Tão pequenos, onde Procuramos um "colo"  
Onde só a dor  
E as lágrimas ,  
Contam o nosso Sofrimento...  
Mas continuamos,  
Ano após ano ,  
Nesse silencioso lamento...  
Até Deus determinar  
Esse ajustamento...  
...Se ninguém te der  
Valor, tu Sabes  
Quanto vales !...  
Deus Te Deu Tudo  
Com Amor,  
Tu és um Ser Perfeito !  
Tu és Sal e Luz  
Nasceste Para  
Seres Eleito  
Filho de Deus,  
Irmão meu e,  
DE Jesus...  
Autor- Helena Rodrigues

## Um Livro Por Inventar...

\_\_Um Livro por Inventar  
...Minhas Palavras Soltas Guardei,  
Num livro por Inventar...  
Meu sonho adiei,  
Hoje só tenho  
A lamentar...  
Tanto livro eu já li,  
Alguns pior do que escrevi !!!  
Tantas páginas  
Ao vento joguei,  
Num acto sem pensar...  
Sobra agora  
O lamento,  
De não as poder mostrar...  
Autor- Helena Rodrigues

## O Milagre da Vida...

\_O Milagre da Vida...  
... Nesta vida  
Tudo tem o seu lugar  
Basta Abrir-mos os,  
Olhos Para ver Que...  
O dia dá lugar há noite,  
A lua dá lugar ao sol,  
A tristeza há Alegria...  
O dia de Hoje ao  
De Amanhã,  
Por isso tento  
Viver um dia de cada Vez...  
Porque o Amanhã,  
Para Mim Pode  
Não Existir  
Para Dar Lugar  
Àquele que Vai nascer ! Como Tudo Nesta vida  
Se Renova...  
Até o Passado  
Tem Que Dar Lugar ao Presente  
E, o Presente  
Dar Lugar ao Futuro...  
.... Fiquei a olhar e tudo admirar !  
Nesta vida tudo tem o seu lugar...  
A lua se esconde para o Sol poder brilhar...  
O passado ficou para trás para o presente  
Chegar...  
E,  
Eu Agradeço poder Vêr  
O Milagre da vida  
A Cada dia se Renovar !...

Autor- Helena Rodrigues

## A Escola

\_A Escola...

...Corria para escola,

Com a minha sacola...

Tinha que chegar,

Antes do sino tocar...

Senhora professora,

Venho estudar...

Aprender a ler,

Meus contos contar...

Saber escrever,

Meus poemas mostrar...

Hora do recreio,

Vamos todos brincar...

Agora, brinco e leio,

É, meu mundo a despertar...

Corro para o trabalho,

Em casa tenho que ajudar...

Esqueci a menina,

Que contos queria contar...

Hora de na vida,

Um rumo tomar...

Largar esses sonhos,

De, um mundo de Inventar...

Corro para a escola,

P'ra criança ir levar...

Autor- Helena Rodrigues

## Olhei teu Rosto...

\_Olhei teu Rosto...  
... Hoje olhei o teu rosto  
Reparei, nos teus olhos  
Marejados de lágrimas  
Sentidas, de desgosto...  
Tuas rugas marcadas  
Teu cabelo grisalho  
As mãos calejadas  
De, tanto trabalho...  
O desânimo no teu olhar  
Entristeceu meu coração  
Que nunca deixou  
De te Amar  
Tantas vezes ferido  
E, por dentro a sangrar...  
Não sei há quanto  
Tempo,  
deixamos de falar !  
Hoje, houve diálogo  
Sem insultamento  
E, sem gritos pelo ar...  
Queria ter te dado  
A minha esperança  
Mas sei que não  
A, terias aceitado  
O teu semblante  
Pesado, cansado  
Pela vida Desgastado,  
E, por ela  
Apunhalado...  
Queria ter te contado  
Que também choro  
Ao adormecer



Queria ter, te abraçado...

E, poder te dizer

Estarei sempre

Ao teu lado

Enquanto eu viver...

Autor- Helena Rodrigues

## Onde Eu Vejo Deus !

\_Onde eu Vejo Deus !...  
...Eu vejo Deus  
Na terra que o  
Homem lavra  
Deita a semente  
E alimenta a sua gente...  
Eu vejo Deus no Sol  
Que aquece a semente  
Que a faz brotar  
Da terra para crescer  
E, Amadurecer...  
Eu vejo Deus  
Na chuva que rega  
As terras,  
Cresce também o  
Pasto, que alimenta  
O gado...  
Eu vejo Deus  
No canto dos pássaros  
Que alegam o trabalho  
Dos trabalhadores  
Já cansados...  
Eu vejo Deus  
No arco íris, que a  
Minha vista alcança  
E, me recorda a ,  
Sua aliança...  
Eu vejo Deus  
No vento que sopra  
A semente para  
Longe,  
dos campos a quem,  
Ninguém pertence...

Eu vejo Deus  
Nos rios, que matam  
A sede aos animais  
E, levam a água para  
Os arrozais...  
Eu vejo Deus  
No mar , em que o  
Pescador , sai para  
A fauna  
Para o peixe pescar...  
Eu vejo Deus  
No frio e no calor,  
No dia para trabalhar  
E, na noite para descansar...  
Eu vejo Deus  
Em todo o lugar !...  
Eu só não vejo Deus  
Nos olhos daquele  
Que, quer matar  
E, a todos maltratar  
Onde reina a inveja,  
A , injúriação e ambição  
Não acatam a lei  
E, cospem para o ar ...  
Eu, olho para o céu  
Olho para o mar  
Olho para a natureza  
E, vejo também  
Deus para,  
Todos nós A Olhar !...  
Autor- Helena Rodrigues

## A Carta...

\_A Carta...

...Uma carta te deixei  
Onde tudo te contei...

Sei que tudo  
Revoltarás  
E no desespero  
A , acha-rás...

Ao meu alcance virás  
Tal, como um caçador  
Tentar recuperar a tua "presa"  
A quem chamavas de amor...

Nunca gostaste  
Do que eu gostava  
Nunca me amas te  
Como eu te amava...

As nossas diferenças  
Estão todas  
Naquela carta  
Que rogo que  
Compreendas...

Gostaste de mim  
Me tomaste para ti  
Me entreguei  
Sem saber,  
A um amor que  
Quero esquecer

Fugi, fugi de ti  
Para me preservar a mim  
Mas Fiquei nessa carta,  
Que deixei Junto a ti...

E, num momento  
De tua distração  
Corri, sumi  
Nunca mais me verás  
Nem de mim saberás  
O coração eu,  
Trouxe dilacerado  
Pelo tempo acorrentado...

A carta, talvez leias  
Talvez, não  
Nunca o saberei,  
E tu também não !..

Deixei as linhas  
Em branco  
Para teu castigo  
E, Sem perdão !...

Autor- Helena Rodrigues

## A Arte

\_A Arte ...

...A, arte !?

Eu vejo a arte

Nas mãos que amanham

A terra...

Eu vejo a arte

Nas palavras do poeta...

No violão

Que ao serão

Anima , aquele que

Amanhou a terra, e

Para todos fez o pão...

E, na mulher que carrega

No ventre , cada geração...

Eu Vejo a arte,

No médico que

Que sai de noite

Deixando na mesa

O jantar

Para alguém ir salvar...

No bombeiro

Que o fogo vai apagar,

No militar que larga,

Seus filhos, mulher

E lar,

Para uma guerra

Que não é sua

Ir travar...

Eu admiro a arte,

Que existe por toda

A parte,

Nos monumentos,

Que ficam para

A posteridade...  
Construídos com  
Calor, fome , sede,  
Frio, e dificuldade  
De baixo de um chicote  
Sem piedade...  
Que o pintor pintou,  
O escritor publicou  
E, o turista visitou...  
Eu vejo a arte,  
Na rendilheira  
Que suas rendas delicadas  
Tantas Mesas adornou  
E onde nunca se sentou...  
Eu, vejo a arte  
Por toda a parte !  
Nas maravilhas  
Que Deus Criou...  
E que o homem  
Usou...  
Continua a usar,  
Mas que saiba preservar...  
Autor- Helena Rodrigues

## Respeito !...

\_Respeito !  
... Eu não quero que se preocupe comigo !  
Eu sou de outra época.  
Eu ainda acredito em Valores...  
Sou do tempo  
Em que uma filha,  
Tinha que ser "Prendada",  
Nunca mal educada...  
Onde não se fazia Exigência.  
Tinha- se  
Obediência.  
Lá em casa,  
Não havia,  
Vaidade...  
Fui Educada com Humildade  
Educada para dar,  
Não para  
Aproveitar...  
Nunca trabalhei  
Para "têr",  
Mas sim para "Ser"!  
E tenho Muito  
Orgulho de  
Ser Quem Sou,  
E como Sou  
Venho de uma  
Geração mais "atrás"...  
Sou daquelas  
Pessoas que,  
Preferem  
Paz, um sorriso  
Um gesto



De carinho,  
Uma amiga  
Para toda a Vida...  
É, eu sou assim  
Mas não se importe Comigo  
Eu gosto de ser,  
Do meu jeito  
E, respeito o "seu".  
Então, Simplesmente Respeite o Meu !!!...

Autor- Helena Rodrigues

## O Medo

\_O Medo\_

...O medo é um sentimento  
Que nos destrói,  
Por dentro !

Por medo,  
Eu carreguei  
Uma culpa que não era  
Minha !  
Me estrapulei...

Num mar ainda calmo  
A tempestade  
Vinha em fracos  
Ventos...

Se apoderou de,  
Meus sentimentos  
De, medos e  
Tormentos...

Em fortes rajadas  
Bem rápido  
Se formou,  
Num relâmpago  
O céu se abriu  
Tudo iluminou  
E, em fortes chuvadas  
O barco naufragou...

Eu escondi  
O que sabia

Disse o que,  
Não devia  
O medo me,  
Paralisou...

Por medo,  
A gente se prende,  
Se deixa prender  
A gente mente,  
Se deixa vencer  
E, se deixa matar  
Pra não morrer !...

" Eu queria ser, despojado de sentimento ...  
Me pouparia ao Sofrimento "...

Autor- Helena Rodrigues

## Carro Vermelho

\_Carro Vermelho...  
Naquele carro  
Vermelho,  
Que não era  
Novo nem velho...  
Viajamos tantas vezes  
Namoramos  
Ao luar,  
Pertinho do mar...  
Anos dourados  
Momentos lembrados  
Saudades guardamos  
De tempos passados...  
Aquele carro vermelho  
Marcou um tempo  
Em que o olhar  
Era paixão e desejo  
E ao rubro o sentimento  
De amor pleno...  
Ao som da música  
De, Roberto Carlos  
A estrada rodamos  
Tantas vezes paramos  
Só para nos amarmos  
Espreitando pelo espelho  
Daquele carro vermelho...

Autor- Helena Rodrigues

## A Culpa

\_A Culpa

...A culpa é

Um sentimento

Que se joga

Num momento

De conflito

E, sem pensar...

É, um sofrimento

Atribuído

De forma gratuita

Para um

Outro Magoar ...

Gesto de covardia

E, cobrança

Por alguns

Motivos de,

Desconfiança...

Onde fala

A ignorância

Soberba

E, arrogância...

Não há culpa

Nem culpados

Existem duas pessoas

Que vêm as coisas

De, diferentes lados...

Sem forma

De provar  
Ou contestação  
Se fere um  
Coração,  
Cansado de tudo provar  
Se, isola na sua solidão...

Coração magoado  
Destroçado  
De, ferimentos  
Remendado  
Em seus sentimentos  
Para sempre fechado...

Autor- Helena Rodrigues

## Luar de Outono

\_Luar de Outono  
... Dia cinzento  
Trazendo no vento,  
Folhas pelo ar  
Desnudando as árvores,  
Espalhando, as parras  
Em todo o lugar...  
É o Outono a chegar  
Com suas cores douradas  
Folhas secas,  
E amareladas  
Pelo verão repassadas...  
Áh o Outono,  
Fui nele que nasci  
Numa noite de luar,  
E, a lua logo vi  
Pois me estava a esperar  
Me tomou como sua,  
Não me canso de a olhar...  
Já a tantos encantou,  
E outros tantos inspirou  
Melodias alguém cantou  
E, versos o poeta  
Com fervor, Declamou  
Poesias com amor  
Quando o Outono chegou...

Autor- Helena Rodrigues

## A Dança

\_A Dança...  
... Nossos corpos  
Juntinhos, dançamos  
Unidos  
No compasso  
Da vida, sem  
Meta defenida...  
Um compromisso  
Assumido  
Por tanto tempo  
Decorrido  
E, nunca dissolvido...  
Nesta dança  
Da vida  
Num passo calmo,  
Outras vezes  
Em corrida  
Já girámos, e rodámos  
Voltando ao ponto  
De partida...  
Dois corpos unidos  
Que o tempo não  
Arrefeceu  
Dançando a mesma  
Dança que, a vida  
Nos Escolheu...  
Autor- Helena Rodrigues



## Mãe...

\_ Mãe  
Ser mãe  
É anular-se  
A si própria,  
Sentir uma vida  
Em si a se formar,  
Nessa gestação  
Se dá uma  
Transformação,  
E aquele "ser" se  
Começa a Amar  
Se muda o corpo  
Se muda o pensar  
Se dá a vida sem exitar  
Ser mãe, vai muito  
Além da palavra Amar  
É dor que se sente  
Desde o ventre  
Para sempre,  
Assim é Ser,  
Mãe Eternamente...

Autor- Helena Rodrigues

## A Pedra Atirada e Palavra Dita !

\_A Pedra Atirada e Palavra Dita !

...A Palavra " Dita "

É como " Pedra atirada "

Não tem como voltar atrás !

Todos os dias nos podemos Disso lembrar,

Mas nunca Apagar...

Elas vão para sempre ficar. Podem nos magoar e fazer tropeçar.

Mas nada é por acaso,

Elas têm um significado...

Tudo tem um propósito,

Talvez nos desviar,

De nos atrasar

E, de nos fazer mudar

De direcção no nosso caminhar !!!

Podemos nem reparar, Demorar meses

Anos talvez, por falta de Atenção.

Mas se abrir-mos o coração...

É Deus Quem Vai Nos Mostrar, Que em nossa Vida Está Sempre A Trabalhar !

E que a virtude

De saber esperar,

Leva a um , " novo " Sentimento

A Paciência ...

Que devemos sempre cultivar.

Pois desde o início do tempo Todos levamos

" nove meses "

Para a este mundo chegar...

Autor- Helena Rodrigues

## Poetas e Suas Poesias

\_Poetas e Suas Poesias

...Poetas e escritores,

Revelam em seus

Escritos

Seus amores,

Sofridos, lamentos

Sentimentos , em

Palavras escondidos...

São Autores !

D'alma e Coração

Encontram na

Sua escrita

A libertação,

Pra angústia

Nostalgia e emoção...

Palavras em harmonia

Fazem rimas de Poesia,

Dizem sem dizer,

Tudo o que querem

Esconder !...

São almas sofredoras

Que vagueiam

Sem rumo

E sonhadoras,

Procuram um

Destino, um atino

Um lugar pra ficar,

Assentar e,

Eternamente Amar...

Autor- Helena Rodrigues

## **\_ Saudade, Horizonte e Esperança**

\_ Saudade, Horizonte e Esperança

...Olhando o horizonte

Me perdi nessa

Mirada !

Para onde bem longe

Partiu a pessoa amada...

Ansiando a tua volta

Ali fiquei ancorada !

Sentimentos de

Revolta, de

Uma espera

Desesperada...

Começos de uma vida

Que o Oceano Separou

Uma inevitável partida

Que pra lá do horizonte

Te levou !...

Levado pelo navio

Partiu meu amor

Deixando um vazio

Senti tanta dor,

Quanta saudade

Ficou entre nós

Dois horizontes longínquos

Pela guerra causados

Se perderam vidas

E, tantos apaixonados...

Autor- Helena Rodrigues

## O Anjo

\_\_O Anjo  
...Quem não sonha  
O amor encontrar  
Sonha , acordado  
A, dormir  
E, em qualquer lugar...  
Eu também sonhei !  
E, na sombra de  
Uma parreira  
Com seus enormes  
Cachos de uvas  
Dependurados,  
Eu, te beijei  
Um beijo Inocente  
Mas que jamais  
Esqueci...  
Uma figura como  
A tua,  
Em toda a vida  
Eu nunca vi !...  
Não eras, homem  
Nem rapaz...  
Não tinhas rosto,  
Eras,  
De um Azul  
Quase lilás...  
Sem cabelo, sem olhos  
Sem lábios  
Como uma sombra  
Que até mim  
Desceu  
E, um beijo me deu  
Acordei,

Minha mão  
Ao meu rosto levei  
Num ápice  
Me levantei  
Que sonho tão  
Estranho que eu sonhei !...  
Seria um Anjo Que eu Beijej ?

Autor - Helena Rodrigues

## A Triste História de Adélie

\_A Triste História de Adélie...

... Ouço o guinchar das

Gaivotas

Já estou perto da costa

O apito soou,

O navio atracou

Vim de longe,

Para uma terra distante

Do, outro lado do mar

Agora sou emigrante...

Tinha pressa de chegar

E, o papá encontrar

Vim tanto tempo

A navegar

Perdi a conta dos

Dias, não tinha mais

Dedos para contar...

Embondeiros e

Coqueiros, quero

Em suas Sombras

Brincar,

Correr e saltar...

-----

- Alegria de criança

Num mundo

Por descobrir

Pobre menina rica

Chegou de tão longe

Para logo partir...

Não lhe falaram

Dos bichos feios e maus,

Nem do perigo

Que a espreitava

Mal teve tempo de  
Ver,  
Aquilo que a, Atacava...  
Seu coração ao susto  
Socumbiu  
Não aguentou,  
Não conseguiu  
E ali ,  
Adelie agonizou  
E, Para sempre " partiu " !...

Autor- Helena Rodrigues



## O Velho Álbum

\_Velho Álbum

... Hoje me deu Saudade

De um tempo de outrora

Já fora de moda,

Se tirava uma fotografia

E, um álbum se fazia...

O velho Álbum

Desfolhei,

Tantas lembranças

Olhei,

Cada foto

Um sorriso e,

Alguma lágrima Derramei...

História

E, sorrisos de

Criança,

Cheia de sonhos

E esperança...

A criança cresceu,

Netos me deu

E, Fotos guardo

Agora,

Num telemóvel meu !...

O Velho Álbum

Voltei a guardar

Recordações são

Para lembrar

Que o tempo não pára

E, o futuro é p'ra Avançar...

Autor- Helena Rodrigues

## O Sabor do Teu Beijo

\_O Sabor do Teu Beijo...

...O teu beijo tem sabor

De saudade,

Gosto de ternura

De amor e felicidade.

Tempo que por nós

Passou, voando

No vento

E, pouco durou !...

O destino

Nos roubou ,

Os sonhos contidos

Por nós prometidos

Tudo levou !

Em meus lábios

Ficou o sabor

Do teu beijo

Que nem

O tempo,

Nem o vento

De mim apagou

Por ti o desejo !...

Autor- Helena Rodrigues

## Lua Feiticeira...

\_Lua Feiticeira...

...O lua tão bela

Há milhões de anos

A brilhar,

Ja tantos foram

Que te quiseram alcançar...

Eu apenas me contento

Com teu lindo luar,

Nesse prateado,

De esplendor

iluminas o meu

Caminhar...

Abri a minha porta,

Para o luar olhar,

É lindo e me conforta

E me ajuda a Pensar...

Gosto de pela lua

Esperar,

Linda feiticeira

E por ela me deixar

Encantar, tem sido

Muita vez, minha

Companheira

No conversar,

Tão bem que sabe

Me Escutar !!!

Háaa...

E, quantos

Lamentos e segredos,

Melhor

Que Ninguém,

Para mos saber

Guardar !!!...

Autor- Helena Rodrigues

## Desabafo !

\_Desabafo !

....Tem gente

Que me cansa,

Me deixa doente

Se alimenta permanentemente

Do sofrimento

Que se faz presente...

Como pode alguém

Ausente

Interferir

constantemente

Nos ferir

Sem piedade

Numa ferida

Que sangra

Abertamente ?!...

Cansei,

De implorar

De mostrar

De justificar

O meu sofrer

Para quem teima

Em não vêr...

O, que mais

Preciso de fazer

Para esse alguém

Entender ?!...

Que necessito

Apenas de Paz

No meu pequeno

Mundo pra, poder viver...

A vida já me feriu

Me arrastou sem dó

Até de ser eu,  
Me impediu  
E, me reduziu a pó...  
Já suportei demais, já cansei de mais !...

Autor - Helena Rodrigues

## Meus Lábios Queimei...

\_ Meus Lábios Queimei !

... Ao Sol

Na areia da praia

Ali ficámos,

Adormecemos

Por tempo incerto,

Acordei, e teu

Corpo beijei

Meus lábios queimei

Na tua pele ardente,

Queria parar

O tempo,

Ficar assim para sempre.

Lembranças de

Um tempo,

Onde o amor

Fluía, no momento

E com a força do vento.

Sentia teus braços

Meu corpo

Envolvendo

De baixo daquele

Sol, nossos corpos

Ardentes,

De calor e desejo

Os lábios se uniram

Com amor num beijo...

Autor - Helena Rodrigues

## Pegadas ...

\_Pegadas

...Fui caminhando

Descalça, em meio do nevoeiro

Pra sentir a areia fria,

Mas um chão verdadeiro !..

As ondas batendo

Nos meus pés

Deixavam me alerta

Me lembrando

Quem tu és...

Mentiras e falsidade

Vida destruída

Por insanidade,

Caminhei sem olhar

Onde deixei tanto de mim,

Mas não quero lembrar

Daquilo que vivi...

Tudo era falso

Nada era de verdade

Apenas o chão que

Pisava,

E, as pegadas que

Na areia deixava...

Autor- Helena Rodrigues



## Insegurança...

\_Insegurança !...  
... Maldita insegurança  
Que me percorre  
E, alcança  
Não me deixa  
Gritar a minha confiança...  
Reflexo,  
De anos com  
Pensamentos  
Guardados,  
Sentimentos  
Ridicularizados...  
Deixaram,  
Marcas, deixaram  
Dôr  
Me sufocaram,  
Me calaram...  
E, na revolta,  
Soltei o meu  
Grito  
Por tanto tempo  
Oprimido,  
E revelei O Poema  
Por mim Escrito...

Autor - Helena Rodrigues

## Meus Lábios Queimei...

Meus Lábios Queimei !

... Ao Sol

Na areia da praia

Ali ficámos,

Adormecemos

Por tempo incerto,

Acordei, e teu

Corpo beijei

Meus lábios queimei

Na tua pele ardente,

Queria parar

O tempo,

Ficar assim para sempre.

Lembranças de

Um tempo,

Onde o amor

Fluía, no momento

E com a força do vento.

Sentia teus braços

Meu corpo

Envolvendo

De baixo daquele

Sol, nossos corpos

Ardentes,

De calor e desejo

Os lábios se uniram

Com amor num beijo...

Autor - Helena Rodrigues

## Apaixonados

\_Apaixonados...

...Foi perto desta igreja  
Que nossos olhares  
Se cruzaram  
Causando tanto inveja  
Para aqueles que nos olharam

Nossos corações palpitarão  
Naquela noite de festa  
Desde logo se amaram  
Sem que uma palavra dissessem...

Tanto tempo decorrido  
E nós dois lado a lado,  
Por ali fomos passando  
O amor, então escondido  
Foi por nós revelado

Acabamos entrando  
Num compromisso assumido  
Perante Deus Assinado  
E, até hoje vivido...

Tantas tempestades  
Já passámos  
Nestes anos vividos  
Todas ultrapassamos  
Para continuarmos unidos

Não pode ninguém separar  
Aqueles que Deus Juntou  
Diante daquele Altar

Foi " Ele " Que Nos Casou !...

Autor - Helena Rodrigues

## Amar é !...

\_Amar é !

Dormir e acordar  
Sabendo que  
Você vai lá estar

Para muita vez  
Ao levantar  
Nem dizer  
Bom dia !  
Começar logo  
A barafustar...

Esse seu mau  
Humor matinal  
Já virou, defeito  
Cai sempre mal  
Mas não tem jeito !

Amar é ...  
Saber contornar  
Seu ciúme  
Esse tormento  
Suportar, eterno  
Queixume,  
Desse medo de te largar !!!

Mas aprendi a não ligar  
Pra esses seus defeitos  
Continuo a te amar  
Ignorando esses preceitos !...

Autor- Helena Rodrigues

## Versos de Amor...

\_Versos de Amor...

Nosso amor foi paixão  
Vivido na plenitude  
Em nosso coração  
Começou tudo na juventude  
Saudade marca agora  
As lembranças de um tempo  
Que vivemos p'la vida fora  
Sobrando só,  
O lamento  
Pois tudo nos roubou sem demora  
Somos hoje um amor  
Interrompido,  
Da infelicidade  
Foragido  
Pela vida,  
Marcado com dor  
E, no meu choro  
Sofrido,  
Componho versos  
Desse amor...

Autor - Helena Rodrigues

## O Vento...

O Vento...

...O vento

Gosto de ouvir

Sua frescura sentir

Olhar as árvores

Abanando,

Quando ele passa

Assobiando

Tudo se curva

Há sua passagem

Toda a natureza se

Dobrando,

Como que, de uma

Vénia se tratando !

Em louvor e homenagem...

O vento trás com ele

Um som de lamento

Espalhando folhagem

E, largando os gemidos

De sofrimento...

Também no mar

Se faz presente

Soprando as velas

De um Barco

Trazendo pra terra

Sua gente

O vento que trás

O pólen das flores  
Para noutro jardim  
Germinar  
Leva também  
Alguns amores  
Para nunca mais voltar ...!

" O vento que tantas,  
Coisas tira do lugar  
E, outras no local certo as,  
Vai colocar !!!...

Autor- Helena Rodrigues



## Gratidão...!

Gratidão !...

...De mãos vazias nascemos,

E com elas vazias Partimos

Tudo Que Deus faz

É, Eterno e Perfeito

Sem diferença

De rico ao Pobre...

Eu, Não tenho nada

Você também não,

Ninguém tem,

É tudo uma ilusão

Se encher sua mão

Nada conseguirá

Fazer,

Se for com água

Só essa vai beber

Da nascente nascerá,

Mas por entre seus dedos

Escorrerá...

Só temos

O que cabe

Na palma da mão !

E mesmo assim,

É em Vão...

Se acaso cair !?

As nossas mãos

Vão ao chão

O que tinham se perdeu...

Na hora da nossa "partida"

Só se leva o que, se deu !

Carinho, amor e afeição

Gratidão , ou ingratidão

Foi você que escolheu

" O que mais pesa

No seu coração !

Se foi o que você deu,

Ao aquilo que recebeu " !?...

Autor - Helena Rodrigues

## Guardo Em Mim Todos os Sonhos

\_Guardo em Mim Todos os Sonhos

...Guardo em mim

A lembrança

De um lugar que

Apenas vi

Num sonho em criança !

    Mas ficou uma esperança,

    De um dia lá voltar...

Essa montanha

Voltar a ver,

Onde nós vínhamos a falar

E, a encosta a descer ...

Beber contigo

A, água cristalina

Onde corria em carreirinho

Do regato da colina

    O sonho que sonhei

    Sei que um dia voltarei !

Para vivê-lo de verdade

Pois na terra não acharei,

O que só existe,

Na Eternidade...!

Autor - Helena Rodrigues

## Dançando Ao Vento

\_Dançando Ao Vento

...Me procuras-te

Com o olhar

E com os olhos

Me disseste

Vamos dançar

Era noite de lua cheia

Dança-mos em volta

Da fogueira, Numa festa

Lá na Aldeia

O vento se levantou

Antes da festa acabar

A música se calou

Mas continuamos a dançar

Olhos nos olhos

Não vimos ninguém sair

Nem A madrugada chegar

Não sentimos a chuva cair

Nem o vento

Nossas roupas secar

Dança-mos como se

Fosse a última dança

Não importando

A chuva ou o vento

Com o olhar nos amando

Vivemos, o nosso momento ...

Autor - Helena Rodrigues

## A Estrada

\_A Estrada...

..... Caminhei sem rumo numa estrada sem fim.  
Onde a consciência me dizia " isto não é para mim ".  
Insisti na caminhada,  
Que em nada me abonava,  
Fiquei esgotada e caí  
De cansada .  
Mas por fazer não ficou nada...  
De não tentar  
Ninguém me pode acusar.  
Eu tentei mas eu cansei, Então me frustrei.  
Nadei, nadei e,  
Por Culpa do meu "ego" me Afoguei.  
" Por Deus Pai Clamei, Perdão porque pequei " .  
A teus pés ajoelhei,  
E com minhas lágrimas  
Minha alma lavei ...  
Pelo teu Amparo Senhor Ansiei  
No Teu Socorro  
Jesus me Levantei...!

Autor - Helena Rodrigues

## Amar Eternamente

\_Amar Eternamente...

...Fechei meus olhos

E, deixei minha mente me levar...

Procurei em lugares

Que nunca vi

Entre pessoas que Desconheci

Olhei ao meu redor,

Nada mais eu fazia ali... Para quê procurar !?

Pois eu sei o teu lugar, Estás na minha saudade,

Na minha ansiedade ,

De te voltar a ver

E Abraçar...

Passe o tempo

Que passar

Posso até,

"cá"

Voltar novamente !

Mas para sempre

Vou te amar,

Amar Eternamente...

Autor - Helena Rodrigues

## Minha Alma ...

\_Minha Alma...!  
... Minha Alma  
É luz que vive  
Em mim...  
Faz meus olhos brilhar  
Em cada sorriso que Dou,  
Numa criança a brincar  
Na pessoa que passou  
E, acabei de cumprimentar...  
....Sai no meu sonho  
    Para passear...  
Vai a lugares  
Que nunca fui  
Onde de dia estou  
A " divagar "...!  
Liberto-a ao dormir,  
Da minha vida  
Aprisionada,  
Que seja livre pra sair  
Viajar em qualquer estrada,  
Ver o cimo da montanha  
Fazer bonecos na neve  
E voltar só de madrugada,  
Feliz e cansada...!

Autor - Helena Rodrigues

## O Barco das ilusões

" O Barco das ilusões "

...Entre ilusões, amor e perdões

Eu quero em emoções, me

afogar

Vou, navegando com

você

Na imensidão daquele mar.

O veleiro atracou

Trazendo ilusões

Naquelas ilhas distantes

Roubou corações

Com magia e sedução, te arrebatei o coração

Partimos a navegar no barco da ilusão versando melodias em versos de encantar, declamamos poesias ao vento em alto mar.

Em alto mar navego no barco das ilusões levando comigo poetas e versos aos milhões

Somos tantos a versar, nesta ciranda a cirandar exprimindo ilusões no barco em alto mar

Vamos poetizando com amor algumas ilusões navegando neste barco vão tantos corações

Navegar e poetisar

No barco das ilusões, faz me sonhar e lembrar nosso querido Camões

O barco das ilusões continuará a navegação, as emoções levará,

Escritas com o nosso coração

Autor - Helena Rodrigues



## Nossos Olhos Falam Por Nós

Nossos Olhos Falam Por Nós

... Teus olhos  
Encontraram os meus  
Em meio da multidão...

Nossos olhos falam  
Por nós !

Eu sei que vais dizer  
Não precisamos de voz  
Tu sabes o que eu irei  
Responder

Mistura de sentimentos  
Em que se guardam  
Tantos momentos,  
Nos falamos, sem falar  
Pra ressentimentos,  
Não mais causar...

Primeiro foi paixão  
Foi cumplicidade  
Depois foi amor  
E, só ficou saudade...

Onde foi que  
Os olhos teus  
Se perderam  
Dos olhos meus...!?

Autor - Helena Rodrigues

## O Que Somos Nós...?!

O Que Somos Nós !?

O que somos nós

Somos nada ...!

Fazemos uma passagem

Terrena

Na ilusão de que somos

Alguém

Nossa vida,

Nós, não

Podemos aumentar

Nem um só dia,

Noite

Ao segundo...

Nossa Alma veio

Pra este mundo

Como outras vezes

Voltou...

Temos muitas

Situações de

Deja vu...!!!

Quem nunca sentiu !?

Que conhece

Alguém, que nunca viu ?!

Quem não sonhou já,

Com caras e lugares

Que nunca foi ?!

Entre o nascer, viver

E morrer...

Há um grande Mistério

Que não cabe a nós muito

Mais saber ...!

Vivemos uma vida

De muitas perguntas

Para tão poucas respostas  
Passamos do nada  
A muito...

\*\*\*\*\*

\_ Não eras assim  
Olha bem para ti ???  
Estás doente, velha  
Vai sobrar para mim...!  
Faz algum coisa  
Sempre doente  
Não podes continuar assim...  
E, daqui por uns anos  
Como será...?

\*\*\*\*\*

\_Daqui por uns anos...???  
Eu nem sei se amanhã  
Estarei Cá ...  
Que Deus tenha  
Piedade de mim  
E , Que seja rápido  
O meu fim...

Autor - Helena Rodrigues

## Destino ou Coincidência ...?!

Destino ou Coincidência

... Tantos anos

Sem nos vermos

Mas nos voltamos

A encontrar,

Foi destino ou

Coincidência que

Marcou esse lugar...?!

Acredito no

Destino,

Que recebemos

Ao nascer

Já estava escrito

Antes deste mundo

A gente vir, ver...

Coincidências

São acasos

Programados,

Que foram

Pelos cupidos

Os chamados,

De Anjinhos distraídos,

Nossos destinos

Já traçados

E , Por eles baralhados...

Destino ou Coincidência a pergunta que não quer calar...!

Em toda a nossa

Existência

Essa resposta vamos procurar...?!

Pergunta sem resposta

Estrada sem saída

Nesta Ciranda eu entrei

Para a verdade saber

Mas coincidência ou destino

Afinal ninguém me soube responder ...?!

Autor - Helena Rodrigues

## Pérolas

\_Pérolas

...Pérolas de encanto

E beleza

Se formam da forma

Mais natural da natureza...!

Vêm do fundo do mar

Para muitas damas

Enfeitar

Quantas vezes o pobre

Pescador, já pensou

Em tal tesouro encontrar ?!

As ostras molusco

De aparência tosca

Produzem dentro de

Sua casca em defesa

Do seu " lar " aquilo

Que tantos querem

Apanhar

E, suas mulheres

Agradar.

Pérolas, rosadas

Douradas , esverdeadas

Ou acinzentadas...

São sempre bonitas

Desejadas,

E femininas

Abrilham em qualquer

Lugar, salão ou ocasião ,

Quem foi que nunca teve

Por elas administração ...?!

Autor - Helena Rodrigues

## Fernando Pessoa

Fernando Pessoa

Conhecido pelo mundo

Letrado numa escola

Escrevendo nas mesas

Da " confeitaria" Brasileira Bebendo seu café Nicola

Não há quem Não lembre

De seus cadernos na mesa

Onde fazia traduções

Há boa maneira inglesa

Tinha com ele o dom da escrita

E, tantos sonhos por realizar

Tendo a sorte Maldita

Com todos eles vindo acabar !

Partiu novo demais

Com tanto pra , Nos deixar

A doença Não perdoou

E o grande poeta nos roubou

Portugal ficou mais pobre

Com sua partida inesperada

Mas na escola ainda é ensinada

A sua poesia como sendo

Da mais Nobre

E por tantos a mais amada...

Autor - Helena Rodrigues



## Calar o Saber !...

\_ Calar o Saber...

Tantas vezes já  
Calei o meu  
Saber  
Para não ter que  
Responder...!

Perguntas fúteis  
Conversas inúteis...

Prefiro não ver  
Nada perguntar  
Não me importa  
O teu querer  
A tua forma de viver  
Tão diferente do meu ser...

Mentira detesto ouvir  
Sentimentos não  
Consigo fingir  
Tantas noites sem dormir  
Mentiras mastigar  
Mas sem as " engolir "

Eu só gosto do saber  
Para o meu intelecto  
Fortalecer  
Algo que acrescente  
Há minha existência  
Uma melhor forma  
De eu viver,  
E aos outros compreender,

É esta a razão  
Que guardo  
No meu coração  
Em querer de tudo  
Aprender e saber...!

Autor - Helena Rodrigues

## A Nossa Canção ???

A Nossa Canção ?

...Não lembro se  
Alguma vez  
Tivemos uma canção !!!

Pensando agora  
Lembro de  
Situações em  
Que tocavam  
Algumas canções  
Momentos que  
Ficaram na memória  
Do que fazíamos  
E, ouvíamos  
Nessa exacta hora ...

Vivemos depressa  
Demais  
Num ritmo alucinante  
Vivendo, cada instante  
Intensamente nossa  
Paixão ardente...  
Ouvindo músicas  
De antigamente  
Que ficaram na lembrança,  
Tocavam naquele  
Rádio cor de laranja,

"Oceano Pacífico"

"Quando o telefone toca"

Programas da nossa

Preferência

Que passavam na

Emissora

Da rádio Renascença

Será que lembras

Como eu !?

Desse tempo da

Nossa Mocidade,

Onde a Paixão

Virou amor

E,

O amor, virou Saudade...

Autor - Helena Rodrigues

## Inocência

\_Inocência

... Tenha a inocência

De uma criança.

É tão fácil fazê-los felizes. Pois se contentam com tão pouco !

O melhor brinquedo

Não substitui,

O carinho e atenção,

Com que lhes

Chegamos ao coração.

As crianças têm a,

Pureza e Leveza na Alma.

Já todos o fomos,

E recordamos com saudade Esses dias sem maldade. Onde tudo servia de presente Nos deixava tão contente,

Que até dormia

Na cama com a gente...!

Autor - Helena Rodrigues

## Saudade de Você Pai...

Autores: Helena Rodrigues & Maria Helena Pazetto

Saudades de você, Pai...

...Recordo com saudade

O meu tempo de Criança...

Existe tão viva na

Minha memória

A tua lembrança,

Ao deitar chega

A esperança, de Num sonho, tudo

Sonhar, e poder

Voltar

A , te Abraçar. (H. R)

Aquele abraço tão gostoso

Que somente voce sabia me dar

Como um urso bem carinhoso

Não querendo mais me soltar...

Parece que ainda sinto tua presença

Teu perfume pairando no ar

Me faz tanta falta aquela essência

Que nunca vou deixar de me lembrar... (M.H.P)

Mas hoje ao

Levantar,

Pelo meu rosto

Uma lágrima rolou,

E, uma pomba em minha

Mão pousou..

Nos meus olhos olhou

E numa densa névoa

Para bem alto voou! (H. R)

Voou...só não levou

a saudade que em

meu coração deixou... (M.H.P)

HELENA RODRÍGUES

M.H.P

14/07/2021

## Não, Não Vou ...!

... Não, não vou  
Morrer de amor  
Sou forte o bastante  
Para morrer com essa dor...

Vou continuar a amar  
Por esta vida  
Me encantar  
Quando ouvir nossa canção  
Simplesmente  
Mudarei de estação

O tanto que já sofri  
E chorei  
Me ensinou, que aquilo  
Que perdi  
De uma outra forma eu  
Achei...

Há tanta forma de amor  
Perdi aquele que me  
Deu a vida terrena  
Chorei copiosamente  
De pena , e de dor  
Mas não foi o fim...  
Foi um laço desatado  
Uma ponta para cada lado  
Neste mistério  
Que nos é vedado  
Mas quando chegar a  
Minha hora , será novamente  
Enlaçado...  
É só uma questão de tempo



De esperança e fé  
Que cada dia que passa  
Se dá um avanço  
Onde se fica mais perto,  
Daquilo que será Eterno...!

Autor - Helena Rodrigues

## Suavemente...

Suavemente...

... Adoro sentir

Passando pelo

meu corpo

Quando de leve

Me toca o rosto

Como suave carícia

Minha pele quente

Recebe tua frescura

Que vem levemente

Me fazendo sentir

Suavemente,

Que ainda sou gente

Que o Sol me aquece

O frio me arrefece

E , o vento

Ah o Vento me

Restabelece...

Me dá a sensação

De liberdade,

E, de que tudo em mim

Ainda existe

E , é pura realidade...!

... Não, não é saudade São meus sentidos ainda  
aprimorados...! E, Pelo Vento Libertados ...!

Apurados no meu corpo

Autor - Helena Rodrigues

## Imaginação Sem Limite...

...Olhei para o Céu  
Admirei a sua  
Imensidão,  
Se não houvesse  
Estrelas, seria só escuridão

As estrelas  
Pontinhos de luz  
Tão brilhantes,  
Da lua são acompanhantes

E quando por surpresa  
Nos manda um estrela  
Cadente nos deixa  
Radiantes, igual a  
Uma criança inocente

Se pede um desejo,  
Que o ser amado  
Olhe para a gente,  
Ou então, nos dê um beijo...

E, se as estrelas  
Por uma noite que fosse  
Mudassem de lugar  
Começassem a bailar  
Que lindo seria  
Tal fenômeno apreciar !!!...

...Dizem que o Céu, É o limite,  
A imaginação, Não...!

Autor - Helena Rodrigues

## Sem Vida e Sem Saída...

Sem Vida e Sem Saída ...

... A vida me  
Surpreendeu  
Me apanhou  
Desprevenida  
Onde bateu doeu  
E, me deixou  
Sem saída...

Me tem dado  
Muita luta  
Já sem forças  
E, em mau estado  
Vou me arrastando  
Nesta labuta...

Pode ser até  
Inglória !  
Mas eu continuo  
Impoluta...

Não há vitória  
Mas também não  
Saí, derrotada !  
Dei tudo de mim  
Fiquei sem nada...

Não guardo nem  
Espectativas.  
Coleciono feridas  
Não tenho ressentimentos  
Conservo os meus

Melhores sentimentos...

Para a dor

Amenizei com amor

Para a falsidade

Mostrei Piedade

E, para a mentira

Falei sempre A Verdade ...!!!

... Não sou mais nem melhor Que ninguém... Apenas nunca me deixei ficar por aqui

Tentei ir sempre muito além, até para a palavra " último "

Eu respondo... Tenho Pena,

Também...!

Autor - Helena Rodrigues

## Ciranda do Amor...

Teu olhar cruzou o meu, no Meio da multidão  
Não mais desviei dos olhos Teus  
Vivo até hoje essa paixão...  
Por eles me apaixonei  
E, perdi a "razão"  
Aprisionada ao olhar  
Prendi também meu Coração...

Nossos olhos se olharam  
Desde logo se amaram  
Amor correspondido,  
Sem uma palavra trocar  
Foi por Deus escolhido,  
O lugar  
" pra nos cruzar "

...Somos almas Predestinadas  
A juntas para Sempre ficar ...

Ciranda do amor  
Nela vamos entrar  
Nosso olhar  
Apaixonado a todos vamos Mostrar

Tanta gente a Cirandar  
E o amor a procurar,  
Cada um com seu par  
Da Ciranda vai sair,  
Para a outros dar lugar !

Autor - Helena Rodrigues

## Tempo de Plantar Amor...

\_ Plantar Amor ...

... Pessoas desorientadas

Fazem coisas disparatadas,

Pessoas em confusão

Fazem coisas sem noção,

Pessoas sem razão

Fazem coisas há traição...

...Pessoas em Sofrimento

Ponderam cada momento,

Pessoas em " prisão "

Esperam a ocasião...

...Pessoas corretas

Seguem em linha recta,

Têm regras ...

Disciplina no " falar "

No " caminhar " ...

... Sabem escutar

E, acarinhar

Sabem Amar,

E, o Amor Plantar ...

Autor - Helena Rodrigues



## Dia Do Escritor

\_Dia Do Escritor

.... Hoje é o Dia do Escritor...

Que leva em sua escrita

Palavras de Amor,

Disfarce muitas vezes para a Dor...

Tendo a caneta por companhia,

Dá a conhecer a sua Poesia,

Que pode fazer alguns

Alegrear,

Outros comover,

E, conforme o entender

Até chorar ...!

...A escrita não é uma

Vaidade

É uma necessidade,

De se fazer entender

E revelar a verdade,

Num mundo onde,

Muitos não Querem

Compreender...!!!

Autor - Helena Rodrigues

## Viver Por Viver...!

Viver Por Viver...!

... Todos temos dias

De saturação...

Porque dentro de nós

Bate um coração,

Que teimamos muitas vezes em não o ouvir...

Suas batidas aceleradas,

Ou, cansadas

Se fazem sentir...

Não adianta ignorar

Elas são companheiras,

Que estão sempre "lá"

Batem de alegria

E, de tristeza elas não Mentem,

Elas Tudo sentem !

E, " ele " tem essa função, De nos dizer quando é hora de abrandar,

Ou Hora de Parar...

...Tenho dias que sinto que, já vivi demais...

O tanto que já sofri é, dor é

A, Angústia, é querer e não

Poder, é estar , e não "ser"

É ser presença e

Ninguém "vêr".

É viver por viver...!!!

Autor - Helena Rodrigues

## Caminhos Providenciados...

Caminhos Providenciados !

... Amigos de verdade  
São aqueles que por  
Razões que  
A gente não sabe,  
Não vieram  
A nascer em,  
Nossa família,  
Nem próximo  
De o ser !  
Mas que gostamos  
Amamos de coração  
Sem nunca os  
Esquecer...

Conhecem nossa  
Voz , até no telefone  
E vai logo dizendo,

" Me conta, o que está  
Acontecendo ?  
Eu percebi no teu  
Silêncio...!  
Não precisas nem  
Dizer, eu sei tudo que  
Está acontecer...

Me fala só o que  
Quiser falar,  
Tu sabes que eu  
Vou respeitar  
Mas estou aqui para  
Te ajudar,

Deus nos escolheu  
Para sermos irmãos  
De coração"...  
Nossos caminhos Cruzou  
Nossa amizade aconteceu,  
Foi  
" Ele Que Providenciou "  
Se não fosse assim  
Porque é que eu  
Gosto tanto de ti  
E, tu de mim ?! "

Não há distância  
Não há falta de tempo  
Há lembrança  
Não há esquecimento

...Há a Amizade, o Melhor Sentimento...

Autor - Helena Rodrigues

## Por Outros Saberás...!

\_Por Outros Saberás...!

... Como um colibri  
Que vai beijando a flor  
Assim vou eu,  
Escrevendo palavras  
De Amor  
Deixando, aqui e ali  
Na esperança de tu  
Veres, e por uma  
Única vez as leres...

Já falei, e até gritei  
Por tudo implorei  
Me desesperei  
Por uma palavra tua ansiei !  
Minha escrita guardei  
Todos os cadernos  
Arrumei...

O tempo passou  
Cansei de esperar  
Nada em ti mudou,  
As minhas poesias  
Fui buscar  
E, todas coloquei  
Num livro pra publicar

Tua falta de interesse  
Me humilhou,  
Meu sonho ignorou

Que em pedaços ficou  
Mas com cuidado,  
Os coleí, e com ele avancei !

Por outros irás saber  
Que o que nunca  
Quiseste ver,  
Este mundo irá correr,  
E, até pra lá da  
Minha Morte , estas  
Palavras alguém vai ler ...!

Autor - Helena Rodrigues

## Reconhecer E Agradecer...

Reconhecer E Agradecer

... Eu queria a montanha

Mais alta subir

E minha voz fazer ouvir,

Que ainda tenho

Tanto para ver e descobrir !

Eu quero Aprender e tentar, Que passe o tempo

Que passar,

Que de alguma forma

Eu ainda vou conseguir,

E aos poucos

Vou lá chegar...

... Na simplicidade

Do meu viver,

Agradeço cada

Amanhecer

Na minha fé,

Fortaleço em Deus

O meu "Crer"...

Na minha alegria

De viver

Aproveito cada

Momento,

Na oportunidade

Da vida,

Que me foi concedida,

Agradeço ao Criador

A minha capacidade

De amar e, dar amor

E de não fazer

Aos outros julgamento

De Valor

Agradeço,

A Sabedoria e,  
O Discernimento,  
Com que me deparo  
A Cada Momento...  
Autor - Helena Rodrigues



## Até As Rosas Choram !

\_Até As Rosas Choram !

Soltei pétalas ao vento  
Como palavras de lamento  
Indo elas perfumadas,  
Para te chegarem  
Ao Pensamento

Desejando que a sua Suavidade  
Te recorda- se,  
A Minha saudade

Da felicidade que  
Vivemos  
Que por momentos  
Tivemos

É tão bom recordar  
O tempo de amar,  
Até as rosas  
Agora, vão Chorando,  
Suas pétalas soltando  
Por não nos verem  
Mais unidos,  
Por ali passando...!

Autor - Helena Rodrigues

## Quem Sabe Talvez ?!...

\_Quem Sabe Talvez ?!...

Talvez tenha sido  
Eu a mais fraca.  
Mas não fui eu que Certamente perdeu !!!  
A gente só perde o que tem.  
E eu nunca tive nada...  
Além daquilo que  
Deus me Deu...  
A minha Fé,  
Essência e benovelência.  
Já é muito mais do que Mereço...  
Mas é o que me move !  
E Isso eu jamais  
Esqueço...

Gratidão...  
Por tudo  
Pela vida e,  
Pelo mundo...

Grata Pela a Alegria  
E meus momentos  
Num novo dia  
E sentimentos  
Que escrevo em  
Cada Poesia...

Gratidão pela noite  
Que me trás a Lua  
Como inspiração  
E, os sonhos como

Esperança,  
Que guardo no coração  
Pois , quem espera  
Sempre Alcança...!

Autor - Helena Rodrigues

## Transparência !

Transparência ...

... Quando somos Transparente

Falamos com o coração

E só o que vai na Alma

Da gente...

Damos valor há :

Humildade, bondade e Honestidade

É a essência que nos

Deu O Criador ...

Conhecemos o ser humano

Pelo que dizem

Os seus olhos

Pela forma do falar

E a facilidade que tem em

" Julgar " ...!

Quem muitos

Julgamentos faz,

Acaba sendo julgado

E, não por quem julgou !

Mas sim, por quem

Tudo

" Ouviu " e " Calou "

... Nada nesta vida,

Fica sem retorno...

Toda a palavra

Tem resposta,

Tudo que não é seu

Volta ao dono...

O julgamento dos  
Homens, pode falhar  
Alguém pode o Juiz  
Ludibriar...  
Mas aquele que  
Nunca dorme  
E tudo vê  
Vai um dia te julgar...!

Autor - Helena Rodrigues

## Sentido Apurado !

\_Sentido Apurado !

...Uma brisa suave e

Perfumada passou,

Como uma

Carícia no meu

Rosto tocou !

Meu coração saltou ...

Corri atrás como

Uma Criança,

Mas a brisa veio

Com o vento,

E, ele sem

Piedade A levou...

...Meus sentidos apurou

Tudo em mim se modificou !

...Descobri, intuição

O Sexto sentido,

Que o cérebro intui

E, do coração

Vem a confirmação,

Uma explicação

Que não se explica !

Apenas se sente

Se , é do corpo

Do Espírito

Ao da Alma da Gente

Deixo ao critério de

Cada Crente...!!!

Autor - Helena Rodrigues

## Labirinto Uma Forma de Vida !...

Labirinto, Uma Forma de Vida !

...Há a Vida !!!...

Nesse labirinto eu entrei,

Um caminho desbravei...

Hás duras penas

O calcorreei

Tive momentos

Que desesperei

Cansada e esgotada

Fiquei,

Para trás voltei

Outro trilho tomei

Nele também me

Enganei !

Com uma encruzilhada

Eu me deparei...

Ao acaso , eu avancei,

Mas não foi o que eu pensei...

Quando lá me vi, a lucidez eu perdi, a ele Me entreguei, e nele Permaneço, nesse Começo sem Fim...!

Autor - Helena Rodrigues

## Devaneios...!

Devaneios ...!

...Eu tenho vontade

De viajar

Por esse mundo caminhar

Mas não é num

Qualquer lugar !

Eu queria pelo

Deserto ir, de camelo

Andar,

Numa tenda repousar

E daí ver , a imensidão do Luar,

E as estrelas, ver brilhar...

Com os nómadas

Conviver, com eles

Aprender, uma outra

Forma de viver

Eu queria tanto saber,

Outras pessoas conhecer,

Seus costumes aprender

Poder lhes contar

Que são livres para andar...!

Que de onde venho ?!...

Todos somos escravos

Desta chamada

Civilização...

Onde Não se vive,

Apenas sobrevive

Se luta por tudo, pelo pão,

Pelo tecto, e pela escola...



Se trabalha sem ter hora ,  
O tempo nunca para...  
Em que não somos  
Donos de nada,  
Que somos piores  
Que animais...  
Nos sobrecarregam demais...  
Que não gostamos,  
Mas deixamos  
E, Pior que isso ...  
Aos nossos filhos,  
Esse viver Ensinamos...!

... Eu Queria Poder Caminhar  
                  Num Outro Lugar...  
Ir Por aí Devanear ...!

Autor - Helena Rodrigues

## Quero Dizer Que Não Esqueci...

Quero Dizer Que Não Esqueci...

...Eu quero dizer  
Como foi que te conheci  
Dizer te que me lembro  
E, que nunca me esqueci

Naquela noite de festa  
Onde as ruas apinhadas  
De gente, entre tanta multidão  
Falamos vagamente  
Mas fortemente bateu o coração

Não, não me consigo  
Esquecer, foi forte  
Demais o nosso querer  
Como algo predestinado  
Estava pra acontecer...!

Tão distante vivíamos  
Nem as famílias conhecíamos  
Porque foste ali parar ?!  
Foi pro Cúpidos nos flechar ?

Não estavas nos planos meus  
Eu não estava, concerteza  
Nos planos teus  
E, no " Acaso " nos encontramos,  
Estávamos nos Planos de Deus...!

Autor - Helena Rodrigues

## Algures No Passado...

Algures no passado  
Ergui o meu presente  
Removendo o errado  
Nada ficando para sempre  
Vivi desolado

Em estrada molhada  
Rumei sem destino  
Virando a calçada  
Na beirada do caminho  
Andei apressada

Revirei o mundo  
Esperando te encontrar  
Naufraguei bem fundo  
Andei sem rumo e lugar  
Virei vagabundo

Esqueci a palavra amor  
Resolvi também te esquecer  
Sofri tamanha dor  
Nunca mais te quero ver  
Tudo foi escuro, em nada havia cor...

Autor - Helena Rodrigues

## Se Eu Pudesse O Tempo Parar !

Se Eu Pudesse O Tempo Parar !

...Ah, se por um momento  
Eu pudesse parar o tempo...

Andará-a tanto para trás  
Que não me reconheceria

Quem dera eu puder  
Essa proeza fazer...  
Não avançaria,  
Nem mais um instante  
Pra não te ver sofrer  
Distante ficaria  
Naquele tempo a viver...!

Dias de felicidade  
Onde  
Em teus braços acordava  
Em cada amanhecer

Tempos de juventude  
Que vivíamos, Na plenitude  
Na ansiedade, de tudo conhecer  
Pois Queríamos era Viver ...

Ah se eu pudesse parar  
O tempo, ficava  
No momento, em  
Que te vi , e conheci  
No teu olhar me perdi,

Coração disparou  
E perdido em fragmentos  
Para sempre ficou...!

Autor - Helena Rodrigues

## Aprender Com A Natureza...

Aprendendo Com A Natureza !...

... É tão simples amar  
sem interesses  
E conveniências !!!  
Porque é que o ser  
humano tudo tem  
Que complicar e,  
Fazer tantas exigências !?

Estabeleceram Padrões,  
Fazem tratados de condições !!!  
E o Amor ?!...  
O que é realmente importante,  
Muitos Vivem Dele Distante...

" A vida é feita de pequenos Momentos com Profundos Sentimentos "

Alguém disse esta frase  
E, muito bem...  
Quanta delicadeza e Nobreza, Podemos na Natureza Appreciar...  
Porque não pode o ser humano, esses " seres" Imitar...?!

Autor - Helena Rodrigues

## Páginas de Vida...

...Tantas letras eu já  
Escrevi  
Desta nossa vida  
Desde que te conheci...  
Já formam páginas  
E páginas  
De , Coisas contidas  
Por nós dois vívidas...

Sem que nenhuma  
Tivesses lido,  
Esperança perdida !  
Pois nunca o irás fazer  
Seria uma confirmação  
Assumida,  
Daquilo que não  
Queres ver... !

Gostaria que tu lesses  
Que tudo que vivemos  
Tem muito pra se dizer,  
E, que no final me dissesses  
" Conseguis te me surpreender "...!!!

Nunca o vais dizer  
Um agrado de ti,  
Também nunca ouvi  
Chamavas me "meu amor"  
Porquê, e para quê ???  
Se no fundo, nunca  
Me soubeste dar valor...



Autor - Helena Rodrigues

## Salto No Vazio...

Salto No Vazio...

...Joguei me pelo ar

Feito águia, voando alto

Queria te salvar...

Olhando agora

O meu voo

Quebrei as asas

Mas foi sem dolo !

Planei, sem saber onde pousar...

Quem dera , ter tido

Tempo pra pensar !

Do penhasco, não me atirar,

No tempo recuar...!

Com tudo me desgastei

Pra todos os lugares caminhei

A todas as portas bati...!

De nenhuma situação fugi...

Porquê a mim ?!?!

Fiz de tudo, nada valeu

Não consegui nada mudar,

Por sofrimento mudei eu...!!!

Autor - Helena Rodrigues

## Arrogância e Prepotência

... Não, não. Sou  
Culpada de nada ..  
Não fui eu que errei !  
Eu de início te Alertei...

"Quem tudo quer  
Tudo perde "

A , ambição desmedida  
Leva há perdição  
Leva há subida e há descida  
Está em combustão  
Como um vulcão...

Quantas diferenças  
Em nós dois !  
Minha opinião não contava  
Quando eu tentava  
Argumentar, a resposta era  
Sempre pra depois...  
Não te metas,  
não sabes nada

E, eu olhava calada  
Vendo como tudo  
Se afundava  
Por isso não venhas  
Agora dizer que sou  
Culpada ?!?!?!?

Porquê, ? Por ter visto  
Primeiro  
Aquilo que não querias ver

Por eu saber que já nada  
Havia a fazer...

Não, não vou aceitar  
Esta culpa que não é minha  
Por a quem de tudo, quis alertar...  
Se digna- vá simplesmente  
A me mandar calar...

A soberba é má conselheira  
A vaidade é ilusão  
A humildade , Verdadeira  
É, sim a primeira , a nos deixar, ganhar o Pão...!

Autor - Helena Rodrigues

## Talvez Qualquer Dia !

Talvez Qualquer Dia !

...Vou andando,  
Sem descanso  
Vou procurando  
A Paz...  
Dela tenho  
Ouvido falar  
Mas nunca a achei  
Por os lugares  
Onde andei...  
    ... Será que procuro  
    Errado ?!?!

Talvez seja isso,  
Talvez eu tenha  
Que procurar " Só "  
E, não acompanhada,  
Talvez, quem levo  
A meu lado, não seja  
Por "ela" desejada...

Pode ser que quem comigo Caminha, não a faça,  
Por a merecer !  
E, " dela " , a tal dita Paz  
Se vai esconder...

Mas eu continuo  
A procura,  
Preciso dela P'ra viver

Tenho me mantido,  
Em meio da guerra

Mas já nada faz sentido !  
Sei que não pertença  
A esta esfera...

Vou por aí  
Vou sozinha,  
Com a tristeza  
Por companhia,  
Quem sabe  
Se encontrarei  
A Paz , Qualquer dia...

Autor - Helena Rodrigues

## Meu Último Poema !

\_Meu Último Poema !

... Talvez este seja  
Meu último poema,  
De tudo que já escrevi  
Não me sobra mais tema...

Já vivi demais,  
Já sofri  
Já dei todos os "ais"  
Já chorei  
Já me arrependi  
Já me esgotei...

Lágrimas teimam em cair  
Não me obedecem  
Com elas um mar construí  
Ali prevalecem ,  
Muda se a estação  
Esse mar não seca  
Nem com a chegada do verão...

Novamente o Outono  
É o meu mês mais querido  
Talvez por no fundo  
Ser comigo o mais parecido...

Vou pousar  
A minha caneta  
Deixar de lado as letras  
Tudo guardar  
Numa gaveta...

Por companhia a solidão  
No meu silêncio vou ficar  
Esperando meu coração  
Desistir de pulsar...

Autor - Helena Rodrigues



## Fobia !

Fobia !

... Fobia, é um medo

Exagerado...

Mas com sentido

E por vezes sem conseguir

Ser explicado !!!

Alguém tem esse medo

Sofre, até por vezes

Em sofrimento

Esse segredo

Sem perceber

Sem entender ...

O que o, paralisa

Monopoliza

A "sua" pessoa,

Que a magoa...

Quando certos risos

Olhares indecisos

Uns discretos

Outros indiscretos...

Não fobia, não é clichê

É algo muito mais

Grave, e importante

Leva a, actos

Incompreendidos !

O que, para alguns

São simples, e destemidos...!

Nota do Autor:

...Eu Sofro de Fobia, aos

Répteis, sem nunca ter estado

Perto de nenhum de grande porte, mas sofro de igual modo, aos pequenos ! Mesmo que seja

através de um documentário televisivo, seja numa simples página de uma revista...!

Não me pergunte porquê !

Pois não sei lhe responder...

Autor - Helena Rodrigues

## Começar de Novo !

...Começar de novo !  
Quando o que temos  
É nada...

Não temos mais  
A vicissitude da mocidade,  
Temos a falta de saúde  
E o peso da idade...

É buscar forças  
No sofrimento  
Procurar algo que me ajude  
A levantar  
Quando só existe lamento,  
Para me agarrar...!

Não tenho mais  
Os pilares de outrora  
Dizem, Desistir jamais,  
Mas como vou começar Agora !?...

Como começar ?!  
Quando meu  
Corpo pede para terminar !...  
De tanto lutar...  
Mas tenho que continuar  
E nessa espera me reerguer...

Ainda que cansado desta viagem  
Que tem sido o meu "viver" ...!

Autor - Helena Rodrigues

## Não Falem de Amor !

... Não me falem de amor  
Quando eu quero é,  
Escancarar minha dor ...  
Não sabem o significado  
Da palavra " Amar "  
Para "Amar " tem ,  
Que saber Respeitar  
Senão tem outro nome,  
" Uso " e " Abuso "  
Horas de espera,  
Mentiras, fabricadas !!!  
Faltas de consideração  
Pelas pessoas que dizem  
" Amadas "  
Eu sei que não sou desejada,  
Eu sei que aborreço  
Só pelo facto de que, nada  
Esqueço...  
Eu detesto falsidade  
hipocrisia, crueldade  
E meia verdade !!!  
Meia verdade é  
Uma mentira inteira !  
Não me mintam  
Nem por brincadeira...  
Disseram que eu  
Não tenho nada...  
Estão enganados !  
Eu tenho "voz "  
Tenho pais e tive avós  
Que me ensinaram,  
Valores, que

Não tem preço  
Tenho sentimentos  
Que não se vendem...!  
Tenho Respeito, e Pessoas  
Que me Entendem...  
Por amar , eu só  
Sofri !  
Plantei flores,  
E, espinhos colhi...

Autor - Helena Rodrigues

## A Poesia Vive Em Mim...

**...A Poesia tem Vida**

**Tem cor,**

**Ganha asas na minha**

**Imaginação,**

**Voa para, no papel expor,**

**Tudo que me vai**

**No coração...**

**Não importa se é real**

**Ao fantasia**

**Mas que , dá voz**

**Há minha Alma**

**E, a enche de alegria...**

**Não sei se sou poeta,**

**Se sou escritor amador**

**Tenho apenas por meta**

**Escrever tudo com amor...**

**Gosto de tocar corações**

**Com minhas palavras**

**Criar palpitações,**

**E que me conheçam**

**Melhor, é essa**

**Uma das minhas razões...**

**Autor - Helena Rodrigues**

## Amor E Emoção...

Amor e emoção  
É o que comanda  
O meu coração  
Mesmo sabendo  
Que vai sofrer  
Teima em fingir  
Nada ver...

Pobre coração  
Perde sempre  
A razão !  
Deveria esquecer  
E tudo faz por lembrar

Pois sabe que vai doer  
E ficar a sangrar,  
Quem me dera  
Do meu peito  
O poder arrancar

Mas não tem mais jeito  
Não têm dele compaixão  
Nasceu com defeito  
Este meu coração...

Autor - Helena Rodrigues

## Lembranças...

Lembranças...

... É noite, o céu carregado  
Não se vêem estrelas nem lua  
ouço os trovões  
O clarão dos relâmpagos  
Riscam o breu  
E iluminam a rua,  
A chuva cai fortemente  
Parece que tudo vai desabar  
Afasto me da janela  
E no sofá me vou Aconchegar...

\*\*

Hoje vivo de recordações,  
Algumas que me são queridas  
Outras de ocasiões  
Onde se abriram feridas...!

Aguardo pacientemente  
Que o tempo,  
Ajude a esquecer  
E, que ainda possa ser diferente,  
Pra que eu me possa reerguer...

...Atrás do tempo, tempo Vem...  
E, com ele a Esperança também ...!

Autor - Helena Rodrigues



## Meu Presente....

Meu Presente Neste Natal !

... Meu presente

Vai escrito em

Palavras de poesia

Escolhidas com cuidado,

De minha fantasia...

Eu queria te oferecer,

Tudo aquilo

Que a vista alcança,

O sol que te aquece

E, o vento que te balança...

Eu queria te dar a lua,

Para quando saís há noite,

Ela sempre te iluminar,

Por Todos os lugares

Onde você andar...

Eu queria te dar a terra,

De onde você tira o sustento,

Eu queria te dar a chuva

Que faz brotar todo alimento...

Eu queria te dar saúde

E, toda a natureza

Mas não te posso dar

Tamanha beleza

Pois não é minha

Toda essa grandeza !!!...

Então, te dou todo

Meu carinho, amor  
E atenção,  
Envolto num lacinho de calor,  
Que guardo no meu coração...!

Autor - Helena Rodrigues

## É Natal ?!...

... É Natal ?!?!...

Sim,

É tempo de semear

Amor e esperança...

Neste mundo com tanta Dor

Que vai para lá,

Do que a vista alcança,

Onde tanto coração sozinho

Sofre

De abandono e distância...

Vamos fazer um plantio

De, carinho, gratidão,

Tolerância, cedência

Para cada irmão...

Vamos olhar para o lado,

Um sorriso vamos dar,

Um bom dia vamos ofertar,

Para aqueles que

Que mais nada tem

Além das ruas, onde

Nos vêm passar...

Aí sim,

Será Natal ...!!!

Autor - Helena Rodrigues

## Que Seja Infinito !

...Que seja infinito  
Enquanto durar  
No tempo prometido  
Nada nos vai separar

Esperei, por teus braços  
E os alcancei  
Agora no teu abraço  
Eu dormirei

Por quanto tempo será  
Que juntos vamos ficar  
Só o tempo o dirá  
O que nos resta pra amar

Conto o tempo passar  
Peço a " ele ", para parar,  
Não para por nada,  
Muito menos para me escutar...

...Que seja sereno enquanto durar,  
E , que sobrem doces lembranças  
Se acabar...!

Autor - Helena Rodrigues

## Sombras Errantes

...Porque é que o sol  
Deixou de brilhar ?!  
Será que também  
Se, entristeceu  
Na sua dor de não  
Ver mais ninguém se amar  
E, então se recolheu ?...

Mas eu não quero  
Ver mais, sombras  
Caídas, gente de  
Falta de amor despidas...!

Eu quero ver gente sorrindo  
Crianças brincando  
E o Sol Aplaudindo  
Nos enviando seus raios lindos  
E brilhantes,  
Nos deixando incandescentes para voltarmos a ser como  
Já fomos antes,  
Não sombras Errantes,  
Mas sim  
Como estrelas cadentes...

Autor - Helena

## Saudades de Nós...!

...Saudade dói,  
E, dói demais quando  
Não é lembrado a "dois"

Procuro nas lembranças,  
Um tempo de harmonia,  
Onde tínhamos esperanças  
E momentos de alegria...

Tinha pressa de chegar  
Tinha saudade de te encontrar  
Queria saber do teu dia,  
E do meu te contar...

Me respondi-as,  
Falamos depois  
Há coisas melhores  
Para fazer, a "dois"...

Com olhar de desejo,  
Meu corpo tomavas  
E, num calor de um beijo  
Dizias, o quanto me amavas...

Sim, também vivemos  
Muitos momentos felizes  
Em que juntos crescemos  
E, criamos raízes...

Vivemos juntos na plenitude,  
Os sentimentos que  
Connosco cresceram,  
Em nossa juventude...

Autor - Helena Rodrigues

10/12/2021

## O Meu Melhor Presente !

...Carreguei-te no meu ventre,  
Senti, te formares gente  
Prometi amar-te para sempre,  
Nasceste, foste o meu  
Melhor presente...

Cresceste rápido,  
Ou foi o tempo que voou !  
Esperar por ti  
Tornou-se um hábito !  
Será que já chegou ?!...

...As mães são assim...

Os filhos são sempre  
Nossos  
Mas não somos, seus donos  
Procuram outros  
Caminhos  
E, fazem seus " Pousos "...

Vejo uma mãe,  
Com a filha pela mão  
Lembranças me assolam,  
E, bate mais forte meu coração...

Abro o baú das recordações,  
Saíem tantas músicas,  
Algumas canções,  
Onde , com teus pezinhos  
Pequenos em cima dos meus  
Fingia-mos, bailes de grandes salões...



Autor - Helena Rodrigues

## No Teu Olhar...!

No Teu Olhar ...

...Olhei no fundo dos teus olhos,  
Onde tantas vezes ,Vi os sentimentos  
Que transmitiam,  
Sem precisar perguntar,  
Sem nenhuma palavra falar...

A felicidade é feita  
De pequenos momentos  
Onde soltamos os  
Nossos melhores sentimentos,  
Um sorriso, um carinho  
Um abraço, a nossa gratidão  
Que nos alegra a alma,  
E aquece o coração...

Hoje procuro no teu olhar vazio  
O que será, que estás a pensar,  
Esse olhar que ficou distante,  
Onde se fechou , Para um outro lugar  
Onde não consigo mais entrar...!

Porquê, porquê ?!  
Foi acontecer ,  
Porquê a nós dois  
Onde ainda tínhamos tanto  
Para viver e para dizer...

Mais uma provação,  
Uma nova e desconhecida realidade...

Que a vida nos reservou  
Sem dó nem piedade,  
Nossos corações arrasou...

Fomos predestinados  
Como almas inseparáveis,  
Mas destinados ,  
A tantos anos ,  
De superações incontáveis...

De corações feridos,  
Da felicidade interrompidos  
Por turbilhões atingidos  
Seguiremos unidos  
Por caminhos desconhecidos...!

Autor - Helena Rodrigues

## Vamos Voar...!

...Vamos voar  
Daqui até ao céu,  
De mãos dadas  
Vamos atravessar  
As nuvens de algodão,  
Sempre juntos, tu e eu...

Vamos voar,  
Tudo fica, nada vamos levar  
Só as lembranças  
Vão nos acompanhar...

Vamos voar,  
Sem de mais nada, precisar,  
Como é bom,  
Saber desse lugar  
Onde sem dôr vamos ficar...

Vamos voar,  
Lá de cima, vamos olhar,  
E a Deus pedir,  
Pelos que amamos Ele Cuidar  
...

Autor - Helena Rodrigues

## Será Seu Não Duvide !!!

..Aquilo Que a nós pertence, ninguém leva Por mais que tente, Pode levar tempo para chegar.  
Mas nunca erra O caminho para nos Encontrar...

Autor - Helena Rodrigues

## Sem Covardia Por Favor ...!

... Só é bom a arranjar Culpados Quem não sabe com a verdade Lidar  
E soluções para seus erros  
Encontrar !!.  
Hoje foi dia de  
Me mandarem ao chão !  
Mas amanhã  
Deus Vai Me Levantar.  
E por quem  
Me empurrou eu vou Orar...  
Por quem me feriu,  
Eu vou chorar...  
Porque esquecer  
Eu posso até tentar,  
E mais uma vez perdoar...  
Mas É Deus  
Quem Vai Julgar,  
e, a Justiça Tomar.  
Como pode alguém  
Dos seus erros,  
A outros culpar !?...  
Ninguém pode  
No lugar do outro viver...  
Todos temos  
Que decisões tomar,  
E certas ou erradas ...  
Com as conseqüências  
" Arcar " !!!...

Autor - Helena Rodrigues

## Nos Vendavais Me Perdi...

...Nos vendavais Me Perdi...

... Era um dia de  
Temporal,  
Em que as árvores  
Se curvavam, Trancos  
Se partiam, carros não  
Seguiam e do varal  
Roupas se soltavam...

Muita coisa pelo ar  
Todo o cuidado  
Era pouco  
Para todos os lugares  
Tínhamos de olhar

Na Rua havia tanta confusão  
Correria desenfreada  
Me perdi da minha estrada  
E fiquei aterrorizada....

Fui por outro caminho  
Onde também  
Tu estavas sozinho  
O vento nos empurrando  
E, para não irmos pelo ar  
Seguimos nos Abraçando...

..." E assim começou, num dia de vendaval, um amor surreal, num encontro casual !!! "...

Autor - Helena Rodrigues

## Infertúnios...!

»

... Porque desvias tu,  
De mim o olhar  
Quando antes,  
Procuravas o meu,  
E, meus lábios querias beijar...!

Somos um, e não dois  
Não vamos  
Deixar pra depois...

Vamos viver, com o que,  
De nós sobrou,  
Esquecer, e fazer  
A despedida, do  
Que para trás ficou...  
O "acaso" nos traíu  
Tudo se desmoronou,  
Mas quem caiu,  
E se levantou,  
Mostra sua Fé e força  
E, o Nome honrou...

Eu sei que dói  
É ferida que não sara !  
É lembrança que não  
Se apaga,  
Juntos vamos,  
Abafar essa dor,  
Com o que sempre  
Tivemos de melhor  
Sentimento fiel e verdadeiro  
O nosso amor...



Helena Rodrigues-todos os Direitos autorais reservados

## A Mais Bela Flor...

...Fui Para Ti A Mais Bela Flor  
Fui teu Canto,  
Teu Carinho Teu Desejo,  
Teu Amor...  
Amei Teus Olhos  
Teus lábios,  
Tuas Carícias  
Amei Teus Sonhos,  
Teus Defeitos  
E Tuas Conquistas  
Chorei A Tua Dor....  
Abri Meus Braços  
Pra Te Amar  
E, Meu Colo  
Pra Te Aconchegar...

Onde foi que tudo mudou,  
Como foi que em nossas vidas  
Tudo se revirou ...?

Hoje, mal trocamos palavras  
Unidos apenas  
Pelo sentimento do amor  
Que ainda existe em nossas Almas  
Que se olham com dor...  
Se unirão predeterminadas  
"Na alegria e na tristeza,  
Na saúde e na doença  
Na riqueza e na pobreza"  
Seguimos esses votos  
Sem traição, sem infidelidade  
Seguimos juntos  
Mas "separados", vivendo de Saudade...!

Autor - Helena Rodrigues

## Contei Segredos Ao Vento !

...Para o vento falamos segredos,  
Murmúrios do nosso pensamento,  
A, ele contamos  
Nossas palavras de lamento,

Para levar para longe  
Todo o nosso tormento  
Mas ele vai , e de rompante  
Volta do norte , ou de jusante

O vento no seu assobiar  
Tudo vem a espalhar  
Não, não podemos para  
O vento, segredos contar

Mas eu gosto do vento,  
Da sua frescura  
Da sua liberdade,  
Não se deixa agarrar  
Não se deixa prender  
E por sua natureza  
Se deixa sentir, sem se deixar ver ...!

Autor - Helena Rodrigues

## A Família...

Cada "Sêr"  
Se assemelha  
A uma árvore  
Que cresce para Florescer...

Do seu tronco forte  
Nascem ramos  
E, raminhos  
Assim são os nossos filhos

Estamos expostos  
Ao tempo, e ao vento  
Nos curva-mos  
Mas não tomba-mos  
Ao calor ressecamos  
Ao frio gelamos ...

É a nossa condição  
De formar família  
Filhos, netos e bisnetos  
Nossos laços do coração

Abençoado é aquele  
Que tem família  
Para chamar de "minha"  
Em tempo de quizilia  
Pode sempre voltar  
E, ali se aninha  
No seio do bendito Lar...

Autor - Helena Rodrigues

## Uma Esperança Para Cada Dia

\_Esperança P' Cada Dia

...Por onde eu andar,

Que seja sempre

Com os pés no chão.

E que a minha maior

Prece,

Seja Sempre a Gratidão...

A minha herança

É minha Fé na vida

Acordo sempre com Esperança

Num sonho

Para cada dia !

Mesmo nos dias mais Nublados

Há sempre

Uma Luz que me

Guia

E nada é mais perfeito

Que essa força

Que Habita

Dentro do meu Peito!...

Autor - Helena Rodrigues

## Flor Colhida Em Botão...!

...Eu fui como  
Uma flor  
Delicada e perfumada,  
Onde por ti fui colhida  
Num jardim  
De madrugada...

Levada com carinho,  
Me guardaste  
Onde só tu me olhasses,  
Dentro de um vazinho,  
Numa redoma de vidro...

Onde aos poucos sem ar  
Fui sufocando  
Minhas pétalas  
Amarelando  
Que aos poucos caíram...

Ficando só o troço,  
Fui perdendo toda a graça  
Devido ao desgosto  
De viver naquela vidraça...

Pobre flor,  
Bela e singela  
Que nasceu e floresceu,  
Foi colhida em botão  
E, tão cedo morreu...!

Autor - Helena Rodrigues





## Mia Cuipa ...!

\_Mia Culpa !...

... Há perguntas  
que nunca  
Se deviam fazer !...

Alguém disse...

" Aprenda a dar sua ausência para quem não valoriza a sua presença"

Penso que será  
Duro isso fazer,  
Mas há tantos  
Motivos para  
Alguém chegar  
Ao ponto de isso dizer...!

Eu sou aquilo  
Que eu Deixei que me Fizessem...  
Então é  
Minha culpa sim  
Tentar consertar  
Os erros dos Outros,  
E com as  
Consequências  
Levar  
É minha culpa sim  
Por a todos ouvir,  
Querer entender  
Desculpar e, acudir  
É minha culpa sim  
Deixei de viver,  
para sofrer  
Passei a chorar

Ao invés de  
Sorrir!  
É minha culpa sim  
Quando eu tenho que Desculpa  
Pedir pelo  
simples facto de  
Existir...

Já ouvi demais,  
E com isso  
Também já  
Sofri demais.  
Quando por tudo  
Se é julgado  
Eu pergunto...

...Será que é verdade  
Eu fiz por isso  
Merecer !?...

Autor - Helena Rodrigues

## Eu não Sabia Que Era Para Ficar Escondida !!!

... Mandavas me arrumar  
Para sairmos.  
Eu arrumava o cabelo,  
Colocava minha roupa  
Mais bonita,  
Usava uns saltos bem finos...

Já chegavas a, apitar o carro  
Eu ia logo saindo  
Para não teres de esperar,  
Gostavas do que vias,  
Mas não conseguias soletrar,  
Olhavas e nada dizias...

Tua cara amarrada  
Deixava adivinhar  
Que a nossa saída  
Já estava fracassada...

Tanta vez aconteceu  
Até eu entender  
Que o mal não era meu !  
Deixei de me arranjar,  
Abdiquei de viver  
Para não ter que brigar...

Passei para os aventais,  
E via TV  
Comia demais  
E fazia crochê...

Beleza não é defeito  
Mas só me trouxe dissabor

Gostavas de mim do teu jeito  
O que, tanto me causou dor...!

"... Eu não tinha noção do quanto era linda, e quando me arrumava , mais bonita ainda " ( Maiara & Maráisa ) "

Autor - Helena Rodrigues

## Mentira, Ilusão...?!

\_Mentira ? Ilusão !...

...Eu confio

Desconfiando !

É que já me mentiram

Tanto...

A, seu tempo

Por Deus tudo

É revelado,

E fica tanto

Coração magoado...

A mentira, e

A traição

Quando nos é mostrada

Nos rouba o chão...

E, aí que Deus

Me segura para,

Eu não cair

E, me sopra para

Eu ouvir,

" Tu vais conseguir"

E, eu vou

Mesmo com

Medo não deixo

De ir...

Medo daquilo

Que já

Pressenti

Daquilo que pensei  
Que não vi...

E, chorei  
Chorei sim,  
Com pena  
De mim,  
Com pena de ti ...

Onde foi que  
Eu, errei ?!  
Revejo o passado  
Está lá tudo,  
Guardado  
Não encontro  
Erro, em nenhum lado...

Queria me perder  
Queria esquecer,  
Saí por aí  
Num estado  
Alucinado...

Aquilo que  
Estava certo,  
No final deu,  
Tudo errado...

Autor - Helena Rodrigues

## Eu, O Pensamento, e O Vento...

... O vento se levantou  
E, pela praia se precipitou  
Fazendo um assobio  
Em forma de canção,  
Arrastando tudo,  
Que encontrou pelo chão...

Toalhas saíram do lugar  
Os guarda-sol, voaram  
Pelo ar,  
As ondas da maré  
Tudo vieram molhar,  
E na sua espuma  
Branca, os brinquedos  
Das crianças roubar...

As pessoas se levantaram,  
Apressadas,  
Suas coisas guardaram,  
Tomaram seus rumos  
E, a praia abandonaram...

Só eu fiquei,  
Fiquei só, como já estava,  
Como de costume,  
Na areia sentada...

Agora como tantas vezes  
Éramos só nós dois,  
Hoje eu cheguei primeiro,  
O vento chegou depois...

Meu fiel companheiro,

Amigo em todo o tempo,  
Na chuva, no sol,  
E, até em dias de nevoeiro...

Naquela praia, Eu e o vento  
Que sempre vinha  
Para me varrer,  
Aquele amargo pensamento...!

Autor - Helena Rodrigues



## Finalmente Consegui

...Finalmente consegui,  
Me libertar  
Das amarras onde me prendi...

Sim , eu fui prisioneira  
De mim mesma  
Não de vícios  
Ao qualquer outra besteira...

Me aprisionei  
Fazendo tudo para  
Os outros " agradar"  
Meu "eu" anulei  
E, só consegui me magoar...

Ninguém te respeita  
Se você não se respeitar  
Ninguém te ouve  
Se você não souber gritar...

Mas até em silêncio , você  
Pode soltar seu grito,  
Mais aflito,  
Sem guerras  
E sem conflito...

Por uma vez na vida  
Diga basta, não quero mais  
Por uma vez na vida,  
Seja fiel, aos seus ideais...

Para alguns,  
Posso estar no sítio errado

Mas estou no lugar  
Que Por Deus Me Foi Destinado...

Finalmente consegui,  
por uma única vez,  
Pensar primeiro em mim...!

Autor- Helena Rodrigues

## Nesta Noite Fria...

...Nesta noite fria  
Bate um vento gelado  
Te procurei todo o dia  
Pra ficarmos lado a lado...

Corpos entrelaçados  
Num amor estonteante,  
Fugidos e escapados  
Vivemos cada instante  
Como eternos namorados...

... Nesta noite fria  
Tudo o que eu quero,  
É uma luz que me alumia  
E seu corpo por companhia,  
Que me aquece  
E aninha ,  
Em seu peito,  
Onde em teus braços me ajeito,  
Durmo um sono perfeito...

E, ao raiar a madrugada  
Canta o galo a alvorada,  
E, eu Acordo, feliz e amada ...

Autor - Helena Rodrigues

## Hoje é Teu Aniversário !

...Hoje é teu aniversário,  
Uma data importante  
Mas para ti,  
Sempre secundário...  
Nunca deste importância  
Hás datas festivas,  
Sempre fazendo pouco caso,  
Até de prendas oferecidas...  
Isso não faz de ti,  
Melhor, ou pior  
Que outro ser humano,  
Apenas diferente,  
Vivendo os teus sentimentos  
De uma forma independente...  
Mas seja como for,  
Eu não esqueci,  
E, nestas linhas quero  
Dizer, que estou feliz por ti...  
Que a vida te sorria,  
Como já sorriu antes,  
Que tenhas Jesus Por Companhia  
Que a saúde  
Seja teu maior presente  
Dádiva de Deus,  
Hoje e Sempre...  
Feliz Aniversário  
Autor - Helena Rodrigues

## Almas E namoradas...

...Almas enamoradas  
Pelo tempo separadas,  
Vivem deambulando  
Por seu amor esperando...

Atravessam gerações  
Vivem outros amores  
Em outros corações,  
Sofrendo emoções  
Não entendendo suas paixões...

No tempo predestinado,  
Neste insondável mundo  
De encontros e desencontros  
O reencontro é marcado...

Como por um encanto  
De magia !  
Seus olhares se cruzam  
E os corações batem  
De Alegria...

Autor - Helena Rodrigues

## Sentimentos Meus...

...Sentimentos Meus  
Que não posso expressar  
Sem dos teus  
Ter que falar...

Sentimentos Meus  
Se fundiram  
Com os teus  
E num amor floriram...

Sentimentos Meus  
Que, os olhos  
Não querem ver,  
E, o coração se esforça por esquecer...

Sentimentos Meus  
Relatos de uma vida,  
Cheia de estações  
Umas vezes Florida  
Outras vezes sofrida...

Sentimentos Meus  
Que o teu amor Abraçou,  
Num medo de perda,  
Que os meus magoou...

Sentimentos Meus  
Fundidos com os teus  
Vivem agora separados,  
Sem nunca termos dito Adeus...

Autor - Helena Rodrigues

## Festa da Amizade

Festa da Amizade

... É noite de São João

Tem festa, bailarico

E sardinha assada

Pingando no pão

Vem gente de todo lado

Enchem as ruas

Do nosso povoado

Chegam cedo

Pra ver os touros

Os ranchos dançar

E nas tronqueiras

Apanhar lugar

Tem cheiro de fartura

E muito fumo no ar

Tem vinho há descrição

Muita sardinha

E muito pão

É tudo de graça

Não precisa de pagar não

Não tem em muito lugar

É feita pelo povo

Com muita vontade

Alegria como essa

Só podia se chamar

De Festa da Amizade

Autor - Helena Rodrigues



## Meu País Em Chamas !!!

...Aqui debaixo do meu alpendre,  
Vislumbro ao longe durante o dia,  
O calor ardente,  
Que me faz ver ondas  
Parece magia...!

Há noite, sentada no mesmo lugar  
Vejo o céu todo estrelado,  
Ouço o som  
Dos bichos por todo lado  
As rãs cuachar, as cigarras cantar...

Mas de repente,  
Eu acordo,  
Mas não estou a sonhar  
Apenas imagino  
Que era o que eu queria  
Debaixo do meu alpendre avistar...

\*\*\*\*\*

Mas vejo tudo a arder,  
Pessoas a chorar  
Por todos os anos  
Este tormento sofrer,  
Sem ninguém este flagelo parar !

Mas porquê ???  
Neste Meu país  
"Há beira mar plantado  
Como se diz"

Os incêndios são  
Uma constante realidade,

Vidas se perdem  
Não pode ser em vão...!  
É uma Calamidade  
Ninguém consegue esta  
Desgraça parar,  
E os incendiários, para o fogo,  
Os mandar apagar...

Autor - Helena Rodrigues

## Era Uma Vez Uns Sonhos...

... Debrucei-me sobre a vida  
Fui recordando momentos  
Em retrospectiva,  
De tudo fazendo peso e medida

Num prato da balança  
Coloquei os sorrisos  
No outro desgostos,  
E Tormentos, sofridos...

...Faz hoje  
Trinta e oito anos  
Era sábado,  
Para a maioria das pessoas  
Um como outro qualquer...  
Para mim não foi,  
Comecei uma nova  
Vida, passei de namorada  
A mulher...  
Vestida de noiva  
Caminhei pela igreja  
Cheia de sonhos,  
De uma vida, onde  
Tudo era desconhecido !  
Contigo aprendi  
Que os finais felizes  
Só existem em filmes  
Que as lutas nos  
Vencem pelo cansaço,  
Vou juntando fragmentos...

...Fui criança, fui adolescente, Fui mulher, Virei objeto, em uma Altura Qualquer...

Autor - Helena Rodrigues

## Liberdade do Pensamento...

...Liberdade para pensar,  
É como de olhos abertos  
Poder sonhar,

E, nesses sonhos  
Me imaginar,  
Num outro lugar  
Viver outra vida  
Outro papel representar...

Cada liberdade  
De Pensamento,  
É uma dádiva,  
Um novo dia em branco  
Para escrever cada momento...

Não há limites,  
Não há escutas,  
Não há mesquinhices  
Não há lutas...

Há, eu !  
Somente eu  
Como sou, e como estou  
Posso ir e voltar,  
Até aquilo que me magoou  
Eu posso emendar,  
Nesta "Liberdade do Pensar" ...!

Autor - Helena Rodrigues

## Dizem Que O Amor É Louco !

...Entre o amor e a loucura,  
Escolho os dois para definir...

Teu amor era louco e doentio,  
Dele eu só queria fugir  
O meu era sereno e sadio...  
Com o passar dos anos  
Tornou se , insuportável  
Escondi me no meu subconsciente  
Vivendo apenas aparentemente,  
Poderá se dizer que fui resgatada  
Da torpez em que vivi...  
E, foi em Deus e seu amor verdadeiro  
Que eu sobrevivi...

Autor - Helena Rodrigues

## A Escrita

...A Escrita que vem desde os primórdios dos tempos...

Onde homens buscaram

Formas de comunicar,

De suas vidas relatar

De tanto nos contar...

A Escrita atravessa o tempo,

Fronteiras, línguas e gerações

Tem obras de

Grandes Dimensões...

Não há obra Maior

E que mais tenha

Acompanhado, o passar

Dos séculos, após século

Para nos ensinar,

Que seja qual for a sua crença

Só há um Deus

Para Adorar

Muito Agradecida eu fico,

Dessa Obra eu poder,

Ler, ouvir e falar...

Autor - Helena Rodrigues

## Partida Inesperada...!

Partida Inesperada...

... A tua partida  
Foi tão rápida  
Inesperada,  
Deixando para trás  
Tudo, ninguém leva nada...

Como pássaros  
Que não sabem voar  
Ficaram todos  
No teu ninho a brigar...

Esquecendo a dor  
Da tua ausência,  
Sobrepõe -se o valor  
Acumulado pela tua existência...

Não sendo, nós  
As pessoas mais amigas,  
Fomos muito próximas  
Sempre fui verdadeira  
E, sem rodeios  
Vejo agora de certa maneira,  
Que são sempre os valores  
A " falar "  
Não, não me encaixo  
Nesse lugar...

Sinto por partires ,  
E teres pena de os deixar,  
Ainda com tanto para viver,  
Se agora os pudesses olhar



Morrerias novamente só de os ver...

Autor - Helena Rodrigues

## Culpada de Ter Nascido...!

...Como as árvores  
Que se desnudam e perdem  
Suas folhas,  
Assim sou eu,  
Vou morrendo cada dia  
Mais um pouco...

Na minha sombra,  
Se deleitaram  
E, sem dó meus  
Troncos arrancaram,  
E numa machadada final  
Me derrubaram...

\*\*\*\* ...E quando chegar a minha hora de partir,  
Para aqueles que verdadeiramente de mim gostaram...

\*\*\* ...Não, não chorem por mim  
Recordem o meu sorriso  
Que me abre as portas  
Do Paraíso,  
Um sorriso Sincero  
E natural,  
Para todos  
De forma igual...! \*\*\*

Não, nunca fui arrogante,  
Não, nunca pisei em ninguém,  
Sempre fui tolerante  
Sempre amei e respeitei Pai e Mãe,  
Sempre me preocupei,  
Fiz o meu melhor,  
Pequena família criei

A todos Amei  
Tudo dei, nada neguei  
Para alguns nunca o bastante!...

Como passarinho  
Fui sempre amada  
No ninho  
Na hora de voar sozinho,  
Foi engaiolado,  
Admirado e amado...

Mas seu cantar foi silenciado,  
Seu esforço e trabalho  
Nunca valorizado  
Mas em primeiro lugar,  
Sempre de tudo culpado...!

Auto - Helena Rodrigues

## Ao Meu Pai

\_Ao Meu Pai...

... Não há noite  
Que não comece  
E dia, que não amanheça  
E, que eu não lembre...  
Do teu rosto sempre,  
Iluminado num  
Sorriso para mim...  
E do teu coração  
Já cansado  
De, Pela vida ter lutado  
E, o presente estar  
A ditar , o futuro  
Por terminado...

" Ao Meu Pai,  
Mil e Sessenta e oito  
dias Sem ti..."

Autor - Helena Rodrigues

## Palavras, Palavras...

...Palavras, palavras  
Ditas em vão,  
Vêm como flecha  
Ferir meu coração...

Não há maldade  
Que Deus não ponha  
A descoberto,  
E a Seu tempo  
Traz me a verdade,  
E vem sempre de  
Quem anda por perto...

Não há segredo  
Que Deus não escute,  
Injustiça Que Ele Não Veja,  
Me amparo Nele sem medo,  
Faz me vencedora em cada peleja  
E, não me deixa cair no degredo...!

Levo-O em meu coração  
Para onde eu vou,  
Peço- Lhe o dom da razão,  
Em cada palavra que dou...

Autor - Helena Rodrigues

## O Aviso da Pedra...

\_O Aviso da Pedra

...Hoje acordei  
E, pela manhã peguei  
Um trilho, para caminhar...

Uma pedra fora do lugar  
Inevitavelmente tropecei !  
Confesso doeu, pra chorar  
Caí, e um joelho magoei,

Ainda no chão, me sentei,  
Com o joelho a sangrar  
Olhando a pedra gritei  
Olha o que fizeste !...

\_Nada fiz, já tanto me pisaram  
E, até me chutaram  
Que do lugar me tiraram...

Mas tudo tem seu propósito,  
Neste lugar,  
tudo posso ouvir  
Uma cilada te prepararam,  
Não voltes este caminho tomar  
Por outro podes seguir  
Eu não te queria magoar,  
Apenas avisar,  
Mais vale um joelho ferir  
Que as duas pernas quebrar...!

Autor - Helena Rodrigues

## Da Janela Eu Vejo...

...Da minha janela  
Eu vejo tudo que  
A vista alcança  
Vejo o barco que vai há vela  
E, as ondas que o balança...

Da minha janela  
Vejo o mar , os pescadores  
Que vão pescar  
E os compradores,  
A chegar, para o peixe levar...

Da minha janela  
Vejo gaivotas a debicar  
Os peixes que saltam no mar,  
Me encanta olhar pra elas  
E ouvir o seu piar...

Da minha janela  
Vejo a lua cheia  
Tudo iluminar  
Com o seu luar  
E, um casal de namorados  
Na areia , a se beijar...

Autor - Helena Rodrigues



## Minha Vida Em Outra Vida, Será ?!...

Minha Vida Em Outra Vida, Será ?!...

...Que Sentimento

É este em,

Que o mar

Me chama,

O vento me acompanha,

E que África por

Mim Reclama,

Que a lua me encanta

E a noite é soberana !...

Porque é que este sentimento

Me faz esquecer quem sou

Me invade, constantemente

E , de olhos fechados para

Outro lugar vou...

Como posso eu guardar, estas

Recordações em mim...

Como posso recordar

Debaixo daquela árvore tanto capim,

Onde estive a brincar

Sei escrever, e falar

Mas não sei desenhar...

Um Quadro eu pintaria

Com toda a beleza

Desse lugar

E alguém me diria

Onde Eu o posso achar...

Eu sei quem sou,  
Onde nasci e cresci  
Foi pai e mãe que me criou  
Toda a minha família conheci...

Eu só não sei,  
Porquê este sentimento  
De que outra vida  
Também vivi...!

Autor - Helena Rodrigues

## Você Acredita em Milagre ?!...

Você Acredita em Milagre ?

... Uma história quero contar  
De uma garotinha de tenra idade...  
Que de seu leito se levantou para ir brincar.  
Sua ama, em casa sozinha  
A deixou,  
Brincou uma  
Uma brincadeira que a vida  
Quase lhe tirou.  
Ao cair no Bidão  
Onde quase se afogou,  
Mas Deus Por Ela Olhou  
Um Anjo lhe enviou,  
Lutou e o bidão virou,  
Toda água se entornou,

E sua vida lhe Salvou !!!  
Molhada dentro dele adormeceu  
Até que sua mãe, as botinhas lhe viu, e  
A Deus Agradeceu...  
Agora me digam se foi ou não,  
Um milagre Que Aconteceu !?...

Autor - Helena Rodrigues

## Telepatia...!

...Há em mim  
Um coração que chora,  
Um coração que sente  
Que foi tanto "embora"  
Mas não será,  
Para sempre...

Foi, mas não mereço  
Foi , mas não acabado,  
Foi mas não esqueço,  
Em pensamento estou a teu lado,  
E, é assim que permaneço...

Há amores para a vida inteira,  
E, há vidas que não sabem  
Amar de outra maneira,  
Sentimentos,  
São revelados com o olhar,  
Palavras são ditas, sem se falar...

Telepatia,  
Transmissão de Pensamento,  
Nossa Melhor sintonia,  
Foi escrita no Vento,  
Que nos leva, a um encontro,  
Marcado pelo tempo...

Autor - Helena Rodrigues

## Telepatia...!

...Há em mim  
Um coração que chora,  
Um coração que sente  
Que foi tanto "embora"  
Mas não será,  
Para sempre...

Foi, mas não mereço  
Foi , mas não acabado,  
Foi mas não esqueço,  
Em pensamento estou a teu lado,  
E, é assim que permaneço...

Há amores para a vida inteira,  
E, há vidas que não sabem  
Amar de outra maneira.  
Sentimentos,  
São revelados com o olhar,  
Palavras são ditas, sem se falar...

Telepatia,  
Transmissão de Pensamento,  
Nossa Melhor sintonia,  
Foi escrita no Vento,  
Que nos leva, a um encontro,  
Marcado pelo tempo...

Autor - Helena Rodrigues

## Quero Dizer Que Não Esqueci..!

...Eu quero dizer  
Como foi que te conheci  
Dizer te que me lembro  
E, que nunca me esqueci  
Naquela noite de festa  
Onde as ruas apinhadas  
De gente, entre tanta multidão  
Falamos vagamente  
Mas fortemente bateu o coração  
Não, não me consigo  
Esquecer, foi forte  
Demais o nosso querer  
Como algo predestinado  
Estava pra acontecer...!  
Tão distante vivíamos  
Nem as famílias conhecíamos  
Porque foste ali parar ?!?!?  
Foi pro Cúpido nos flechar ?  
Não estavas nos planos meus  
Eu não estava, concerteza  
Nos planos teus  
E, no " Acaso " nos encontramos,  
Estávamos nos Planos de Deus...!  
Autor - Helena Rodrigues

## Esta Noite Pensei Em Ti...

...Esta noite deitei pensando em ti,  
Quantas voltas a vida dá,  
Que te afastou de mim...  
As nossas lembranças,  
Ainda tudo guardo aqui...

O mundo gira e nada pára,  
Nada se repete ,  
Cada Novo dia tudo floresce  
Só minhas lágrimas  
Não secam, e meu amor  
Não mais te esquece...

Eu vivo, no presente  
E no passado,  
Futuramente,  
Sem ir a nenhum lado...

Eu já vi tanto,  
E nada me alegrou  
Dei tempo p'ra chorar meu pranto  
Que nem mesmo assim cessou ....

Autor - Helena Rodrigues