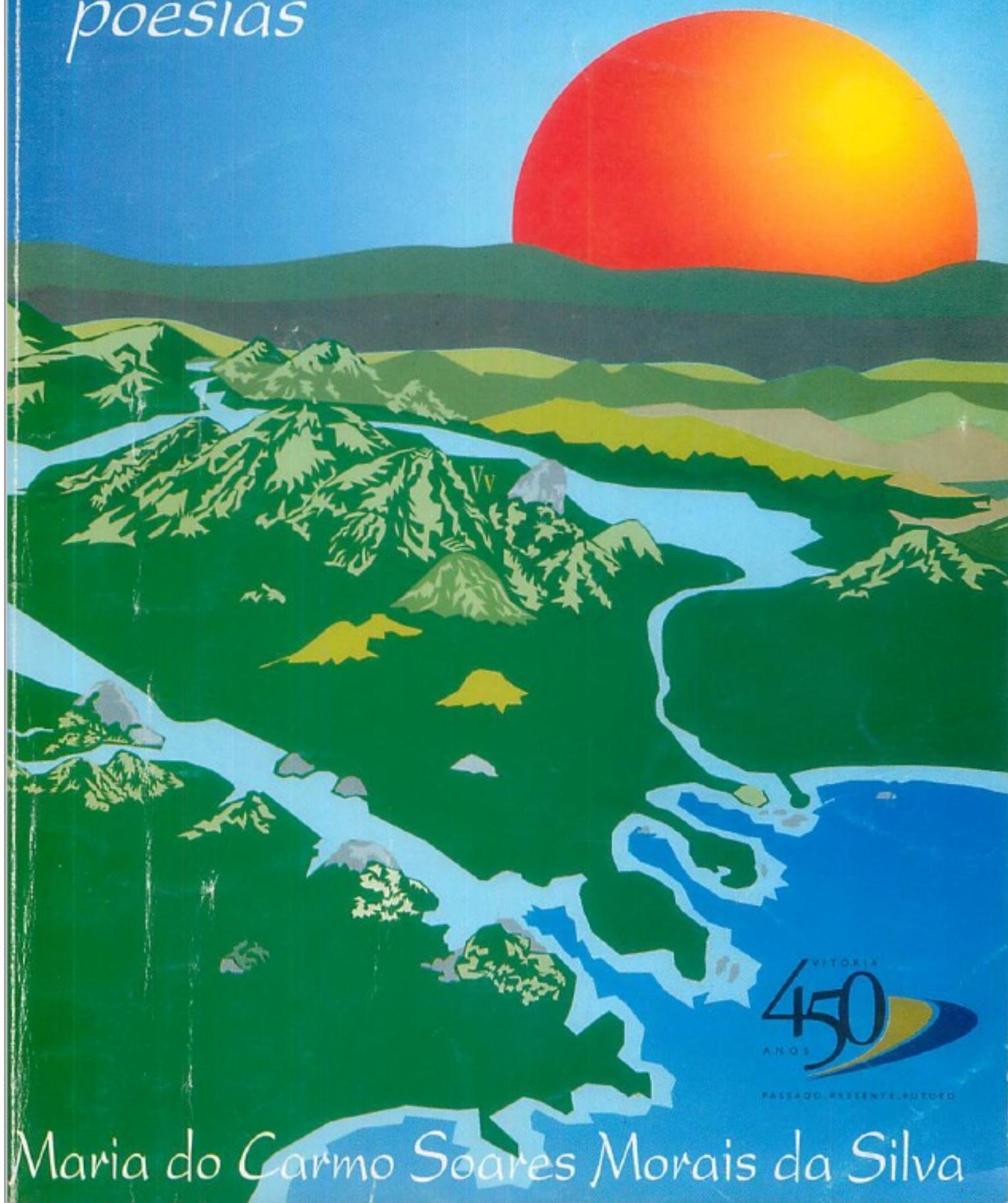




PREFEITURA DE VITÓRIA
Secretaria de Ação Social,
Trabalho e Geração de Renda

Sol Poente

poesias



VITÓRIA
450
ANOS
PASSADO. PRESENTE. FUTURO.

Maria do Carmo Soares Morais da Silva

Maria do Carmo Soares Morais da Silva

Sol Poente

poesias

1ª edição
2001

FICHA CATALOGRÁFICA

Silva, Maria do Carmo Soares Morais da.

**Sol Poente: poesias / Maria do Carmo
Soares Morais da Silva. Vitória / ES:
Grafitusa, 2001
42 (Sol Poente, poesias)**

Direitos Autorias:

Maria do Carmo Soares Morais da Silva

Capa:

**Guilherme Campello
Arte sobre mapa de Eugênio Herkenhof**

Impressão:

Grafitusa

Equipe de Produção:

**Secretaria Municipal de Ação Social,
Trabalho e Geração de Renda**

- Divisão de Atendimento a Grupos Especiais
- Projeto Conviver

Olhar carinhoso

Comemoramos o Dia das Mães
O nosso dia, com certeza
Do lar somos a rainha
E da família a riqueza

Já vi muitos filhos falarem
Para mãe com muito carinho
Mamãe, tu és minha vida
Nunca me deixe sozinho

Também já vi muitos netos
Falarem do mesmo jeitinho
Mamãe, eu não vou agora
Quero vovó mais um pouquinho

Porém existem alguns netos
Que não são bem de falar
A gente vê no olhar
Com muito amor e carinho
O que queremos escutar

Somos mamãe duas vezes
Nossos filhos duplicaram
Somos mamãe todos os dias
Um dia no ano? Inventaram!

Mais temos que comemorar
Pois nós somos importantes
Somos mamãe e vovó

Somos jainhas, ouro, rubi e brilhante.



Sumário

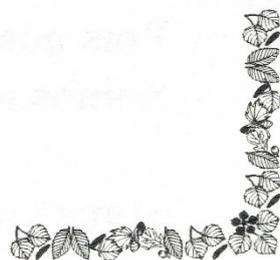
Prefácio	5
Oferecimento	7
Eu amo Vitória	9
Vitória 1º lugar	10
Somos iguais.	11
Sonho esquecido.	12
Dialogar é preciso.	13
Alegria total	14
Jovem idoso	15
O amor é lindo	16
Compromisso da idade.	17
Tudo complicado	18
Saudades.	19
Sou feliz	20
Mudanças	21
A realidade	22
Viva bem	23
Vem cá meu filho	24
Obrigação não	25
Idade do saber.	26
Desabafo.	27
Legal para nós	28
Hino da terceira idade	29
Encontro feliz.	30
Idosa é mais mamãe	31
Esperamos vocês	32
Vida certinha	33
Vitória nossa.	34
Você decide	35
Parabéns Brasil.	36
Recordação	37
Prefeito 2000	38
Nosso amigo.	39
O bode enjeitado.	40
Somos irmãos	41
Olhar carinhoso	42

Somos irmãos

Você é da terceira idade?
Estamos te esperando aqui
Venha nos fazer uma visita
Sol Poente, Jardim Camburi

Quem está lendo este livro
É meu irmão com certeza
Todos somos filhos de Deus
Eu sou, você é? Que beleza!

Quando estou batendo papo
Gosto de falar sobre nossas vidas
Belezas naturais, famílias
E também atualidades coloridas.



O bode injetado

Na casa de praia de Rosângela
Em uma comemoração
Ganhei um bode num bingo
Tenho sorte de montão

A família Maurício Leite
A qual estava presente
Organizou um bingo
Para animar o ambiente

O marido de Rosângela
Com muita criatividade
Cedeu um bode para Maurício
Entregar na oportunidade

E eu rejeitei o bode
Com pompa e educação
Aceitei receber o prêmio
Em outra ocasião

Eu fiquei muito contente
Maurício e Claudinete
Já me entregaram o presente
Um abajur em forma de anjo
Balançando em uma rede
Uma pessoa idônea
Para clarear minhas noites
Nos momentos de insônia.



Prefácio

A minha família é a minha vida, sempre fui feliz apesar de uma infância pobre, uma mãe muito severa e exigente. Éramos seis irmãos, três homens e três mulheres, sendo nordestina, nascida em Natal, RN. Minha mãe veio da família Soares, da cidade de Açú, e meu pai, da família Idalino, da cidade de São Miguel de Jucurutu. Do meu pai não tenho muito o que contar; homem sem muita decisão e alguns vícios: por exemplo, jogo de azar, que só prejudicava a família. Minha mãe, mulher forte e de muito respeito, jamais abaixava a cabeça, ensinou aos filhos e deu exemplo.

Não conto nada de riqueza na minha vida, amizades, sim, amigos vizinhos, amigos na escola, amigos na igreja e por onde eu andava. Sou a irmã mais nova. Ajudei a criar sete sobrinhos, carreguei-os nos braços e os amo demais. Casei tarde demais, encontrei a minha cara metade aos vinte e um anos, minha mãe não aceitou. Esperei que ela mudasse de opinião, durante cinco anos, ela não mudou e eu, como era filha dela, quis a minha decisão respeitada, casei aos vinte e seis anos de idade. Aos vinte e sete tive a minha primeira filha, FREUGMA. Aos vinte e nove, tive o segundo filho, JOÃOZINHO, e, aos trinta e quatro, a terceira e última, CRISTHYANE. Aos quarenta e quatro anos, ganhei um netinho, ALLISTON, hoje com quinze anos, um menino maravilhoso, meu filho, crio desde um ano de idade. Tenho mais dois netos, o CAIO, de onze meses e o MATHEUS, com cinco meses. Hoje, meus dois filhos mais velhos estão casados e moram em Brasília, cada um em suas casas e construindo as suas famílias. E aqui, em Vitória, estão comigo os dois mais novos e o maridão, que sempre está ao meu lado, mas não interfere em nada no que eu quero fazer, sempre diz que eu sei o que está certo ou errado. Eu sempre digo que ele é o meu São João Batista: deu exemplo aos filhos e a todos de casa.

Honestidade, honra e liberdade, palavras que ele sempre dizia, "todos têm o direito de fazerem tudo o que querem, desde que façam certo e não prejudiquem ninguém".

Então, é neste momento, de família criada, marido em casa, que já cumpriu a sua missão após trinta e cinco anos de trabalho, que eu estou com toda a liberdade e decidi escrever em poesias as realidades da terceira idade, a beleza de Vitória e a hospitalidade do capixaba.

*Para os idosos do Brasil, ofereço estes versinhos
Vocês podem ter certeza, foram feitos com muito carinho.*

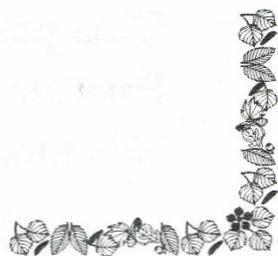
Carminha

Nosso amigo

Neste livro não só tem terceira idade
Existe nome que não pode faltar
Maurício Leite que não é um idoso
Mas se Deus quiser ele vai chegar lá

O Maurício sempre está nos visitando
Nas quartas-feiras em nossas reuniões
Ele sabe, não precisa nem falar
É morador dos nossos corações

A paisagem humana de Jardim Camburi
É importante para a comunidade
Maurício Leite é da linha de frente
De mãos dadas com a terceira idade.



Prefeito 2000

O nosso grande Prefeito
Que é o senhor Luiz Paulo Vellozo
Montou uma superequipe
Para dar apoio ao idoso

Foi ele quem nomeou
Uma equipe inteligente
Para que eles explicassem
Todos os direitos da gente

Sou uma idosa formada
Sei os nossos direitos
Graças ao nosso Prefeito
Que é um homem perfeito



Oferecimento

No início desta obra, eu tenho que falar da pessoa que deu ênfase ao Projeto Conviver na cidade de Vitória, o nosso Prefeito Luiz Paulo Vellozo Lucas, que com sua capacidade e responsabilidade de homem público, e também como pessoa humana, se preocupa com o idoso. Ele está desenvolvendo um trabalho maravilhoso com toda a sua equipe, que sabe muito bem trabalhar com "as meninas", como nos chamam carinhosamente.

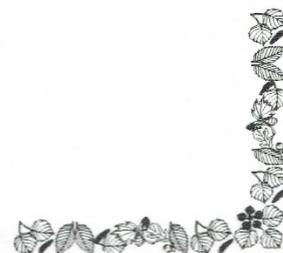
De todo coração ofereço a Deus, primeiramente, que me deu a inspiração para a realização deste pequeno desabafo. Ofereço, também, para o Prefeito de Vitória, que tanto olha pelo idoso, para nossa assistente social Rosângela Siqueira Rocha, por ser uma pessoa que, do nosso lado, é mãe, filha, amiga e companheira das quartas-feiras e que sabe escutar o idoso e também sabe dizer o que ele quer ouvir. Ofereço a todos que me incentivaram a concretizar este sonho. E a vocês, leitores, que conhecerão a partir dele, a minha, emoção em escrever cada um dos versos, cada uma das palavras.

Recordação

Lembro minha mocidade
Sempre com muito carinho
Esqueço toda saudade
Com um dominó ou um baralhinho

Como é bom cantar a vida
Falar da terceira idade
Vitória vai sair na frente
Nós temos prioridade

Eu gosto de caminhar
Com alegria e decisão
Esta é a minha vida
Porque faz bem ao coração



Parabéns Brasil

Nosso Brasil que está de parabéns
Queremos participar, que nós estamos também
Somos da terceira idade
Capixabas de valor
Estamos todos de mãos dadas
Unidos pelo amor

Estamos preparados
Para as comemorações
Apesar da nossa idade
O entusiasmo é grande
Agüenta coração

Estão olhando
Um pouquinho para o idoso
Só falta tomarem conta
Dos asilos que existem
Que falam que é repouso



Eu amo Vitória

Eu moro em Camburi
Praia linda de Vitória
Vitória maravilhosa
Que faz parte da história

O capixaba tem orgulho
Da sua terra querida
Cheguei aqui há três anos
E fui muito bem recebida

Logo eu fui convidada
Por uma idosa decente
Para fazer uma visita
Ao grupo Sol Poente

Visitei, gostei, fiquei
No grupo da terceira idade
Aí está a história
Porque amo esta cidade

Agradeço com amor
A todos os capixabas
Porque estou bem feliz
Na minha nova morada.



Vitória em 1º lugar

Todos sabem o que quer dizer Vitória
É com certeza o primeiro lugar
E nós, idosos, com muita oração
A grande paz iremos alcançar

Que desça sobre nós o Espírito Santo
Que traga paz para o nosso Estado
Nossa Vitória com exclusividade
Com o coração, pede a terceira idade

Com os joelhos no chão, nós Te pedimos
Óh, nosso Rei Jesus Cristo Salvador
Para entrarmos no terceiro milênio
Em primeiro lugar, unidos pelo amor

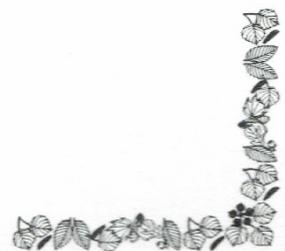


Você decide

O Terceiro Milênio está chegando
Você decide como quer festejar
Tenho certeza vai ser muito legal
Você pode escolher praia, samba ou carnaval

Tudo aqui é muito romântico
Vitória é linda e todo Espírito Santo
E se você quer fazer retiro, venha
Também temos aqui o Convento da Penha

Para festejar o Terceiro Milênio
Tenho certeza aqui temos variedade
Temos agito e temos repouso
Pra você, criança, jovem e também para o idoso.



Vitória nossa

Somos da terceira idade
Com espírito juvenil
Festejando e comemorando
500 anos do Brasil

Como eu tenho saudades
Do bom tempo que passou
Mas eu tenho consciência
Muita coisa compensou

Precisamos ter saúde
E ter força de vontade
Pra não esquecer a juventude
E não viver só de saudade

Terceira idade está se destacando
É bom pra nós essa novidade
Com o Brasil e os seus 500 anos
Festejamos a prosperidade

Nossa Vitória é maravilhosa
Vocês precisam vir nos visitar
Terceira idade convida a todos
O capixaba quer te abraçar



Somos iguais

Somos felizes, lindas e maravilhosas
Somos idosas, assim o destino quis
Se no passado tudo foi bem diferente
Eu não recordo, o que importa é o presente

A minha história é igual a muitas outras
Eu fui criança como os meus netos são
Eu sempre soube o que é viver a vida
Faço o que eu quero e o que manda o coração

Eu sei o que está certo ou errado
Sou bem certinha e não imito ninguém
Se estou errada eu me sinto derrotada
Eu me corrijo e me sinto superbem



Sonho esquecido

Quando eu era criança
Queria muito cantar
Fazia muitos versinhos
E não perdia a esperança
Da melodia criar

Para mim sempre faltou
Botar música nos versinhos
Poeta jamais seria
Nunca fui estudiosa
Como seria capaz de fazer uma poesia?

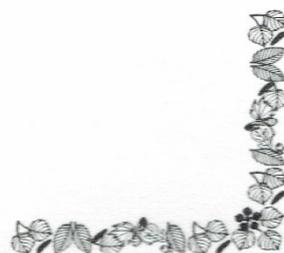
E com uma linda infância
O tempo foi se passando
O meu príncipe apareceu
Eu terminei me casando
E o sonho desapareceu



Vida certinha

A nossa turma é muito legal
Terceira idade não é brincadeira
A nossa vida é o ideal
Pra quem não quer ficar só na terceira

Quinhentos anos do Brasil estão chegando
Nós já estamos comemorando
E sempre falam que idoso não sabe nada
Olha, deixa de mancada
E dá o valor que temos e somos



Esperamos vocês

Meninas vamos, meninas vamos
Vamos chegar aos 100 anos
Vivendo certo com altivez
Nós esperamos vocês

O jovem sempre diz
Que o nosso tempo já passou
Mais eles se enganam
Agora sim que chegou
Nossos cabelos brancos
Aprovam nossos planos
Vamos chegar aos cem anos



Dialogar é preciso

O amor é diferente
Do que muita gente pensa
É diálogo, paz e compreensão
O amor? Vem do coração

Estão pensando errado
Querem mudar o sentido
Conversar, se conhecer, passear
Fica bem mais divertido

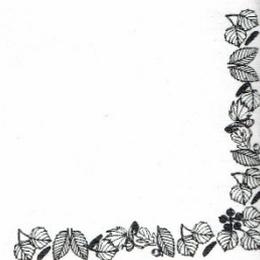
Falo com experiência
Eu namorei cinco anos
Nós fizemos muitos planos
Resultado: não houve nenhum engano



Alegria total

Como é bom viver a vida
Numa alegria total
Jamais você vai notar
O que houve de anormal
Você não vê passar o tempo
Vai de Natal a Natal

A vida é uma festa
Para quem sabe viver
Esta é a minha vida alegria, alegria
E eu recomendo a você

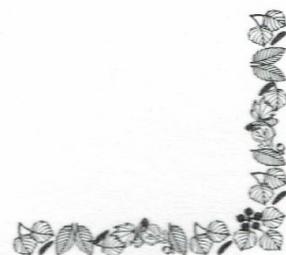


Idosa é mais mamãe

Eu falo com toda sinceridade
Idosa é vovó e mãe de verdade

Nós, mães, somos donas de tudo
Somos também a rainha do lar
Temos é que pensar assim
Para ver o tempo passar

Às vezes penso que está tudo errado
Porque o tempo agora inverteu
Dei colo para os meus filhos e netos
E agora quem quer colinho sou eu



Encontro feliz

Eu me encontrei,
Eu me encontrei,
Eu me encontrei,
Aqui com vocês, eu me encontrei

Por onde andei eu era velho incompetente
Hoje é bem diferente, de tudo eu sou capaz
O Capixaba chega a convencer a gente
Que somos bem competentes,
E somos jovens até demais.

Pois em Vitória o idoso tem valor
É tratado com amor
E acaba a timidez
Venha para cá dançar, cantar, pular
Cuidar da sua saúde e ser jovem outra vez.



Jovem Idoso

Somos jovens no pensamento
Ninguém vê esta qualidade
Vejo isto em todo jovem
Que está na 3ª idade

Todo idoso quer dançar
Cantar, passear, se divertir
Também quer ter vida própria
Ter liberdade de sair por aí

Porém a sua família
A qual tem toda razão
Quer seu idoso por perto
Fala alto, o coração

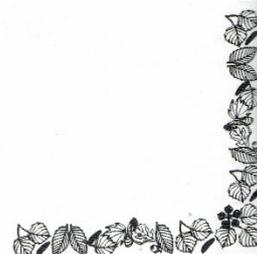


O amor é lindo

O amor é coisa séria
É lindo e maravilhoso
Os jovens não dão valor
Quem conhece o amor? O idoso!

Vivemos a vida inteira
Cultivando o amor
Amor pela família, o próximo
E também Nosso Senhor

É muito importante amar
É muito melhor ser amado
Se amar é viver bem
Eu vivo bem, obrigado.



Hino da terceira idade

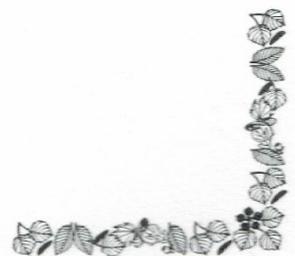
Somos da terceira idade
Já vivemos pra valer
E ensinamos aos nossos filhos
Como é legal saber viver

Nosso grupo é o Sol Poente
É de Jardim Camburi
Somos felizes e competentes
E por isso, estamos aqui

Nosso grupo é bem legal
Tem paz, amor e união
Somos uma só família
Com Jesus no coração

Pois, quem tem a nossa idade
Está querendo é descansar
Levar uma vida mansa
Dançar, cantar e brincar

Quem dirige o nosso grupo
É uma equipe de valor
A todos nós, querem bem
Eles nos tratam com muito amor.



Legal para nós

Nós precisamos nos organizar
E com muita calma dialogar
Porque nós temos todo o direito
De acabar com o preconceito

A primeira luta que vamos enfrentar
É o nome "velho" exterminar
Vocês têm que concordar comigo
Trocar o nome "velho"
Pelo nome "antigo"

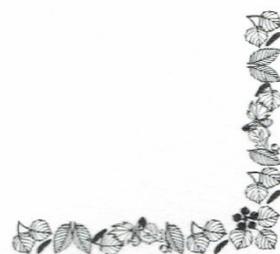
Será legal para nós, idosos
Que seremos um pouco mais respeitados
E de "velho" não seremos mais chamados



Compromisso da idade

Temos é que falar só a verdade
Dar exemplo para toda a juventude
Este é o compromisso da idade
A qual eu vivo em toda plenitude

A vida para mim é paz e alegria
A família eu amo e me sinto amada
Minhas amigas completam a harmonia
E o Sol Poente faz parte da jornada

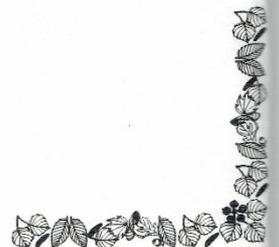


Tudo complicado

É bom dançar, é bom brincar e viajar
Nosso dinheiro é bastante limitado
E por isso precisamos controlar
O dia-a-dia fica muito complicado

Terceira idade teria que viver
Bem feliz e sem preocupação
Mas é engano, o idoso pensa tanto
Que quase todos sofrem do coração

Temos que sair de casa
À procura de alguém
Que tenha a mesma idade
Então tudo se dá bem.

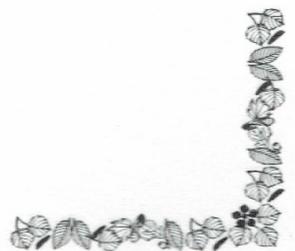


Desabafo

O chora chora faz parte da minha vida
Porque chorando eu desabafo muito bem
Eu choro sempre quando estou muito sozinha
É bem melhor não atrapalhar ninguém

Pois é chorando que eu fico aliviada
Das bobagens que eu escuto sem querer
Nossa família pensa que está certinha
E, no entanto, me magoa pra valer

Mas eu desculpo os mais novos do que eu
Que não entendem o que é terceira idade
E sempre usam o ditado "eu sou mais eu"
E sempre decidem como se fossem donos da verdade

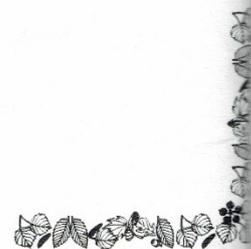


Idade do saber

Vamos todos cantar com alegria,
Este é o hino da 3ª idade
Vamos todos cantar, eu quero ver:
Que a terceira idade é a idade do saber

Vamos, vamos, por que não está cantando?
Eu quero ver, cante comigo também!
Seja idoso ou seja jovem,
Este hino te faz bem.

E todos que estão ausentes
De outra vez vai estar presente
E vamos todos cantar, eu quero ver!
Que a terceira idade é a idade do saber



Saudades

Meus filhos estão distantes
Eu sofro, porém, aceito
Com a esposa e filhos
Eles têm este direito

Às vezes penso errado
O mesmo comigo aconteceu
Pensando bem no passado
A errada aqui sou eu

Quando a idade avança
Sentimo-nos desprotegidas
Depende muito da gente
Ser uma idosa querida



Sou feliz

Eu sou feliz porque cheguei aqui
Aonde todo mundo quer chegar
A juventude já ficou pra trás
Mais eu não tenho do que reclamar.

Muitas famílias têm até razão
Do seu idoso quererem controlar
Nós, idosos, queremos atenção
Que bom, quando tem alguém pra dar.

Agora eu falo
E preste bem atenção
Abra o seu coração
E cuide do seu velhinho

Não se esqueça
Ele foi quem te criou
Te deu todo o seu amor
E também o seu carinho

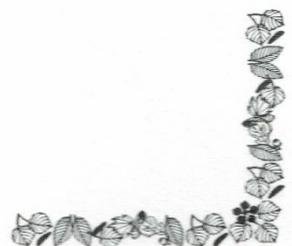


Obrigação não

Vou falar sobre o idoso,
E da nossa convivência
Eu sou idosa também
Falo com experiência

Como é bom a liberdade
Que alguns idosos têm
Porém outros são escravos
Já criaram os seus filhos
E criam os netos também

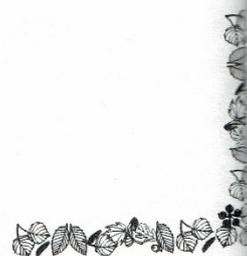
Amo a minha família
Falo com sinceridade
Estou na 3ª idade
Não tenho obrigação
Quero a minha liberdade!



Vem cá meu filho

Vem cá meu filho, pegue aqui na minha mão
Já não sou forte como eu queria ser
Me faz carinho, abra o seu coração
Cuide de mim, como eu cuidei de você

Não estou querendo que tenhas obrigação
Mas um carinho de vez em quando faz bem
Vem cá meu filho, segure na minha mão
Deixe eu pensar que sou amada também

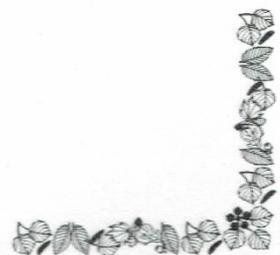


Mudanças

Eu falo em nome da terceira idade
Esta classe que era discriminada
Graças a Deus tudo está mudando
Estamos querendo amar e ser amados

Nossa idade está acumulada
Nossa beleza um pouco maltratada
A natureza procede sempre assim
Todos murchamos, até as rosas do jardim

Mas no futuro, eu tenho certeza
Vamos viver muito bem, obrigado
Vamos andar de cabeça erguida
Bem sorridente e olhando para todo lado



A realidade

Toda idosa tem sua história
E muita história para contar
Mas nem sempre ela encontra
Alguém para escutar

Quando é nova, tem os seus filhos
Marido e outros vizinhos
Mas quando fica velha
Sempre fica sozinha

Sempre quando a idosa é rica
Encontra alguém para ajudar
Mas se a velha é pobre
Ela só faz atrapalhar

Não faz assim! Eu não mereço!
Olha para mim, da sua vida
Eu sou o começo.



Viva bem

Como é bom viver a vida bem vivida
Você vive e não vê o tempo passar
E, no entanto, se você não vive a vida
Não vive bem e só fica a se lastimar

Não perca tempo, abra o seu coração
Faça amigos e seja amiga também
Você vai ver como eu tenho razão,
Pois sem o próximo, nós não somos ninguém

