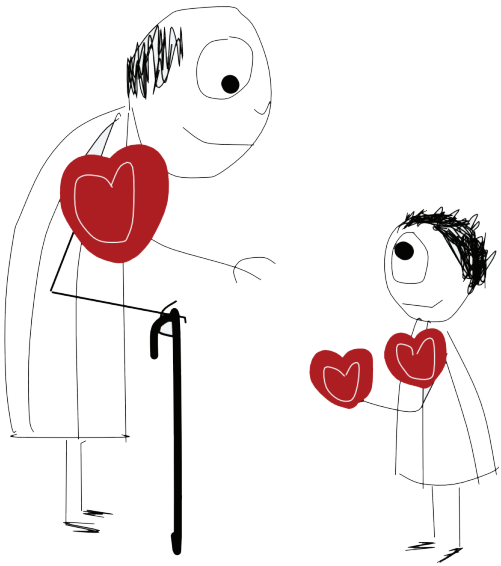
O RESPEITO POR TOD@S NÃO TEM IDADE...



EAPN | 2023

FICHA TÉCNICA

Título

O respeito por tod@s não tem idade...

Autores

Ana Zanatti, Joana M. Lopes e Rita Cruz

Participação da Gerontóloga

Lia Araújo

Participação dos membros dos Conselhos Locais de Cidadãos da Região Centro

Castelo Branco, Coimbra, Guarda, Leiria, Santarém e Viseu: Ana Teixeira, Armando Loureiro, Carla Tomé, Cristina Sousa, Fernanda Correia, Helena Santos, Joana Sarmento, José Conde, Mafalda Canavarro, Margarida Jacinto, Maria Dionisio Sena, Maria Idalina Almeida, Maria Jorge, Mário Duarte, Mário Roque, Micaela Afonso, Natália Alves, Patrícia Pereira, Pedro Silveira, Raquel Abraços e Raquel Pires.

Edição

EAPN – Rede Europeia Anti-Pobreza / Portugal

Rua Costa Cabral, 2368

4200-238 Porto

E-mail: geral@eapn.pt

Site: www.eapn.pt

Coordenação editorial

Paulo Kellerman

Coordenação técnica

Cátia Azevedo, Paula Montez, Patrícia Grilo, Ricardina Dias, Susana Lima e Tiago Caio

Design|Paginação: Marta Silvério

Ilustração: Bruno Gaspar

Impressão:

Tiragem: 250 exemplares

Data de edição: 2023

ISBN: 978-989-8304-96-4

N. DL:

Temática abordada: Envelhecimento

Coleção Despir os Preconceitos, Vestir a Inclusão, n.º 5

Introdução

Paula Cruz
Paulo Kellerman

9 **(não é) uma questão de idade**, artigo da gerontóloga Lia Araújo, com a colaboração de: Ana Teixeira, Armando Loureiro, Carla Tomé, Cristina Sousa, Fernanda Correia, Helena Santos, Joana Sarmento, José Conde, Mafalda Canavarro, Margarida Jacinto, Maria Dionisio Sena, Maria Idalina Almeida, Maria Jorge, Mário Duarte, Mário Roque, Micaela Afonso, Natália Alves, Patrícia Pereira, Pedro Silveira, Raquel Abraços e Raquel Pires.

19 **Nadar Contra a Correnteza**, por Ana Zanatti

35 **Avó Rapunzel**, por Joana M. Lopes

51 **Avó em Contramão**, por Rita Cruz

A Campanha "Despir os Preconceitos, Vestir a Inclusão" é uma Campanha central à atuação da Rede Europeia Anti-Pobreza Portugal (EAPN Portugal). A sua centralidade é visível não só nos objetivos – combater a discriminação e promover uma sociedade mais inclusiva -, mas também nos seus pressupostos, ou seja, a campanha partiu de um processo de participação de pessoas que fazem parte dos Conselhos Locais de Cidadãos da Região Centro e assume-se como um roteiro para dar voz a outros atores e promover a defesa dos Direitos Humanos.

Nesta nova publicação assistimos uma vez mais à importância de dar voz às pessoas, mesmo que essa voz seja pela forma da escrita. Se lermos com atenção as páginas que se seguem podemos ver que esta publicação nos fala sobretudo de afetos e estes são centrais à vida humana. Envelhecer de forma saudável significa também colocar os afetos no centro da nossa vida. E, porque falo em envelhecer e não em pessoas idosas? Temos de deixar de falar das pessoas idosas como se fossem um grupo à parte. Envelhecer faz parte da vida e todos nós esperamos envelhecer, porque a outra solução não agrada a ninguém. Falar em pessoas idosas é falarmos de "nós" uns anos mais à frente. E "nós" queremos ser amados, queremos ser ouvidos, queremos nos divertir, queremos ser respeitados, queremos que a nossa dignidade seja promovida e protegida.

Temos de nos despir das lentes que usamos para olhar para os outros, neste caso as pessoas idosas. Temos de ser construtores de uma sociedade inclusiva que respeita todas as pessoas independentemente da sua idade, porque cada um de nós, tem sempre algo a ensinar, sempre algo a aprender e sempre algo

a contribuir. "Tod@s somos um" como refere um dos slogans da Campanha e tod@s podemos fazer a diferença na sociedade. Esta publicação é mais um caminho para essa diferença. Podemos ler simplesmente as histórias e muito provavelmente vamo-nos identificar com uma ou outra situação e isso ajudará à nossa reflexão interna sobre o tema. Mas também podemos fazer das histórias ponto de conversa com outros públicos e pensar no que podemos fazer para eliminar os preconceitos que ainda existem relativamente à idade e que reduzem as pessoas mais idosas a pessoas sem vontade própria, sem voz, sem um papel ativo na sociedade.

Ousemos pensar e fazer diferente. Precisamos de uma sociedade mais humanizada. Olhemos para esta publicação como um bom instrumento nesse sentido.

Paula Cruz, Socióloga do Departamento de Investigação e Projetos da EAPN Portugal.

Despir os preconceitos, ler a inclusão

Para que serve a literatura? Cada leitor terá as suas próprias motivações, mas talvez se possa sintetizar um pouco a imensidão de hipóteses e agrupar as possibilidades de resposta em grandes categorias.

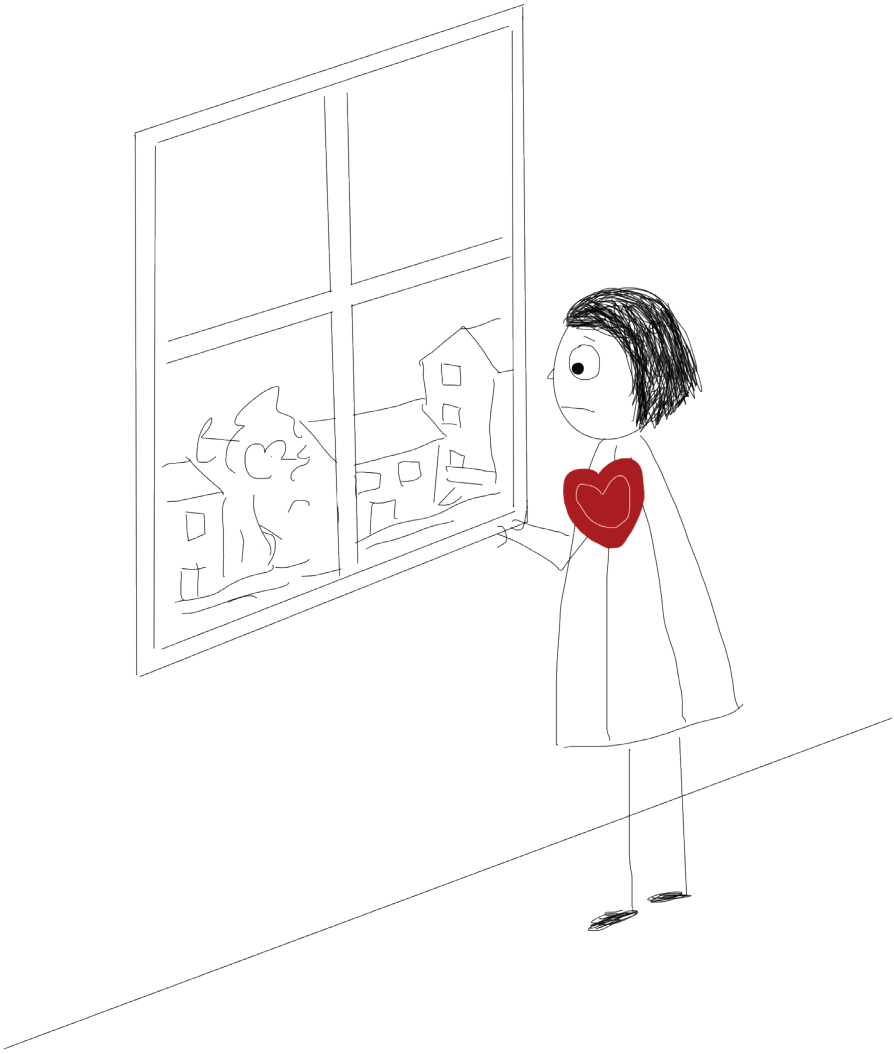
Lemos para nos colocarmos no papel do outro; lemos para sentir emoções e experimentar sentimentos; lemos para nos confrontarmos connosco próprios, para nos questionarmos e questionarmos a realidade; lemos para descobrir e perceber; lemos porque a leitura é uma forma diferente de pensar; lemos por prazer.

Este livro pretende servir um pouco para tudo isso. É o quinto de uma coleção de dez obras onde trinta escritores irão explorar literariamente a temática "Despir os Preconceitos, Vestir a Inclusão", mote para uma campanha da EAPN Portugal. Primordialmente dirigida a um público juvenil, cada estória pretende ser um ponto de partida para a reflexão, um convite a olhar em redor através de uma perspetiva diferente. Como se cada estória fosse uma janela que desafiasse a perscrutar um horizonte já conhecido através de um ângulo alternativo.

Trinta estórias, trinta ângulos. Trinta possibilidades de aproximação. Porque quanto mais próximos estivermos, melhor vemos; e quanto melhor vemos, mais facilmente percebemos. Mais facilmente incluímos.

Paulo Kellerman, Escritor e coordenador editorial da coleção de livros no âmbito da Campanha Despir os Preconceitos, Vestir a Inclusão.

O RESPEITO
POR TOD@S
NÃO TEM IDADE...



O RESPEITO
POR TOD@S
NÃO TEM IDADE...

(não é) uma questão de idade Preconceito(s) em relação à idade

Lia Araújo

Este texto não foi escrito ao abrigo do novo acordo ortográfico.

(não é) uma questão de idade Preconceito(s) em relação à idade | Lia Araújo

O preconceito com base na idade foi apresentado como "ageism" por Butler em 1975[1]. Apesar dos quase 50 anos que passaram e dos grandes avanços sociais que se registaram, este tipo de preconceito ainda persiste (e de que maneira!). Traduzido, em Português, para idadismo, refere-se a estereótipos (como pensamos), preconceitos (como nos sentimos) e discriminação (como agimos) de pessoas com base na sua idade (Organização Mundial da Saúde [OMS], 2021[2]). E apesar de poder ser direcionado tanto para adultos mais velhos como mais jovens, na nossa cultura, que tende a valorizar a juventude, ocorre sobretudo em relação às pessoas mais velhas.

Se agora somos mais novos, podemos ver isto acontecer à nossa volta, se calhar até discriminamos os outros. Mas é certo que quando formos mais velhos VAI SER connosco.

Atitudes idadistas podem acontecer em casa, no trabalho, na rua, em serviços, na televisão, em qualquer lado. Por parte de um/a filho/a, amigo/a ou até desconhecidos/as.

Foi por isso que desafiei a Ana Teixeira, a Carla Tomé, a Cristina Sousa, a Fernanda Correia, a Helena Santos, a Joana Sarmento, o José Conde, a Mafalda Canavarro, a Margarida Jacinto, a Maria Dionisio Sena, Maria Idalina Almeida, o Mário Duarte, o Mário Roque, a Micaela Afonso, a Natália Alves, a Patrícia Pereira, o Pedro Silveira, a Raquel Abraços, a Raquel Pires e os técnicos (Tiago Caio, Patrícia Grilo, Paula Montez e Ricardina Dias) dos Conselhos Locais de

1. Butler, R. (1975). Why survive? Being old in American. Harper & Row.

2. Organização Mundial de Saúde. (2021). Global report on ageism. https://www.who.int/publications/i/item/9789240016866

Cidadãos dos Núcleos da EAPN Portugal da Região Centro a refletirem sobre este tipo de discriminação.

Comecei a nossa conversa com a pergunta "como se imaginam com 60, 70, 80, 90, 100... anos"? onde vão estar, a fazer o quê, com quem. É que uma coisa é pensarmos nos "idosos", na avó, no avô, na mãe ou no pai de idade avançada. Outra coisa é perspetivarmos o nosso próprio envelhecimento. Como vou ser/sou eu com essa idade? Como gostaria de ser/estar e, sobretudo, ser tratado/a?

Desafio-vos a pensarem no mesmo! E a lerem as próximas páginas, onde se encontra uma reflexão sobre o impacto deste tipo de estereótipos e do que pode ser feito/podemos fazer para o mudar.

Vamos a isso!

O que acontece quando discriminamos as pessoas por causa da sua idade

Pensar que uma pessoa "não vai conseguir realizar aquela atividade", "vai demorar muito a chegar", "não vai perceber", "não vai querer", ..., POR CAUSA DA IDADE é uma discriminação muito injusta e perigosa pois resulta em Infantilizar, Insultar, Menosprezar, Excluir!

Este tipo de preconceito pode ser interpessoal – quando ocorre entre os indivíduos; institucional - quando as normas, práticas e regras sociais discriminam as pessoas mais velhas; mas também autodirigido – quando a própria pessoa internaliza uma atitude negativa em relação ao envelhecimento e à sua própria idade.

Outra situação perigosa é aquela a que os investigadores chamam de "idadismo compassivo"[3]. Neste, ao se considerarem as pessoas mais velhas como inúteis e carentes, acredita-se, com boa fé na maioria das vezes, que estas devem ser servidas e protegidas. E, assim, entra-se numa espiral paternalista de "fazer por" e "decidir por" que leva à perda de autonomia e identidade pessoal, muitas das vezes com perda de sentido de vida e dignidade para os mais velhos.

Vários estudos têm demonstrado que o idadismo tem um impacto negativo muito significativo nas pessoas, nomeadamente ao nível da saúde física e mental[4]. Leva a sentimentos de insegurança, baixa autoestima e perceção negativa da vida e de si próprio/a. Daí que não seja de estranhar, estar também associado a uma menor participação social, isolamento e solidão[2]. Em contextos específicos como o laboral, afeta trabalhadores/as e organizações, por exemplo, no processo de contratação, empregabilidade e avaliação de desempenho de trabalhadores/as mais velhos/as[5]. Nos serviços de apoio social e de saúde, compromete as decisões clínicas e o respeito pela dignidade e necessidades do/a destinatário/a dos cuidados[6]. Assumir que determinados problemas de saúde são consequência da idade faz com que não se procure um tratamento preventivo ou curativo. Quando muitos esquecimentos podiam beneficiar de estimulação cognitiva para adiar ou prevenir o declínio cognitivo; quando muitos problemas osteoarticulares podiam beneficiar de fisioterapia e atividade física para reduzir as dores e melhorar a mobilidade; quando muitas pessoas a

3. Centre for Better Ageing. (2021). Challenging Ageism: A guide to talking about ageing and older age. https://ageing-better.org.uk/sites/default/files/2022-01/Challenging-ageism-guide-talking-ageing-older-age.pdf

4. Chang, E., Kannoth, S., Levy, S., Wang, S., Lee, J., & Levy, B. (2020). Global reach of ageism on older persons' health: A systematic review. PLoS ONE, 15(1), e0220857. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220857

5. Cebola, M., Santos, N., & Dionísio, A. (2021). Worker-related ageism: a systematic review of empirical research. Ageing & Society, 1-33. https://doi.org/10.1017/S0144686X21001380

6. José, J., Amado, C., Ilinca, S., Buttigieg, S., & Larsson, A. (2019). Ageism in Health Care: A Systematic Review of Operational Definitions and Inductive Conceptualizations. Gerontologist, 59(2), e98-e108. doi: 10.1093/geront/gnx020.

sentirem-se tristes podiam beneficiar de um estimulo à participação e interação para melhorar o seu ânimo e reduzir o isolamento e a solidão.

Uma questão de direitos humanos

Combater o preconceito em relação à idade avançada e às pessoas mais velhas é um ponto de partida para a concretização e gozo dos direitos humanos. Se as pessoas mais velhas continuarem a ser vistas como alguém frágil e vulnerável, que consome cuidados e apoio caros, que sobrecarrega o país e as famílias, não estamos a promover a dignidade, igualdade, participação, autonomia e independência, que estas pessoas tanto merecem por tudo o que fizeram ao longo da sua vida e ainda podem vir a fazer.

Destaque também para o facto de a existência deste preconceito poder agravar outras formas de desigualdade associadas à identidade de género, identidade sexual, incapacidade, origem étnica, entre outras. E de determinados acontecimentos sociais poderem agravar este preconceito. Como o que aconteceu durante a pandemia COVID-19. Como o vírus tem consequências mais negativas nas pessoas mais frágeis, expondo-as a um risco maior de desenvolver doenças graves e até morte, as medidas e restrições adotadas para responder à pandemia também exacerbaram as desigualdades e desequilíbrios de poder, com prejuízo para as pessoas mais velhas. Mensagens como "proteja os nossos idosos" e "fique em casa se for idoso" só vieram reafirmar as ideias idadistas de fragilidade e incapacidade já existentes.

Fatores que influenciam este preconceito

O contacto entre gerações[7] e o conhecimento que se tem acerca do envelhecimento[8] são considerados os determinantes mais significativos do idadismo. Hoje em dia, em que as famílias são mais pequenas, em que muitos filhos e netos vivem longe dos seus familiares mais velhos, em que há menos iniciativas e oportunidades de convívio na rua e na comunidade entre pessoas de diferentes idades, o contacto intergeracional não acontece tão facilmente e espontaneamente.

Estes dados são um forte argumento para a intervenção, a qual deve incluir iniciativas educativas e informativas e de convívio intergeracional, preferencialmente combinadas[2]. A Organização Mundial de Saúde, a par destas duas, ainda sugere políticas e legislação que abordem a discriminação e a desigualdade por idade[2].

Vamos à ação!

É preciso mudar o paradigma em que vivemos há demasiados anos. Que nos influencia diariamente, desde que nascemos, baseado num discurso e pensamento que associa a idade a fragilidade e dependência. Para mudar essa conversa negativa, precisamos de parar de reforçar essas crenças, alterar mentalidades, desafiar a narrativa e contar uma nova história. São precisas mudanças urgentes, pequenas e grandes, pontuais e constantes, locais e internacionais, minhas e tuas!

Uma visão realista da vida é aceitar que com a idade há alterações no nosso

7. Marques, S., Mariano, J., Mendonça, J., Tavernier, W., Hess, M., Naegele, L., Peixeiro, F., & Martins, D. (2020). Determinants of Ageism against Older Adults: A Systematic Review. International Journal Environmental Research Public and Health, 17(7), 2560. doi: 10.3390/ijerph17072560

8. Cooney, C., Minahan, J., & Siedlecki, K. (2021). Do Feelings and Knowledge About Aging Predict Ageism? Journal of Applied Gerontology, 40(1), 28-37. https://doi.org/10.1177/0733464819897526

corpo, na forma como encaramos a vida, nas relações sociais. Hoje podem ser os meus avós, depois os meus pais e vai chegar o dia em que serei eu.

Os olhos podem já não conseguir ver com a mesma precisão, sinal que já viram muito nesta vida. O corpo pode estar mais cansado pois já percorreu muitas distâncias. A mente mais esquecida pelas várias experiências, vivências, aprendizagens que acumula!

Chegou a hora de dizer não ao idadismo e criar uma sociedade para todas as idades[2].

Sugestões de mudança

As conversas que estiveram na base desta publicação, no âmbito dos Conselhos Locais de Cidadãos da Região Centro, foram muito ricas. E um dos motivos foi precisamente por existirem pessoas com diferentes idades. Aqui ficam algumas das sugestões de mudança a que o grupo chegou:

- *Atividades de convivência entre pessoas de diferentes idades, o que permite que se conheçam melhor o que diminui as ideias preconcebidas e sem fundamento acerca de uma ou outra geração.*
- *Educação em relação ao respeito, amabilidade, empatia e solidariedade para com os mais velhos em contextos formais e informais. É importante começar logo na pré-escola e a família complementar, dando o exemplo do que é respeitar e acarinhar os mais velhos.*
- *Mais oportunidades de formação e informação para as pessoas que trabalham na área do envelhecimento.*

Terminamos com as seguintes mensagens:

Para os mais novos:

Aproveitem a presença dos mais velhos nas vossas vidas. Conversem com essas pessoas. Troquem visões, experiências! Elas não duram para sempre.

Um dia os mais velhos vão ser vocês. Pensem como gostariam de ser tratados.

Para os mais velhos:

As gerações mais novas lidam com grandes desafios. Partilhem como lidaram com as exigências ao longo da vossa vida, sejam mentores. Agarrem este propósito de tanto significado pessoal e coletivo.

Sejam o exemplo, mantendo-se ativos, procurando conviver com os amigos e familiares, indo ao encontro deles, fazendo coisas que gostam.

Foquem-se nas coisas boas da fase de vida em que se encontram.

Para todos nós:

Contrariar este estereótipo é uma responsabilidade de todos. Se ouvirem algum comentário em que a pessoa seja reduzida à sua idade, não deixem passar como algo normal. Esclareçam a outra pessoa. Aqui ficam algumas ideias a difundir:

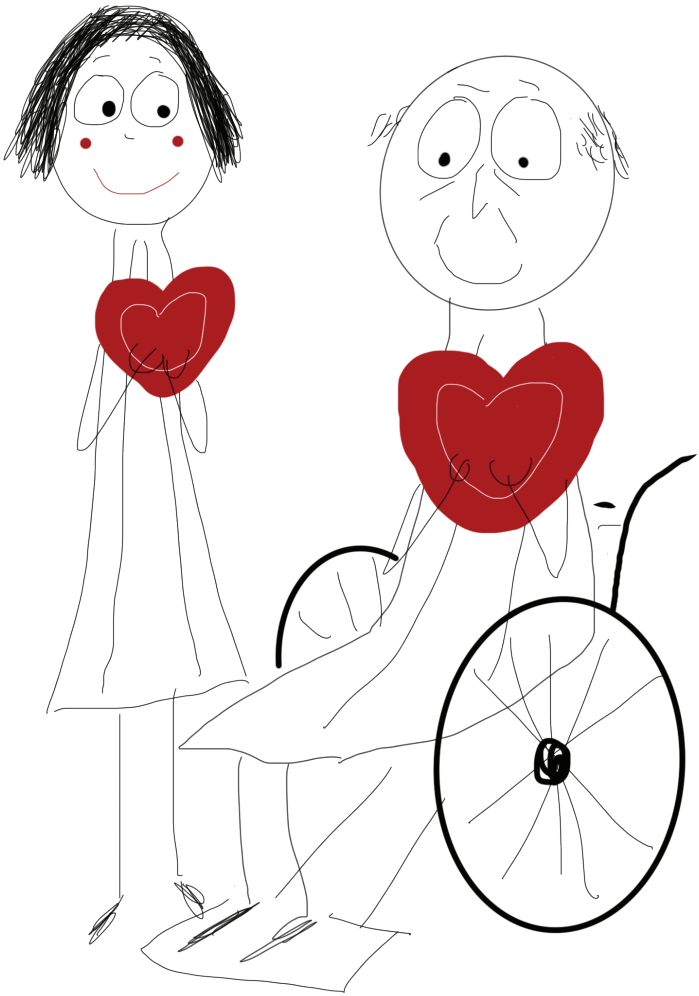
- *O envelhecimento é um processo contínuo ao longo da vida (e não uma coisa "só de idosos");*
- *O envelhecimento demográfico coloca desafios para os quais nos devemos preparar (em substituição da expressão "o envelhecimento é um problema");*

- *Muitas pessoas mais velhas relatam grande sentido, propósito de vida e bem-estar (ao invés de as pessoas mais velhas serem frágeis, vulneráveis e dependentes, o que as faz perder competências);*

- *Vidas mais longas são uma oportunidade para indivíduos e sociedades. Todos precisamos de apoio em diferentes momentos da vida e todos queremos viver em comunidades onde cuidamos uns dos outros (e desta forma a mudança demográfica não será um custo económico e social insustentável).*

A pessoa é muito mais que a sua idade. Envelheçam bem.

O RESPEITO
POR TOD@S
NÃO TEM IDADE...



Nadar Contra a Correnteza

Ana Zanatti

Nadar Contra a Correnteza | Ana Zanatti

O Natal estava próximo, e a nossa atenção já voava em direção às férias, aos presentes que íamos receber, às idas ao cinema com o grupinho de amigos, quando se deu, o acontecimento mais triste da minha vida.

A minha avó que já vinha há tempos a lutar para se manter do lado de cá, caiu à cama, e nunca mais se levantou. Da cama do hospital passou em poucos dias para um caixão que a levou para o lado de lá, donde as pessoas não voltam.

A avó Fininha, era assim que lhe chamavam por ela ter sido sempre muito magra, era uma pessoa muito especial. Apesar de dizer que era do tempo em que os brinquedos ainda não brincavam sozinhos, tinha um espírito curioso e nunca deixou de querer aprender coisas novas até morrer. Fazia pesquisas na net sobre os temas que mais a interessavam, novas descobertas científicas, a violência contra as mulheres, a proteção da Natureza e do meio ambiente, e a defesa dos animais, eram causas que mexiam muito com ela.

Era corajosa e lutadora, tão lutadora que nem com a notícia de um cancro na mama se deixou abater. Chegou a casa e disse: "Bem se vê que o médico não me conhece. Olhou para mim como se o meu destino estivesse apenas no seio esquerdo, imaginem! O que ele não sabe é que eu sou dura de roer. Se é para ir à luta vamos a isso, eu e mais esta fileira de comprimidos, os meus soldadinhos, meus ajudantes nesta guerra contra a doença."

Mas um dia, passados anos, ela e os seus soldadinhos foram vencidos pelo cancro. Naquela hora, quase de despedida, os seus 83 anos tornavam-se visíveis como se fossem o último embrulho duma infância que só lhe fugiu do corpo junto com a alma. Um lençol branco embrulhava-a como se escondesse um presente, o maior presente que até ali eu tinha recebido.

No meu pensamento, desembrulhei-o devagarinho, com o vagar e a delicadeza que os tesouros merecem quando, em momentos reveladores, acordamos para eles. Folha atrás de folha, desvendava-se uma avó fruto maduro, uma avó jovem fogo, uma avó adolescente insubmissa, uma avó criança, flor sempre viva, inocência embrulhada em todas as velhices.

Foi assim que vi a minha avó naquele momento, ou talvez fosse assim que já a via antes, mas não me tinha dado conta. Quando uma pessoa que amamos nos deixa, e parte para aquele mundo que desconhecemos, parece que, se soubéssemos desenhar, eramos capazes de fazer o retrato da pessoa que ela era, inteirinha não só por fora, mas também por dentro, sem esquecer aqueles pormenores que quando andava por cá, valorizávamos menos.

E veio-me à cabeça um desfile de pequenas coisas, gestos, palavras, hábitos, humores, que me apressei a apontar, como se no papel eu pudesse manter viva a minha avó. Mas não era preciso. Ela vive dentro de mim e viverá sempre. Está tatuada no meu coração, a mais bela tatuagem que alguém me poderia ter feito.

Já passaram mais de dois anos, e agora, já a caminho dos 17, por muito que tenha aprendido sobre os géneros literários, a gramática inglesa, as guerras e revoluções, e que o coração é o órgão propulsor do sangue, que por sua vez sai do ventrículo e regressa pela aurícula, **o que a avó Fininha me ensinou, vale mais que tudo para mim.**

"Pelo coração, dizia-me ela quando eu estudava as ciências naturais, a coisa mais importante que sai de lá, tem de ser o amor. De preferência que entre amor, e saia ainda mais amor. Mas se entrar a raiva, a indife-

rença, o desprezo e tudo o que nos envenena, o grande segredo é transformá-los em amor, entendeste Manel? Ao que tem fome dá o teu pão, mas ao triste dá-lhe o coração.

E tu, António, - dizia para o meu irmão - estás com essa cara a pensar em quê? Troçaram outra vez de ti, no liceu, por causa dos óculos, não foi? Não te deixes diminuir. - E estendeu-lhe os braços, magros, mas fortes - Vá, dá cá um abraço à avó! Lá porque tens nome de santo não precisas de ser santo. Basta que sejas um homem bom, justo e digno para seres respeitado e nunca deixares de respeitar os outros."

E é assim que ele é. Graças ao meu irmão Manel, e ao trabalho que conseguiu arranjar, vou tirar o meu curso para ser professor de português e ensinar aos meus alunos muitas coisas que aprendi com a avó Fininha. E também quero escrever livros, ainda não sei se de poesia, de contos ou romances, mas sei que hei-de escrever livros.

Nunca conheci o meu pai, e a nossa mãe morreu pouco depois de eu nascer, tinha o meu irmão 8 anos. Foi aí que os meus avós se encarregaram de nos dar o melhor que tinham, o amor que nunca íamos receber dos nossos pais.

Eles não tinham muito dinheiro, mas fizeram tudo para que nada do que era importante nos faltasse. Deram-nos estudos, deram-nos orientação para sermos pessoas de bem, deram-nos companhia, deram-nos casa onde reinava mais vezes a alegria do que o desânimo e a tristeza, apesar das muitas dificuldades e sacrifícios que tiveram de fazer.

Já eram um bocado velhotes quando tudo isto aconteceu. A minha avó, que era ajudante de enfermagem, tinha acabado de se reformar, mas ao meu avô, que era mais novo do que ela, ainda lhe faltavam oito anos.

Acho que fui sempre o melhor aluno a português porque a avó Fininha me despertou muito para a leitura, além de que gostava muito de brincar com as palavras, e com frases como por exemplo os ditados populares.

A propósito de tudo e nada ela saía-se sempre com uns tantos, e explicava-me o sentido ou falta de sentido deles. **"A importância das palavras é muito grande, dizia ela, e sabermos juntá-las para transmitir uma ideia ainda mais. É tão importante como sabermos decifrar o sentido das frases que ouvimos, ou o que os textos que lemos querem dizer. Acima de tudo, o que vocês devem aprender na escola é a pensar, a comunicar bem, em vez de papaguearem nomes, números, e ideias que não vos pertencem. Uma pessoa sábia toma as suas próprias decisões, pensa pela sua cabeça. As ignorantes, que não pensam, repetem o que os outros dizem.** E vocês não são duas estrelinhas do mar, bonitas, mas sem cérebro."

Foi a minha maior mestra, a avó Fininha, e é assim que hei-de ensinar os meus alunos, de maneira que os deixe a pensar nas coisas da vida, e a ter ideias próprias.

Por exemplo, um dia preguei-lhe uma mentirinha, mas ela descobriu logo porque era esperta que nem o alho. Só nesta frase, eu já podia ensinar duas coisas. Ambas aprendidas com a minha avó, claro! Porque é que se diz esperto que nem o alho? Os alhos não são uns espertalhões! Este ditado nasceu há séculos, e teve origem no nome do senhor Afonso Alho, do Porto, que era muito esperto para os negócios.

E quando me apanhou a mentir, a avó não me ralhou propriamente, ela não era de grandes ralhetes, mas tinha sempre uma maneira engraçada de me fazer ver a razão das coisas. Disse: "A mentira tem perna curta, bem pode fugir para se

esconder que é sempre apanhada. E lembra-te, Manel, que a verdade não se pode esconder por muito tempo. É como o Sol e a Lua."

Daí em diante, sempre que ia para dizer uma mentira imaginava-me a correr com umas pernas tão curtas que não saía do mesmo lugar até ser apanhado, e a passar pela vergonha de me desmascararem. Ou então via a verdade a ser descoberta, tal qual o Sol e a Lua, todos os dias, em tantas partes do mundo, e eu a rastejar de vergonha.

Mas os ditados nem sempre têm razão. Por exemplo: "burro velho não aprende línguas", é um ditado muito popular com que a minha avó embirrava. "Este é daqueles que me vira do avesso", dizia ela. "Espalha a ideia, que é falsa, de que a partir de certa idade não temos capacidade de aprender coisas novas. Essa é boa! Alguma vez me viste parada da cabeça? Alguma vez me viste passar um dia sem querer aprender alguma coisa? Parece que entrar na terceira idade é o fim do mundo! O fim de uma pessoa! E os ditados como este, são repetidos a torto e a direito, por toda a gente que não pensa no que diz, que não tem sentido crítico. Quantos velhos, como eu, andarão por aí convencidos que já não têm capacidade para aprender, à força de ouvirem tantas vezes este disparate?"

E os novos, avó, dizia eu, os da minha idade, também dizem muitas vezes coisas sobre os idosos que não gosto nada de ouvir, até já deu discussão.

"Pois quando assim for, disse ela, já um bocadinho brava, responde-lhes que em panela velha é que se faz comida gostosa! Isto já lhes dá que pensar!"

A mim, deu. **Percebi que nem os objetos velhos se devem desprezar e deitar ao lixo sem antes pensarmos duas vezes.** É que eles, tal como as pessoas, à medida que envelhecem, vão guardando mais experiência de fazer aquilo para que foram destinados, e em muitos casos até guardam sabores muito bons, como uma cafeteira de café ou um tacho de barro, ou sons fantásticos como um piano ou uma guitarra que já foram muito tocados.

Quando tudo é novo, pode estar em muito bom estado, a funcionar muito bem, mas é como connosco, temos força e fibra para fazer muita coisa, mas ainda nos falta o know-how, a mestria. Ora se um tacho guarda com ele a memória de milhares de cozinhados, uma pessoa idosa também guarda a memória de milhares de experiências e aprendizagens, e aí é que está a sua riqueza se ela as tiver sabido aproveitar.

Por isso as pessoas já velhotas, e até muitos objetos, podem ser de grande valor. E, antes de os deitarmos fora, ou de os pormos de parte, é boa ideia pensarmos se não os podemos reciclar. É que eles podem não ser úteis para o que foram em mais novos, mas com um toque daqui e outro dali, estão capazes de nos oferecer muitos bons serviços. **Mas isto, nem todos entendem, e por tudo e por nada deitam fora o que ainda podia ser muito útil. Tal como fazem com muitos idosos, desprezam-nos, não lhes dão valor a ponto de eles se convencerem que já nada valem. E a avó Fininha, apesar de já ser velhota, era mais útil do que um canivete suíço.**

Um dia o meu avô veio muito triste para casa. Mais triste ainda do que nos últimos tempos por andar com problemas no seu emprego de há quarenta anos.

Tinham começado a dar-lhe trabalhos que exigiam conhecimentos de tecnologia mais complexos, e ele via-se um bocado à nora porque precisava de algum tempo para se familiarizar com certas coisas que estavam sempre a mudar.

Dos colegas antigos já não restava ninguém, ele era o mais velho, a relíquia, como lhe chamavam entre outras piadinhas constantes sobre os idosos. Ou porque não acertava à primeira com algum aparelho de tecnologia sofisticada, ou porque era um cromo nas redes sociais, ou por ter um esquecimento, ou pelo casaco ultrapassado que usava, ou porque dizia telefonia em vez de rádio, e boîte em vez de discoteca, havia sempre um sinal em tom de gozo, de que tudo nele estava desatualizado.

Isto costumava ser entre colegas, mas um dia, chegou a vez do patrão, filho do fundador da sociedade, e aí foi mais sério. Que depois do pai ter morrido, estavam a modernizar a empresa, que era preciso dar lugar aos novos, que ele era um excelente elemento e muito estimado, mas o rendimento dele estava a ser cada vez mais baixo, e não queria que ele se sentisse diminuído perante os colegas. Para o poupar a esses constrangimentos, e dada a consideração que tinha por ele, que era quase como um membro da família, tinha andado a pensar em dar-lhe uma boa indemnização e antecipar-lhe a saída. Escusava de ficar mais quatro anos à espera da reforma e podia ir gozar a vida para casa e descansar junto com a família.

Ouvir isto, doeu muito ao meu avô. Não se conformava. Ainda disse que não aceitava, que se sentia muito bem para trabalhar até chegar a reforma, mas o patrão começou a exigir cada vez mais dele, a dar-lhe tarefas mais complexas, ao ponto de ele se sentir mesmo incapaz, e acabar por adoecer com uma depressão.

Foram tempos muito tristes lá em casa. Nós a tentarmos animá-lo, mas ele tinha ficado muito ferido com o que lhe fizeram. Parecia um pássaro sem uma asa.

Fechava-se no quarto, espalhava o passado pelo chão e ali ficava a olhar fotografias antigas, a reler cartas, do tempo em que se escreviam cartas, e assim se refugiava a tentar esquecer a maldade que lhe tinham feito. Só que não esquecia, andava sempre a remoer e a avó dizia-lhe: "Ai José, para o que te havia de dar! O que te fizeram foi uma canalhice, mas já lá vai, não podes voltar atrás, homem! Lamentar o que se passou é como correr atrás do vento. Aí é que nós envelhecemos, quando substituímos os sonhos por lamúrias. Lembra-te que quanto mais escura parecer a noite, já se prepara o sol para nascer!"

Mas no fundo, a avó Fininha andava revoltada, também tinha ficado com o assunto entalado na garganta. Às vezes dava com ela a resmungar sozinha: "Ingratos, deu ele a vida inteira àquela empresa, sim que ele foi sempre dedicado ao patrão, e vem um rapazola chutá-lo para a rua como se ele fosse uma peça de mobília velha, sem consideração pela pessoa que ele é! **Sempre o raio do estigma da velhice!"**

Ouvi esta palavra, mais uma que aprendi com a minha avó, e fui a correr ao Google ver o que queria dizer, só para não a interromper, porque ela estava de língua desatada.

Estigma é assim uma espécie de marca negativa que leva a que se ponha uma pessoa de lado, a discriminá-la, a marginalizá-la. Imagino que seja como na escola, com os gordos, os míopes, como o meu irmão, os orelhudos, e muitos gays. Cai-lhes o estigma em cima, todos os gozam, e acabam por sentir-se à margem, discriminados.

Ora, mais ou menos gordo, mais ou menos orelhudo, ou gay, nunca deixam de ser pessoas que merecem respeito.

Aos idosos acontece o mesmo, a maioria acha que eles já não servem para nada, que já não são capazes de dar rendimento, que são ridículos se se apaixonam, que já passaram o prazo de validade, põem-lhes estes rótulos em cima, e perdem o respeito por eles. Foi o que eu entendi. Fazem deles uns indesejados, o que deve dar-lhes uma grande dor.

E foi o que o meu querido avô sentiu.

"O que é que tem a ver a idade com a habilidade?" - dizia ele, indignado. "Já não há nada a aprender com a experiência de 40 anos de profissão e muitos mais de existência? Eles podem ser mais rápidos com os computadores, os robots, e toda essa traquitana, mas para resolver as coisas importantes da vida não lhes encontro grande habilidade. Muito conhecimento, e pouco pensamento! Bem vi como, às vezes, resolviam as questões familiares. Uns mostravam pouco respeito pelos pais, falta de amor, desconsideração. Outros, não sabiam educar os filhos, faltava-lhes paciência, resolviam tudo com presentes e dinheiro. A grande luta é para ter mais posses e reduzir os valores. Os valores que importam, aqueles que nós vos demos, e que não há dinheiro que compre, tá quieto ó mau! Querem lá saber da honra, da dignidade, do carácter, da honestidade, da lealdade!! Se lhes falarmos nisto ainda se riem de nós, umas velhadas, botas- de- elástico! E os meus 40 anos de experiência dentro daquela empresa, também não contam?"

Toda esta revolta, esta dor, foi o fim do meu avô. Foi-se afundando na depressão como se tivesse mergulhado na escuridão de um poço, desinteressou-se da vida, ficou doente e acabou por morrer, deixando-nos numa grande tristeza e desamparo. Ainda hoje me pergunto se morreu da doença ou de o terem feito sentir que já não era gente.

Mais uma vez, a minha avó é que foi para o leme do barco para que eu e o meu irmão pudéssemos continuar a estudar. Já reformada, ainda arranjou trabalho num lar da terceira idade, onde os idosos eram muitas vezes tratados como se fossem umas crianças sem vontade própria. E lá vinha ela a refilar.

"Um dia destes perco a cabeça com algumas raparigas que lá trabalham! Ai perco, perco! **Falam com os velhotes como se eles fossem diminuídos mentais ou umas crianças! Isto é maneira de tratar um homem ou uma mulher com quase oitenta anos? Mesmo que esteja numa cadeira de rodas, as pernas não andam, mas a cabeça, o coração, ainda funcionam, caramba!** Tututu, tétété, bábábá, que desrespeito! Há velhos com demência, sim senhor, mas também há novos que são incapazes, ou inúteis que nada acrescentam à sociedade. **Chegas a uma certa idade e colocam-te uma etiqueta de incapaz, um ferrete, como fizeram com o teu avô. Isto só me dá tristeza e revolta. E para ali estão aquelas pessoas, sim, que se trata de pessoas, de adultos, que tiveram vidas de trabalho, criaram uma família, muitos deles ainda com muito para dar, mas ninguém puxa por eles, alguns, e não são poucos, nem pelas famílias são visitados, e ali ficam naquele abandono, entregues aos seus pensamentos, à sua solidão, cada vez mais dependentes, em vez de serem estimulados a manterem as suas capacidades e a sua dignidade intacta. Que raio de sociedade temos vindo a criar em que só se fala de números, de milhões para a frente e para trás, de consumo, de bens materiais, de manter a juventude, e se esquece a consideração, e o respeito pelo próximo?"**

E refilava, refilava indignada. Falava e levantava poeira.

Impossível ficar-se indiferente ao que ela dizia.

Com o tempo, e o meu gosto por observar, dou-lhe cada vez mais razão. Até no cinema e na televisão, bem vejo que a grande maioria dos atores, dos apresentadores, dos jornalistas ainda são pessoas novas. Na televisão, por exemplo, os atores mais velhos parece que só podem fazer papéis de avós bonzinhos. As histórias principais nunca giram à volta dos atores mais velhos como se eles não pudessem ter vidas interessantes, com dramas, conflitos, interesses, sucessos e insucessos profissionais e pessoais como todos têm.

E mais! **É provável que a velhice faça medo a muita gente, e em muitos aspetos. O corpo começa a dar sinais de maior fraqueza, aparecem algumas doenças mais próprias da idade, os olhos ficam mais fracos, os dentes também, os cabelos ficam brancos, as rugas aparecem, tudo manifestações que não obedecem aos ideais de dinamismo e beleza que parece comandarem o mundo. Isto também leva os idosos a temerem serem postos de lado.**

Não foi o caso da minha avó, que tinha um andar de fogo quase até morrer, mas tenho a certeza de que muitas pessoas temem a solidão a que este tipo de julgamento as pode conduzir. Deve ser esse um dos motivos por que vemos tanta gente, mulheres e homens com algum dinheiro, a fazerem cirurgias plásticas, tiram rugas daqui, esticam pele acolá, implantam cabelo, cortam a barriga, levantam as maminhas.

Em especial as mulheres, acho que ainda são mais castigadas quando perdem a juventude, ou já não estão dentro dos padrões considerados como beleza

física. Ainda há quem as trate como se fossem uns objetos de enfeitar. Embora para mim, uma mulher idosa possa ter grande beleza. Era o caso da avó Fininha e de outras idosas que vejo por aí.

A Maria, a minha namorada que é toda feminista, diz que as mulheres não se podem distrair de lutar pelos seus direitos e dou-lhe razão. Pensando bem, acho que também sou feminista, deve ser um dos motivos por que ela se dá tão bem comigo.

Quando se valoriza mais a aparência do que o conteúdo, as pessoas defendem-se como podem, mas custa-me que um bom profissional se veja quase forçado a manter-se com aspeto de jovem para não ser marginalizado. É o que observo, e isso entristece-me. Atrizes, e até atores de grande talento, acabam por ficar tão inseguros quando a idade avança, que se sujeitam a muitas cirurgias plásticas. E gente doutras profissões também, todos ou quase todos, temem a velhice por se ter deixado de dar valor às qualidades das pessoas, à sabedoria e experiência que adquiriram ao longo da vida.

No emprego da mãe da Maria, que é rececionista, quando ela deixou de pintar o cabelo, e ficou à vista a sua bonita cabeleira branca, chamaram-na à atenção e pediram-lhe que voltasse a pintar o cabelo. Ela não pintou e passados uns meses substituíram-na por uma mais nova. A Maria andou revoltada muito tempo, e dizia que se em vez de uma, fosse um rececionista, até eram capazes de dizer que os cabelos brancos lhe davam charme. Nestas situações, e noutras, as mulheres ainda estão em grande desvantagem.

Penso muitas vezes que as coisas mais interessantes que tenho vindo a aprender partiram de duas mulheres: a Avó Fininha e a Maria. Tenho muita pena que não se tivessem conhecido porque tenho a certeza de que iam gostar muito

uma da outra. A minha avó adorava falar com pessoas mais novas, e a Maria adora conhecer gente muito mais velha. Vendo bem, todos podemos aprender alguma coisa uns com os outros quando não somos vazios por dentro.

Ainda sou muito novo, mas bem vejo ao que a sociedade em que vivemos dá mais valor. Dinheiro, outras formas de poder, juventude, beleza física, elegância, corpos de escultura, dentes cor de neve, roupas caras, tudo o que faça vista, tudo só aparência, como se os feios, os gordos, os pobres, os velhos fizessem parte de um outro mundo que não tem direito à luz do sol, um mundo subterrâneo, sem saídas nem futuro, que não merece atenção nem luz de holofotes. Destinadas à indiferença, estas pessoas tornam-se invisíveis. E a indiferença mata.

E eu já começo a ficar irritado como a avó Fininha, quando penso nestes assuntos.

Quando por exemplo me dou conta que estou a ser levado num sentido que me é estranho, porque não fui criado assim, até já me tenho sentido deslocado ao pé de muitos colegas. Já me chamaram careta, rançoso, só porque não alinho em certas conversas, nem em grupos que se armam em parvos com as raparigas, ou que perseguem colegas por terem certas particularidades.

Não sou nenhum santo, mas tenho a certeza de que não sou um rançoso. **Tenho as minhas ideias, não deixo que os media me escravizem, e ligo mais às pessoas do que às mensagens nos telemóveis, ao Twitter, ao Instagram, ao TikTok, etc., embora também os use. Mas prefiro ouvir a voz da minha namorada, a ler mensagens dela, prefiro conversar com ela olhos**

nos olhos, dar-lhe a mão, um beijo, sei lá!

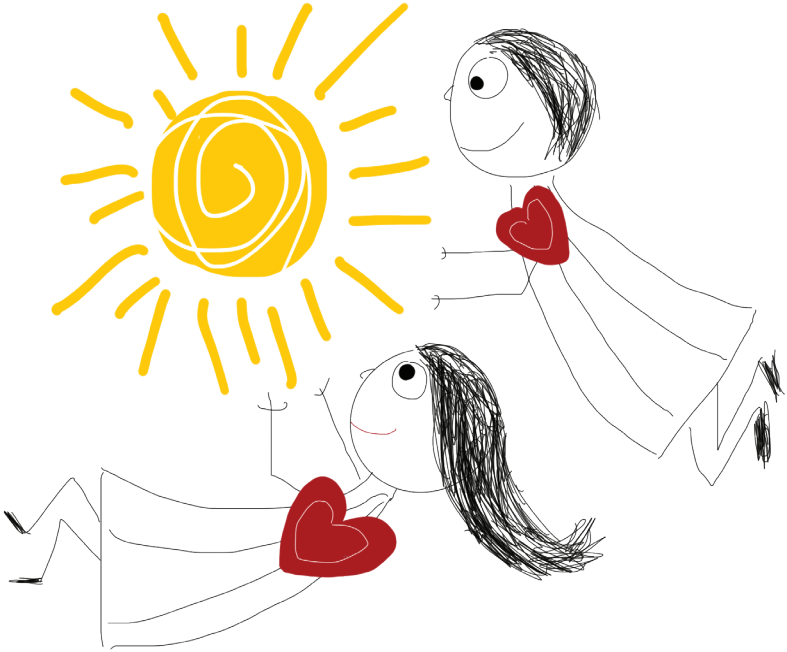
Eles que digam o que disserem, que eu não vou atrás de modas, nem de rebanhos. Vou atrás do que me dita o que sinto, e o que penso com a minha cabeça. E nunca me esqueço deste ditado que a avó nos repetia: **"Quem quiser chegar à nascente, tem de nadar contra a correnteza."**

Cá para mim, penso muitas vezes, ao ver certas atitudes, e as notícias na televisão, que a Humanidade está a desumanizar-se, tem vindo a ficar de coração mirrado.

Mas como sou novo, e hei-de ser professor e escritor, **vou passar aos meus alunos e aos meus leitores a ideia de que temos de lutar, de não baixar os braços, de não nos conformarmos, para que o mundo não se transforme num local dominado pela rudeza, pela brutalidade, e pela indiferença. Essa vai ser a minha missão, NADAR CONTRA A CORRENTEZA e espero que a de todos com quem eu comunicar. Povoar o mundo de pessoas com tanto amor dentro delas, que só espalhem alegria e esperança à volta, como a Avó Fininha. E que como ela, saibam amar a Natureza e os animais e respeitá-los porque lhes devemos muito.**

Talvez um dia tenhamos um robot a confortar-nos quando estivermos tristes e sós, mas para mim, nunca será o mesmo que ter uma avó de coração gigante, já velhota, a fazer-nos uma festa ou a dar-nos um abraço.

É que o abraço de um idoso de boa cepa, é uma transfusão de vida.



Avó Rapunzel

Joana M. Lopes

Avó Rapunzel | Joana M. Lopes

A minha avó tem muita idade. Não sei ao certo quantos anos tem, só sei que ela acredita que os anos não contam, o que conta é o modo como sentimos a vida. Podemos ser meninos-velhos ou velhos-meninos, tudo depende de como o coração bate e se ainda se espanta de existir.

A minha avó vive espantada, espantada com a beleza e os mistérios do mundo. Jura que o espanto e o encantamento são os elixires da juventude. Afirma que, se queremos ser novos para sempre, dentro do coração, temos de brincar na vida, como fazem as crianças ao sol e os bichos quando andam soltos. Eu acho que «brincar na vida» é um bom conselho e creio que a avó o dá porque a sua sabedoria é tão longa quanto os seus cabelos brancos. A lonjura das suas mechas é um segredo que só sabe quem tem o privilégio de a ver pentear-se. Todas as manhãs, ela escova aquele manto branco, composto pelo que parecem fios de seda. Depois, de frente para o espelho, com jeitos muito praticados, faz uma grande trança e enrola-a como se fosse um búzio. Enquanto cria esta concha na cabeça, eu penso que ela podia ser uma avó-sereia. É por saber quão compridos são os seus cabelos que lhe chamo, com um tom de carinho, avó-Rapunzel. Quando lhe chamo este nome, imagino que ela é uma princesa que fugiu de uma história de encantar e que, por ter escolhido viver no mundo real, no mundo dos humanos, começou a envelhecer. As personagens das histórias nunca envelhecem, mas a minha avó, sim, envelhece porque é feita de carne, osso e doçura. São assim as avós de verdade.

O nome dela é Maria do Céu. Céu é uma denominação que lhe assenta muito bem porque ela tem as íris muito azuis. Quando reparo nelas com atenção, vejo o firmamento inteiro e noto-lhe rouxinóis a atravessar a menina dos olhos. Por falar em olhos, a minha avó usa óculos para ler os livros de que tanto gos-

ta, mas também precisa deles para escrever postais, a lista da mercearia, para fazer rendas, tricôs e também para avistar formigas ou montanhas. Apesar de usar óculos para ver tudo, ao longe e ao perto, eu acho que, de todas as pessoas que conheço, ela é a que vê melhor. Acredito que a sua visão alcança o íntimo das pessoas. Com os seus olhos celestes, percebe os corações e outras coisas de domínio invisível. Deste modo, perto dela, é impossível disfarçar uma gigantesca alegria ou uma minúscula tristeza.

Acerca das tristezas, a minha avó diz que nenhuma dura para sempre e que **a alegria é como o Sol: acaba por aparecer, todos os dias, nem que seja só por um bocadinho.** Se alguém está com ares melancólicos, faz logo queques de cenoura, ou coco, ou nozes, de acordo com as preferências de quem precisa de ser mimado com um gesto de amabilidade doce. Quando sou eu a ficar taciturna, a minha Rapunzel anciã faz bolo de chocolate e, juntas, deliciamo-nos a comer fatias mornas com chá de cidreira ou camomila. Não é o bolo que cura a tristura, são as conversas que temos as duas, enquanto a iguaria e o chá arrefecem. Numa destas conversas, a minha avó ensinou-me que **a melancolia não sobrevive muito tempo dentro de um coração que recebe ternura.**

A minha avó Rapunzel é perita em temas campestres. Consegue nomear todas as ervas, árvores e pássaros que emergem da paisagem; é por isso que, nas férias de verão, gosto de passear com ela no campo. Aprendo imenso acerca das plantas que se usam para chás, sopas e cataplasmas, bem como o modo como se aplicam na cura de dores e maleitas. A avó Céu garante que a natureza tem solução e cura para tudo, menos para a velhice. Sempre que diz isto dá uma gargalhada que me contagia. Depois, prossegue com as suas reflexões, afirmando que na natureza tudo está ligado. Diz que grande parte da humanidade se esqueceu disto e que é esse o motivo de existirem guerras e doenças,

dentro e fora da alma. A minha avó acredita que se as pessoas se lembrassem disso, todos viveríamos felizes, como os pássaros, as árvores ou as flores.

Flores são o grande fascínio da avó. Em frente à sua casa tem dálias, frésias, rosas e camélias. Juntas enchemos muitos vasos com bolbos e sementes, regamos pequenos brotos e arrancamos ervas daninhas instaladas nos canteiros. A minha avó acha que todos os seres humanos deviam jardinar. Jardinar o mundo é jardinar os pensamentos. Pessoas que fazem jardinagem têm cabeças mais floridas do que as outras e não estão sempre agarradas aos telemóveis. Tenho a certeza de que isto é verdade, porque durante as férias, na sua companhia, até me esqueço da tecnologia, a avó concorda e diz: «Esqueces-te do tablet e do telefone porque mexer na terra acalma. A terra tranquiliza os seres vivos, é por isso que as árvores, com as raízes afundadas no solo, são tão serenas e só se agitam delicadamente na suavidade da brisa.»

Em tardes frescas, eu e a avó fazemos um jogo só nosso. O jogo chama-se «Faz de conta que sou uma árvore». Começamos por descalçar os sapatos e pousamos os pés no húmus, depois, fechamos os olhos e imaginamos que nos crescem raízes que chegam ao coração do mundo. De seguida, idealizamos que da nossa cabeça desponta uma linda copa que se agiganta até ao céu, então inventamos frutos imaginários a nascer das nossas pernadas cor de esmeralda. Nesses momentos somos árvores de onde brotam chaves que abrem as portas dos sonhos, ou alicerces vegetais cujos frutos são bolas de sabão. Noutras alturas, das nossas ramagens desabrocham livros, fadas ou amigos imaginários para quem se sente só. Ao jogar, sentimos a dança meiga do vento entre o verde dos ramos. Sempre que treinamos a imaginação nesta brincadeira, sabemos que mais duas árvores foram plantadas na nossa floresta secreta e invisível. À noite, quando me deito, imagino que vou a este bosque mágico e adormeço feliz.

Não sei se é por causa deste jogo, mas juro que há certos dias em que a avó me lembra mesmo uma oliveira. Os seus dedos estão um pouco torcidos, como está torcido o tronco da que enfeita as traseiras da sua casa. Quando digo que ela me lembra aquela oliveira, responde-me que, se tivesse de ser uma árvore deste mundo, preferia ser uma macieira para entrar na primavera cheia de flores no cabelo e pássaros aninhados nos braços. Por falar em pássaros, quando passeamos pelo campo, alegramo-nos com os melros, cotovias, rouxinóis e chapins. Observamos também os detalhes das pétalas e as formas cambiantes das nuvens. Temos tempo para olhar para tudo com atenção. Os pés da avó andam devagar e assim caminham também os nossos olhos pela paisagem. Eu não me importo de andejar neste passo demorado. Na cidade, estamos sempre com pressa e o olhar não tem tempo para as coisas incríveis que nos rodeiam como, por exemplo, o descanso dos raios de sol no leito do rio. Nestes passeios pelos prados, encantamo-nos com as pinturas nas asas das borboletas e a acrobática dança dos insetos. Com os narizes muito acordados, procuramos o perfume do rosmaninho e das alfazemas. Em silêncio, elegemos flores para enfeitarmos jarras. A minha alegre Rapunzel gosta de ter arranjos coloridos espalhados pela casa, sente que o campo se alastra para dentro das nossas vidas. Com as corolas pequeninas fazemos coroas que usamos na cabeça. «É assim que se perfumam as ideias», diz ela, **«ideias perfumadas fazem os dias ficarem mais bonitos e felizes.»**

Sinto-me feliz ao partilhar as minhas ideias com a avó, porque tenho a certeza de que ela me ouve de verdade. Os meus pais, pelo contrário, estão sempre ocupados com as suas pressas e preocupações. Eu sei que ela está mais apta a escutar a língua silenciosa do meu peito. Acredito que **é uma espécie de poder mágico este de ouvir aquilo que os outros dizem, sem dizer.** Talvez o dom da escuta venha dos brincos que ela tem pendurados nas orelhas. Os

enfeites de prata que usa foram da sua mãe, e antes de serem da sua mãe, pertenceram à sua avó, e antes de pertencerem à sua avó, eram da sua bisavó. Estas pequenas joias da princesa Rapunzel passaram de geração em geração e é possível que, ao seguirem de umas orelhas para outras, tenham acumulado a atenção da escuta de todas as mulheres que as usaram. Deduzo que, um dia, este tesouro será entregue à minha mãe e daí a muito tempo, ser-me-á entregue a mim. Quando chegar a minha vez de usá-lo, acredito que também serei contagiada com este talento de saber ouvir. Ainda em relação a orelhas e brincos, é muito curioso um facto que se verifica diariamente: ela começa a escutar mal na hora do telejornal. Durante o noticiário, a avó tem de pôr o som da televisão muito alto, porque teima que não percebe nada. Eu não me importo, pois, decorridos poucos minutos, acaba por desligar o televisor, proferindo sempre a mesma coisa: **«deviam fazer o jornal de todas as coisas felizes que acontecem no mundo».** Parece-me que a audição da minha avó tem uma sabedoria muito própria e, como não gosta de receber más notícias, decide desligar-se de propósito, recusa-se a captar mais tragédias.

Eu sei que a minha querida avó já viveu algumas tristezas, mas ela não fala disso. Limita-se a afirmar que momentos difíceis fazem parte de todas as vidas, sejam elas curtas, longas, ou assim-assim. Assegura que, independentemente do comprimento da vida e dos dissabores que nos aconteçam, **o importante é não desaprendermos o sorriso, porque é sempre o sorriso que nos salva.** Julgo que as suas melancolias vêm da ausência de pessoas que amava, como o meu avô. A avó não diz que o seu amado partiu, a avó diz que o avô só ficou invisível. Segreda-me que ele vive nas macieiras que plantou no pomar, no fresco da água do poço, na alegria dos pássaros que a visitam à janela, no brilho leve das estrelas e, principalmente, no fundo do seu coração. A avó diz

que **nós somos eternidade, uns dentro dos outros.** Não sei se entendo bem esta ideia, mas acho bonito isto de se ser dentro de alguém.

A minha linda Rapunzel, de cara enrugada, afasta as tristezas com sorrisos, é por essa razão que ela tem animais. É por isso que tem um cão e um gato e que também é amiga de todos os cães e gatos que não têm ninguém. Ela sorri muito sempre que mima os bichos, ou quando eles se enroscam nas suas pernas. Fica feliz quando dá biscoitos à Becas ou sardinhas ao Micas e eu percebo porquê, é que ao alegrar os nossos companheiros de estimação, alegramos a nós mesmos. A avó Céu também adora colocar sementes e cubos de fruta no parapeito da janela, diz que assim tem o privilégio de apreciar o voo dos pardais junto à vidraça. Quando for muito velhinha, também quero ter um reino de amigos de quatro patas ou duas asas. E quero ser igual a ela na arte de contar histórias, quem já viveu tanto tem sempre um episódio do seu passado para contar. A minha avó é uma espécie de livro interminável, um livro falante com aventuras que entusiasmam, divertem ou emocionam. Gosto que me conte as epopeias da sua infância e juventude. É mágico ouvi-la narrar a noite em que viu uma aurora boreal. Segundo as suas palavras, este evento celeste foi a coisa mais bonita que viu no firmamento, em toda a vida. Relembra que foi nessa circunstância que descobriu o significado da palavra «deslumbramento». Teve muita sorte por se ter deslumbrado com a vida ainda em menina, assim os seus olhos tiveram o privilégio de guardar por dentro aquela imagem das cores gigantes e movediças a embelezar o resto da sua existência.

É comovente escutá-la a descrever o fatídico episódio em que perdeu a sua boneca favorita. Durante a infância, os poucos brinquedos que possuía eram construídos por si com pauzinhos, pinhas ou restos de tecidos que sobravam das roupas que a mãe costurava em casa. Um dia, por altura do seu aniversário, os pais resolveram oferecer-lhe uma boneca de verdade. Assim que recebeu a

prenda, os seus olhos brilharam de alegria. E brilhavam sempre que chegava a casa, depois da escola e das lidas do campo, porque reencontrava a amiga, sossegada, à sua espera para novas brincadeiras. E foram tantas as horas de diversão entre as duas que, a certa altura, a boneca começou a ficar suja. Como a estimava muito e era a única que possuía, a avó queria que ela voltasse a ter boa aparência. Achou que o melhor plano para renovar a amiga era dar-lhe banho. Quando a colocou num tanque de água e começou a esfregá-la com sabão, pressentiu que fizera algo errado, porque num instante a boneca ficou muito mole. Percebeu deste modo trágico que a sua boneca tão adorada era feita de cartão e que, ao tê-la molhado, em vez de lhe repor a beleza original, condenou-a à dissolução. Diante dos seus olhos chorosos, o brinquedo desfez-se em milhões de pedacinhos flutuantes. Foi neste dia que a minha avó aprendeu a palavra «desconsolo».

Nas páginas do livro da sua vida existem também peripécias cómicas. A que tem mais graça é aquela em que, para ir bonita para uma festa de São João, se lembrou de pôr água com açúcar no cabelo (parece que naquele tempo não havia laca e as pessoas eram bastante criativas). Como era de prever, aquela cabeça açucarada foi um delicioso atrativo para insetos. Naquele dia, a caminho do baile, foi picada por uma legião de abelhas que, segundo a própria, fizeram a sua cara rosada de moça ficar igual a um papo-seco mal-amanhado. Claro que não pôde ir para a festa dadas as dores e o desarranjo facial. A lição que aprendeu foi que há ocasiões em que se fazem muitíssimos disparates para se ficar bonito, mas que a verdadeira beleza é a que nos é natural. A sorte é que as picadas desincharam em menos de uma semana e as faces coradas voltaram à forma original.

Enquanto me conta as histórias de rir, de chorar ou pensar, a minha Rapunzel tricota. Inventa mantinhas, botas e gorros para bebés. Eu pergunto-lhe se va-

mos ter mais crianças no nosso clã, se serei agraciada com irmãos ou primos. Ela olha-me com meiguice e responde que sim, que vamos ter bebés na grande família. Explica-me que «grande família» é a humanidade e que há sempre bebés a nascer e a precisar de roupas que os aqueçam. Creio que, apesar de ter os dedos torcidos, nunca tem dores nas mãos porque dedica o tempo a usá-las para fazer coisas bonitas para os outros. Acenando a cabeça, confirma a minha ideia, diz que as dores do corpo se esquecem de aparecer quando ela se ocupa destas coisas importantes. É lindo ver as roupas de lã tricotadas por ela serem entregues nas maternidades ou em lugares onde existem bebés a precisar de fatinhos feitos por avós emprestadas. Não me importo de emprestar a minha avó a todas as crianças do mundo. **Devemos ser generosos com os afetos, porque o amor e cuidado chegam para todos, uma vez que as contas do coração são quase sempre multiplicações bonitas.** Foi ela que me ensinou esta aritmética. Não sei se a minha professora de matemática concorda, mas eu também já aprendi que há contas que ultrapassam os manuais escolares e as regras do raciocínio lógico.

Se há circunstância que não consigo compreender, por mais que use a minha racionalidade, é porque é que as pessoas envelhecem. Para mim, os seres humanos deviam parar numa certa idade. Podiam ficar velhinhos para sempre, só para conversar e brincar com os netos, trisnetos e tetranetos e por aí fora até ao infinito das gerações vindouras. «Idosos-para-sempre» podiam ser os professores da vida. Inventava-se uma escola para as pessoas irem aprender a viver com estes mestres da sabedoria. Já falei desta ideia à avó, mas ela discorda de mim. Do seu ponto de vista, todas as coisas que nascem têm princípio, meio e uma espécie de fim. Ela acredita que é um fim falso, porque o fim de uma coisa é sempre o começo de outra. **Só o corpo fica gasto, o que é**

invisível não envelhece e prossegue a sua existência de formas misteriosas e belas. A avó leva-me ao pomar, mostra-me os frutos tombados na terra. Explica-me que os frutos vão envelhecer sobre o solo e, depois, libertarão as suas sementes. A extinção do fruto é o nascimento da semente. Depois, as sementes adormecerão debaixo da terra, mas daí a pouco brotarão rebentos verdes. O desaparecer da semente é o aparecer da pequena planta. Depois, a planta há de crescer e crescer e transformar-se numa grande árvore. O fim do broto é o começo da árvore e a árvore dará novos frutos e o ciclo repete-se. «É magnífica a vida, magnífica e perfeita, como estes ciclos que parecem revelar-nos segredos sobre os grandes mistérios», diz ela com um sorriso enigmático.

A minha avó não andou muito tempo na escola, só aprendeu a ler e a escrever, mas afirma que **«a maior aprendizagem acontece dentro dos olhos»**. É o olhar atento o grande professor e a natureza a suprema pedagoga. Só aprendemos de verdade o que vemos com cuidado, o que percebemos com a cabeça e entendemos com o coração. Há dias em que estou nas aulas e penso nestes ensinamentos da avó. Em certas ocasiões, a professora está a explicar fórmulas no quadro e eu estou a olhar para a janela, a tentar perceber com o peito o voo dos pássaros ou a gargalhada de quem passa na rua a andar de bicicleta.

Quando eu era pequena, a avó andava comigo de bicicleta. Eu gostava muito das nossas incursões sobre a calçada da aldeia. Agora, já não andamos juntas sobre rodas porque ela perdeu um pouco o equilíbrio. A avó assegura que, no seu pensamento, ainda pedala velozmente pela vida e que agora que o corpo não lhe acompanha a velocidade das ideias, é feliz dentro das boas recordações, como essa de andarmos juntas de bicicleta. Penso que envelhecer deve ser parecido com transformar-se numa arca cheia de memórias. É por isso que as pessoas mais velhas sabem tantas coisas, porque estão cheias de lembran-

ças daquilo que viveram e, sobretudo, aprenderam. A minha Rapunzel de cabelos brancos garante que a diferença entre idosos amáveis e idosos rabugentos é a ordem com que decidem arrumar a mala do seu passado. Cheia da sua sabedoria, considera que pessoas rezingonas são as que preferem carregar o baú até ao cimo com as recordações más ou azedas. Almas sorridentes são as que preferem deixar essas coisas pesadas no fundo e trazer para o topo as memórias que trouxeram Sol aos seus dias. Quando os humanos rabujas abrem a arca, só veem as horas de chuva, quando os alegres a abrem, veem os minutos mais luminosos. Todos carregamos experiências fulgurantes e cinzentas dentro da grande bagagem do tempo, mas nem todos as arrumamos da mesma forma.

Os meus pais dizem que eu sou desarrumada, que o meu quarto é um pandemónio. Não são poucas as vezes que ralham comigo porque deixo a mochila aqui, um caderno acolá, os livros espalhados. Confesso que eles têm razão, nas arrumações do quarto não sou nada exemplar. Mas nessas alturas também dou comigo a pensar: pelo menos, a minha pequena bagagem de memórias está muito bem arrumada, está organizada do modo que a minha avó-professora me ensinou: Sol em cima, nuvens negras em baixo.

A casa da minha avó é quase sempre arrumada; quando tem descendentes lá dentro, fica, como ela diz, «do avesso», mas um avesso bom. Na sua casa de aldeia não há fotografias antigas nas paredes, só há imagens dos netos a rir, sobretudo, sem os dentes da frente. Ela acredita que os retratos que se colocam nas paredes, apesar de serem sempre sobre um passado, têm de estar impregnados de futuro. A minha Rapunzel sente que fotografias antigas lhe trazem uma certa nostalgia. Ela esclarece que nostalgia é a saudade de tudo o que foi e já não volta. Ela descreve que é como sentir uma vontade melancólica de viajar para outro tempo. Retornar à época em que tinha as costas direitas e não

precisava de óculos, para a idade em que a sua cintura era fina e as pernas a faziam dançar nos bailes, para a altura reconfortante em que tinha pais e irmãos. Ela murmura que envelhecer também é sobre aprender a perda, mas nunca explica esta ideia. Finaliza abruptamente a conversa com a frase: «querer estar no passado é uma forma de se levar o coração para um lugar de ausências. **«O presente é o lugar onde o coração sabe ser feliz.»** Pelas suas misteriosas frases e explicações, deduzo que não gosta de ficar nostálgica e é por essa razão que guarda todas as imagens de quando ela era nova dentro dos álbuns. Fotos coloridas dos netos, pelo contrário, deixam-na alegre e, por isso, estão espalhadas por toda a parte. A minha avó declara que as crianças são possibilidades infinitas e abertas a cada dia. Não sei bem o que é que ela quer dizer com isto, mas agrada-me pensar que eu sou uma possibilidade infinita.

Lamentavelmente, o verão não é uma possibilidade infinita. As férias terminam a meio de setembro e nessa altura eu tenho de fazer as malas, despedir-me da avó e regressar à cidade. O meu coração enche-se de saudades dos momentos que passámos juntas, fica a transbordar dessa tal nostalgia.

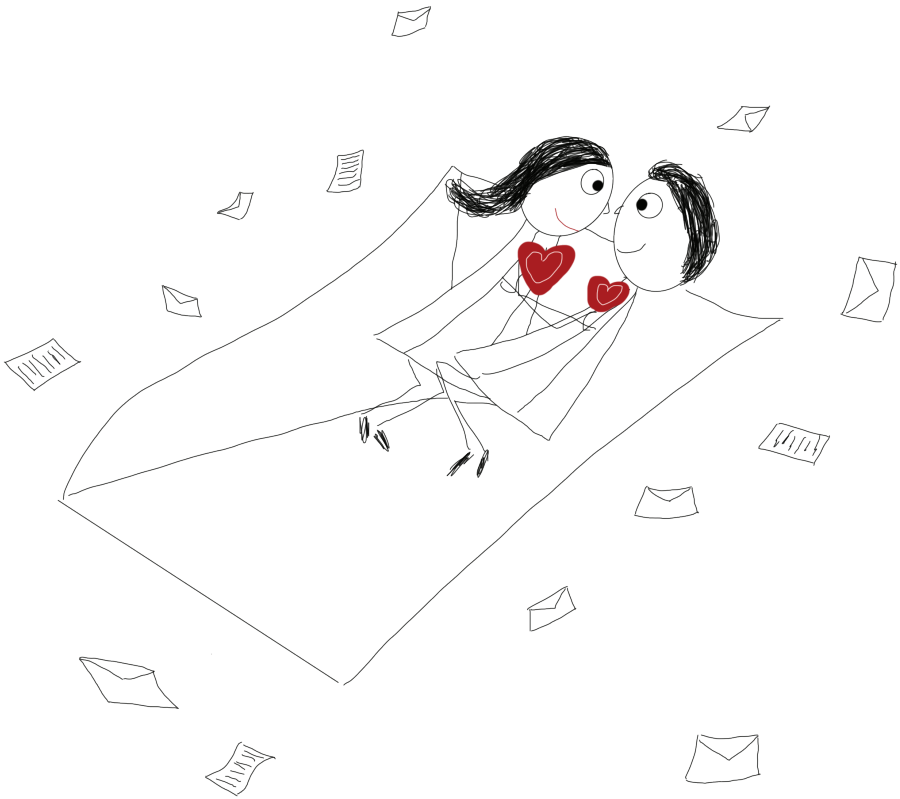
Este ano, prometemos escrever cartas uma à outra. Noutras épocas, as pessoas usavam esta forma de comunicação, pois nem todas tinham telefone para estabelecer contacto e os telemóveis estavam longe de existir. A avó mostrou-me correspondência antiga, guardada numa gaveta. Nessa coleção de papéis há declarações de amor do meu avô, postais dos irmãos que viviam no Brasil e cartas de primas afastadas. As epístolas apaixonadas que me leu tinham poemas. Confesso que fiquei bastante espantada porque não sabia que o meu avô, na juventude, fora poeta. A avó respondeu-me que **o amor transforma os apaixonados em poetas.** Também diz que **as cartas dos namorados tornam o amor eterno.** Mesmo que os namorados se separem, por alguma

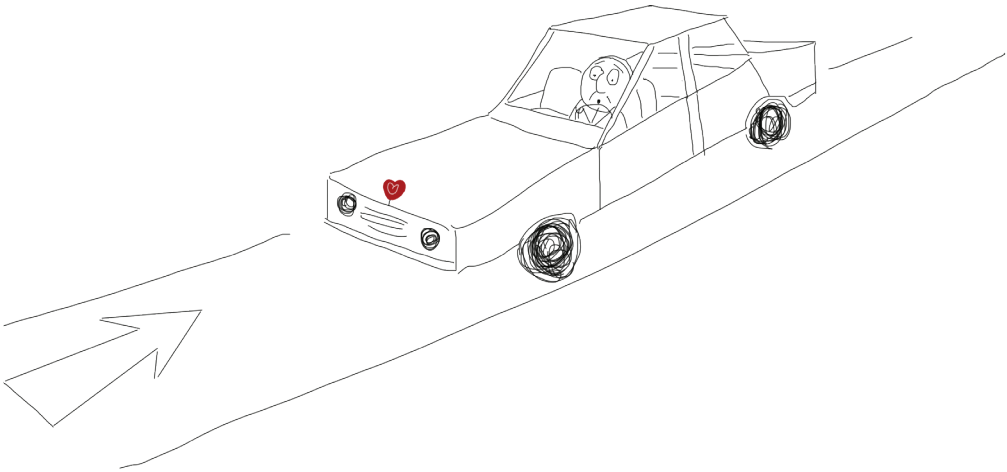
eventualidade da vida, dentro dos envelopes do romance eles vivem e estão apaixonados para sempre. A avó recordou que o pior da correspondência amorosa eram os dias de espera: o carteiro demorava na entrega e o coração batia ansioso com tanta demora. Ao ler os postais dos irmãos do Brasil, percebi que eram num registo bem diferente, a maior parte descrevia paisagens e aventuras exóticas. Usavam palavras vibrantes que transmitiam entusiasmo e cor. Convidavam a família a conhecer aquelas terras e nunca falavam em regressar a Portugal. As primas, por seu turno, escreviam palavras soturnas, narravam saudades de filhos ausentes, angústias de países em guerra. Eram choros e desabafos de mães tristes, como são todas as que têm os seus filhos na guerra. Em qualquer delas, percebia-se que haviam sido escritas sem pressa, com letras muito elegantes, que mostravam, no seu traço, o apreço do emissor em relação ao destinatário. A avó acha que as cartas são tatuagens no papel. Diz que as epístolas duram uma vida inteira e podem fazer-nos companhia quando as relemos. Eu concordo com ela. Hoje, não há cartas, há SMS, MMS, memes e e-mails que duram pouco, precisamos de estar sempre a apagar informações dos equipamentos tecnológicos porque estes aparelhos ficam muitas vezes com a memória cheia. Nos tempos que correm, os armários de casa já não transbordam com envelopes tatuados de caligrafias e frases cuidadas, o que é uma pena, já que uma gaveta com recordações escritas de amigos é uma imagem muito bonita. Eu adoraria trocar correspondência com as pessoas de quem gosto, enviar postais ilustrados e receber manuscritos de resposta. Não sei se alguém, exceto a minha querida avó, terá paciência para esta comunicação tão demorada e fora de moda.

A avó diz que as modas são passageiras, só as coisas fundamentais como o amor, a amizade, a beleza, a verdade e a sabedoria são intemporais. Eu digo à avó Céu que ela é fundamental para mim, portanto, apesar de todos os anos

que tem, é, e será sempre, intemporal. No meu coração, a avó vai acompanhar-me até ao infinito.

Quando eu lhe digo isto, os seus olhos azuis, cor de céu atravessado pelo canto de melros, emocionam-se. Nesses momentos, em silêncio, damos um abraço. Os braços da minha avó envolvem-me, são como ramos de uma árvore muito antiga. Os meus braços de neta envolvem-na e são como ramos de uma árvore muito pequena. No centro dos nossos troncos batem dois corações sem idade. O meu, em silêncio, diz: Avó, quando chegar a minha vez de ter incontáveis anos, quero ter uns cabelos de Rapunzel, tão longos quanto os teus, e tão compridas quanto os cabelos, quero que sejam a minhas memórias. Avó, quando chegar o meu envelhecer, quero uma sabedoria esplendorosa e vasta como a tua.





Avó em Contramão

Rita Cruz

Este texto não foi escrito ao abrigo do novo acordo ortográfico.

Avó em Contramão | Rita Cruz

Debaixo da cama, onde na infância os monstros se escondem mal a luz se apaga, foi onde guardei os envelopes e as fotografias. Dentro de uma pequena caixa que só eu sei e que agora roubo a esse espaço imenso onde tudo cabe. Eram pequenas e macias, as minhas mãos, quando a lá coloquei. Agora são grandes, encarquilhadas, de veias salientes, inchadas de dias e noites, risos e lágrimas, triunfos e derrotas.

Para entenderem o que está dentro da caixa, preciso de vos apresentar a minha avó. Chamava-se Deolinda Ramalho, mas a provar que de pouco valem os nomes, era a Dorinha para toda a gente. A minha avó nasceu depois de uma Daniela, e de uma Danila, e de uma Dária , e de uma Dora, no meio de onze filhos no total, e os nomes, tal como as pessoas, quando são muitos, deixam de ter importância individual. Os *d* já eram muitos e a mais quando ela nasceu e começaram a misturar-se todos. Como Deolinda custava mais a dizer que Dora, aquele *l* a fazer a língua subir em vez do *r* a escorregar por ela abaixo, à minha avó sempre a chamaram Dorinha, só o *inha* a fazer a distinção da irmã Dora.

A minha avó, até ao avô morrer, foi uma avó como deve ser. Quando a visitava a casa tinha perfume a biscoitos de gengibre acabados de fazer para mim, aroma que chegava às escadas do prédio, tal tapete vermelho estendido para me receber. Quando comecei a ler, a avó tinha sempre um livro à minha espera e um colo para eu me sentar, confortável, feito de pernas rechonchudas e xailes de lã. Nesse colo, eu esticava os braços e decorava a sala com as minhas estórias grandes de menina: pendurava-as nos candelabros, arrumava-as ao pé dos bibelots, enfiava-as no quentinho da escalfeta, nos fios dos bordados e

nas ramagens dos paninhos de crochet. A minha avó, quando era como deve ser, deixava-as ficar todas ali, para que eu, mal entrasse na sala, me soubesse presente em todos os recantos.

Mas tudo se desfez no dia em que o meu avô morreu.

Volto lá, para vos levar comigo, ao ano em que ela se foi embora. **Fecho os olhos, encolho corpo e mãos, limpo da pele vincos e manchas, e eis-me, frente à casa dela: a porta fechada que não abre à minha insistência e, escondido debaixo do tapete, um envelope sem remetente nem direcção.**

Há meses que a normalidade vem vindo a ser abalada, penso, a olhar para a impávida porta de madeira. Começou poucos dias depois do funeral do meu avô. Nesse dia, a casa ainda cheirava a biscoitos de gengibre e ainda as minhas estórias decoravam a sala. Mas a avó que me abriu a porta não vestia de preto, mas de azul céu. Azul clarinho, estão a ver? E, como se não bastasse, quando atentei no rosto, percebi que a minha avó tinha colocado batom vermelho. Não berrante, um vermelho algo discreto, mas batom de todos modos. Olhei-a com a mesma dose de espanto, curiosidade e medo, que usaria se tivesse à minha frente um extraterrestre de pele verde, três olhos e sete caudas. Só não agi da mesma forma, porque em vez de correr escadas abaixo, como faria se o ser à minha frente fosse multifocal entrei, pese hesitante, em casa.

Depois, passadas semanas, quando me abriu a porta numa terça-feira de Verão, a minha avó vestia fato de treino e sapatilhas... do xaile, nem vestígio. Abriu-me a porta com gotas de suor a pingarem do queixo. Tinha ido ao ginásio, disse-me, como uma casualidade absurda, como se fosse um tema que

não exigisse explicação e detalhe. E depois, já lá pelo fim de Verão o impensável aconteceu. Cheguei com uma novidade enorme, tremenda — que agora não me lembro exatamente do que era — mas não cheguei a contá-la. Quando cheguei à sala, apercebi-me logo, mal entrei, que alguma coisa estava fora de lugar, que alguma coisa faltava, ou que alguma coisa estava a mais. Não tardei a saber o quê, porque assim que comecei a contar a importante estória que agora não recordo, percebi que não tinha onde pendurar ou alojar as palavras. Não só todos os lugares estavam vazios das minhas estórias, como todos eles tinham perdido os cabides, os fios disponíveis, as gavetas escondidas. A avó não me ouvia. Tinha limpado a sala e começado ela a contar uma estória sem qualquer importância.

Olhei-a então com o maior espanto da minha vida, mas na verdade, todas as peças encaixavam na conclusão óbvia de que a minha avó tinha deixado de ser uma avó como deve ser.

Ainda assim, neste dia, estou incrédula face à porta que não se abre. Insisto. Vejam, toco uma e outra vez e demoro, até finalmente reparar no tal envelope que a minha avó deixou no chão. Está semiescondido pelo tapete. Só um bocadinho à mostra. Pego nele com a ponta dos dedos. É cor-de-rosa e cheira a perfume, embora esteja sujo do pó do tapete que a minha avó, obviamente, não limpa há meses. Diz: Para a Rosário. **Não diz para a minha neta. Chama-me pelo nome, como se no universo de netas e avós os nomes próprios tenham sentido.** Abro com mãos trémulas, a saber que não vou gostar do que lá está escrito.

Querida Rosário, enquanto se vive, não é tarde para recuperar o que ficou por viver.

Afinal, não gosto nem desgosto: não entendo. Decido que as palavras são um código, só assim se explica o absurdo. Debruço-me sobre elas à procura das pistas que me digam o lugar onde ela está e eu a devo encontrar. A palavra--chave, decido, é recuperar. A minha avó está num sítio onde se recuperam coisas. Mas para recuperar é preciso ter perdido antes e a única coisa que me lembro dela ter perdido são uns brincos antigos, que ela disse terem-lhe caído numa aula de dança. Sim, a minha avó, lá pelo Outono, começou a ter aulas de dança...

Resolvo ir ao edifício onde as aulas decorrem. Faço-o só na segunda-feira ao fim de tarde, ainda com a mochila da escola às costas. Se a encontrar, penso, ainda vou a tempo de lhe exigir que esteja em casa à minha espera, como é devido, no dia seguinte. Na rua, estou atenta e escondida, para ter a certeza de que ela não me vê sem eu a ver primeiro. Da porta principal do edifício, vejo sair um grupo de três raparigas e um rapaz, ele de calças de ganga rasgadas e elas de saias curtas, a entrarem na calçada com tamanha certeza de caminho que quase me atropelam. Não de propósito, mas porque nenhum deles me vê.

Penso que a juventude tem uma cegueira ameaçadora e pergunto-me se também eu a terei quando crescer.

Como não quero nem ser vista, nem atropelada outra vez, resolvo seguir em frente, afastar-me da porta principal e subir pelas traseiras Não há ninguém nas escadas, tudo quieto e calmo, mas assim que chego ao segundo andar e abro a porta do corredor, começo a ouvir o barulho de vozes e música. O pavilhão tem duas portas e eu abro devagar a do fundo. Presto atenção a todos os rostos, mas é evidente que não só ela não está ali, como ninguém tem a idade dela. Aqui e ali, vejo gente a esticar pernas até à cabeça, a dobrar o tronco até ao chão, a ensaiar passos cuja rapidez os meus olhos não acompanham, e tenho a certeza que a avó não consegue fazer nada daquilo, mesmo com as pernas

torneadas que agora tem.

"A menina aí ao fundo, procura alguém?"

As cabeças viram-se na minha direção. Quem fala é o homem do fato brilhante agarrado ao corpo. Estão a vê-lo? Caminho até ele e explico-lhe baixinho que venho à procura da minha avó, que ali tem aulas de dança e que me desafiou, num código rebuscado, a encontrá-la ali. O homem pergunta-me se eu tenho uma fotografia, e eu por acaso até tenho, uma que guardo na minha pasta de escola, uma de quando o avô ainda era vivo. Mostro-a, não me lembrando que a minha avó agora vai ao ginásio e pinta os lábios e estica o cabelo e usa saias que mostram as pernas e já não é a avó como deve ser que o avô, durante tantos, se assegurou que ela fosse. O homem agarra na fotografia e começa a rir muito e alto. Tem um daqueles risos que não riem sozinhos e eu só não o acompanho porque sei que se ri de mim. Entre soluços, porque o riso lhe causou um choro histérico, pergunta-me:

"Ó menina, acha que isto é lugar para uma velha?"

Com certeza que não é, mas isso que o diga à minha avó e não a mim! Ela é que vem aqui perder os brincos e agora me diz para os recuperar. Ou não?

Dia seguinte, terça-feira, bato à porta do apartamento outra vez. Talvez a avó tenha regressado de onde foi e me explique a chave do código que eu não consegui resolver. Mas a porta permanece fechada e, notem, o perfume no ar... reconhecem? É o mesmo do envelope cor-de-rosa. Baixo os olhos e lá está ele. Só a pontinha de fora. Desta vez, o envelope é azul e está quase todo escondido. Lá dentro, uma fotografia. Pasmo. Nesta fotografia, a minha avó aparece num vestido vermelho, com folhos e rendas, e dança. No momento captado, os braços desenham um círculo perfeito, o direito ao nível do colo, o esquerdo

acima da cabeça. Não leva pernas à cabeça, nem tronco ao chão, mas tem graça e leveza. Atrás da fotografia, nova mensagem:

Um dia vi um tango e sonhei também eu dançá-lo, vestida de vermelho sangue.

Duas mensagens, uma fotografia. Estamos em dezembro e, em breve, as decorações natalícias e as músicas, e eu sem acesso à casa e ao colo — ainda que menos confortável que o do ano anterior, rijo de músculo e despido de xailes. Junto as peças, procuro a chave. Recuperar qualquer coisa e vestir qualquer coisa. Sangue?... Não sei o que pensam vocês, mas eu prefiro não pensar. Menciona dança outra vez... terei afinal descodificado a primeira mensagem, e terá afinal sido o objetivo dela tornar-me motivo de risota? Porquê, perguntam? Talvez para me desmotivar da procura... A verdade é que se tivesse levado a fotografia que agora tenho nas mãos, o homem do fato brilhante não se teria rido de mim.

Penso, penso, penso, mas não consigo fazer sentido da mensagem.

Passa-se uma semana.

Terça-feira. A porta outra vez fechada. Desta vez, o envelope completamente tapado pelo tapete. Dentro dele, uma fotografia com o nome de um lugar. Afinal, não há qualquer mensagem a descodificar. A avó não se esconde de mim, mas está num lugar onde eu não posso ir buscá-la e exigir-lhe os meus biscoitos e o meu colo. Está num país que só descubro a percorrer o Atlas com o dedo, durante quase uma hora. Nesse lugar onde o meu dedo poisa, a avó veste calças de ganga sujas de terra e tem um lenço preto e branco na cabeça. À volta dela, uma roda de crianças tão esfarrapadas como sorridentes. A mensagem diz:

Sempre soube que tinha mais para dar. Um dia antes de ser tarde, ainda não é tarde para o fazer.

Não sei se concordam comigo, mas acho que percebo. As mensagens não são códigos, mas apenas legendas. Desço as escadas e vejam, lá fora, começou a nevar. Nunca neva na minha cidade, mas o que são estes flocos brancos que cobrem a calçada, se não neve?

Atravesso o frio e chego ao meu prédio, ao meu apartamento, ao meu quarto. Junto aquele envelope aos outros e coloco-os dentro do meu diário, que normalmente fecho à chave para garantir que a ninguém descobre que é pelo Rodrigo que estou apaixonada e não pelo Daniel, de quem a Ana Luísa já me disse, sob promessa de segredo, gostar muito também.

"Mãe, como era a avó?"

Pergunto, antes de ponderar se vale mesmo a pena perguntar à minha mãe. **Já percebi que os netos não sabem nada dos avós... e os filhos, saberão dos pais?**

"Como era a avó, quando? Quando era jovem, queres dizer?"

"Antes de ser tua mãe," clarifico.

A mãe olha para mim de sobrolho franzido.

"Sabes por exemplo se ela gostava de dançar?" pergunto.

Vêem como os olhos da minha mãe abrem... estão a tentar deixar entrar muitas imagens, e começam a ficar brilhantes do excesso.

"Que engraçada, a pergunta... de repente lembrei-me de quando ela dançava.

Já me tinha esquecido. Foi há muito tempo quando eu era pequenina. Imitava dançarinas na televisão. Pegava em mim e dançávamos as duas. Tenho a vaga memória que ela, antes de se casar, dançava num grupo regional, não sei bem que tipo de dança." Olha para mim, e vejo que está intrigada. "Porque me perguntas isso? De onde te veio essa ideia?"

Encolho os ombros. Não sei o que me dá e pergunto, em vez de responder:

"E tu, mãe, quando eras nova, gostavas de dançar?"

Arrependo-me de imediato. A minha mãe agarra aquelas palavras com mãos tão trémulas que me parece que percebeu tudo. Que denunciei a minha avó sem querer. Mas não, que alívio... diz alto um pensar:

"Não...mas gostava de outras coisas..."

"De quê?" Pergunto-lhe, ávida de saber agora e não daqui a não sei quantos anos, em palavras escondidas atrás de uma fotografia.

"Sei lá, filha! Sabes que quando se é nova quer-se fazer imensa coisa."

"E quando se é velho?"

"Quando se é velho já não se quer nada."

Sabemos, obviamente, que é mentira, por isso estamos aqui neste diálogo, não é? Mas a mãe insiste, num suspiro.

"Quando se é velho já só se quer descanso."

Levanta-se do sofá. Tem coisas para fazer e esta conversa absurda empata-a.

"Olha, eu já estou velha, por exemplo." Passa as mãos no meu cabelo e passa

por mim, em direcção à cozinha. Mas eu ainda não acabei.

"E se não se quiser descanso? Se se quiser... coisas?..." Arrisco inspirar-me na frase da minha avó "Se não for ainda tarde para viver o que não se viveu?"

A minha mãe para e vira-se para mim. Está claro que aquela minha frase foi um despropósito perigoso. Estou a falar demais.

"O que é que te deu hoje? É por causa da tua avó?"

Confesso que estou quase em pânico. Ei-la a voltar atrás e a sentar-se ao meu lado. Agarra-me nas mãos com cuidado, como que sejam delicada porcelana.

"Minha querida, a vida é assim, e há que aceitá-la. Há um momento em que se é jovem e o mundo parece uma auto-estrada. Depois é-se adulto, e essa auto-estrada já é um caminho mais estreito, e não leva a toda a parte, só a alguns lugares. Quando se é velho, já se percorreu muito, e no caminho já só cabe um destino, e para ele se caminha. Entendes o que te digo? O que interessa é o que ficou para trás."

Aceno. Penso mesmo que ela tem razão, que a minha avó já teve a sua auto-estrada, mas que agora se meteu a andar para trás e foi desaguar nela outra vez e há que salvá-la. **Imagino que esteja a conduzir nela em contramão. Imagino que ao lado lhe estejam a buzinar e a gritar sai daqui ó velha!**

A minha avó Deolinda perdeu o juízo, compreendo agora. Não posso dizer isto à minha mãe, mas também não sei o que fazer.

Passa-se mais uma semana. Terça-feira e, desta vez, o envelope é cinza e sim, têm razão, não se sente perfume no ar. E a fotografia é a preto e branco. A minha avó está à frente de um grupo de mulheres e são todas tão velhas como

ela. Parece ensinar-lhes passos de dança. A fotografia não tem qualidade, mas vejam, as mulheres são todas muito diferentes. Algumas de rosto escuro, outras de olhos rasgados. Nenhuma delas parece acertar no passo que a minha avó ensina, mas todas se riem, com risos também diferentes. Atrás da fotografia:

Nada dá mais alegria do que chamar alguém à vida.

Então e eu, avó? E a minha vida? E o meu colo? E os biscoitos de gengibre e canela? Não dava isso alegria? Não me chamavam a mim à vida? Apetece-me gritar-lhe, mesmo a saber que não me vai ouvir.

Deixem-me ir agora sozinha, deixem-me virar costas e descer a correr as escadas. Deixem-me deixar aí, com vocês, a noção absurda de que a avó Dorinha não se esgotava em mim, que era, e sempre fora, demasiado grande para eu a abarcar.

Não vou voltar ao apartamento dela, decido. Neva, de qualquer forma, na rua dela. Vêem? Não há dúvida. Não neva em lado nenhum, mas neva lá. Deixem-me ficar no meu quarto, com a vista estendida à janela, a imaginar auto-estradas e pistas de dança escondidas debaixo daquele manto alvo.

A mãe está estendida no sofá, a ver televisão. Uma manta branca cobre-a, e ocorre-me que o corpo dela parece a calçada da rua da minha avó e, a manta, a neve que a cobre.

"E se uma velha fizer o caminho contrário e se meter na auto-estrada?" pergunto antes de me aperceber que falo alto.

A mãe ouviu-me e desvia os olhos do ecrã com má vontade. Acho que não lhe apetece pensar e demora a perceber o que ouviu.

"Auto-estrada o quê?... Ah, referes-te ao que te disse outro dia? Mas o que queres dizer com uma velha fazer o caminho contrário?"

"Se uma velha não quiser seguir um caminho estreito."

Não está a querer conversar. O programa cintila como ouro no ecrã e chama-a. A minha mãe procura uma forma rápida de me calar.

"A vida não é querer, filha, é seguir o que tem de ser."

"Mas se uma velha desobedecer, mãe?" insisto.

Olha finalmente para mim.

"A auto-estrada é para os jovens."

"Sim... mas e se uma velha quiser voltar atrás?"

"É atropelada, sei lá! Ou faz figuras tristes, deixa o carro ir abaixo, filha, qualquer destas metáforas. Agora deixa-me, vá, que estou cansada."

Não sei o que acham, mas eu, neta despeitada, concordo. Entretanto a mãe aumenta o volume da televisão e eu percebo que a conversa acabou. Sigo para o quarto. Tenho mesmo de parar a avó antes que um disparate aconteça. Não sei por onde começar, a não ser voltar atrás na minha decisão e regressar ao apartamento na terça-feira seguinte.

Já não neva, mas a rua veste maciez branca a luzir no sol frio. Os meus sapatos deixam marcas solitárias no algodão que cobre o caminho que me leva a este prédio pequeno e quase desabitado, à saída da cidade. Não há passos atrás

de mim, nunca os há, penso agora, e por isso a neve que piso é sempre virgem. Paro para ouvir o silêncio e pela primeira vez noto que há muito. **E, como acontece com todos os silêncios quando são grandes demais, este também se enche do contrário. Cada sopro, um grito. Cada pensamento, uma arruaça.** Por isso estou agora a correr na direcção do prédio e da porta que não fecha, e a subir escadas acima, até ao tapete que alberga os envelopes. Nunca tal coisa me ocorreu, mas de repente, sinto a solidão que é viver ali. Não a penso, mas sinto-a a subir por mim acima com uma trepadeira num vídeo acelerado. A solidão da espera de cada terça-feira. A solidão da vida parada, à vista das outras que correm. De repente, parece-me que entendo tudo o que todas as palavras escondidas nos envelopes dizem, e pergunto-me se vocês já as sabiam e se me têm acompanhado com condescendência.

Pego nos envelopes que me esperam debaixo do tapete e volto à rua com pressa. Não quero ficar, nem tardar. Faço o caminho contrário, aquele que insiste em só ter a marca dos meus sapatos, até ao cimo da rua, onde já não há neve, até cruzar outra rua e outra e outra e parar. E ouvir. O ruído. Vozes, carros, risos, choros. A vida agitada da minha cidade a atravessar a minha.

Corro até minha casa e por ela adentro. A mãe está a trabalhar e o pai nunca está à terça-feira, e por isso eu ia sempre neste dia a casa da avó. A saber-me sozinha, sento-me no sofá e abro os envelopes.

O primeiro tem uma fotografia da avó dentro de água. Vê-se que não veste um fato de banho, mas um biquíni, porque a água lhe chega às costelas e vê-se que debaixo delas não há pano, mas pele. A avó nunca nos acompanhou nas férias de Verão porque o avô não gostava de praia e, tanto quanto eu sei, a avó não sabe nadar. Na mensagem, a avó escreveu:

Não quero chorar o que não soube, quero agarrar o que tenho, a saber que não me afogo.

Guardo a frase, a saber que, mais uma vez, não a entendo, mas também já não quero dizer isto alto porque desconfio que vocês sabem mais do que eu.

Tenho medo de abrir o segundo envelope e vê-la ainda mais longe, mais distante, prestes a ser atropelada nessa auto-estrada que ela percorre em contramão. Abro a medo. Na fotografia, ela está serena. Escreve, sentada a uma pequena mesa à beira-mar.

Só agora percebi que, se escrever a minha história, tenho mais cuidado com o conteúdo.

Esta frase percebo. Escrevo um diário e sei que, por fazê-lo, presto atenção ao que faço. Se alguém um dia o ler, apesar de estar fechado à chave, não quero ser aborrecida, nem desinteressante. Por isso, muitas vezes invento coisas. Não que seja isso que a avó quer dizer literalmente, ela não diz inventar, diz preencher o conteúdo com coisas vivas. Percebem, também? Concordam? O vosso silêncio deixa-me nervosa. Tenho a certeza de que sabem mais do que eu.

Terceiro e último envelope. Abro-o, e a imagem apanha-me desprevenida. É diferente de todas. Nela, a minha avó caminha de mão dada com uma pessoa de quem só vejo as costas. Estão num caminho de terra batida os dois e a minha avó olha para trás, para mim, com sorriso de jovem. Continua a ser ela na idade dela, na pele estão os vincos da vida, no cabelo a cor dos anos, mas o sorriso é o das fotografias de jovem. Na legenda, a frase mais longa de todas. Creio que não é uma legenda àquela fotografia, mas uma legenda a todas elas:

Nunca aceites, Rosário, ser invisível. Quando te vires atirada para um lugar onde não podes protestar, com o teu vagar, a auto-estrada dos outros, pinta os lábios, calça sapatilhas, faz o que ficou por fazer, arregaça mangas, larga amarras. Lembra-te, minha Rosário, que a solidão que nos despe e mata começa num lugar, avança para um quarto, acaba numa cama.

Passam-se dois dias, e a minha mãe chega mais cedo a casa. Chama-me. Eu sei o que tem para me dizer. Há mais de um ano que o espero. **Afinal, sei mais do que vocês sabem. Por isso entendo, e talvez vocês não, que aqui, à janela, se deixa de ver a rua da minha avó.** Que ela afinal não é visível do nosso prédio, está atrás de outros. E que na minha cidade nunca, nunca, neva. E eu sei, e vocês não, porque me recuso a ouvir a minha mãe. Porque fecho a porta que ela consegue abrir. Porque não quero que ela me agarre as mãos com que tapo os ouvidos. Porque não quero ouvir o que ela diz:

"Já não sabia quem era, filha, já não reconhecia ninguém, partiu em paz, que é o mais importante."

A minha mãe não percebe que o mais importante é não ouvir isso e preservar todos aqueles envelopes, aquelas fotografias, que nascem do silêncio do que não é. Aquelas palavras podem fazer com que se esfumem todas as mensagens absurdas que eu ainda não entendo, mas que sei que devo guardar. Por isso, em lágrimas e pânico, peço-lhe que saia do quarto, e fecho a porta, e apresso-me a abrir o diário fechado à chave, e agarro nessa caixa invisível que está debaixo da cama e meto lá tudo com mãos trémulas, e trôpegas, e lisas de infância, antes que tudo desapareça.

Entendem, vocês?

Volto às minhas mãos de rugas e manchas. Tenho hoje a idade que ela tinha. Não abro a caixa. Não preciso. Afinal, lembro-me de tudo. Mas vou levá-la comigo, juntamente com as malas que são poucas, pequenas, porque a vida quer-se ligeira de pertences. Vou fazer o que ela fez na minha imaginação de menina. Vou andar em contramão. Vou calçar sapatilhas e aprender qualquer coisa que ainda não sei. Já percebi os sinais. Quando piso o chão, as minhas passadas não se ouvem como antes. Quando falo, a minha voz é mais baixa e muitas vezes não me ouvem. Quando estico a minha mão, parece-me que a minha pele não tem a mesma consistência e começa a ser translúcida, como se eu deixasse de existir. Mas não, não vou deixar. E se ficar aqui, neste apartamento silencioso, à espera, todos os dias à espera, aquelas cartas não serviram de nada.

Autores

Ana Zanatti

Ana Maria Zanatti Olival, mais conhecida como Ana Zanatti nasceu em Lisboa, a 26 de Junho de 1949, é uma atriz, escritora e apresentadora de televisão portuguesa.

Com uma longa carreira no teatro, na televisão e no cinema, Ana Zanatti estreou-se em 1968 no Teatro da Trindade, na Companhia Nacional de Teatro (Companhia de Teatro Popular), dirigida por Francisco Ribeiro. Inicia a sua carreira no cinema em 1968 com o filme «Estrada da Vida», de Henrique Campos.

Em 1988 é coautora, com Rosa Lobato de Faria, da telenovela Passerelle, e a partir desse momento desenvolve outros trabalhos de autoria, como O Espírito da Cor, (documentário em 12 episódios), Cacau da Ribeira (10 episódios de ficção), tendo em 2009 sido coautora e apresentadora do programa "Sete Palmos de Testa", na RTP2.

A sua participação em trabalhos em televisão engloba séries como A Senhora Ministra, Ballet Rose, Riscos, Liberdade 21, Nico D'Obra, Nós os Ricos, Médico de Família, Morangos com Açúcar, Os Compadres, bem como as telenovelas Verão Quente, Desencontros, Ajuste de Contas, A Senhora das Águas, Saber Amar, entre outras.

É também autora de letras para canções interpretadas por diversos cantores, nomeadamente "Telepatia", de Lara Li, e outros temas cantados por Mafalda Sacchetti, Paulo de Carvalho, Carlos Zel, Dina, Lena d'Água, Alexandra, FF, Chris Kopke, Ana Roque e outros.
Em 2003 publicou o seu primeiro romance, "Os Sinais do Medo", seguindo-se "Agradece o Beijo" e uma trilogia de contos infantis, "O Povo Luz e os Homens Sombra", Edições Dom Quixote.

Rita Cruz

Rita Cruz nasceu na Beira Alta e embora a escrita sempre tenha estado consigo de diversas formas, trabalhou em várias áreas até chegar à escrita publicada. Foi cooperante internacional em missões de Direitos Humanos na Colômbia, Afeganistão e Sri Lanka, tornou-se fisioterapeuta em 2008 e emigrou para a Austrália em 2014. Vive actualmente na Malásia onde, além da escrita, intervém como fisioterapeuta numa casa de convalescença para refugiados.

O seu primeiro romance, No País do Silêncio, nasceu das inquietações com o esquecimento do valor e importância da liberdade. Foi publicado em 2021 e é um retracto impactante da vivência sob uma ditadura: no caso, a do nosso país, mas transponível para outras, passadas e actuais.

O Segundo romance, publicado no Outono de 2022 pela Guerra e Paz, de título A Menina Invisível, pega nos últimos anos da Monarquia em Portugal para explorar, uma época de instabilidade e transições, com interessantes paralelos e vínculos com a actualidade, o papel e expectativas da mulher, a doença mental, e as formas que o ser humano encontra para lidar com a perda e o trauma.

Rita Cruz assina o blogue Escrita e Outras Coisas (https://rita934.substack.com) onde escreve regularmente. Mais detalhes e escritas em: www.ritacruz.org

Joana M. Lopes

Nasceu em 1984. Em 2014 publicou o seu primeiro livro, «De onde vêm as bruxas?» (galardoado com Prémio de Literatura Infantil do Pingo Doce). Nos anos seguintes participou em várias antologias de contos e poesia e lançou mais uma dezena de obras no âmbito da literatura infantil, das quais se destacam: «O que tem a barriga da mãe?", "Corações aos Milhões» (premiado com o selo Cátedra da Literatura da UNESCO, no Brasil);«Manel , o menino com as asas de livros» (Plano Nacional de Leitura);« Cabeça de Andorinha» (adaptação televisiva no programa de histórias à solta e selecionado para adaptação em Língua Gestual Portuguesa, no contexto do projeto de leitura inclusiva Desculpas para Ler), «Quando estou feliz/Quando estou triste » (Plano Nacional de leitura); «O Bando do Mar» e «Um abraço de estrela».

COLEÇÃO | Despir os Preconceitos, Vestir a Inclusão

Livro nrº. 1 | **Tod@s somos um!**
Livro nrº. 2 | **Sem dor, somos livres de sentir e pensar**

Livro nr°. 3 | **Tod@s temos direito a uma casa com dignidade**
Livro nr°. 4 | **Igualdade de género**