

..

..

Poesias  
&  
Orações

---

JM



---

Duarte

“Ao final da leitura, avalie e faça uma contribuição espontânea de qualquer valor”

### Poesia 1 - O convite

Eu esperei pelo momento,  
Mas o momento não esperou por mim,  
Para o momento faltou transporte,  
O transporte segue em outro momento,  
A vida prossegue em outros momentos,  
No momento estou em processo de depuração,  
No momento estou desaprendendo a sofrer,  
Até o próximo momento.

Zema, 05/10/2022

.....X.....

## Poesia 2 - Mente Encarcerada

Na revelação dos surtos encarcerei a mente,  
No cárcere, ficou a inconsciência da compulsão,  
No cárcere, pairou a inabilidade com as emoções,  
No cárcere a revelação da fragilidade sentimental,  
No cárcere, o nervo exposto dos problemas,  
No cárcere, obsessivos desejos e vontades,  
No cárcere, a esperança da alforria.

Zema, 05/10/2022

.....X.....

## Poesia 3 - Minha Senhora

Ontem eu vi a senhora subindo o morro da caixa  
d'água,

Na cabeça, grande trouxa de roupas,

No pescoço, o equilíbrio do orçamento,

No peito, o crucifixo do salvador,

No peito, a medalha de nossa senhora,

No peito, a fé inabalável,

No peito, o néctar de seus filhos,

Nas canelas finas, a resistência às adversidades,

Nos pés rachados e sofridos, a fibra guerreira,

No rosto, os traços de uma vida escondida,

Hoje carrego no peito eterna gratidão, minha  
senhora.

Zema, 10/08/2022

.....X.....

## Poesia 4 - Despertar de Sentimentos

Modifiquei-me ao sentir o gosto agridoce da água ardente,

Transformei-me diante dos prazeres da noite,

Tornei-me um boêmio com fantasias de amor,

Saturei-me de hábitos,

Saturei-me de costumes,

Saturei-me do isolamento,

Despertei-me por uma alma diferente,

Amor verdadeiro? Não sei, enfim, algo de bom aconteceu,

Despertei-me nos caminhos coloridos e doloridos,

Anjos iluminados surgiram no despertar,

Radiantes anjos estrelas iluminaram meu coração,

Foi verdadeiro meu despertar colorido.

Zema, 10/01/2021

.....X.....

## Poesia 5 - Sabedoria Inerte

Calça curta, pés descalços e cabeça no caderno  
maltratado,

Calça doada, tênis barato e aprendendo no  
ginásio,

Roupas de brechó, sapato grande e dedicação no  
colégio,

Marmita na mala, soneca no ônibus e dificuldade  
na faculdade,

Terno de promoção, vibração do Bacharel,

Terno de alfaiate, Bacharel Graduado,

Cabeça de homem e coração de menino, Diretor  
e Professor,

Graduado pensador, aprendendo a lidar com a  
vida como ela é.

Autor aprendiz, autoestima em construção.

Zema, 08/09/2021

.....X.....

## Poesia 6 - Gratidão a vida

Gratidão, minha senhora, pela vida,

Gratidão, meu senhor, pela vida,

Gratidão estrelas iluminadas,

Gratidão esteio do meu despertar,

Gratidão vida por suportar-me,

Gratidão água ardente pelo baile,

Gratidão silenciosas noites pelas fantasias,

Gratidão eterno criador.

Zema, 08/06/2021

.....X.....

## Poesia 7 - Nomes com amor

Antes Mamãe, depois “Mãe”, hoje “Minha  
Senhora Dona Zartina”,

Antes Pai, depois “Sorjão”, hoje “Saudade”,

Antes Vera, depois “Gatito”, hoje “Amiga Gatito”,

Antes Ana Beatriz, depois “Ana bubu”, hoje  
“Ninhá”,

Antes Júlia Maria, depois “Dudu”, hoje continua  
“Dudu”,

Antes Kite, depois “Hebe”, hoje “lembranças”,

Antes Kalel, depois “Galileu”, hoje “Amigão”,

Zema, 02/04/2021

.....X.....

## Poesia 8 - Morro da Paz

Deste lado do morro vejo solidão,  
Do outro lado do morro vejo alegria,  
Deste lado do morro vejo dor,  
Do outro lado do morro vejo paz,  
Deste lado do morro vejo vida sem vida,  
Do outro lado do morro vejo vidas,  
Deste Lado do morro, morro,  
Do outro lado do morro, renascerei.

Zema: agosto/20

.....x.....

## Poesia 09 - Estrela

A estrela tem uma ponta de alegria, a outra é felicidade,

A estrela tem uma ponta de tristeza, a outra é lágrima,

A estrela tem duas pontas, uma de Mário, a outra de Lago,

A estrela tem seis pontas, três de Mário e três de lago.

Zema: agosto/20 – Simples Homenagem a Mario Lago.

.....x.....

## Poesia 10 - Descarta a carta

A carta que me veio, descartou o encontro,  
Na carta que enviei, descartei a esperança,  
A carta que me veio, descartou o amor,  
Na carta que enviei, descartei a vida,  
A carta que me veio, descartou a alegria,  
Na carta que enviei, descartei a carta.

Zema: janeiro/20

.....x.....

## Poesia 11 - Copa e Copo

O vento sopra, a copa balança,  
O homem vira o copo, a cabeça balança,  
Criança no balanço, a copa balança,  
Copo vazio, o corpo balança,  
O tronco nutre a copa,  
O copo desnute o tronco.

Zema: fevereiro/20

.....x.....

## Poesia 12 - O Tempo

Tempo frio, tempo quente,  
Tempo de alegria, tempo de tristeza,  
Tempo de vida, tempo de morte,  
Tudo é tempo!!

Tempo que vai, tempo que vem,  
Tempo de amor, tempo de desamor,  
Tempo de sol, tempo de chuva,  
Tudo é tempo!!

Tempo de luz, tempo de trevas,  
Tempo de carne, tempo espiritual,  
Tempo de prazer, tempo de dor,  
Tudo é tempo!!

Tempo de estar perto, tempo de estar longe,  
Tempo para paciência e até tempo para sorrir e  
chorar,  
Tempo para lágrimas e tempo que o vento levou.  
Tem tempo prá tudo, até tempo para escrever  
esta poesia para você.

Poesia de Carlos Drumond de Andrade  
Livro: Nossos Clássicos nº 118 – Pag.57/58 – Edição:  
AGIR s/a – Editora

## JOSÉ

E agora , José?  
a festa acabou,  
a luz apagou,  
o povo sumiu,  
a noite esfriou,  
e agora, José?  
e agora, você?  
você que é sem nome,  
que zomba dos outros,  
você que faz versos,  
que ama, protesta?  
E agora, José?

-----

Está sem mulher,  
está sem discurso,  
está sem carinho,

já não pode beber,  
já não pode fumar,  
cuspir já não pode,  
a noite esfriou,  
o dia não veio,  
o bonde não veio,  
o riso não veio,  
não veio a utopia e tudo acabou  
e tudo fugiu e tudo mofou,  
e agora, José?

---

E agora, José?  
Sua doce palavra,  
seu instante de febre,  
sua gula e jejum,  
sua biblioteca,  
sua lavra de ouro,

seu terno de vidro,  
sua incoerência,  
seu ódio – e agora?

---

Com a chave na mão quer abrir a porta,  
não existe porta;  
quer morrer no mar,  
mas o mar secou;  
quer ir para Minas,  
Minas não há mais.

José, e agora?

---

Se você gritasse,  
se você gemesse,  
se você tocasse a valsa vienense,  
se você dormisse,  
se você morresse ...

Mas você não morre,  
você é duro, José!

-----

Sozinho no escuro qual bicho-do-mato,  
sem teogonia,  
sem parede nua para se encostar,  
sem cavalo preto que fuja a galope,  
você marcha, José!

José, para onde?

.....X.....

"O que Vale na vida não é o ponto de partida, e  
sim a caminhada."

Cora Coralina

.....X.....

"Se reinventar, construir vidas dentro da própria vida"

Ana Holanda

.....X.....

" A vida não é um problema a ser resolvido, mas um mistério a ser desvendado."

Osho

Xxxxxxxxxx = Xxxxxxxxxx

# Minhas Orações

## Oração da Serenidade

Deus, conceda-me serenidade  
Para aceitar as coisas que não posso modificar  
Coragem para modificar aquelas que posso e  
Sabedoria para distinguir umas das outras.

.....X.....

## Oração de reparação

Que eu possa reparar todo o mal que pratiquei  
sem prejudicar a quem quer que seja. E que a partir  
de hoje eu possa admitir meus erros e sempre  
sentir culpado. Que eu leve esta mensagem,  
Senhor, a todos aqueles que assim como eu,  
sofreram por não conseguir se entregar a Ti.  
Amém.

.....X.....

## Oração de agradecimento pelo alimento

Comemos o que temos  
Nem sempre o que queremos!  
Por isso agradecemos senhor

O alimento que vamos ter  
Que Deus abençoe as mãos  
De quem plantou, colheu, preparou e nos trouxe  
até a mesa  
Que nunca falte em nossa mesa  
Nem da mesa dos mais necessitados.  
Bom apetite a todos  
Amém.

.....X.....

### Oração que o Pai nos ensinou

Pai Nosso que estais no céu  
Santificado seja vosso nome  
Venha a nós o vosso reino  
Seja feita a vossa vontade  
Assim na terra como no céu  
O Pão nosso de cada dia nos daí hoje  
Perdoai as nossas ofensas

Assim como nós perdoamos a quem nos tem  
ofendido

E não nos deixeis cair em tentação

Mas livrai-nos do mal

Amém.

.....X.....

### Oração da Ave Maria

Ave Maria cheia de graça

O Senhor é convosco

Bendita sois vós entre as mulheres

Bendito é o fruto de vosso ventre Jesus.

Santa Maria Mãe de Deus

Rogai por nós pecadores

Agora e na hora de nossa morte

Amém.

.....X.....

## Oração ao Divino Espírito Santo

Vinde Espírito Santo enchei os corações de vossos fiéis e acendei neles o fogo do Vosso amor; enviai Senhor o Vosso Espírito e tudo será criado e renovareis a face da terra. Oremos: Ó Deus, que instruístes os corações de Vossos fiéis com a Luz do Espírito Santo, fazei que apreciemos retamente todas as coisas segundo o mesmo Espírito e gozemos sempre de sua consolação. Isso Vos pedimos ó Pai em Nome de Jesus Cristo Vosso Filho nosso Senhor na unidade do Espírito Santo. Amém.

.....x.....

## Sinal da Cruz

Em vossa testa: Pelo santíssimo Sinal da Cruz.

No queixo: Livrai-nos Senhor dos nossos inimigos!!

Em nome do Pai, do Filho e Espírito Santo, amém.

.....x.....

## Fortalecimento da Fé

Deus fortalecei-me em vossa fé Senhor!!

Na alegria do ressuscitado!!

Jesus Cristo é o senhor na glória de Deus Pai!!

Abençoai-me com vosso Divino Espírito Santo!!

Fazei de seus olhos Senhor, luz no meu caminho!!

Concedei-me Proteção no Divino Espírito Santo!!

Concedei-me serenidade e paz!!

Abençoai-me Senhor meus propósitos!!

.....x.....

## Oração de Bênçãos a Nossa Senhora

Concedei-me proteção Nossa Senhora Mãe de Jesus

Protegei minha família com vosso Manto Sagrado

Alegrai meu coração Nossa Senhora

Alegrai meu espírito Nossa Senhora  
Conceda-me serenidade e paz  
Afaste de mim o Ódio e a Ira Nossa Senhora  
Afaste de mim a Raiva e a agressividade Nossa  
Senhora  
Afaste de mim a Prepotência, a Soberba e o  
Orgulho Nossa Senhora  
Afaste de mim o Egoísmo e o Egocentrismo Nossa  
Senhora  
Interceda Nossa Senhora e faça de mim uma  
pessoa melhor

.....x.....

### Oração da União - Narcóticos Anônimos

Ô Deus conceda-me Serenidade para aceitar as  
coisas que não posso modificar,  
Coragem para modificar as que posso,  
Sabedoria para distinguir uma das outras.

.....X.....

Eu me abraço a vocês

Uno meu coração aos seus

Para que juntos possamos fazer

Tudo aquilo que sozinho não consigo

Minha gratidão fala

Enquanto eu me importo e compartilho com os outros

Os caminhos de nossa recuperação

Tudo estará bem

Enquanto os laços que nos unem forem maiores e mais fortes

do que aqueles que nos afastariam.

.....X.....

# Prosas e Versos

Você sabe o que é Sucesso?

1 ano de vida.....Sucesso é conseguir andar - 1

3 anos de vida.....Sucesso é não fazer xixi nas calças - 2

12 anos de vida.....Sucesso é ter amigos - 3

18 anos de vida .....Sucesso é ter carteira de motorista - 4

20 anos de vida.....Sucesso é fazer sexo - 5

35 anos de vida.....Sucesso é ter dinheiro - 6

50 anos de idade.....Sucesso é ter Dinheiro - 6

60 anos de idade.....Sucesso é fazer sexo - 5

70 anos de idade.....Sucesso é ter carteira de motorista - 4

75 anos de idade.....Sucesso é ter amigos - 3

80 anos de idade.....Sucesso é não fazer xixi nas calças - 2

90 anos de idade..... Sucesso é conseguir andar - 1

### SUCESSO É SER FELIZ!!!!!!

- \* Por que perder tempo com maldades, falsidades, falta de amor, desrespeito, mau humor e tantas outras bobagens.
- \* Ame mais, brinque mais, perdoe mais e aproveite mais a vida.
- \* Todos terão o mesmo destino.
- \* Lembre-se: Tudo aqui nesta vida é emprestado.
- \* Assim é a vida, não levamos nada dela.

## Propósito

O intuito é dimensionar para os leitores traçados de poesias e versos cujos conteúdos nos leva a refletir sobre o “norte” e a dinâmica do autor sobre a vida.

Nossas vidas se torna um palco iluminado, no entanto por muitas vezes neblinado aos nossos olhos carnais exigindo de nossa mente uma reflexão mais apurada daquilo que o autor quer nos transmitir.

Nossas vidas são feitas de escolhas, se plantarmos boas sementes e cuidarmos bem delas com certeza vamos colher bons frutos.

## Agradecimentos

Em primeiro lugar agradeço a Deus por alegrar a cada dia meu coração e meu espírito.

Agradeço a Deus por ter ao meu lado gente com o coração lapidado de amor e harmonia, das quais identifico a mãe de minhas filhas Vera Márcia, minha filha Ana Beatriz, meu querido genro Cesar e meu netinho Antônio Gabriel, minha filha Julia Maria e meu querido genro Tomas.

Lembrando que sem a participação de meus queridos pais João Batista Pereira (im memóriam) e de minha mãe Izaltina Cândida Pereira (im memóriam) não seria possível dinamizar minhas idéias e reflexões.

## **Contato**

Se esta obra de alguma forma tocou você, sua participação é muito importante para mim.

### **Avaliação do livro**

Convido você a deixar sua avaliação por meio do formulário disponível no link abaixo.

Sua opinião contribui diretamente para o aprimoramento de obras futuras.

👉 <https://forms.gle/FgKWDQbiEZwgtN386>

### **Críticas e comentários**

Críticas, sugestões e impressões podem ser enviadas diretamente para o e-mail:

✉️ [josemduartepereira@gmail.com](mailto:josemduartepereira@gmail.com)

## **Contribuição espontânea**

Caso você tenha apreciado esta leitura e deseje apoiar o trabalho do autor, é possível realizar uma contribuição espontânea, no valor que considerar justo, via PIX:

**PIX – José Maria Duarte Pereira**

**CPF:** 872.686.718-49

**Banco Itaú S/A – 341**

**Agência:** 935-7

**Conta Corrente:** 42.066-1

---

 **Atendemos solicitações de livros impressos e encadernados.**

Fale comigo. Aguardo seu contato

 **josemduartepereira@gmail.com**

 Facebook:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61581142443443>

**Agradeço profundamente por dedicar seu tempo a esta leitura.**

O simples ato de ler já é, por si só, uma forma valiosa de apoio.

Se esta obra lhe trouxe reflexão, emoção ou companhia em algum momento, saiba que isso dá sentido a todo o caminho percorrido para escrevê-la.

Meu sincero obrigado.