

SELO REVISTA PROJETO  
AUTOESTIMA

# ANTOLOGIA MÃE FABULOSA

ELENIR ALVES  
ORGANIZADORA

# **ELENIR ALVES**

## **ORGANIZADORA**

**Copyright © por Autores**

**Organização e projeto editorial: Elenir Alves**

**Proibida a reprodução total ou parcial sem autorização dos autores**

**Obra protegida por direitos autorais**

**2022**

**Patrocínio:**

**[www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com](http://www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com)**

# SUMÁRIO

CLIQUE SOBRE O TÍTULO DO  
CONTO, CRÔNICA OU POEMA

OBRIGADA, MAMÃE, POR CARLA CRISTINA PASSOS CRUZ,  
PÁG. 05

MÃE, AMOR IMENSURÁVEL, POR DENISE MARINHO, PÁG. 07

PARA AQUELA QUE ME DEU A VIDA VÁRIAS VEZES, POR  
ELIANE BODART, PÁG. 10

PROCURANDO PALAVRAS, LIAH PEGO, PÁG. 15

A INESQUECÍVEL, POR LIAH PEG, PÁG. 18

CRÔNICA UTERINA, POR PEREIRA DA CUNHA, PÁG. 21

Ô MÃAAAAAAAEE!, POR SOPHIA F. FISCHER, PÁG. 23

MÃE POESIA, POR WANDA ROP, PÁG.25

CONHEÇA OUTROS TÍTULOS DA COLEÇÃO, PÁG, 28

ORGANIZAÇÃO, CAPA E DIAGRAMAÇÃO: ELENIR ALVES -  
ELENIR@CRANIK.COM

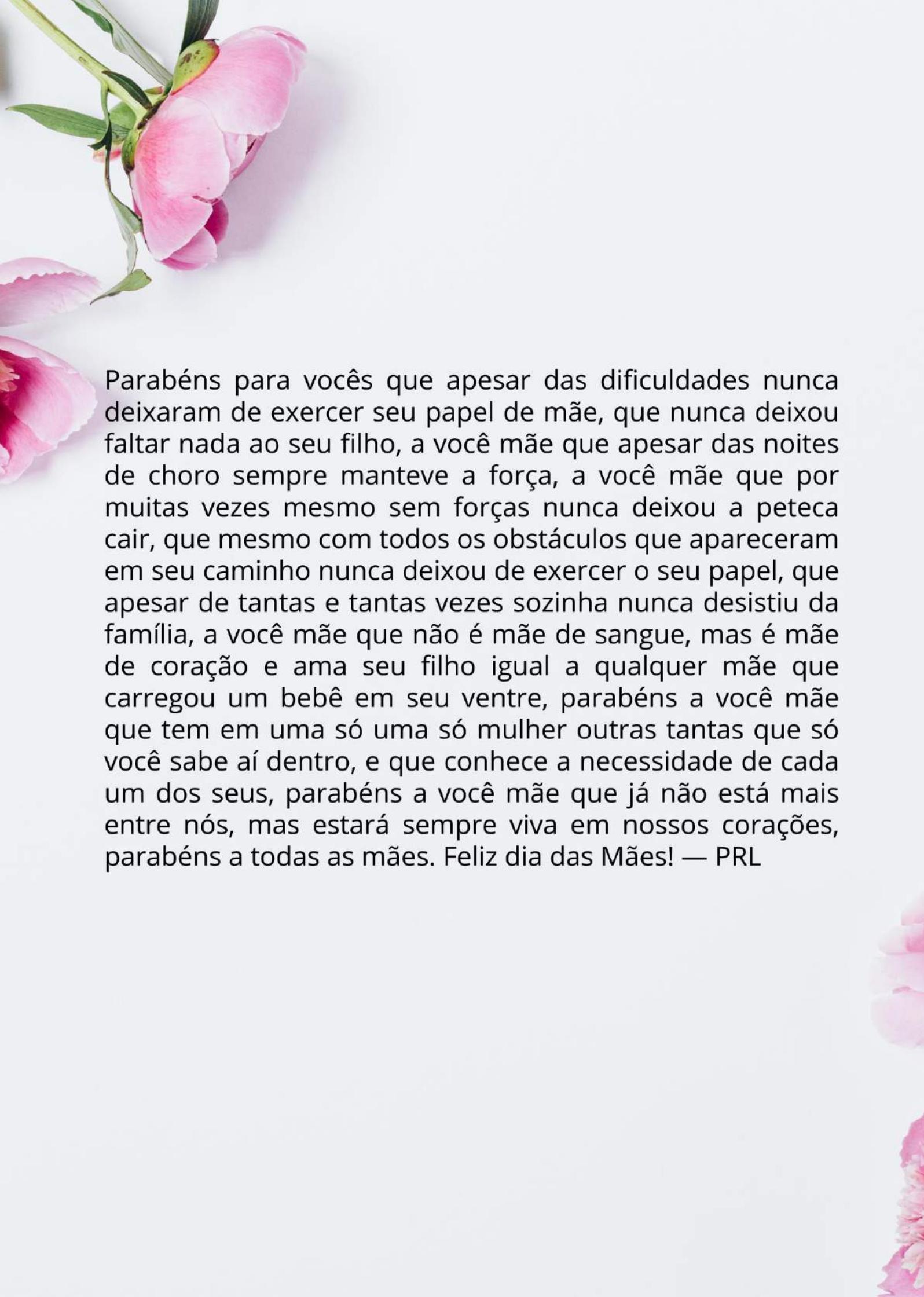
ELENIR@CRANIK.COM

WWW.FACEBOOK.COM/PROJETOAUTOESTIMA

WWW.INSTAGRAM.COM/REVISTAPROJETOAUTOESTIMA

WWW.REVISTAPROJETOAUTOESTIMA.BLOGSPOT.COM





Parabéns para vocês que apesar das dificuldades nunca deixaram de exercer seu papel de mãe, que nunca deixou faltar nada ao seu filho, a você mãe que apesar das noites de choro sempre manteve a força, a você mãe que por muitas vezes mesmo sem forças nunca deixou a peteca cair, que mesmo com todos os obstáculos que apareceram em seu caminho nunca deixou de exercer o seu papel, que apesar de tantas e tantas vezes sozinha nunca desistiu da família, a você mãe que não é mãe de sangue, mas é mãe de coração e ama seu filho igual a qualquer mãe que carregou um bebê em seu ventre, parabéns a você mãe que tem em uma só uma só mulher outras tantas que só você sabe aí dentro, e que conhece a necessidade de cada um dos seus, parabéns a você mãe que já não está mais entre nós, mas estará sempre viva em nossos corações, parabéns a todas as mães. Feliz dia das Mães! — PRL



**Feliz dia  
das  
Mães!**

**Margarida Isabel A. Passos e  
Carla Cristina Passos Cruz**

**Obrigada, mamãe!**

**Carla Cristina Passos Cruz, Doutoranda e Mestre em Ciências Computacionais pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ); Bacharelado em Estatística pela Universidade Federal Fluminense (UFF); poetisa amadora.**



Pelos momentos difíceis que estive ao meu lado  
Principalmente em que me encontrava triste, desanimada,  
E que, conversando comigo, com sua calma e sabedoria disse  
Para eu ter calma, paciência e fé, pois na vida tudo acontece no momento certo

Pelas doses de amor, carinho e atenção  
Compreensão e paciência (haja paciência!)  
Que só a senhora sabe ter  
Em todos os momentos vividos ao meu lado

Pelo seu ombro amigo  
Por compartilhar de minhas alegrias, tristezas,  
Conquistas e frustrações  
E pelos puxões de orelha também!

Por me ensinar valores de vida  
Que nos dias de hoje, apesar de parecerem perdidos ou sem valor  
Contribuíram para a formação do meu caráter  
E no ser humano que me tornei

Enfim... tudo o que foi escrito acima, foi uma tentativa  
De resumir o que não se resume  
Do que fez, faz e fará sempre por mim, ao longo da vida  
E demonstrar um pouco do que penso e sinto pela senhora!





**Feliz dia  
das  
Mães!**

**Denise Marinho**

## **Mãe, amor imensurável**

**Denise Marinho, Mãe, Poetisa, Escritora, Servidora Pública, Graduada em Arquivologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro - Unirio, e apaixonada por Artes: tem participado de diversas antologias. Nascida no Rio de Janeiro, estudou em escola pública onde fez amizades para toda vida, e recebeu incentivo para expandir sua imaginação e criatividade. Ama estar em contato com a natureza, família e amigos. E a sensação de liberdade que a Poesia permite vivenciar: Voar, sem sair do lugar. Homenagem a querida mãe Dona. Vilma, In Memoriam.**

Não é seu sobrenome

Bem que poderia ser

Vive em sabedoria, é virtuosa, admirável, conselheira e amiga,

Nossa querida mãezinha.

Mulher de fibra

De conquistas e vitórias

Superação dá até aula

Sabe o esforço e fé que precisa ter para manter a família reunida.

Entende que apesar das intempéries no mar da vida

Testemunha grandes superações.

Nunca esteve sozinha, pois sendo mulher forte,

Inteligente e de bom coração

Amparo não falta nas horas difíceis

Mantém por perto outra mãe, que compreende tudo.

E se tornou sua grande amiga-ouvinte, além de ajudadora.

Mãe, minha fortaleza, proteção,

Psicóloga, cozinheira, professora,

Companheira, juíza e advogada:



Adjetivos transbordam para essa mulher destemida.

Eu queria que o mundo parasse um pouquinho para te aplaudir: agradeço por não desistir de mim.

Mulher que fala a verdade

Observa tudo ao redor.

Tem dias que está brava

Mas faz parte da vida.

Mulher de bom humor

Depois que passa a aflição rimos das histórias que vivemos na rua,

No mercado e na padaria!

Hoje faço oração por sua vida, para que tenha plena saúde, boas memórias e realizações:

Te entrego flores como declaração do meu amor.

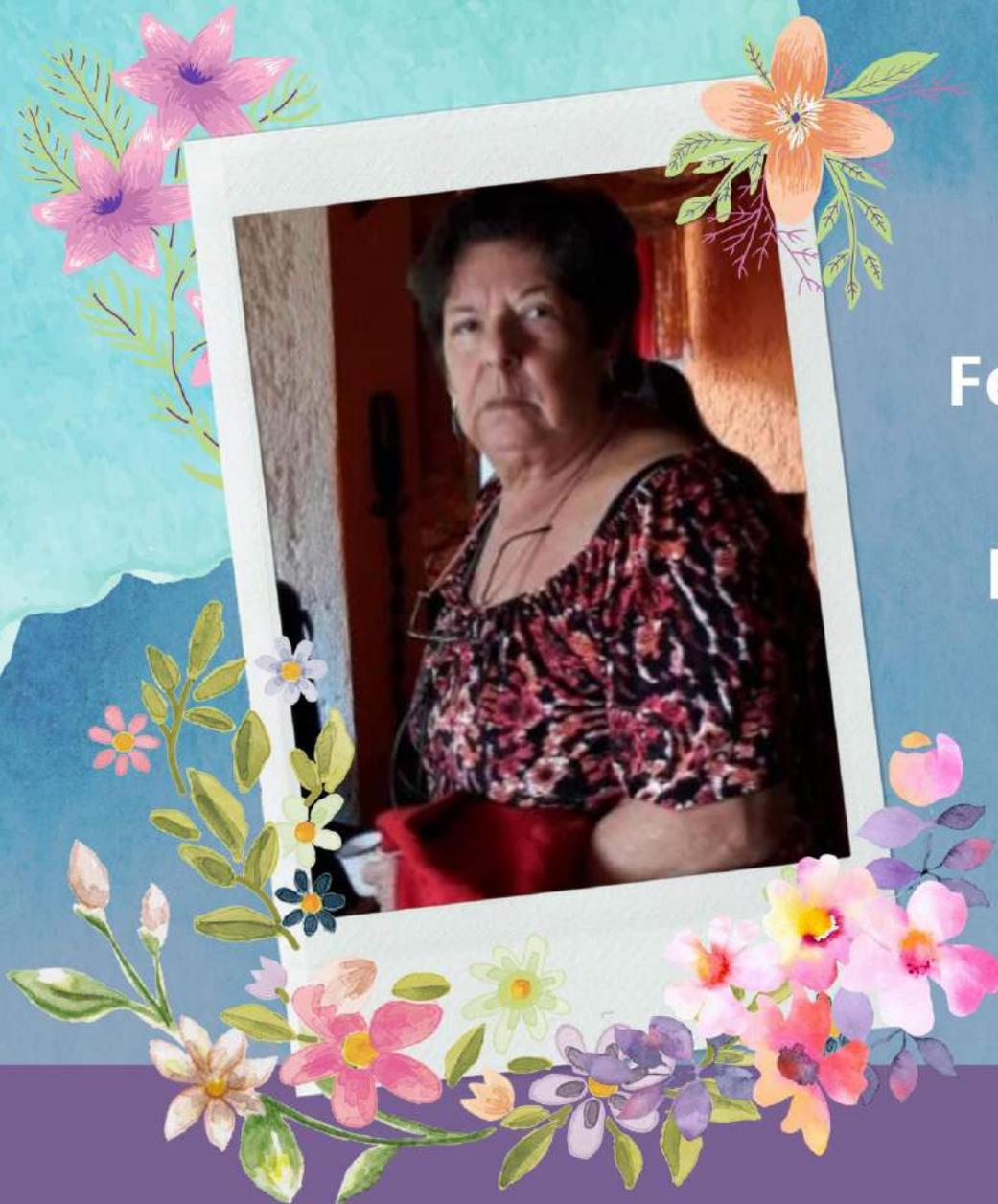
Mulher de boa índole ofereço a ti meu tempo, ouvidos e atenção.

Mãezinha querida, que nunca falte sabedoria e beleza em sua vida.

Permaneça firme e constante cumprindo sua graciosa e ousada missão de "mulher mãe".

Agradeço a você mãezinha para sempre: seu exemplo de amor e zelo por nossa família, amigos e com nosso doce lar o qual me ensinou a respeitar e amar.





**Feliz dia  
das  
Mães!**

**Iraci de Oliveira**

**Para aquela que me deu a vida várias vezes**



**Eliane Bodart, Pós-graduada em Direito, trabalhou nessa área por trinta anos, vinte como juíza de direito do Estado de São Paulo. Se aposentou em 2019 e, em 2021 publicou três livros de forma independente, um de autoajuda, um de crônicas e contos e um de contos eróticos. É acadêmica da Academia Feminina de Letras e Artes de Jundiaí.**

**I**raci, de origem indígena, significa abelha-mãe, mãe de todos. Incoerentemente, teve esta única filha.

Mamãe sempre foi um espírito livre e independente, para horror de minha avó. Minha avó, nesta época, era muito dura e austera e o relacionamento entre elas não era amoroso. O relacionamento com meu avô era muito pior.

Minha mãe, aos quatorze anos, estudando e trabalhando, teve um colapso nervoso e foi obrigada a decidir entre o trabalho e o estudo. Abandonou ali seus sonhos de crescimento pessoal e foi trabalhar no que deu, para sustentar todo mundo.

Aos dezoito anos ela engravidou de um namorado com o qual já estava rompida. Este namorado estava na Europa e ela não tinha contato com a família dele.

Aqui mamãe me deu a vida.

Os amigos que sabiam da sua difícil situação familiar e que a gravidez, além de ser malvista pela sociedade preconceituosa do ano de 1966 era pecado aos olhos da religião de minha avó e dos pais de minha avó, ainda vivos, fizeram uma vaquinha para que ela pudesse realizar um aborto.

Mamãe foi sozinha à clínica clandestina de aborto. Enquanto esperava, tomou a atitude de se levantar, sair dali e com o dinheiro arrecadado, comprar meu enxoval.

Aqui ela me deu a vida novamente.

Meu avô a expulsou de casa.

Minha avó conseguiu que ela fosse acolhida em uma casa para mães solteiras mantida por famílias abastadas. Em troca do seu trabalho doméstico ela pode ficar ali até que eu nascesse.

Muitas das crianças nascidas eram adotadas por famílias ricas. Tudo na surdina.

Assim, mamãe cuidou de uma bebezinha, cuja mãe voltou para casa dos pais, sob a condição de deixar a criança para adoção. Depois de dois ou três meses a bebê foi adotada. Mamãe quase morreu de paixão.



Nasci em um bom hospital, quando mamãe ainda estava na maca, antes de entrar na sala de cirurgia. Só não caí ao chão pela agilidade de uma enfermeira. Mamãe disse que seu parto foi o da placenta, que não saiu junto comigo...

Quando deu o seu tempo, mamãe saiu daquela casa, aos dezenove anos, me carregando nos braços.

Aqui ela me deu a vida.

Não sei o motivo, mas meu avô aceitou que ela voltasse a morar em casa comigo. Talvez porque era ela quem sustentava a casa...

Mamãe voltou imediatamente a trabalhar e minha avó cuidava de seus filhos mais novos e de mim, fazendo o que era possível para ajudar nas despesas. Vendia de tudo, fazia faxinas, o que aparecesse. A família, muito unida e, também, em retribuição a tudo que muitas vezes minha avó fez por eles, ajudava.

Eu não aceitava o leite materno, embora mamãe fosse uma vaca leiteira... Então, para complicar, ela precisava comprar leite, alguns caros, até que acertei com leite de garrafa de vidro, com um pouco de água.

Aos três meses de idade, passei a ter um quadro crônico de bronquite asmática. Crises sérias. Como São Paulo era muito fria e úmida, as crises eram frequentes e incontáveis foram as vezes que fui internada em hospitais.

Não tínhamos carro. Às vezes o vizinho, que era motorista de táxi, dava carona até o hospital. Às vezes ela me levava de ônibus, carregando-me até quando conseguiu.

Para não sair de madrugada e ficar no tempo, teve noites (muitas) que ela ficava comigo no colo, me abanando, esperando amanhecer para me levar ao hospital. Às vezes ela estava empregada e eu ficava em um quarto, com direito à visitante. Às vezes ela estava desempregada e eu ficava na enfermaria, com muitas outras pessoas, e ela não podia ficar comigo. Eu passava a noite gritando e chorando por ela, o que só piorava a minha dificuldade de respiração.



Mamãe suportou essas noites eternas e infindáveis e, assim, me deu a vida várias vezes, salvando-me das crises.

Entre meus três e seis meses de idade, meu pai biológico voltou para o Brasil. Mamãe o avisou, por meio de uma amiga comum, que eu havia nascido. Ele duvidava que eu fosse sua filha, mas disse que, se ela fizesse um teste de paternidade e eu realmente fosse filha dele, ele me registraria como filha e assumiria a paternidade.

Mamãe, muito pobre, ele, filho de uma família muito rica. Não havia a possibilidade de casamento. Ela pensou que, com o dinheiro da família dele ele poderia me tirar dela, ou que, ao longo do tempo, com a diferença de mundos, eu acabasse escolhendo viver no luxo que ele poderia me oferecer.

Assim ela o mandou pastar, não fez o exame e me deu vida novamente.

Quando eu tinha dois aninhos, um casal amigo da família descobriu que minha mãe me tinha (tentavam guardar segredo). Já tinham uma certa idade e os filhos, homens, já estavam casados. Eles pediram para me adotar.

Minha mãe disse não.

Aqui ela me deu a vida novamente.

Se eu consegui fazer a faculdade de direito é porque muitas vezes, quando tínhamos carro, mamãe me levava e buscava pelo menos até a estação de metrô, ou me esperava de madrugada no ponto de ônibus, para que eu não subisse a rua sozinha. Como eu ainda era “bronquiteira”, às vezes, em crise, tinha provas que não poderia perder. Ela me levava até a faculdade, esperava eu fazer a prova, e então me levava para o hospital.

Aqui, ela me deu oportunidade de viver a vida que eu queria.

Quando eu decidi ser juíza de direito, um advogado amigo da família a desestimulou.

— Iraci, não há nenhum juiz ou desembargador na família de vocês, é necessário ter Q.I. (quem indicou) para passar no concurso.



Foram anos de estudo, porque eu também trabalhava o dia inteiro. Mamãe sempre me esperava com comidinha pronta. Se eu virava a noite ela me levava leite e bolachas, em cima das quais muitas vezes eu dormi...

Quando eu soube que passei no concurso, minha mãe estava lá, dentro do carro, na porta do Tribunal, no meio do trânsito de São Paulo, buzinando feito uma louca, comemorando minha vitória.

Aqui, ela viveu comigo o meu sonho.

É óbvio que aquele advogado foi a primeira pessoa para quem ela contou a novidade...

Meu filho tinha três anos. Confesso que é um filho compartilhado entre ela e eu.

Enquanto eu rodava o interior de São Paulo por causa da minha carreira de magistrada, mamãe cuidava do meu filho. O que me dava paz de espírito.

Quando eu tive minha filha, mamãe foi morar perto de mim para cuidar dela enquanto eu trabalhava e se tornou um pouco mãe de minha filha também, dando vida para a minha pequena vida, Tarsila.

Já madura, morando em Jundiaí, juíza há anos, tive uma crise grave de depressão, ficando sete meses confinada dentro do meu quarto. Ela cuidou de tudo, da minha casa, dos meus filhos, das finanças. De mim.

Subia inúmeras vezes ao meu quarto com infinitas variedades de comida que eu recusava terminantemente. Passou então a me levar água de coco e soro líquido, suco verde, porque eu só conseguia beber um pouquinho por vez. Emagreci 35 quilos. E minha mãe me via, desesperada, definhar a cada dia.

Graças ao seu esforço e insistência meu corpo físico sobreviveu e consegui, com a ajuda de tantos, superar aquela crise.

Novamente minha mãe me deu a vida.

Com certeza estou esquecendo de alguma coisa...



Não lembro de um momento feliz ou triste que esta mulher não estivesse ao meu lado.  
Do jeito dela, mas ao meu lado.

Ontem, por uma série de imprevistos, ela ficou sem saber de mim durante o dia todo. Só consegui falar comigo às 17h30. Ela chorava copiosamente do outro lado da linha, porque, como boa mãe, só conseguiu pensar em besteiras que pudessem ter me acontecido.

E, assim, ela continua cuidando de mim e me dando a vida.

Quantas vidas eu viver, quantas vidas eu devo a esta impressionante mulher.

Minha admiração, minha gratidão e meu amor eternos.





**Feliz dia  
das  
Mães!**

**Liah Pego**

## **Procurando palavras**

**Liah Pego, 57 anos, 3 filhos, pedagoga, pós-graduada em Gestão, escritora e poeta. Atuou no ensino público por mais de 30 anos. Os últimos trabalhos foram realizados na região metropolitana de Curitiba, onde aposentou-se. Publicou sua primeira obra de literatura infantil, Babys e o Lobo, que faz parte de uma coleção, as Babys Aventureiras, composta por 6 contos, porém, só um exemplar publicado até o presente momento. No momento está aventurando-se no campo poético.**

Tão forte e tão frágil também  
Deixa meu coração indeciso  
Não encontro palavras para explicar  
O que realmente preciso

Jogar palavras ao vento  
Creio, não é o certo  
Para explicar sobre o ser  
Que compõem este vasto universo

Universo do dom da vida  
Da dor e amargura também  
Solta a leoa enrustida em ti  
Quando o inimigo vem

São gostos peculiares  
E diferentes maneiras de amar  
Seja branca, vermelha ou parda...  
Crença, cor, status social, não importa  
Sempre abre a porta.





Feliz dia  
das  
Mães!

Liah Pego

## A inesquecível

Liah Pego, 57 anos, 3 filhos, pedagoga, pós-graduada em Gestão, escritora e poeta. Atuou no ensino público por mais de 30 anos. Os últimos trabalhos foram realizados na região metropolitana de Curitiba, onde aposentou-se. Publicou sua primeira obra de literatura infantil, Babys e o Lobo, que faz parte de uma coleção, as Babys Aventureiras, composta por 6 contos, porém, só um exemplar publicado até o presente momento. No momento está aventurando-se no campo poético.

Graça, poder e talento  
Invoca um contexto só  
Para explicar seu amor  
Que traz paz e acalento

Jamais mede esforços  
Para destilar atenção e carinho  
Passa noites acordada  
Como a mamãe ave, cuidando do ninho

Se o gavião aproxima  
Na ânsia de saciar a fome  
Desesperada solta as garras  
Ele dá meia volta e some

Viajar nas nuvens contigo  
Para descrever com clareza  
Tudo em ti me traz  
Confiança, gratidão amor e certeza

Donzela flor que desabrocha  
Joia rara de pura beleza



Criada por Deus

Lapidada pela natureza

Certeza de poder contar

Com seu amor incondicional

Prometo ficar mais perto de ti

Protegendo-a de todo mal



**Feliz dia  
das  
Mães!**

**Ilda Pereira da Cunha**

## **Crônica Uterina**



**Pereira da Cunha: Formou-se em Comunicação Social, especialização em Jornalismo, atuando até o presente momento como assessor de imprensa do Governo do Estado do Rio Grande do Sul.**

**C**ara mamãe: estou ansioso para saber como são teus olhos, teu rosto, teus cabelos, e o teu sorriso ao me ver nascer. Só consigo pensar em ti, apesar de os meus órgãos e cérebro não estarem ainda completos. Quando nascerei, já tens idéia? Essas pessoas de branco, que te sorriem todos os dias, vão estar aí quando eu aparecer? E as tuas dores, quero que saibas que acho que não sou eu quem as causa, mas posso estar errado, tenho dúvidas. Noutra dia, escutei a mulher, que chamas de enfermeira, falar em contrações pré-parto, talvez por que eu tenha me movimentado aqui dentro: às vezes, espreguiço-me, faço uns alongamentos, já vou treinando um pouco: afinal, não ficarei para sempre aqui, além do que a primeira coisa que farei é te olhar. Será que sairei a ti ou ao pai? Aliás, não me parece que ele esteja entre as pessoas que te visitam todos os dias. Não me importo, aqui só penso em ti! Tu completas-me, e eu, de certa forma, também te complemento. Tenho a impressão que serei o teu primeiro, eu o sinto. Já está ficando pequeno aqui, é porque estou crescendo, não é? Te ouvi pronunciando o meu nome, Amadeus, se não me engano, não ouço bem, mas sinto a vibração das letras aqui dentro. Assim como sinto as vibrações daquilo que escutas, como o que chamam de canções infantis ou de ninar. Não vejo a hora de ver a luz do dia, entre as quais a tua, que deve ser tão brilhante, ou, talvez, até mais. Aqui é muito bom, mas não deve durar para sempre. Pedes muito a esse Ser, que chamas de Deus, pela minha saúde, porém, a cada dia me sinto melhor, mais pronto. Essa música que ouves todos os dias — Ah! Vous dirai-je Maman — de um músico alemão cujo nome não sei pronunciar ainda, parece-me que Moz-zart, já faz parte do meu quase-ser. Sinto que o amas, e eu também o aprecio muito. Planejaste que eu nascesse ao som de tais melodias, e isso já está influenciando na escolha de minha carreira. Vou querer ser um Moz-zat também, mamãe! Com isso, vais gostar ainda mais de mim, que é o que mais quero. Agora, vou dormir e sonhar com a vida contigo. E pressinto que irás adormecer agora ao som do nosso compositor querido. Vais sonhar também, nós dois, um com o outro, e com quanto seremos — e somos — felizes!





**Feliz dia  
das  
Mães!**

**Maura Ferreira Fischer**

**Ô mãaaaaaaae!**



**Sophia tem 11 anos de idade, é estudante, adora viajar no mundo do faz-de-conta e seu principal hobby é a criação de letterings, a arte de desenhar letras.**

**M**ãe não tem descanso.

Mãe vive aguentando ranço.

De manhã cedo, a mãe acorda com a menina na cozinha gritando:

— Ô mãaaaaaaae! Cadê o pão?

Ainda descabelada, responde a coitada:

— Aí na cozinha, no armário do lado da porta, na prateleira de baixo. E, antes que pergunte, a manteiga está na geladeira, na parte mais de cima, atrás do requeijão.

Depois de se levantar, sem nem se lavar, a torrada do menino, vai preparar.

— Ô mãaaaaaaae! Não põe o presunto em cima do queijo, bota embaixo, assim como você está fazendo eu não gosto!

Na hora de arrumarem o quarto, mamãe também não escapa:

— Ô mãaaaaaaae! Me faz companhia? Pede a menina por puro capricho.

E assim segue o resto do dia:

— Ô mãaaaaaaae! Cadê minha blusa preta com bolinhas brancas e um laço atrás?

— Ô mãaaaaaaae! Por que o cachorro está olhando pro teto?

— Ô mãaaaaaaae! Alcança o papel higiênico?

— Ô mãaaaaaaae! Esqueci a toalha!

— Ô mãaaaaaaae! Por que a abelha faz mel?

— Ô mãaaaaaaae! Tem como apagar meu irmão com a borracha?

Depois, mamãe descabelada, engraxada, esbugalhada, se duvidar até descuidada, fica mal humorada. E alguém sabe o porquê?

— Ô mãaaaaaaae, eu não sei!





Feliz dia  
das  
Mães!

Wanda Rop

## Mãe poesia

Wanda Rop, paulista, residente em Porto Velho-RO, ama ler e escrever poemas, Formação Curso Superior de Filosofia, cursando último semestre do Curso Superior História, Pós-Graduada em Estudos Linguísticos e Literários, Docência Do Ensino Sup/Neuropsicologia; Gestão Escolar e MBA Executivo em Negócios Imobiliários e Turismo. Acadêmica da A.I.S.L.A, A.L.S.P.A, FEBACLA, AILB, AIML e Membro Fundadora da ABHL, Autora do Livro “Paixões e Poemas de uma mulher intensa” e “TEMPO DE AMAR”

Linda rosa, doce e cuidadosa  
De gestos suaves, esplendorosa  
Ela sempre foi poesia e amor  
Mãe, a saudade tem gosto de dor

O vazio que ficou sem o seu riso  
Parece que até o sol perdeu o brilho  
Silêncio sem sua voz cantarolando  
Sem seu abraço, me vejo chorando

Ao escrever sobre você, lágrimas caem  
Imagens mentais que a lembrança atrai  
Lembro-me das histórias que me contava  
Das peraltices que eu fazia e você perdoava

Tão delicada no andar e se comportar  
Seu viver era a expressão do que é amar  
Mulher bela, forte e decidida  
Formou uma família linda nesta vida

Queria me ver feliz e dizia que me amava  
O aroma das flores, no jardim, invadia a sala  
Rosas, margaridas, hortências e maravilhas  
Mãe, sempre oferecia a todos café e delícias

Entre leituras e poemas, construí meu sonho  
Poder em seu toque, destruía o que era medonho  
Em meios às adversidades, rotineiras, sua alegria  
Se eu pudesse a você daria a minha vida

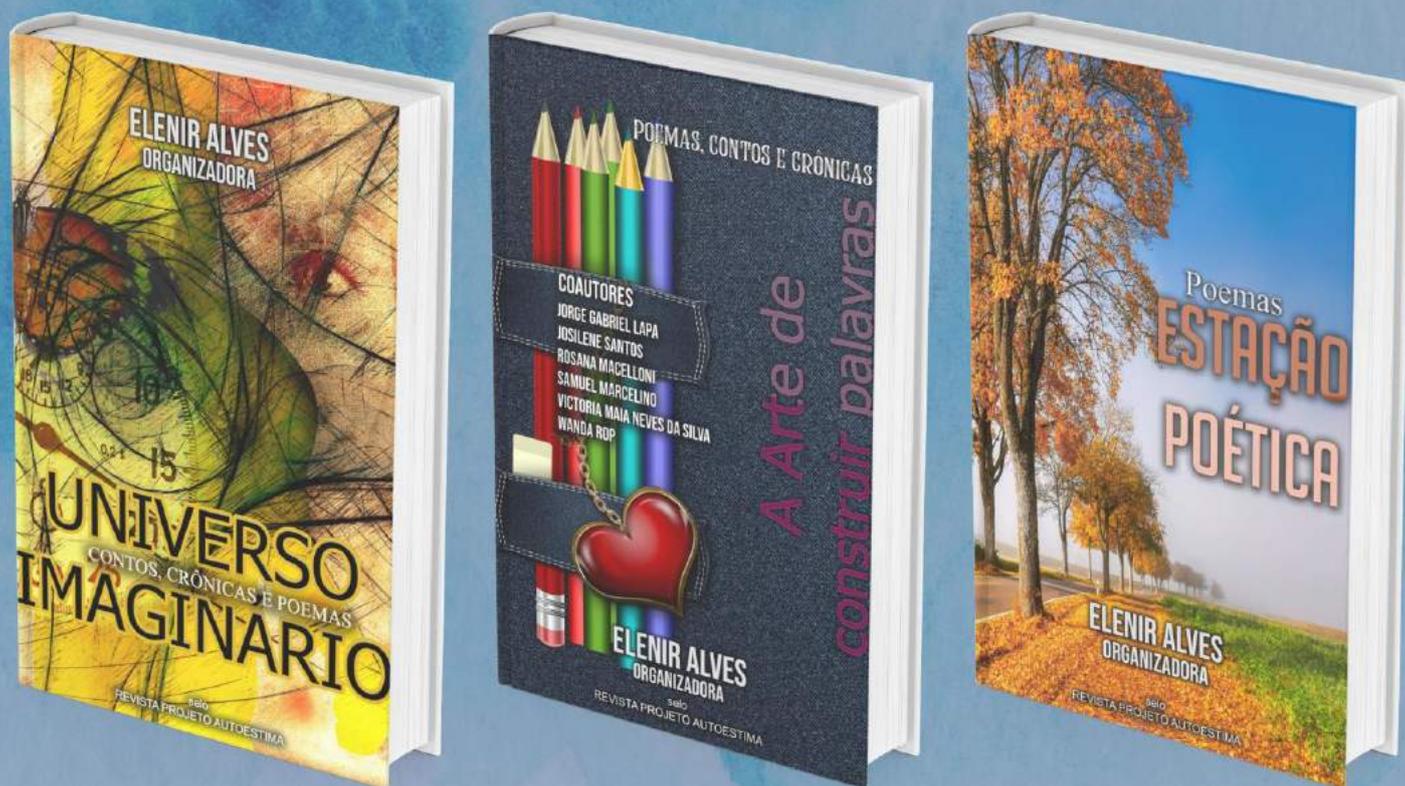


O meu coração se fechou por longos anos  
E, sempre, a certeza de quanto a amei e amo  
Sem você, a felicidade se distanciou de mim  
Lentamente, reconstruo o que pensei ser o fim

Em palavras poéticas, oro e elevo meu ser  
Repentinamente, uma brisa, eu sinto você  
Como se o céu ficasse bem perto  
Compreensão celestial do que quero



# CONHEÇA OUTROS TÍTULOS DA COLEÇÃO



**BAIXE O E-BOOK GRATUITAMENTE: CLIQUE SOBRE AS CAPAS**

**Visite:** [www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com](http://www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com)

**Curta:** [www.facebook.com/projetoautoestima](http://www.facebook.com/projetoautoestima)

**Siga a página:** [www.instagram.com/revistaprojetoautoestima](http://www.instagram.com/revistaprojetoautoestima)

**Contato:** [elenir@cranik.com](mailto:elenir@cranik.com)

**PARTICIPE DE NOSSAS ANTOLOGIAS. LEIA OS NOSSOS EDITAIS EM ABERTO: CLIQUE AQUI**



REVISTA PROJETO AUTOESTIMA

deseja um feliz

*dia das Mães*

para todas as MAMÃES! ♥

