

# ELAS

SÃO

# PODEROSAS



CONTOS, CRÔNICAS E  
POEMAS

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

NASCEU, POR ANA MARTINS, PÁG. 05  
A GAROTA INVISÍVEL, POR LARA MELO DINIZ, PÁG. 07  
CHUVA, POR IVETE ROSA DE SOUZA, PÁG. 09  
O RIO DA VIDA, POR IVETE ROSA DE SOUZA, PÁG. 12  
MENINA DE CIRANDA, POR WANDA ROP, PÁG. 15  
ROSELI, POR WANDA ROP, PÁG. 17  
O MUNDO É DAS MULHERES, POR LUCAS MELLO PIONER  
(LUCANO DA BÉTICA), PÁG. 19  
CARTAS PARA A MINHA SOLIDÃO, POR LARA MARCELA  
BERTASSO SILVA, PÁG. 21  
FLUXO DE PENSAMENTOS, POR MILLA LEMOS, PÁG. 24  
AUTOESTIMA DE GORDA, POR ELIANE OLIVEIRA, PÁG. 27  
ESPELHO, ESPELHO MEU, POR ELIANE OLIVEIRA, PÁG. 31  
CONHEÇA OUTROS TÍTULOS DA COLEÇÃO, PÁG. 37

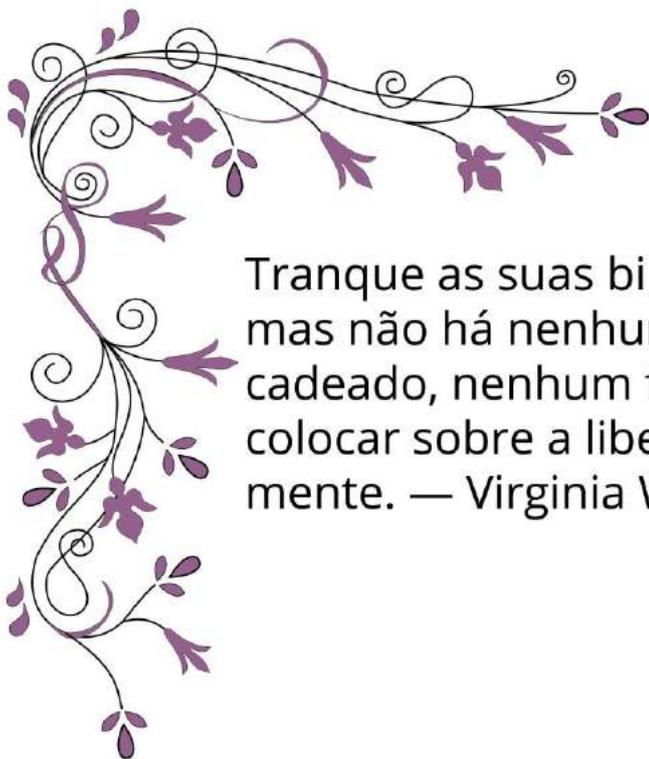
ORGANIZAÇÃO, CAPA E DIAGRAMAÇÃO: ELENIR ALVES -  
ELENIR@CRANIK.COM

[ELENIR@CRANIK.COM](mailto:ELENIR@CRANIK.COM)

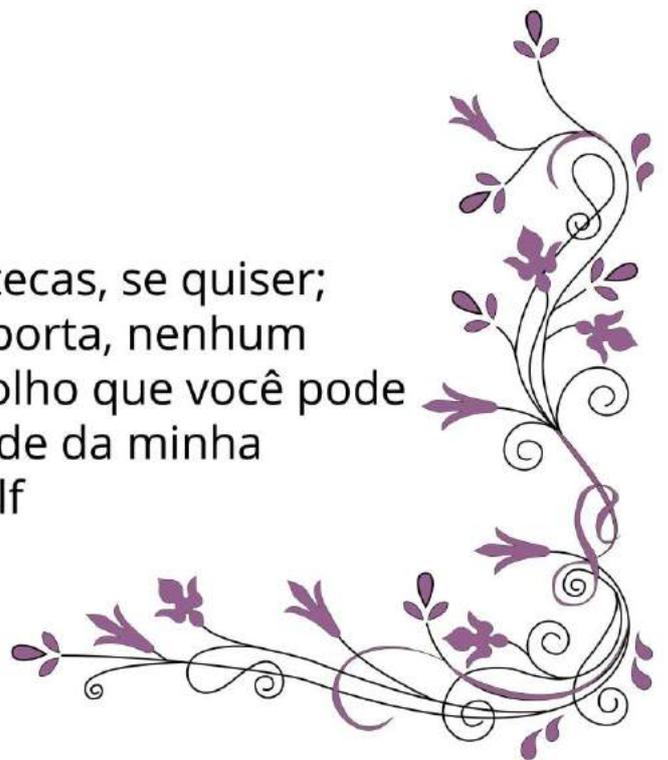
[WWW.FACEBOOK.COM/PROJETOAUTOESTIMA](http://WWW.FACEBOOK.COM/PROJETOAUTOESTIMA)

[WWW.INSTAGRAM.COM/REVISTAPROJETOAUTOESTIMA](http://WWW.INSTAGRAM.COM/REVISTAPROJETOAUTOESTIMA)

[WWW.REVISTAPROJETOAUTOESTIMA.BLOGSPOT.COM](http://WWW.REVISTAPROJETOAUTOESTIMA.BLOGSPOT.COM)



Tranque as suas bibliotecas, se quiser;  
mas não há nenhuma porta, nenhum  
cadeado, nenhum ferrolho que você pode  
colocar sobre a liberdade da minha  
mente. — Virginia Woolf



# APRESENTAMOS O POEMA

## NASCEU

**Por Ana Martins**

Natural do Rio de Janeiro. É Pedagoga e Poetisa. Fascinada pelas construções poéticas acrósticas.



É complexamente simples assim...

Misturar gentileza à intensidade

Encontrar a diferença na igualdade

Na congruência, enxergar uma curva

Inferir o meio no “zero ou um”

Num lindo dia de sol e chuva

Ah! Nasceu e é menina

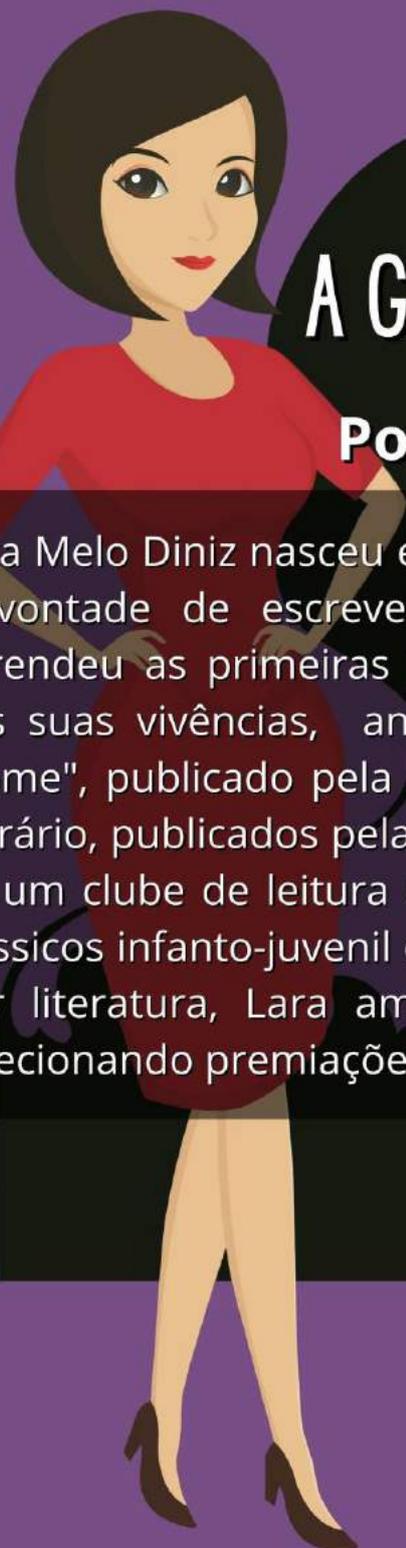


# APRESENTAMOS O POEMA

## A GAROTA INVISÍVEL

Por Lara Melo Diniz

Lara Melo Diniz nasceu em Belo Horizonte, MG em 18 de maio de 2009. A vontade de escrever suas próprias histórias surgiu assim que aprendeu as primeiras letras e sua inspiração nasce, principalmente, das suas vivências, anseios, sonhos e pesadelos. Ela tem um livro, "Fome", publicado pela editora Cora e dois textos, frutos de concurso literário, publicados pela editora Guismofews. Ela participa, desde 2018, de um clube de leitura com adolescentes da mesma idade onde leem clássicos infanto-juvenil e trocam experiências literárias. Além da paixão por literatura, Lara ama participar de olimpíada de conhecimento, colecionando premiações em astronomia e matemática.



Ela era uma garota normal  
Comia, bebia, respirava e falava  
Mas mesmo assim ninguém a via

Ela era invisível, imperceptível  
Sempre foi assim, mas quem disse que gostava?

As vezes se sentia isolada e chorava  
As vezes ficava com raiva e emburrava

Mesmo transbordando sentimentos

Ainda era ignorada

Até que encontrou alguém que a ajudou  
Agora se sentia animada e não descolada

Mas com o tempo essa pessoa foi embora  
E mesmo depois de horas a felicidade a felicidade não voltava

Novamente parou de sentir  
Já não amava, conversava ou até mesmo cantava.

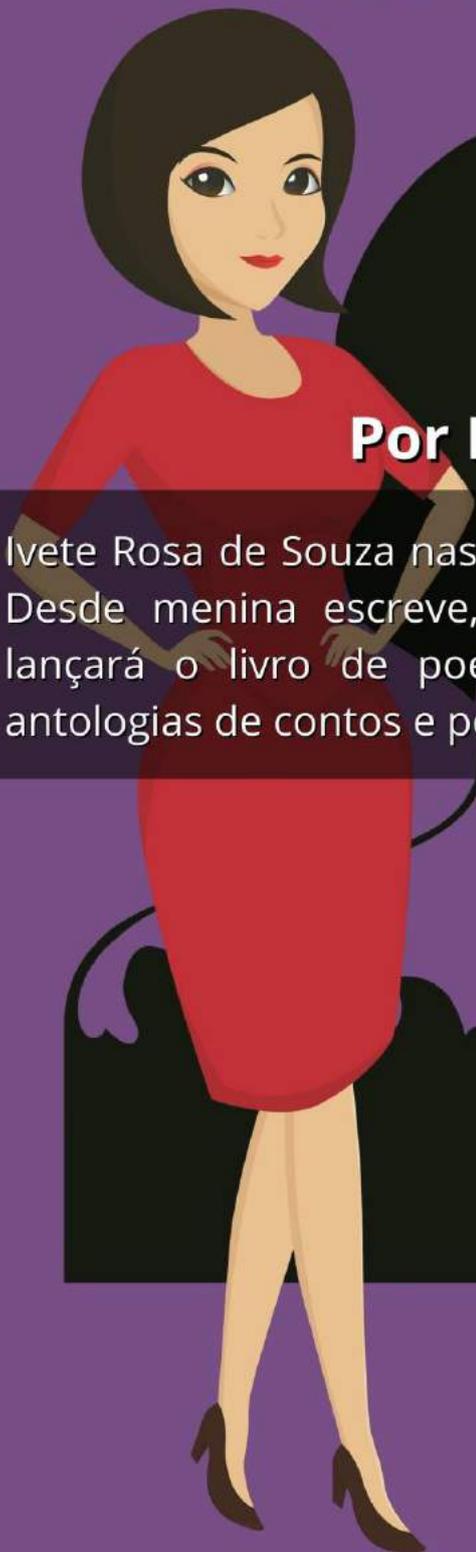


# APRESENTAMOS O POEMA

## CHUVA

**Por Ivete Rosa de Souza**

Ivete Rosa de Souza nasceu em Santo André, atualmente com 66 anos. Desde menina escreve, tem livro de poesia publicado, e este ano lançará o livro de poemas Ainda dá tempo. Participou de várias antologias de contos e poesia.



Chove

E sei que são

gotas de chuva

São lágrimas do céu

Caindo na terra

De vez em quando

Um trovão retumba

Quebrando o silêncio

De quando em vez

Um clarão brilha

Na penumbra

A chuva desce

fria e magoada

Pingando espaçada

Sobre os telhados

E a rua molhada

Serve de leito

Para a enxurrada

E a terra se desprende

Diante da fúria da água

Chuva que as vezes é benção

E as vezes mata

E como a chuva

Minha alma também chove

Derramada e silenciosa

Sentida e triste

E nada é mais triste

Que a chuva da alma.

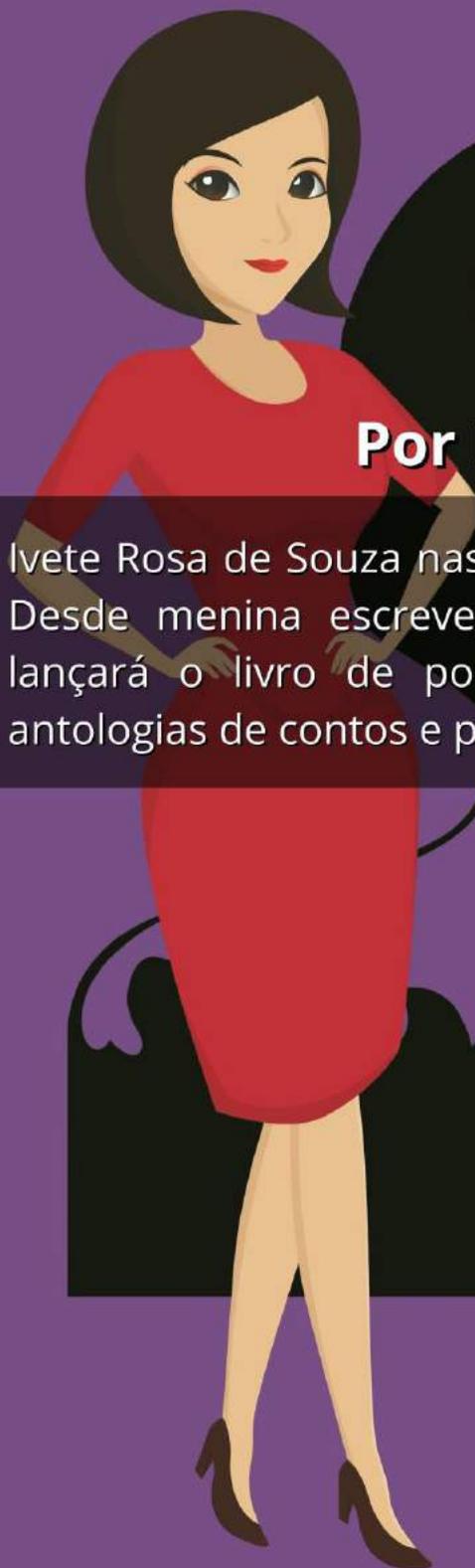


# APRESENTAMOS O POEMA

## O RIO DA VIDA

**Por Ivete Rosa de Souza**

Ivete Rosa de Souza nasceu em Santo André, atualmente com 66 anos. Desde menina escreve, tem livro de poesia publicado, e este ano lançará o livro de poemas Ainda dá tempo. Participou de várias antologias de contos e poesia.



A vida se assemelha a um rio  
Vagaroso, e as vezes corre sem destino  
Termina na corrente de outro rio  
E este na imensidão do mar  
A vida que em mim habita  
Vagarosa e outras vezes turbulenta  
Em outras vidas se precipita  
Para a frente sem ter um amanhã  
Corre treloucada inconsequente  
Se aninha se modela se deleita  
Como o rio minha vida é sozinha  
E como o rio sobre o leito transporta  
Emoções sentimentos e absorve  
Todo o contemplar da existência  
Com impaciência de não saber como parar  
Existir por existir somente  
Como se regida por coisas sobrenaturais  
Eis que persiste em se fazer presente  
A indócil vontade de se cansar demais  
Nessa languidez ou na corrente incessante  
Passa muitas vezes sobre as agonias

Dores e angústias como o rio de repente

Numa ressaca vertendo águas desiguais

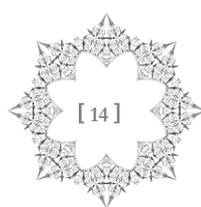
Sem pensar que sente e se ressentente

Mais do que se pode suportar

Acolhe a tristeza ao vazio de seu seio

Meditando que como o rio queria ser

E ter onde desaguar.

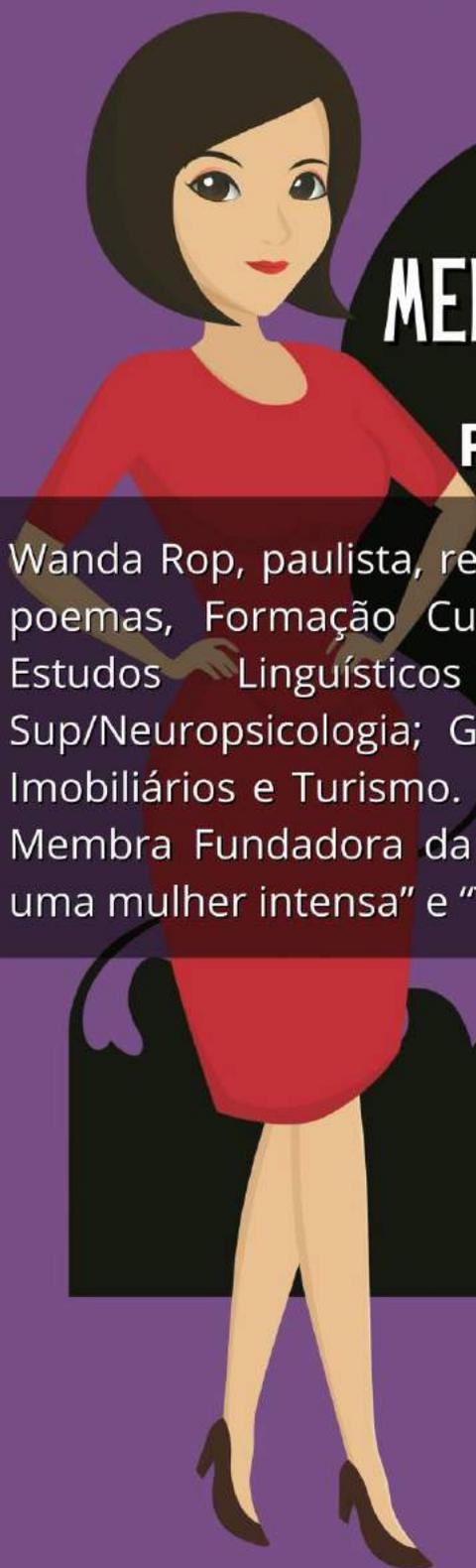


# APRESENTAMOS O POEMA

## MENINA DE CIRANDA

**Por Wanda Rop**

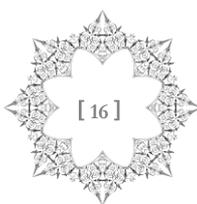
Wanda Rop, paulista, residente em Porto Velho-RO, ama ler e escrever poemas, Formação Curso Superior de Filosofia. Pós-Graduada em Estudos Linguísticos e Literários, Docência Do Ensino Sup/Neuropsicologia; Gestão Escolar e MBA Executivo em Negócios Imobiliários e Turismo. Acadêmica da A.I.S.L.A, FEBACLA,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



Sou poesia, brisa macia  
Sou mulher que te encanta  
Menina da ciranda

Seu olhar é meu servo  
Seu corpo a me desejar  
E eu brincando de viver  
Nem penso em amar

Sou liberdade  
Sou filha da lua  
Sorriso profundo  
De quem sabe o que quer  
Sou única, mulher indomável  
Se você me quiser  
Rasteje aos meus pés



# APRESENTAMOS O POEMA



**ROSELI**

**Por Wanda Rop**

Wanda Rop, paulista, residente em Porto Velho-RO, ama ler e escrever poemas, Formação Curso Superior de Filosofia. 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, FEBACLA, AILB, AIML e Membro Fundadora da ABHL, Autora do Livro "Paixões e Poemas de uma mulher intensa" e "TEMPO DE AMAR"

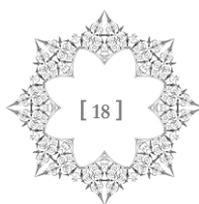
Roseli, mulher flor  
Menina cheia de encantos  
Seduz seu sorriso afável  
Deixa os homens fascinados

Sua face muito meiga,  
Seu corpo cheio de curvas  
Quantos já enlouqueceram  
Cobiçando tanta ternura

A mais linda rosa do jardim  
Roseli, oh Roseli  
Eles loucos por ti  
E você não está nem aí

Seu espírito é livre  
Seu corpo é seu  
Suas vontades são suas  
Menina mulher dona de si  
Muitos podem provocá-la  
Só que é impossível dominá-la

Flor doce e selvagem  
É a mulher que sabe ser a tal  
Pura e de verdade  
Roseli é o sonho num mundo real

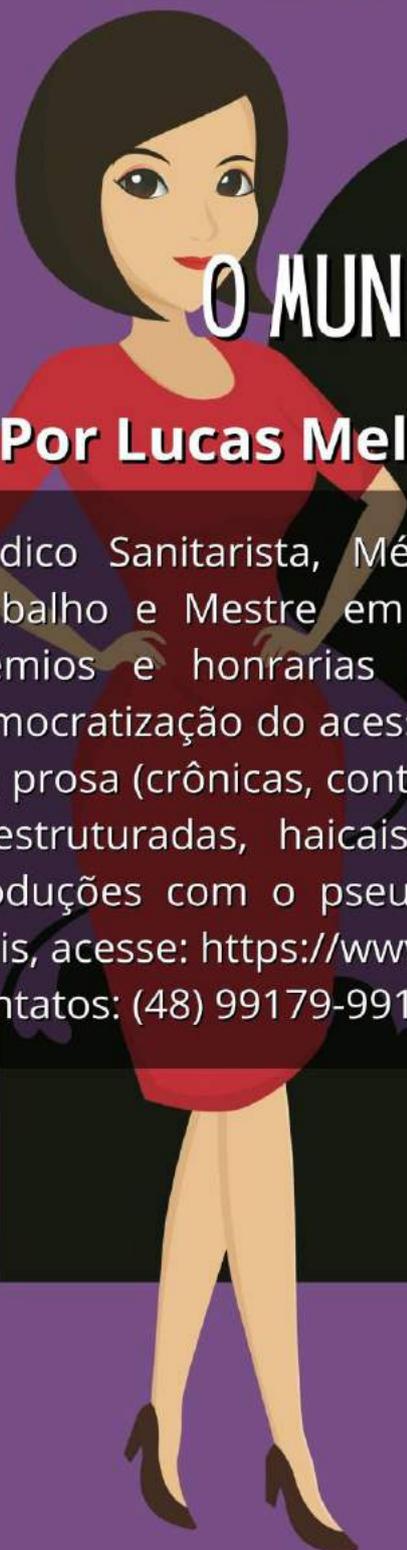


# APRESENTAMOS O POEMA

## O MUNDO É DAS MULHERES

**Por Lucas Mello Pioner (Lucano da Bética)**

Médico Sanitarista, Médico de Família e Comunidade, Médico do Trabalho e Mestre em Saúde Coletiva. Foi agraciado com diversos prêmios e honrarias por intercambiar temas de saúde com a democratização do acesso às artes e à cultura. Autor de obras literárias em prosa (crônicas, contos e causos) e também em verso (poesias livres e estruturadas, haicais, aldravias, acrósticos, etc.), assinando suas produções com o pseudônimo de Lucano da Bética. Para conhecer mais, acesse: <https://www.instagram.com/lucanopoeta/>  
Contatos: (48) 99179-9919 e [lucaspioner@yahoo.com.br](mailto:lucaspioner@yahoo.com.br)



Ainda hoje podemos escutar,  
Embora seja cada vez mais raro,  
Uma expressão pouco salutar,  
Da qual eu discordo, é claro.

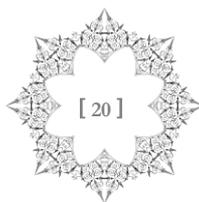
Talvez fosse melhor ser surdo,  
Ou ter o pensamento menos ágil.  
Pois considero um tremendo absurdo,  
Dizer que a mulher é o sexo frágil.

Passa longe delas a fragilidade,  
É o que a vida me ensina, diariamente.  
E a palavra da moda, sororidade,  
É oportuna e bem-vinda, literalmente.

Ser sorora é fundamental,  
No mundo misógino em que vivemos.  
Sociedade arcaica e patriarcal,  
Mas que em breve superaremos.

Ao menos, assim eu espero.  
Não pense, porém, que aguardo sentado.  
Combatendo ao machismo eu mesmo prospero,  
Se a peleja for justa, estou paramentado.

Entreguemos nas mãos delas o mundo,  
E será bem melhor o nosso futuro.  
Dessa luta não corro, nem por um segundo,  
Tenho lado, não fico em cima do muro.

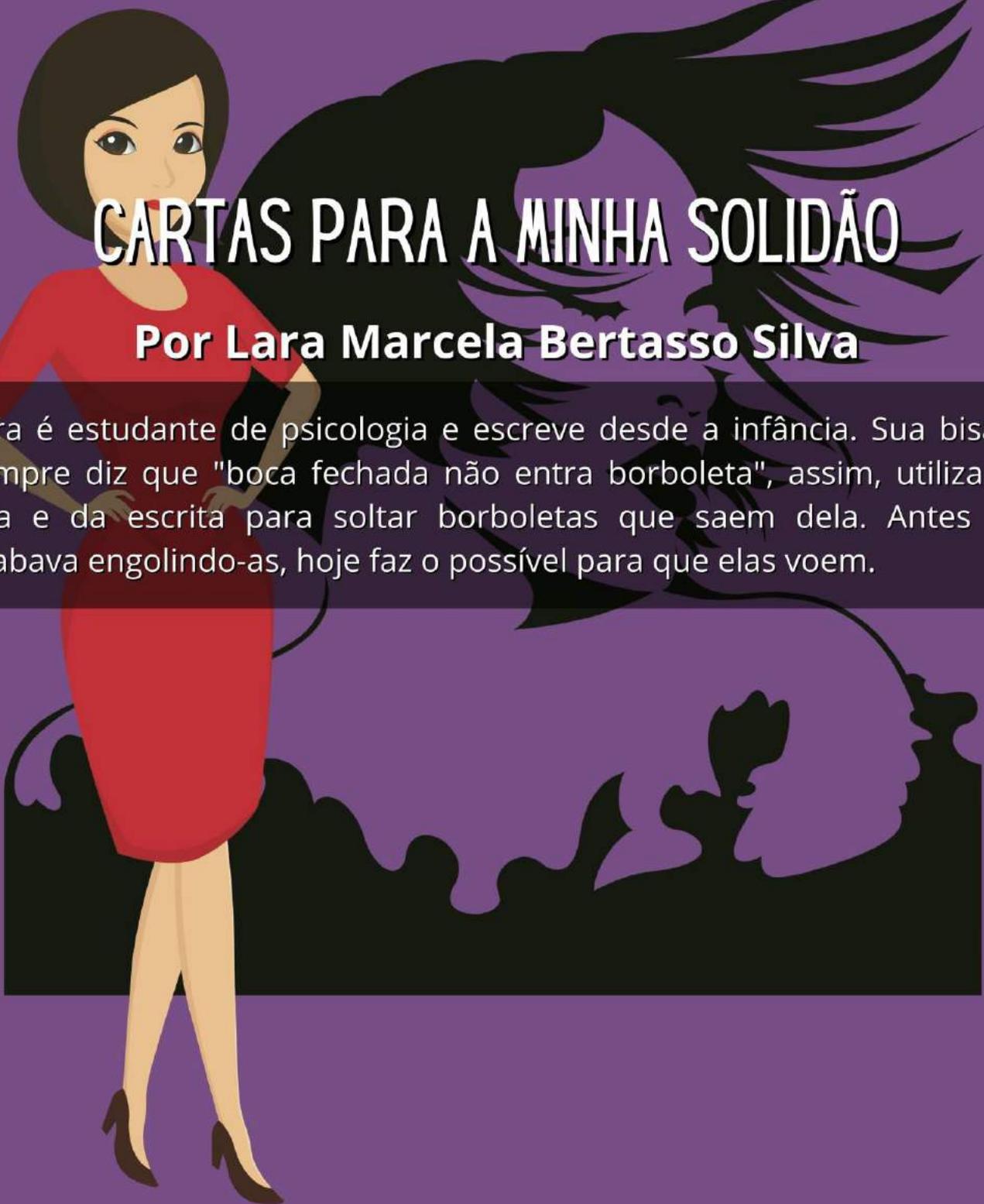


APRESENTAMOS O CONTO

# CARTAS PARA A MINHA SOLIDÃO

**Por Lara Marcela Bertasso Silva**

Lara é estudante de psicologia e escreve desde a infância. Sua bisavó sempre diz que "boca fechada não entra borboleta", assim, utiliza da fala e da escrita para soltar borboletas que saem dela. Antes ela acabava engolindo-as, hoje faz o possível para que elas voem.



**A** casa crepita, sem aviso prévio. As cartas, antes enfileiradas, não se encontram mais. O dicionário com toda sua ordenação e organização, não consegue mais controle.

Sua postura esvaiu-se a partir do momento que suas letras deixaram de ser coloridas. O passo de criança, já não se encontra na amarelinha. E eu, tento ainda, procurar uma pedra para dar meus “pulos”.

Realizar mesmo com dor, insistir com afínco e labor em um trabalho sem amor. Continuar nos trancos e barrancos de uma vida monótona, estressante e nada normal.

Nas montanhas, antes da vista, acenei para os obstáculos. Chorei em cada pedregulho que fazia com que o caminho se tornar-se mais árduo. Não queria mais continuar.

O suor destacou-se no meu corpo e eu sedenta, só quis parar.

Parei. Inspirei. Expirei. Respirei.

Meu corpo suplicava por descanso e, pela primeira vez na vida, tentei respeitá-lo. Estranho como adquirimos esse conhecimento apenas quando a água já está transbordando dentro de nós.

Nesse momento de reflexão, a Brisa veio em minha direção.

É curiosa sua maneira de demonstrar carinho quando eu mais preciso...

Esfregou-se por entre minhas pernas e começou a dançar lambidas em mim. Ela sabia como me ganhar.

Analisei de maneira perspicaz, toda a movimentação da alavanca frenética de conversas sem ouvidos.

Comunicação desvencilhada de um velho domingo não tão tranquilo assim. Não queria os ruídos, mas apenas o som dos meus próprios ouvidos escutando o que quase nunca ouvimos: nossa circulação sanguínea.

A árvore da vida que nos leva a algum lugar, veias que fomentam a nossa fome e sugam a energia proveniente de todo o esforço adquirido para sobreviver.

A solidão é rotineira, por vezes, maior que eu mesma. Não me deixa sair do ninho bagunçado de tantos pensamentos conectados com ideias que nem consigo identificar.

A minha rotação já foi embora, logo, tento buscar por uma translação, movimento paralelo e parado.

Na bagunça de meus olhos, vejo nada além do que sopinha de letrinhas sem palavras formadas.

Cada minuto, um segundo. Cada hora, um milésimo.

Afinal, quem sou eu senão minha própria agitação mental?

A glicose do sorvete descia por minha boca ao degustar cada gota daquele colorido sabor de infância.

Não tenho mais esse paladar.

Acabo sendo a chuva e evaporo diante das lágrimas que não param de sair, não sei mais o que é existir!

Ouçõ o tic-toc atônico do relógio da vovó e percebo que já se passaram 10 horas. E eu não consigo me mexer, como se cada movimento fosse um esforço exorbitante no meu corpo.

A comida não descia mais pelo “buraco” certo.

Encontro-me com mamãe, e ela puxa um risco de amor no canto da boca, por milésimos.

E como um chuvisco, suplicando para encontrar a terra seca, ela derrama sua última lágrima.



# APRESENTAMOS A CRÔNICA

## FLUXO DE PENSAMENTOS

**Por Milla Lemos**

Formada em Letras e pós-graduada em Língua aplicada, atua há 13 anos como professora do sistema prisional do Rio de Janeiro. Autodenomina-se especialista em pontos finais e em recomeços. Atualmente, aventura-se na escrita de curtas narrativas do cotidiano.



**E**la pediu que eu retirasse a roupa e me deitasse de barriga para cima. Lembrei-me do quanto ri com um colega de trabalho depois que lemos o adjetivo “pudibunda” certa vez num livro de Stanislaw Ponte Preta. Eu, como uma boa pudibunda, deitei-me constrangida e fechei os olhos. Imediatamente ela agarrou meu pé direito e passou algo gelado, depois cobriu-o com plástico e uma bota térmica. Passou para o esquerdo, repetindo todo o processo.

Nessa altura, a profissional já havia jogado uma toalha felpuda sobre meu corpo e eu nem tinha me dado conta, até ela começar a passar óleo nas minhas pernas, levantando uma aba da toalha. E quando eu menos esperava, já estava na barriga. Foi então que eu percebi que aquela massagem que prometia ser relaxante estava ativando o modo redemoinho do meu cérebro. Pensamentos vinham e eu já me irritava com a música de fundo cheia de cantos de pássaros e barulho de água.

A música me fez lembrar dos dias de isolamento em 2020. Eu fiz de tudo para não surtar naquela época. Inclusive tentar me acalmar ao som de músicas com pássaros, água e flauta. Depois eu tomava ansiolítico e dormia. Foi nessa época que voltei a bordar e a escrever um diário com meus sonhos caóticos. Acredito que parte do estresse que me trouxera a esta mesa de massagem tenha vindo dessa fase. Como desde então passei a escrever sobre coisas do meu dia, pensei até em escrever sobre essa coisa da massagem, pois já li textos que narravam até depilação íntima – textos ótimos, diga-se de passagem.

“Se estiver com frio, avise. Irei esfoliar seu rosto”, disse a moça aplicando creme e criando ondas em minha face com seus dedos compridos. Escutava um falatório do lado de fora e me perguntava, ainda mais irritada, se aquelas pessoas não sabiam que alguém dentro da sala tentava relaxar. E quando todos se calam, parecendo um ato combinado, a massagista solicita que eu me vire e encaixe o rosto no buraco da cama. Foi então que eu me vi nua, de bruços, com o rosto preso, só tendo a visão do chão. A única alternativa era fechar os olhos, sentir a massagem e, ao som de flautas, pássaros e água, tentar relaxar.

As mãos ágeis deslizavam como que numa dança. Lombar, ombros, braços. E eu me via cantarolando mentalmente “Re-la-xaaaa, re-la-xaaa...”, ao ritmo da massagem que subia e descia.

Ao encontrar pontos doloridos que, aparentemente, ela percebia na forma de pequenos nós, repetia o movimento no local por alguns segundos e depois a dorzinha sumia. E quando menos esperava... “Acabou, pode se levantar devagar. Espero que tenha gostado do seu vale-presente de aniversário.”

Com cara de boba e com óleo por todo o corpo, saí andando como se pisasse em uma rua torta. Atravessei tentando voltar à realidade, pensando em como seria ótimo receber uma massagem dessas todos os dias após horas de trabalho. Deveria ser um direito de todos! Saúde, segurança, Educação, trabalho e... massagem com óleo acompanhada de barulho de água e cantos de pássaros.



# APRESENTAMOS A CRÔNICA

## AUTOESTIMA DE GORDA

**Por Eliane Oliveira**

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.



**E**ntenda, quando falo em primeira pessoa, falo de mim. Minhas experiências, meus pontos de vista, minhas histórias. Não estou levantando bandeiras nem dizendo que todos passam pela mesma coisa, que fique claro.

Com doze anos eu tinha 1,70 de altura, calçava trinta e nove e pesava 58 quilos. Era um terror! Eu era a mulher mais alta da minha família, da minha escola, entre os meus amigos. E sempre fui grande. Não era fininha... era grande.

Hoje ainda se encontra lojas especializadas para tudo, mas na minha adolescência isso não acontecia.

Até hoje odeio comprar sapatos e roupas, porque nada que via na vitrine tinha no meu tamanho. Sapatos, só o que a loja tinha naquele número, eu não podia me dar ao luxo de escolher. Calça, ficava curta. Manga, ficava curta. E isso porque eu era magra.

Meu primeiro emprego foi trabalhando como vendedora temporária de final de ano na loja da perfumaria Rastro, na Av. Augusta. As mulheres que entravam ali eram apenas madames. Havia um perfume com folha de ouro dentro, para que você tenha ideia do perfil consumidor.

Todas muito elegantes e magras como modelos.

O estresse do primeiro trabalho e a mudança de rotina fez com que eu engordasse dez quilos em um mês e ali começou minha briga com a balança.

Passei de magra a gordinha, de gordinha a gorda. Sempre envolvendo algum aspecto emocional nessas variações. E as variações foram muitas. Ao longo da vida devo ter emagrecido e engordado uns cem quilos. Ou mais.

Não, Bem, nenhuma mulher quer ser gorda.

Eu fiz de tudo: dieta (todas), remédios, médicos, mandinga, exercícios... tudo, tudo, tudo. Emagrecia, engordava, emagrecia, engordava...

Hoje estou gorda. Não porque eu tenha desistido. Talvez se tivesse desistido estaria muito mais gorda.

Mas desisti da luta inglória. Jamais serei magra de novo. É fato.

Assim como jamais serei morena com minha pele branquinha que se machuca no sol. Pode acreditar, eu também tentei...

Dois são os problemas de ser gorda. Um é a saúde. Inevitável, por favor acredite em mim.

Outro é a autoestima. Falam de preconceito contra negros, homossexuais, mulheres, mas você não imagina o que é o preconceito contra a mulher gorda.

As pessoas olham feio quando você come em público.

Não existe roupas e sapatos que lhe caibam, mesmo do seu tamanho. Não é incrível? Dizem que a “forma” é pequena. O c....!

Quando você consegue se espremer na roupa o corte é de um saco de batatas.

Bem, mas me acostumei com isso e fui levando a vida da melhor maneira possível porque, por incrível que pareça, minha autoestima sempre foi ótima. Eu gosto de gente gorda. Acho bonito. Tenho o olhar do Botero, um pintor colombiano cujos personagens são gordinhos. Acho bonita uma mulher com peitos, com bunda redonda, grande. E meu tipo de homem são os Ursos. Os grandes, avantajados, de mãos enormes e dedos grossos. Acho bonito.

Mas o mundo parece que não acha muito não. Perdi um namorado porque a mãe dele não se conformava dele namorar uma gorda.

Vida que corre, na pandemia emagreci 17 quilos. Neste ano, com a publicação dos meus três livros e com o fato de me lançar como escritora engordei 22 quilos.

Antes de ser escritora eu não dava bola para as redes sociais. Era uma vovyer.

Agora, mais, ativa nas redes sociais descobri alguns fatos interessantes.

Fluvia Lacerda, modelo brasileira plus size. Maravilhosa! Linda! Bem resolvidíssima! Posta fotos maravilhosas, de vestidos, shorts, biquinis, roupa íntima!!!

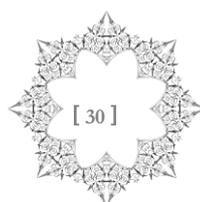
Encontrei vários *sites* de lojas especializadas em roupas grandes (e bonitas, de caimento perfeito).

E encontrei grupos de mulheres gordinhas que se amam, se acham bonitas, postam fotos descaradamente sedutoras e... homens que as adoram!!!

Estou em pelo menos dois desses grupos. Novamente como voyeur, apenas para ver a autoestima dessas mulheres extraordinárias, que disseram não para a ditadura da moda e da sociedade e se encontraram, num mundo delas, em que podem se expor e ser admiradas e, acima de tudo, felizes.

É isso, Bem. Dá para ser gorda, ter a autoestima elevadíssima, ser desejada e feliz.

Eu sou feliz.



APRESENTAMOS O CONTO

# ESPELHO, ESPELHO MEU

**Por Eliane Oliveira**

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 Jundiáí.



**E**la estava cansada. Sentia-se exausta.  
Tudo estava como sempre esteve. Trabalhava meio-período como manicure em um salão de beleza, enquanto seu diploma de enfermeira adormecia em algum móvel da sala.

Cuidava da casa e das crianças na parte da manhã, fazia o almoço, mandava as duas meninas para a escola. À noite seu marido, um homem bom e trabalhador, chegava cansado, tomava um banho, jantava sem dizer palavra e ficava absorto, em frente à televisão, tomando uma latinha de cerveja. Ela, então, preparava a marmitta dele para o dia seguinte, limpava a cozinha, ajudava as meninas nas tarefas escolares, tomava um banho e ia dormir antes que seu marido se deitasse para não ter que inventar uma desculpa ou fazer um sexo mecânico, sem prazer, por obrigação.

— Prazer... prazer... prazer... Cora ficou pensando antes de adormecer.

O único homem que teve na vida foi João. Conheceram-se no ensino médio e se casaram com pouco mais de vinte anos. Ninguém ali tinha qualquer experiência. E depois de quinze anos de casada ela sentia que nada tinha mudado, que ninguém ali tinha a menor experiência.

Ela ouvia no salão as mulheres falarem de desejo, de tesão, de prazer e orgasmos, assim, no plural. Ela nunca foi apresentada a qualquer deles.

Gostava de João. Achava até que sentia amor. Mas ele nunca a fez sentir esse ardor, esse frenesi que as mulheres do salão falavam. Ouviu João andando pelo corredor e fingiu que já estava dormindo.

Todo dia, tudo sempre igual...

Trabalhava sábado o dia inteiro, enquanto João cuidava das crianças.

Domingo só uma palavra a definia: morta. Mas ainda tinha a roupa para lavar, o almoço na casa dos pais ou dos sogros. Às vezes as crianças queriam ir ao Shopping tomar um sorvete.

Domingo após domingo...

Um dia ela acordou, foi ao banheiro, lavou seu rosto e, sem perceber, se olhou no espelho.

Deu um grito de horror.

Quem era aquela mulher no espelho? Não podia ser ela, certamente. Aquela mulher tinha um rosto cansado, o cabelo ressecado e mal cortado, com a raiz de um centímetro aparecendo. Os olhos eram opacos, sem vida. Havia manchas escuras em volta deles. Olhou então para as suas mãos. Esmalte não havia. As unhas eram curtas, de mulher que faz serviço de casa, estavam grossas e maltratadas.

Respirou fundo e foi até o quarto das meninas onde tinha um espelho de corpo inteiro. Elas estavam brincando na casa da vizinha. Com grande coragem, se olhou de corpo inteiro. A camisola não permitia ver seu corpo então, com determinação e cuidado, foi tirando-a, uma alça, depois a outra e a camisola escorregou pelo seu corpo quase nu, à exceção da calcinha bege que usava.

Examinou seus pés, sua perna, sua barriga, seus peitos, seu colo e seu pescoço, virou-se e viu suas costas, seus braços, sua bunda e começou a chorar.

Não reconhecia a Cora de 20 anos. E, decididamente, não era a mulher de 35 que pensava ser.

Resoluta, foi até seu quarto e pegou um pequeno espelho. Deitou-se, tirou a calcinha, e olhou seu sexo. Nunca havia feito isso antes.

Tocou seu corpo, sentiu cada pedacinho e, de repente, sentiu um friozinho lhe percorrer a barriga, como um raio. Tocava de forma leve, mais forte, devagar, mais rápido e uma sensação de calor e alegria começou a invadir seu corpo, desceu os dedos um pouco mais e brincou e brincou até que uma sensação de prazer invadiu seu corpo todo, da cabeça aos pés, ela se contorceu, a respiração ficou ofegante, seus pelos se arrepiaram e o coração parecia bater na sua garganta.

Foram alguns segundos. E foram mágicos. Depois veio uma sonolência leve, uma satisfação plena, tudo se acalmando...

Aquilo era prazer? Aquilo era um orgasmo?

As meninas chegaram, ela correu para se vestir, mas ficou com um sorrisinho bobo no rosto o dia todo.

Quando chegou em casa à noite, procurou pelo seu diploma de enfermeira. Encontrou-o.

No domingo, disse que precisava ir ao salão. A dona do salão, sua amiga de anos, cuidou dela. Teve um dia de princesa, como as noivas. Tomou banho de banheira com sais, esfoliou a pele, fez mãos e pés, pintou e cortou os cabelos.

Chegou em casa antes da sua família. Colocou um vestido novo que havia comprado para a ocasião e preparou um jantar bem caprichado.

Quando todos chegaram, depois do banho, sentaram-se à mesa. As meninas estavam encantadas com o novo visual da mãe. João olhava desconfiado. Depois do jantar, enquanto comiam a sobremesa, ela mostrou seu diploma de enfermagem e anunciou que seu sonho sempre foi o de ser enfermeira e que ela, agora, iria lutar para alcançá-lo, mas que precisava da ajuda de todos eles, com os afazeres domésticos. As meninas, de 12 e 14 anos, já poderiam cuidar de seu quarto e ajudá-la na casa. O marido poderia ajudá-la na cozinha e com as roupas.

João protestou que já trabalhava demais.

— É pelo meu sonho, João. Quanto eu já me sacrifiquei por você e pelas crianças? Você conseguiu se formar, tem um bom emprego, graças ao fato de nunca ter que se preocupar com a casa e as crianças. Trabalhando como enfermeira eu posso cooperar mais e contratamos uma diarista uma, duas vezes por semana. Mas agora eu preciso de você.

E era verdade, João sabia. Ele segurou em sua mão e concordou com sua decisão.

Ela colocou as meninas para dormir, foi para o quarto enquanto João assistia ao noticiário de esportes na TV. Voltou para a sala em uma camisola nova, preta, curtinha, deixando

suas belas pernas morenas de fora e os seios quase à mostra. João precisou olhar duas vezes para reconhecer sua mulher.

Ele não sentia desejo naquele momento, estava mais era apavorado. Pensava: — Cadê a Cora?

Ela veio tímida em sua direção e lhe deu um beijo na boca, como só o faziam antes de se casarem, virgens e sôfregos de paixão.

João ainda estava assustado e a segurou pelos ombros.

— O que é isso, mulher?

Ela se sentou ao lado dele, segurou suas duas mãos, tremendo, e falou:

— João, você é meu marido e pai das minhas filhas. Mas você nunca me deu prazer até hoje. Nós nos casamos muito jovens e inexperientes, sempre tivemos muito trabalho, cuidamos das crianças e da casa, mas nos esquecemos de nós dois. Você não me olha mais como mulher e eu te vejo como um irmão. Mas eu ainda te amo, João. Você ainda me ama?

— Sim... ele balbuciou.

— Eu quero mais da vida, João. Eu não quero me acabar entre panelas e pilhas de roupa suja. Eu quero ser enfermeira, cuidar das pessoas e receber ao final do mês um salário digno, que eu possa cuidar de mim, comprar coisas legais para as crianças e cuidar mais de nós. Você me entende, João?

João acenava que sim com a cabeça.

— E quanto a nós dois, eu quero voltar a namorar. Eu quero ser sua mulher e quero que você seja meu homem. O sexo tem mais a oferecer do que a gente pensa.

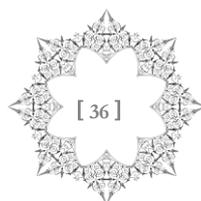
— E como você descobriu isso?

— Pelas conversas que eu ouço no salão. Fui procurar na internet, li em revistas. Parece que existe um mundo todo que nós nunca exploramos, João. E eu quero conhecer este mundo com você. Você aceita?

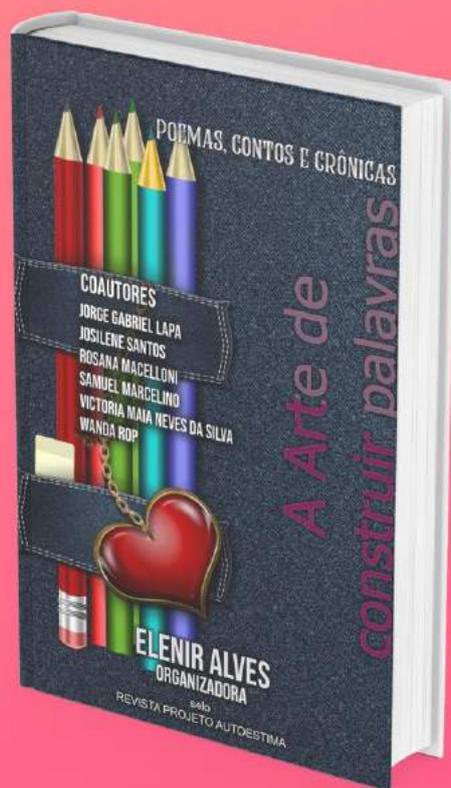
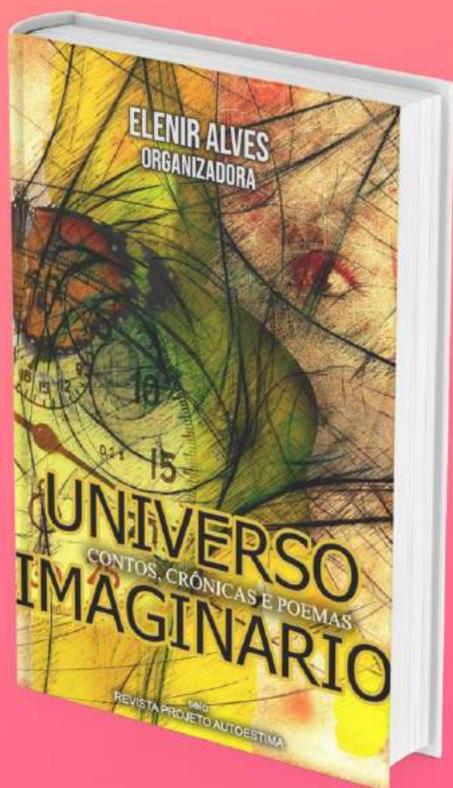
João ainda estava atônito. Mas tudo que ela falava fazia sentido. Ele tinha amigos na empresa que falavam de transas mágicas, de mulheres que gemiam e gritavam de prazer, que demoravam 20, 30 minutos até gozar. Ele sempre quis ser mais ousado, mas achava que Cora não aceitaria.

Ele estava surpreso, mas não era bobo. E sua mulher estava ali, linda como foi na juventude, uma mulher boa e leal que ele tinha a sorte de lhe estender a mão para um mundo de novos prazeres e emoções.

João levantou-se, deu a mão para Cora e foram juntos, se beijando e rindo, para o quarto.



# 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**