



GALPÃO 35 ANOS: HISTÓRIA QUE INSPIRA

Em entrevista exclusiva, o ator Eduardo Moreira, um dos fundadores da trupe, compartilha as experiências, atitudes, olhares e referências do mais brilhante grupo de teatro do Brasil.

Páginas 5 e 6.

PANORAMA

Como os executivos podem lidar de maneira lúcida e prática com tanto estresse, pressão e cobranças? Daniel Rezende, diretor da Dasein, aponta caminhos assertivos que envolvem as metodologias onboarding e advising. **p. 2 e 3.**

REPORTAGEM

Em uma época marcada por transições impostas pela tecnologia e pelas novas relações, o mundo Vuca impõe novos desafios. Especialistas compartilham experiências e conhecimentos para superar impasses em torno da volatilidade, incerteza, complexidade e ambiguidade. **p. 7 e 8.**

PONTO DE VISTA

Sucesso, trabalho árduo, ascensão na carreira, agenda concorrida... O que representa felicidade para você? A naturóloga Tathiane Pitaluga compartilha um interessante olhar sobre a essência do bem-estar pessoal e profissional. **p. 9.**

PANORAMA

ADVISORING E ONBOARDING NO AUXÍLIO CONTRA O “BURNOUT” DOS EXECUTIVOS

*Daniel Rezende – Diretor da Dasein



Certamente você já deve ter ouvido falar em síndrome de burnout, ou síndrome do esgotamento profissional. O distúrbio psíquico, descrito em 1974 e caracterizado pelo estado de tensão emocional e estresse crônicos, é provocado por condições de trabalho físicas, emocionais e psicológicas desgastantes. O termo em inglês significa estar chamuscado, queimado, calcinado por um fogo que se alastra como numa floresta.

A doença, que tem acometido muitos executivos, é considerada comum entre o alto escalão. Afinal, a maioria não tem limites quando o assunto é trabalho. Pesquisa recente da Right Management Consultants corrobora desse raciocínio ao mostrar que 40% dos executivos são demitidos ou pedem demissão nos primeiros 18 meses de trabalho, justamente por conta do esgotamento físico e mental. A renomada colunista do Financial Times, Lucy Kellaway, em artigo publicado no Valor Econômico, comenta o assunto e sugere que a melhor maneira de diminuir a pressão dos CEOs é dividir as responsabilidades entre a cúpula da empresa, ou seja,

incomodar o presidente do conselho de administração, o vice e três ou quatro acionistas.

Kellaway traz uma importante reflexão, mas é importante demarcar que dividir essa carga com outros não seja suficiente, já que esse apoio acaba existindo nas corporações e ainda assim o ambiente para o CEO é muito tenso. Normalmente o profissional que chega a CEO se prepara durante toda a carreira para assumir essa posição e mesmo quando alcança isso muito jovem, compreende que lidará com as pressões e desafios do cargo. As expectativas em relação ao executivo número um da companhia sempre serão altas e isso não deve mudar. O que precisa ser transformado é a maneira como o profissional lida com todas essas exigências. Aquele que está bem preparado entende que o seu papel é justamente administrar as pressões, resolver os problemas e propor alternativas.

“Um CEO bem preparado entende que o seu papel é justamente administrar as pressões, resolver os problemas e propor alternativas”.

Uma saída precipitada ou mesmo não planejada ocorrendo num período de até 18 meses é, a meu ver, um sinal de que houve falha na transição desses executivos. Vejamos, por exemplo, pesquisa divulgada pela AESC – The Association of Executive Search and Leadership Consultants. Vinte e três empresas S&P 500, índice composto por ações das 500 mais importantes empresas para o mercado, nomearam um novo CEO no primeiro trimestre de 2017. Dos 23 antigos CEOs, 16 saíram porque

DASEIN EXECUTIVE SEARCH

Av. Raja Gabáglia, 3117 – Conjunto 116 – São Bento
Cep:30350-540 – Belo Horizonte | MG

Tel: (31) 3291-5100

www.dasein.com.br
dasein@dasein.com.br

DIRETORIA EXECUTIVA

Adriana Prates – Presidente
Daniel Rezende – Diretor
Paulo Ângelo C. Souza – Presidente do Conselho

DNEWS

Órgão de divulgação da Dasein Executive Search

JORNALISTAS RESPONSÁVEIS:

Aline Ferreira (MTB – 11.559/MG) e Pollyanna Alcântara (MTB – 11.233/MG)



sucessão. A idade média do grupo de novos CEO's é de 54 anos e a idade média para o grupo de CEOs que deixaram seus cargos é de 60 anos. Isso demonstra que nas melhores empresas esses executivos permanecem na posição de CEO em média por seis anos e quando ocorre a sua saída é muito bem planejada, de forma que muitos deles deixam bons sucessores e acabam assumindo posições no conselho de administração.

Caminhos determinantes: Advising e Onboarding

O esgotamento executivo pode acontecer por uma série de fatores e existem várias maneiras de combatê-lo e até mesmo evitá-lo no dia a dia, seja por meio da prática de exercícios físicos, uma alimentação adequada e sono de qualidade. É certo que a maioria dos CEOs tem longas jornadas de trabalho, mas isso não significa que não sobre tempo para se cuidarem. Para esse tipo de problema o ideal é mudança de comportamento e atitude e a busca constante pelo equilíbrio entre trabalho e vida pessoal.

Nesse contexto, quero chamar atenção ainda para os serviços de advising e onboarding, que têm como objetivo a expansão das capacidades da organização por meio das pessoas. A mudança de CEO ao longo do tempo é necessária e isso impacta a cultura da empresa, bem como as relações dentro e fora dela. É uma questão muito sensível que afeta também os negócios. A capacidade de uma organização para colocar o líder certo no topo nunca foi tão importante para seu desempenho e sustentabilidade. Gerenciar o processo de sucessão do CEO é responsabilidade do conselho, que poderá contar com apoio de especialistas externos a fim de conduzir todo o processo da melhor forma possível.

O advising, por exemplo, apoiará o executivo em situações mais específicas e pontuais. Já o onboarding é um programa que visa a plena adaptação à nova cultura,

fazendo com que o processo se efetive com maior rapidez, elevando com técnicas específicas o desempenho do novo executivo.

Sem dúvidas, quando o executivo conta com o apoio de advising externo, com um consultor amplamente preparado e capacitado para apoiá-lo, ele poderá sim, dividir o peso das exigências. É a possibilidade para se discutir as melhores estratégias, pressões vindas do conselho, dos investidores, do time, além dos fatores externos. É por isso que a contratação desses serviços especializados tem aumentado tanto, justamente para que o executivo consiga organizar melhor os seus papéis e entregar os resultados esperados pela empresa, diminuindo assim os desgastes.

“Quando o executivo conta com o apoio de advising externo, com um consultor amplamente preparado e capacitado para apoiá-lo, ele poderá dividir o peso das exigências”.

Como cada caso é um caso, não posso deixar de dar um alerta para as situações extremas (executivos que estão à beira de um colapso), que devem ser tratadas de maneira que não tragam consequências irreversíveis. Em situações assim, deve haver um grande envolvimento da alta gestão como um todo e suas respectivas equipes, de forma que o CEO tenha apoio nas suas decisões e possa agir com confiança e manter seus funcionários motivados e engajados.

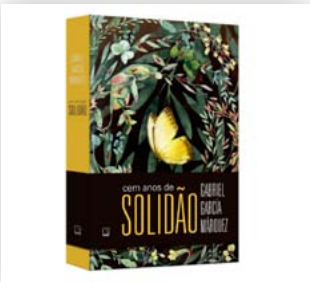
É claro que em momentos tão turbulentos assim, é importante usar de ações práticas, como tirar férias, fazer um curso interessante. Uma pessoa coagida e sob pressão deixa de contribuir e um CEO preparado saberá negociar essas possibilidades para o bem dele e da própria empresa.

GARIMPO



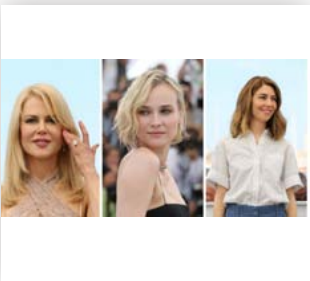
DELICIOUSLY ELLA

Gosta de gastronomia, mas não tem tempo para se dedicar à cozinha? Conheça o blog Deliciously Ella, da londrina Ella Woodward. Depois de ser diagnosticada com uma doença raríssima, a cozinheira decidiu apostar em uma alimentação mais saudável e prática, com ingredientes fáceis de encontrar em qualquer supermercado (e o melhor, as receitas ficam prontas entre 10 e 30 minutos). Sinônimo de empreendedorismo, Ella está se consagrando como um fenômeno multimídia: só no Instagram tem mais de 1 milhão de seguidores e já vendeu mais de 30 mil exemplares na semana de lançamento do seu primeiro livro.



“CEM ANOS DE SOLIDÃO” COMEMORA 50

Se você ainda não leu a obra-prima de Gabriel García Márquez (1927 - 2014), considerada uma das mais emblemáticas da literatura latino-americana, este é um bom momento. O livro, que completa cinco décadas neste ano, ganha uma edição belíssima comemorativa, em capa dura, da editora Record. Na fictícia Macondo, o autor narra a fascinante e triste história dos Buendía, a queda e a ascensão do vilarejo onde viveu as diversas gerações dessa família cuja trajetória é cercada de mistérios. Publicado em 35 idiomas, a obra foi uma das razões que levou o escritor a vencer o Prêmio Nobel de Literatura, em 1982.



CANNES MAIS FEMININA?

Em sua 70ª edição, o Festival de Cannes chamou a atenção para a trajetória de grandes mulheres do cinema. Além do seu tradicional cartaz ter sido estampado pela atriz italiana Claudia Cardinale, homenageada no evento, a atriz Nicole Kidman recebeu o prêmio de honra por ter estrelado três filmes e uma série este ano. Além delas, Sofia Coppola levou o prêmio de melhor direção pelo filme “The Beguiled” e a alemã Diana Kruger foi ovacionada pela atuação no longa “In The Fade”, conquistando o prêmio de melhor atriz. É fundamental que iniciativas como essa aconteçam como forma de convidar o mundo a prestar mais atenção ao trabalho das mulheres. Mas é sempre bom lembrar que o festival ainda é majoritariamente masculino e essa realidade precisa ser debatida.



CENTENÁRIOS DO JAZZ

Este ano comemora-se os centenários de nascimento de três saudosos astros do jazz: Thelonious Monk, Dizzy Gillespie, além de Ella Fitzgerald (que já mencionamos aqui). Virtuoso e autenticidade são algumas características que marcaram a carreira de Monk e Gillespie. Considerado um dos mais importantes músicos do Jazz, o pianista Monk tinha um estilo único de improvisar e tocar. Fazia com duas ou três notas o que outros pianistas faziam com nove ou dez. Já o trompetista Dizzy Gillespie foi uma das maiores figuras no desenvolvimento do movimento “bebop” no jazz moderno. É bem provável que, nos próximos meses, sejam lançados discos e livros em homenagens a eles. Se você gosta de jazz, é bom ficar atento!

Gostou das nossas escolhas? Para saber mais sobre cada dica, acompanhe nossas redes sociais no Facebook, LinkedIn, Instagram e Twitter. Basta procurar por Dasein Executive Search e seguir nossas páginas.

INSPIRE-SE COM: EDUARDO MOREIRA

“TREINAMENTO, DEDICAÇÃO, HUMILDADE, PERSEVERANÇA. ACIMA DE TUDO, MUITA PERSEVERANÇA PARA CONTINUAR BUSCANDO DESAFIOS E NOVOS RISCOS”



Prestes a completar 35 anos de estrada, o Grupo Galpão não quer sossego. O gosto pelo desafio, o desejo de criar e a vontade de confrontar as próprias deficiências são sentimentos que não arrefeceram ao longo dos anos. Pelo contrário, estão a cada dia mais vivos nos 12 atores da trupe. Considerada uma das companhias teatrais mais brilhantes do Brasil, já conceberam 23 espetáculos e foram assistidos por mais de 1,7 milhão de pessoas no mundo. Para celebrar esse grande talento e conhecer um pouco mais das experiências, habilidades e referências fundamentais para o grupo, conversamos com um dos seus fundadores, o ator Eduardo Moreira. Acompanhe e inspire-se!

Em 35 anos de carreira, o Galpão concebeu 23 espetáculos, se apresentou em quase 20 países e ganhou mais de 100 premiações. Em seu ponto de vista, quais foram as habilidades e atitudes que levaram a companhia a ser uma das mais importantes do Brasil e do mundo?

Antes de mais nada, o desejo de viver de teatro e se profissionalizar. Na década de 80 o teatro em Minas se caracterizava por uma atividade semiprofissional, mas ligada a um formato amador, em que as pessoas faziam teatro e tiravam a renda para viver de outras atividades. Nós, desde o início, tínhamos como meta viver exclusivamente do teatro.

Outro aspecto importante foi o trabalho com os dois diretores do “Teatro Livre de Munique” com quem trabalhamos e que nos instrumentalizaram com um trabalho técnico que foi uma verdadeira escola de formação. A partir do trabalho de mais de seis meses com os alemães tínhamos uma linguagem teatral comum, o que foi muito importante como ponto de partida.

O Galpão trabalha com o mesmo elenco há mais de 20 anos. A equipe, formada por 12 atores, é um exemplo de talento, inventividade e renovação. Como manter esse vigor e uma equipe funcionando por tanto tempo?

Treinamento, dedicação, humildade, perseverança. Acima de tudo, muita perseverança para continuar buscando desafios e novos riscos. E também saber que no teatro nada está conquistado, mas precisa ser construído no aqui e no agora do ato teatral.

“Nós, desde o início, tínhamos como meta, viver exclusivamente do teatro”.

O teatro de rua e a pesquisa da linguagem popular são bases do Grupo Galpão e ao longo dos anos vocês também se abriram à experimentação, a novos desafios. Como se dá o processo de criação dos espetáculos?

Sempre passamos por uma profunda discussão coletiva sobre que tipo de espetáculo devemos fazer. O caminho é



Em 35 anos de trajetória, o Grupo Galpão celebra 22 deles com o mesmo elenco, formado por 12 atores.

construído de forma coletiva. E as perguntas são sempre as mais variadas o possível. Fazer um espetáculo de rua ou de palco? Com uma direção interna ou externa? Ou, que tipo de deficiência ou novo desafio devemos enfrentar para um próximo trabalho? O importante é não perder a perspectiva de que um novo trabalho deve ser uma forma de enveredar por uma nova pesquisa e uma forma de construir linguagens.

O Galpão tem uma relação bem afetiva com seu público, são pessoas que não acompanham um ou outro espetáculo, mas a jornada do grupo. Como manter um público tão fiel?

O mais importante é fazer um teatro de qualidade, com o máximo rigor possível. Isso é sempre reconhecido pelo público. O Galpão desenvolve em suas inúmeras excursões, encontros, debates e oficinas, que aproximam o grupo dos artistas, de seus espectadores e também do público em geral. Isso é muito importante para estreitar as relações com o público e faz com que o Galpão seja uma referência para sucessivas gerações.

Vocês são referência para vários artistas. Gostaríamos de saber quais são as maiores referências do Grupo Galpão. Seja no teatro, na literatura, no cinema ou na música, o que inspira a companhia?

No teatro, as referências clássicas de Stanislavski, Brecht,

Peter Brook, Eugenio Barba, Ariane Mnouchkine, Antunes Filho e tantos outros. Isso, sem falar nos diretores com quem trabalhamos e montamos espetáculos. A nossa linguagem teatral foi forjada a partir desses encontros com artistas como Fernando Linares, Paulinho Polika, Eid Ribeiro, Gabriel Villela, Cacá Carvalho, Paulo José, Paulo de Moraes, Yara de Novaes, Jurij Auschwitz e Marcio Abreu.

No cinema nossa maior influência veio de Federico Fellini e Nino Rota, além de grandes clássicos da dramaturgia universal que vão de Shakespeare e Molière até Tchêkhov e Pirandello.

“O mais importante é fazer um teatro de qualidade, com o máximo rigor possível. Isso é sempre reconhecido pelo público”.

Após a celebração dos 35 anos em várias capitais brasileiras, quais são os projetos futuros?

Nosso próximo projeto será a montagem de um novo trabalho com direção do Marcio Abreu, com quem fizemos nosso último espetáculo, o “Nós”. Essa experiência foi tão marcante que, acredito, ainda temos muitas questões teatrais e humanas a pensar conjuntamente.

REPORTAGEM

VOCÊ ESTÁ PREPARADO PARA ENFRENTAR O MUNDO VUCA?

Em uma época marcada por transições impostas pela tecnologia e pelas novas relações (ou não-relações) entre sociedade e estados, falar dos riscos gerados pelas constantes mudanças pode soar clichê. Mas apesar do tema ser onipresente, ainda são muitos os que desejam lidar, de forma lúcida, com tal cenário de metamorfose. Cenário que ganhou, inclusive, um nome: Vuca, sigla que reúne importantes impasses contemporâneos como volatilidade, incerteza, complexidade e ambiguidade (do inglês, volatility, uncertainty, complexity e ambiguity).

O termo não é novo. Originado na Escola de Guerra do Exército Americano na década de 1990, foi usado por militares que viram o seu modelo hierarquizado não mais funcionar diante de uma forma de organização terrorista em que o poder estava disperso e as ações eram totalmente imprevisíveis. Após os ataques de 11 de setembro, em 2001, o termo se propagou pelo mundo e foi absorvido por algumas organizações para se referir ao ambiente caótico, turbulento e de rápidas mudanças que se tornou “o novo normal”. É o que explicam as especialistas em desenvolvimento humano, Magda Costa, Silvia Roscoe, Stefania Vargas e Walkiria Monteiro.

Recentemente as profissionais foram desafiadas pelo Grupo de Estudos Projetar a investigarem a “realidade Vuca” e a pensarem como os profissionais podem identificar e alavancar suas forças diante desses impasses. Segundo elas, um estudo da Standard & Poors sobre o encurtamento da longevidade das empresas ajuda a chamar atenção para o assunto. A pesquisa identificou que a média de vida das empresas do índice S&P 500 (uma importante referência para aplicação na bolsa nos Estados Unidos) foi de 60 anos, na década de 1960, para 15 a 20 anos hoje. “Isso afeta fortemente o cotidiano das pessoas e organizações. O nível de pressão para inovar, atualizar e se diferenciar num mercado em constantes mudanças é altíssimo. Se não ajudarmos as

pessoas e organizações a se prepararem para esse ambiente, vemos muito adoecimento”, ressaltam.



Magda Costa

Trocar as fórmulas massificadas e respostas fáceis por questionamentos pode ser um primeiro passo para ter uma compreensão melhor do ambiente Vuca e saber como lidar com os desafios impostos por essa realidade. “Ter humildade para reconhecer que não estamos prontos, para saber que não conseguimos sozinhos e para buscar ajuda talvez sejam as atitudes mais importantes”, ressaltam as especialistas. Outro comportamento muito importante, segundo elas, é a proatividade “para assumir a responsabilidade de atuar sobre o que está sob nosso controle e melhorar, independentemente de nossa posição”.



Silvia Roscoe

De acordo com as especialistas, o compartilhamento de teorias e práticas surgem para a nossa reflexão em um processo de ressignificação contínuo. “Como um movimento em espiral, ao longo da história, voltamos a situações semelhantes às vividas anteriormente, contudo em um nível de complexidade superior. Isso exige grande flexibilidade e adaptabilidade frente a cenários altamente dinâmicos”.

Após muitas discussões e reflexões, as consultoras levantaram atitudes que podem ajudar o profissional a lidar melhor com a realidade Vuca. São elas:

Capacitação lúdica de educadores

Pais e profissionais que trabalham em escolas e empresas, a fim de desenvolver o “pensar criativo” das pessoas, ajudando-as a resgatar a “criança” que é capaz de se maravilhar e buscar alternativas diante do novo.

Ferramentas fora do padrão

Para ser eficaz, o desenvolvimento de pessoas precisa sair do lugar comum. Usar a arte, em suas diversas manifestações, trabalhos manuais, experimentos sensoriais e não-verbais, jogos, gamificação, quebra-cabeças, enigmas, prática de “chefe oculto”, entre outros, são indicados.



Stefania Vargas

Atividades de meditação

A prática pode ajudar as pessoas a desenvolverem o córtex pré-frontal e, conseqüentemente, ter mais facilidade de planejar, lidar com emoções e buscar soluções.



Walkiria Monteiro

Práticas de análise e solução de problemas

Podem ser voltadas para questões sociais ou não. A ideia é mobilizar as pessoas e desenvolver a empatia e a habilidade de solucionar problemas em grupo.

Outro ponto importante ressaltado pelas consultoras, é que não só os líderes precisam ser desenvolvidos. Elas explicam que tradicionalmente as empresas investem muito no desenvolvimento de pessoas em função de liderança pelo papel estratégico que exercem, mas hoje as organizações mais ágeis são aquelas que têm pessoas em diferentes posições atuando de forma sistêmica e antecipando-se ao mercado.

ENTENDA OS IMPASSES DO MUNDO VUCA E MANEIRAS DE LIDAR COM ESSA REALIDADE:

Volatilidade

É a natureza intensa, abrangente e dinâmica das mudanças.

Visão

Uma forma de lidar com a volatilidade é “buscar sentido” no que fazemos através do estabelecimento de uma visão clara de onde queremos ir. Uma boa comparação é da pessoa que está em uma estrada que vê que a ponte a sua frente caiu e a que está logo abaixo à sua vista não é forte o suficiente para aguentar o seu peso. Se a pessoa não tem visão, ela se desespera. Se ela tem uma visão mais ampla do ambiente em que está, ela sabe que, se voltar um pouco, pode pegar outro caminho que também levará a seu objetivo. A visão nos dá um norte a nos orientar diante de tantas mudanças.

Incerteza

Refere-se à falta de previsibilidade das questões e eventos dificultando utilizar dados e experiências passadas como elementos para prever o futuro.

Entendimento

Entender é a palavra-chave para lidar com a incerteza. Entender que a incerteza “é a nova norma”. Entender informações demográficas, tendências, sentimentos, comportamentos, contextos nos permite buscar alternativas de ação.

Complexidade

É a multiplicidade de causas difíceis de compreender que interagem de forma não linear criando situações aparentemente caóticas.

Clareza

Em meio ao aparente caos, é importante buscar clareza para identificar padrões internos e externos que nos ajudem a levantar possíveis impactos e riscos de diferentes soluções.

Ambiguidade

Refere-se à interpretação de uma dada situação de forma diversificada, podendo significar ao mesmo tempo oportunidade e ameaça.

Agilidade

Para lidar com a ambiguidade, precisamos de agilidade para experimentar e comunicar soluções testadas em pequena escala que possam ser aplicadas em múltiplos contextos.

PONTO DE VISTA

FELICIDADE: O CAMINHO PARA A SAÚDE INTEGRAL



Ao longo de dezessete anos tive o privilégio de atender desde altos executivos como pessoas que chegavam no consultório sem nenhuma perspectiva de cura. Em todos eles haviam um ponto em comum, a vontade de estar na vida e o desejo de transformação.

De acordo com o doutor Herbert Benson, professor em Harvard, 60% a 90% das doenças podem ser curadas pela mente. Autor de sete livros com mais de 4 milhões de exemplares vendidos, ele afirma que existe um tripé que sustenta a cura: os medicamentos, a cirurgia e a espiritualidade.

Cada um deles tem o seu peso sendo que o hábito diário da meditação (capacidade de deixar a mente livre de pensamentos) teria uma função eficaz na diminuição do nível de estresse e de doenças como a depressão.

Em muitos momentos, dentro do meu consultório, me deparei com pessoas que passavam por grandes provas no âmbito da saúde, no tocante das emoções e no equilíbrio mental. E me perguntava: o que realmente nos motiva em nossas escolhas? Seja ela profissional, amorosa, cultural... Como podemos lidar melhor com as nossas perdas e com o preço de cada escolha?

Dentro deste contexto pela busca do ter, esquecemos por alguns momentos a intenção primordial que nos leva e nos impulsiona em nossas buscas: ser feliz.

Qual a válvula motriz que faz com que quiséssemos que aquele instante durasse uma eternidade?

Em primeiro lugar, um corpo feliz é um corpo saudável, que exala vitalidade, que está em harmonia com seus sentimentos e mantém sua mente lúcida.

Porém, o que vemos são as pessoas chegarem ao sucesso financeiro e profissional e dão em troca parte da sua saúde pelo ritmo de vida desenfreado e a falta de tempo.

Em uma era em que a medicina disponibiliza maior longevidade e bem-estar deixo aqui uma reflexão: qual é o preço da saúde, a paixão pela vida, o encantamento de estar vivo e poder interagir com todos a nossa volta?

É lá no final conseguir envelhecer e chegar na essência da tal felicidade!

*Tathiane Pitaluga é naturóloga, especialista em acupuntura e professora autorizada pela Escola Biyun Qi Gong

O VERSO INVERSO

RETALHOS

Me refreio de pensar
 Nas memórias de infância
 Sempre há o que recordar
 Existem lembranças que são densas
 Não tão fáceis de acessar
 Há outras igualmente intensas
 Com razões para me alegrar

Alguns dizem que sou forte
 Outros que eu tenho muita sorte
 É curioso perceber como se é percebido
 E saber que não se é, por outros, um esquecido

Não me considero um perdedor
 Tampouco um vencedor
 Se ser forte
 Significa saber se levantar com um norte
 Ter sorte é ousar crer em quão forte se pode ser

São coisas que não se medem
 Permitem-se apenas confiar
 Não uma confiança onipresente
 É sobre uma atitude consciente
 Que nem o inesperado possa abalar

A vida é feita desses recortes
 Que trafegam pela mente
 Entre eles, vejo como de estalo
 A presença de um intervalo

Um espaço que a mim parece
 Que nada ali acontece
 Foco, desfoco e me perco
 Há ali um lugar que desconheço

Apelo à minha lucidez
 O que se faz entre cada recorte?
 Vê-se um valoroso legado
 Pleno de significado
 Um viver com fluidez

Aprates 2017

