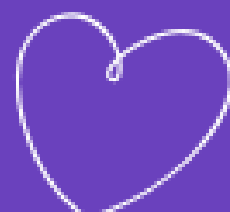


**FABÍOLA SIMÕES**

AUTORA DO BEST-SELLER DEIXEI MEU CORAÇÃO EM MODO AVIÃO

**TEXTOS**

**PARA**

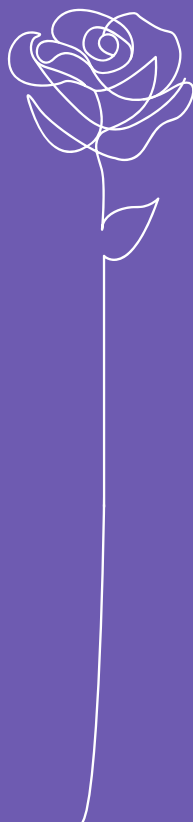


**ACALMAR  
TEMPESTADES**



FARO  
EDITORIAL

TEXTOS PARA ACALMAR  
TEMPESTADES





FABÍOLA SIMÕES

TEXTOS PARA  
ACALMAR  
TEMPESTADES





Para todos os que um dia sentiram as  
tempestades da alma. Para aqueles que se  
sabem brisa, e também ventania.  
Para minha família. Amo cada um de vocês com  
a força de um temporal.

**COPYRIGHT © FARO EDITORIAL, 2021**

Todos os direitos reservados.

Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida sob quaisquer meios existentes sem autorização por escrito do editor.

Diretor editorial **PEDRO ALMEIDA**

Coordenação editorial **CARLA SACRATO**

Preparação **FERNANDA BELO**

Revisão **BÁRBARA PARENTE**

Capa e diagramação **OSMANE GARCIA FILHO**

Imagens internas **LIZAVETAS, TETIANA\_U, JUSTARTNINA, VALENTY, NIKVECTOR, PLASTEED, DODOMO, ONELINESTOCK, ALLA\_LINE, SINGLELINE, GALINA GALA, LIVDECO, NEVESHKIN NIKOLAY LINEHOME, KAMILA BAY | SHUTTERSTOCK**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Angélica Ilacqua CRB-8/7057

---

Simões, Fabíola

Textos para acalmar tempestades / Fabíola Simões.

— São Paulo : Faro Editorial, 2021.

168 p.

ISBN 978-65-86041-75-0

1. Crônicas brasileiras I. Título

21-0799

CDD B869.8

---

Índice para catálogo sistemático:

1. Crônicas brasileiras B869.8



1ª edição brasileira: 2021

Direitos de edição em língua portuguesa, para o Brasil,  
adquiridos por FARO EDITORIAL

Avenida Andrômeda, 885 — Sala 310

Alphaville — Barueri — SP — Brasil

CEP: 06473-000

[www.faroeditorial.com.br](http://www.faroeditorial.com.br)

# SUMÁRIO



## 1. NUVENS SE FORMANDO 13

### (INICIANDO A JORNADA)

Textos, poemas e reflexões com referências a obras literárias que inspiram a busca pelo sentido da vida e nos conduzem a uma jornada rumo ao nosso próprio mistério.

## 2. CHUVA NO TELhado 53

### (ENCONTRO)

Textos, poemas e reflexões com referências a obras literárias que têm o amor romântico como tema central.

## 3. TEMPESTADE 81

### (DOR)

Textos, poemas e reflexões com referências a obras literárias que traduzem a dor da perda, o desespero do desencontro, a angústia do apego.

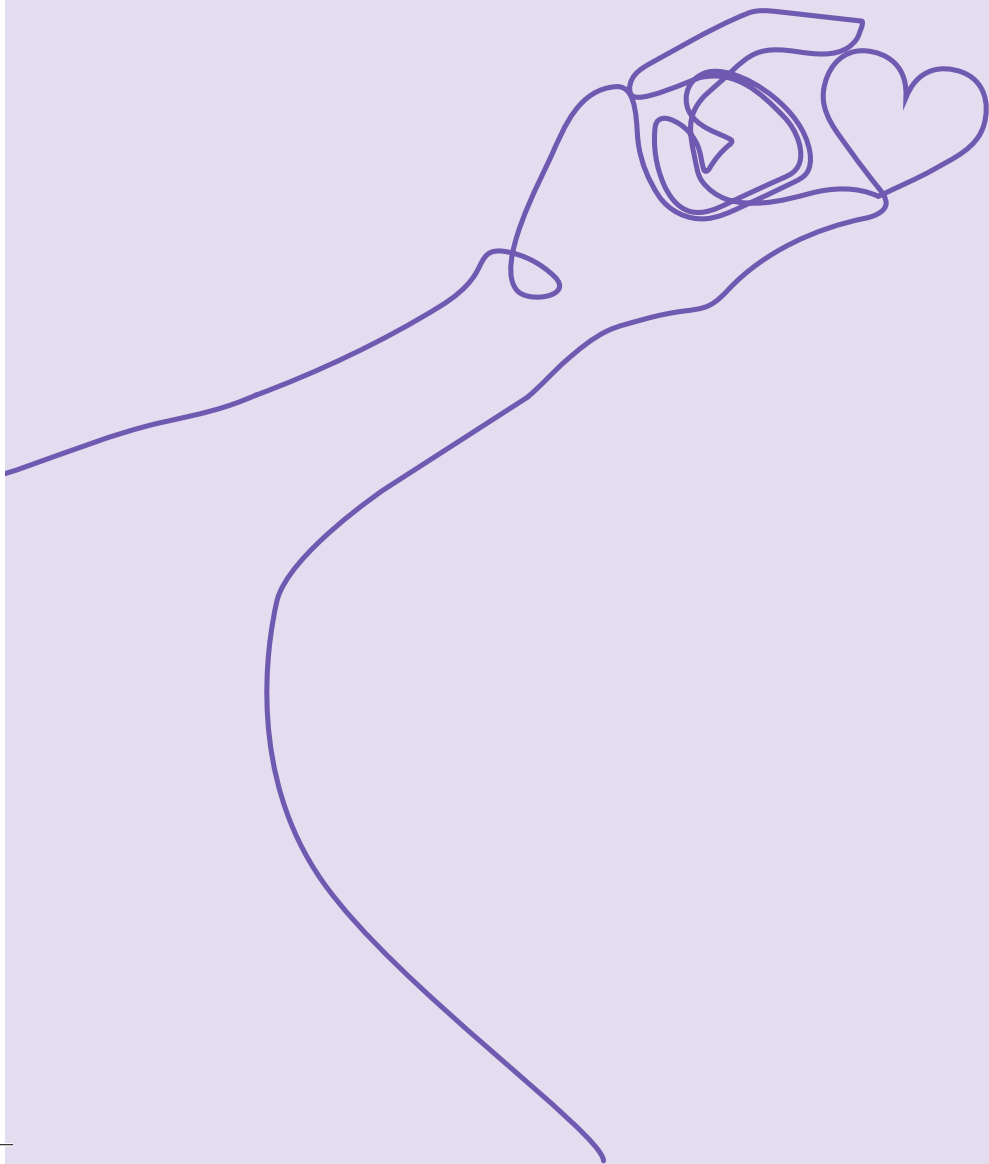
## 4. CALMARIA 131

### (CURA)

No final da jornada, a cura. Textos, poemas e reflexões com referências a obras literárias que conduzem o leitor ao reencontro consigo mesmo.







“meu coração me acordou chorando  
ontem à noite  
o que eu *posso fazer* eu supliquei  
meu coração disse  
*escreva o livro.*”

**(RUPI KAUR)**



## CARTA AO LEITOR

Na virada de 2019 para 2020, inspirada por uma prima querida, escolhi a palavra que gostaria que representasse o meu ano. A palavra escolhida foi “ALMA” e, naquele momento, nem de longe eu imaginava o que estava por vir, e o quanto minha alma deveria estar aberta a mudanças e transformações.

2020 chegou desafiando nossas certezas, nos mostrando que a vida tem seu próprio roteiro, muitas vezes diferente daquele que imaginamos ou planejamos.

*Textos para acalmar tempestades* é um livro que nasceu sob telhados de vidro, enquanto gotas de chuva, raios, trovões e temperança dançavam uma coreografia inédita na vidraça e dentro de mim.

Estar junto dos livros sempre foi uma terapia. Ler me traz calma, apazigua minha alma, abraça minha inquietação e me ajuda a entender os invernos do Ser.


Inspirada por minhas leituras, e citando autores e obras que gosto e admiro, escrevi a maioria das crônicas deste livro. Assim, cada reflexão contida aqui traz junto uma frase ou trecho de uma obra literária que algum dia me aqueceu ou desacomodou.

Espero que minha jornada rumo ao confronto com minha alma inspire você a se aprofundar também, buscando se conhecer e se respeitar mais, principalmente nesses tempos tão difíceis.

Citando o psicanalista Jung: “Não há despertar de consciência sem dor”; e, por isso, agora te dou minha mão. Vamos juntos, e que a leitura o ajude a acalmar suas tempestades...

Com amor,  
**FABÍOLA SIMÕES**



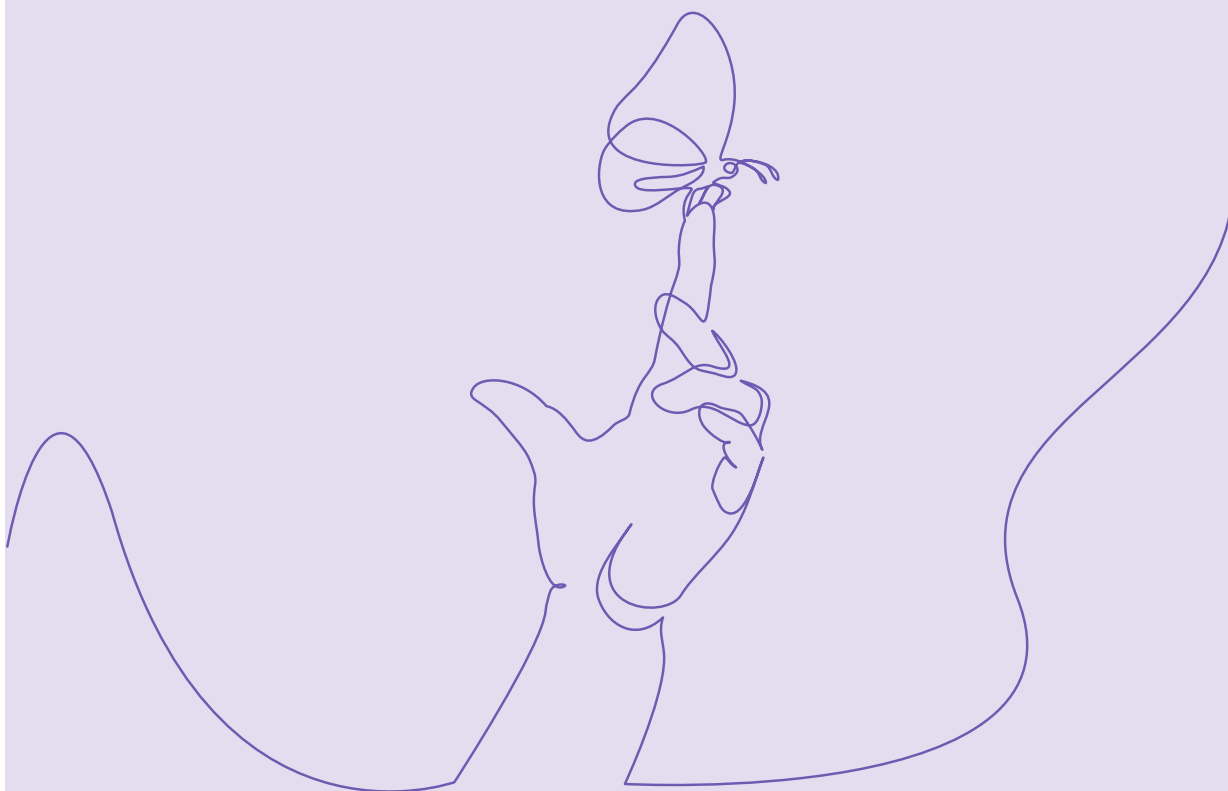


# PARTE 1

# NUVENS SE FORMANDO

## (INICIANDO A JORNADA)

É preciso coragem para ir ao encontro do próprio silêncio, do próprio mistério, do próprio enigma. É preciso estar disposto a deparar-se com a própria face incompreensível, aquela que anda de mãos dadas com o incompreensível do mundo.



Foi um dia memorável, pois operou grandes mudanças em mim. Mas isso se dá com qualquer vida. Imagine um dia especial na sua vida e pense como teria sido seu percurso sem ele. Faça uma pausa, você que está lendo, e pense na grande corrente de ferro, de ouro, de espinhos ou flores que jamais o teria prendido não fosse o encadeamento do primeiro elo em um dia memorável.

**CHARLES DICKENS** – “Grandes Esperanças”

## HAVERÁ SEMPRE UM DIA

No último sábado, fui assistir ao monólogo “Eu de Você”, encenado por Denise Fraga. No início da peça, interagindo com o público, ela contou sobre uma professora que marcou sua vida nos tempos de colégio. Um dia, a tal senhora chegou para lecionar e refletiu com os alunos sobre aquele segundo mágico da vida em que as coisas acontecem ou deixam de acontecer. Sobre aquele “um triz” que faz a gente vivenciar ou não uma narrativa.

O espetáculo é a encenação de histórias reais — algumas engraçadas, outras comoventes, afetivas ou singelas — em que a atriz dramatiza e interage com o público, aproximando plateia e personagens, estreitando o espaço entre as narrativas relatadas na peça e a vida de qualquer um.

É sempre por um triz que a gente se apaixona, passa naquele concurso, encontra ou desencontra alguém, ama, termina uma relação, se casa, é admitido ou demitido da empresa dos sonhos. É por um triz que a gente magoa alguém ou cativa para sempre um coração. É por um triz que a narrativa do outro não é a nossa narrativa, é por um triz que a gente está onde está, sentindo e experimentando o que é nossa realidade, e não do outro lado do palco, encenando outras alegrias, outros dramas, outros enredos.

Isso me lembrou de um trecho do livro “Grandes Esperanças”, de Charles Dickens, que diz:

Foi um dia memorável, pois operou grandes mudanças em mim. Mas isso se dá com qualquer vida. Imagine um dia especial na sua vida e pense como teria sido seu percurso sem ele. Faça uma pausa, você que está lendo, e pense na grande corrente de ferro, de ouro, de espinhos ou flores que jamais o teria prendido não fosse o encadeamento do primeiro elo em um dia memorável.

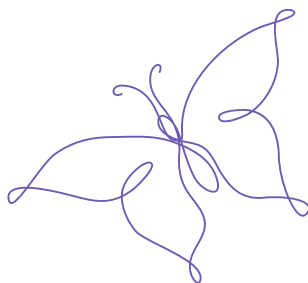
Esse trecho me faz companhia há algum tempo, pois acredito demais no que ele diz. O que parece ser só mais um dia, um dia comum, poderá ser o dia em que você magoará irremediavelmente alguém que ama; ou decidirá começar um novo projeto que dará muito certo; ou

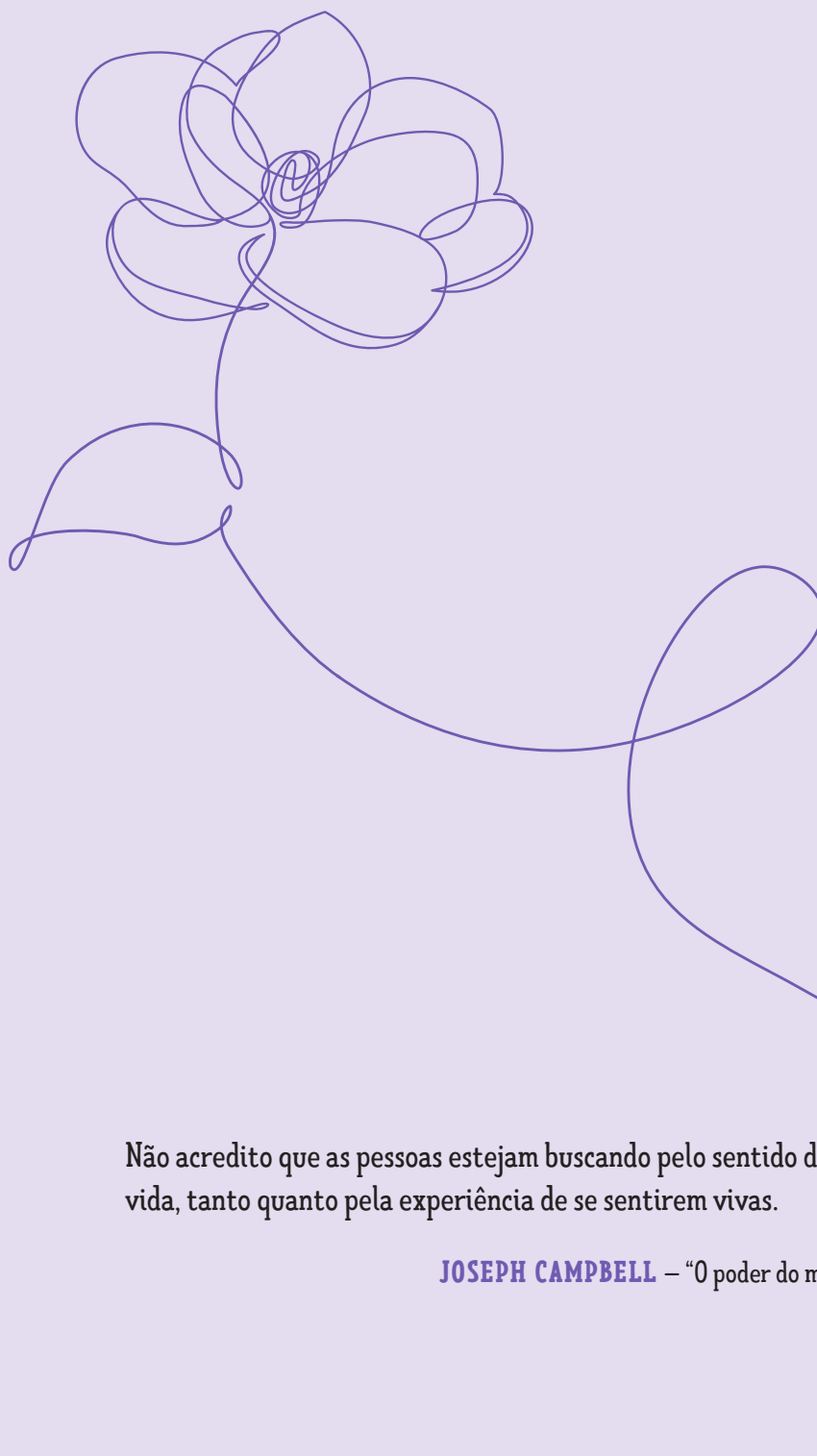


entrará num café e conhecerá alguém especial que ficará muito tempo ao seu lado; ou poderá ser o dia em que você desistirá de algo que não faz mais sentido, e isso abrirá outras portas que você nunca imaginou; ou poderá ser o dia em que um desvio inesperado levará a uma mudança no trajeto, desencadeando eventos decisivos para o resto da sua vida.

Haverá sempre um dia. Um dia em que abraçaremos alguém pela última vez, jogaremos bola com nossos amigos de infância pela última vez, começaremos uma jornada que nos transformará para sempre. Haverá sempre um dia em que acordaremos ao lado de alguém pela última vez, nos tornaremos fortes a ponto de a criança que fomos se orgulhar, optaremos por um caminho que modificará toda nossa história. Haverá sempre um dia. Um dia decisivo no meio de tantos outros, mas, ainda assim, só mais um dia. Só teremos a noção de que esse dia foi importante muito depois, quando olharmos para trás e percebermos o quanto ele nos transformou.

A importância de um dia não se programa, não é baseada nos seus anseios ou nas suas expectativas. A importância de um dia acontece naquele segundo mágico, naquele “por um triz” em que você atravessa uma rua, aceita uma carona, assina um documento, se perde no trânsito ou tem seu coração partido para sempre. Por um triz que um dia comum se torna o dia mais importante. Sempre por um triz.





Não acredito que as pessoas estejam buscando pelo sentido da vida, tanto quanto pela experiência de se sentirem vivas.

**JOSEPH CAMPBELL** – “O poder do mito”

## CADA PRÓXIMO PASSO DA SUA VIDA VAI EXIGIR UM NOVO VOCÊ. E ALGUMAS VEZES PRECISAMOS SER QUEBRADOS PARA NOS TORNARMOS UMA NOVA VERSÃO DE NÓS MESMOS.

Você já parou para pensar que as experiências que nós vivemos, por mais turbulentas ou dolorosas que sejam, talvez tenham acontecido para nos aproximar de quem somos de fato?

Talvez devêssemos usar a oportunidade da dor, da desconstrução, do arrebatamento, do desmoronamento, das fraturas na alma como facilitadores do encontro com nós mesmos.

Joseph Campbell, em “O poder do mito”, diz que o que estamos procurando não é um sentido para a vida, e sim uma experiência de estarmos vivos.

Concordo com ele. Porque o que nos move, modifica ou aproxima de nosso ser mais puro e real — e talvez até desconhecido de nós mesmos por estar encoberto sob camadas e mais camadas de influências externas — são as experiências que aguçam nossos sentidos de forma mais intensa: o arrebatamento da paixão, a angústia, a dor, as turbulências, o desejo, a perda.

Dia desses assisti novamente ao filme “As pontes de Madison”, de 1995. Mais amadurecida e com alguma bagagem, revi o filme sob uma nova perspectiva além daquela sobre o adultério ou a traição feminina. Pra quem não conhece, o longa conta a história de um fotógrafo da revista *National Geographic* incumbido de fotografar as pontes de Madison, em Iowa. Lá, ele conhece uma dona de casa cujo marido e filhos estão viajando. Eles vivem um breve e intenso romance, com duração de quatro dias, que marca definitivamente a vida dos dois.

Porém, deixando de lado o fato de Francesca, personagem interpretada por Meryl Streep, ter cedido ao desejo e vivido uma relação extra-conjugal, nos deparamos com uma mulher na meia-idade descobrindo

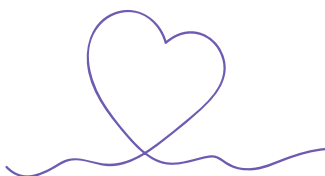
a si mesma. Se ouvindo. Se percebendo. Se amando. Se resgatando. Se transformando. Descobrimo seus gostos, suas preferências. Entrando em contato com sua verdade mais profunda e permitindo a si mesma deixar vir à tona quem era de fato. Uma das cenas que mais gosto é a que ela está na banheira, sozinha, e pensa: “Estou agindo como alguma outra mulher, contudo, nunca fui tanto eu mesma como agora”.

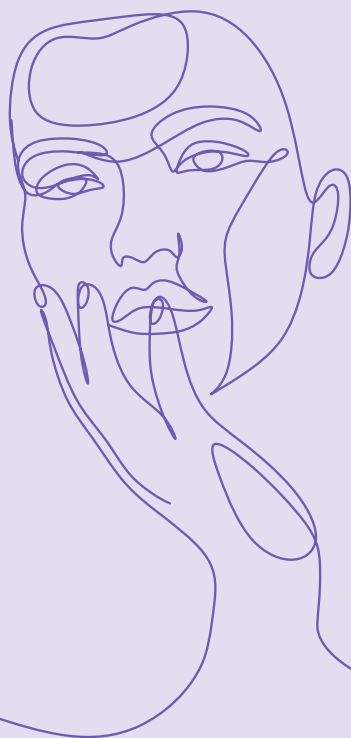
Livre de qualquer julgamento, a personagem de Meryl Streep foi resgatada, devolvida a si mesma através da experiência da paixão. E, mesmo escolhendo não viver esse amor até o fim, foi modificada para sempre. Retornou à sua vida, à sua rotina de mãe, esposa e dona de casa, mas nunca mais foi a mesma. E isso é constatado no registro que ela faz em seu diário: “Em quatro dias, ele deu-me uma vida inteira, um universo, e deu consistência a todo o meu ser”.

A experiência da dor também ensina e nos aproxima de nós mesmos. E ser nós mesmos nem sempre é continuar na mesma estrada que estávamos seguindo. Muitas vezes descobrimos que é preciso mudar de rota, desacelerar o passo, explorar outras paisagens, mergulhar no desconhecido e ousar enfrentar o que mais nos amedronta.

Às vezes, você precisa ser quebrado para se tornar uma versão melhor de si mesmo. Às vezes, você precisa sangrar e ficar à flor da pele para conseguir se resgatar por trás das máscaras e proteções, dos condicionamentos e das projeções. Às vezes, é preciso um novo você para que a vida volte a pulsar.

Tudo passa. O que permanece é aquilo que conseguimos ressignificar a partir da experiência do amor, da dor, da perda, do arrebatamento, do enfrentamento. E é esse novo sentido que irá nos curar e enriquecer nossa experiência de estar vivos, permanecendo para sempre conosco como um lembrete de que nossa alma foi tocada.





Às vezes, olhando um instantâneo tirado na praia ou numa festa, percebia com leve apreensão irônica o que aquele rosto sorridente e escurecido me revelava: um silêncio. Ao olhar o retrato, eu via o mistério. Nunca, então, havia eu de pensar que um dia iria de encontro a esse silêncio. Ao estilhaçamento do silêncio.

**CLARICE LISPECTOR** – “A paixão segundo G.H.”

## JARDIM SECRETO

Ando viciada na música “Secret Garden”, de Bruce Springsteen. A melodia é linda, e a letra dialoga com minha alma.

“Secret Garden” fala sobre uma mulher que deixará você entrar na casa dela, deixará você entrar no carro dela, deixará você ir longe o suficiente. Mas no momento em que olhar para você e sorrir, seus olhos irão dizer que ela tem um jardim secreto dentro dela — onde você não poderá ir.

Nossa alma é insondável. E muitas vezes nem nós mesmos temos noção do nosso mistério, da nossa tragédia, da nossa coragem, da nossa paixão, do nosso silêncio... até o momento em que somos desafiados a desproteger nosso coração e encarar nosso jardim secreto.

A personagem criada por Clarice Lispector, em “A paixão segundo G.H.”, livro que está me arrebatando atualmente, diz:

Às vezes, olhando um instantâneo tirado na praia ou numa festa, percebia com leve apreensão irônica o que aquele rosto sorridente e escurecido me revelava: um silêncio. Ao olhar o retrato, eu via o mistério. Nunca, então, havia eu de pensar que um dia iria de encontro a esse silêncio. Ao estilhaçamento do silêncio.

É preciso coragem para ir ao encontro do próprio silêncio, do próprio mistério, do próprio enigma. É preciso estar disposto a deparar-se com a própria face incompreensível, aquela que anda de mãos dadas com o incompreensível do mundo.

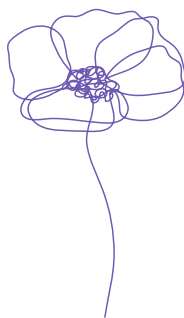
Ela acordou e percebeu que sentia saudade de si mesma. Não a saudade vaga de olhar-se no espelho, tomar um banho demorado, ouvir as músicas que gostava, ler seus livros preferidos. Era uma saudade mais profunda e abrangente, saudade de sentir-se inteira e consciente de si mesma. Tanta coisa havia mudado fora, no que ela havia se transformado? Para abrandar a saudade, precisava agora de coragem. Coragem de despir-se, desproteger-se, desabrigar-se.

Tinha sido desafiada. A vida linear, organizada e coerente teve seu tempo, seu lugar, mas havia lhe poupado de aprofundar-se em si

mesma. Agora tudo mudara. Sabia muito mais sobre si ao ser confrontada com a impermanência, transitoriedade e fragilidade da vida. Descobria-se forte. Corajosa. E de certa forma madura. Sua alma perdera o medo dos próprios abismos.

Agora ela sabia de seus próprios mistérios e os respeitava. Tinha descoberto um jardim secreto que só ela podia visitar, e que gostava. Viu o melhor e o pior de si e desistiu de classificar-se. A mulher que havia se tornado deu as mãos à menina que foi, e juntas prometeram nunca mais ausentar-se de si mesmas.

Naquele momento compreendeu que não era necessário dar nome a tudo, nem encontrar significado para a falta de sentido. Perdoava o pranto, os disfarces, a escuridão. E agora abria as portas e janelas, ventilando a culpa e aprendendo a estar só. A vida é gangorra: num dia você chora arrasada pela falta de colos, no outro você sorri sozinha transbordando amor. E por mais imperfeitos que fossem seus dias, eram o reflexo de quem ela escolhia — diariamente — ser.



**ASSINE NOSSA NEWSLETTER E RECEBA  
INFORMAÇÕES DE TODOS OS LANÇAMENTOS**

**[www.faroeditorial.com.br](http://www.faroeditorial.com.br)**



#### CAMPANHA

Há um grande número de pessoas vivendo com HIV e hepatites virais que não se trata. Gratuito e sigiloso, fazer o teste de HIV e hepatite é mais rápido do que ler um livro. **FAÇA O TESTE. NÃO FIQUE NA DÚVIDA!**



ESTA OBRA FOI IMPRESSA  
EM ABRIL DE 2021