



**Boletim**  
**Janeiro / Fevereiro**  
**2012**

**CURTA A NATUREZA PRATICANDO MONTANHISMO**

**IMPRESSO**

<b>GRUPO EXCURSIONISTA AGULHAS NEGRAS - GEAN</b> <b>Fundado em 20 de outubro de 1962</b> <b>Reconhecido como de Utilidade Pública</b> <b>Filiado a FEMERJ</b>	<b>Praça Esperanto, 26 – Sala 1</b> <b>Campos Elíseos – Resende/RJ</b> <b>CEP 27542-200</b> <b>Reuniões gerais: Vide programação</b> <a href="http://www.grupogean.com">www.grupogean.com</a> <a href="mailto:grupogean@yahoo.com.br">grupogean@yahoo.com.br</a>
<p>Este boletim é uma publicação destinada aos associados do GEAN e a todo o excursionismo brasileiro. As matérias aqui publicadas não representam necessariamente a posição oficial desta entidade. O GEAN não se responsabiliza pela má interpretação dos artigos aqui contidos, nem pelo uso ou mau uso deles. O GEAN não se responsabiliza por acidentes ocorridos durante as excursões. O boletim é um espaço aberto a todos que queiram contribuir. A reprodução do conteúdo deste boletim pode ser feita, desde que mencionado o nome do GEAN, o mês e autor.</p>	

## Parabéns aos Aniversariantes!

### Janeiro

- 01 - Eduardo Gomes de Carvalho
- 01 – Gabriela Garcia Trindade
- 14 - Edson Ferreira Santiago
- 19 – Arthur de Faria Werner
- 23 – Eduardo Udine Rodrigues
- 31 – Luciano Arbex Sarkis

### Fevereiro

- 02 – Anderson Silva Corrêa
- 04 – Alberto Mendonça Loureiro
- 10 – Anderson Rosemberg da Silva
- 11 – Hudson Bento Inês
- 15 - Agenor Maia de Siqueira
- 26 - José Antônio Motta Spanner (F003)

<b>Fases da Lua</b>	
<b>Janeiro</b>	<b>Fevereiro</b>
01- Quarto Crescente	07- Lua Cheia
09- Lua Cheia	12- Quarto Minguante
16- Quarto Minguante	21- Lua Nova
23- Lua Nova	01/03-Quarto Crescente
31-Quarto Crescente	

## Pagamento de Mensalidades

Nosso clube sobrevive, principalmente, com a sua mensalidade, sendo importante para o GEAN que o sócio a mantenha em dia.

Na etiqueta do Boletim consta a sua situação : C(número) = crédito , D(número) = Débito. Lembre-se: com 6(seis) mensalidades em atraso o associado será desligado do quadro social. Nas excursões, ao sócio em atraso será cobrada a taxa correspondente ao valor de uma mensalidade (RI/Art. 3.007).

### Mensalidades e Taxas

Mensalidade.....	R\$ 10,00
Matrícula.....	R\$ 20,00
Excursão p/ não sócios.....	R\$ 20,00

### Vencimento da mensalidade – dia 10

O pagamento de 12 mensalidades antecipadas dá o direito a uma de cortesia.

<b>Boletim Informativo do GEAN</b> <b>Diagramação: Fátima Chaves</b> <b>Revisão: Santiago</b>	<b>Capa : Geanistas na Cachoeira de</b> <b>Santo Izidro</b> <b>Parque Nacional da Serra da Bocaina</b>
---	--

## **Fala Presidente !!!**

Depois de um 2011, em que realizamos 49 excursões oficiais, congregando 606 pessoas, e 41 reuniões gerais, que totalizou 643 presenças; vamos então ao tão esperado ano de 2012, o ano em que o GEAN completará 50 anos de fundação, no dia 20 de outubro.

Ainda não definimos uma programação geral para comemorar tão significativo e importante acontecimento. Neste início de janeiro teremos uma reunião de Diretoria e então concluiremos a respeito. Ideias já existem, contudo teremos que nos pautar pelo que estiver ao alcance das nossas pernas; mas acredito que, contando com o apoio e participação de todos, geanistas e amigos do GEAN, conseguiremos estabelecer e concretizar um programa de eventos à altura daquilo que a data representa para todos nós, aí incluídos os veteranos, antigos, notórios e beneméritos geanistas, muitos dos quais vivem tão perto de nós, porém à distância do convívio conosco, sem querer e/ou conseguir superar mazelas passadas.

Fica então um grande objetivo para a condução da programação do cinquentenário: trazer estes antigos, veteranos, notórios e beneméritos geanistas para o nosso convívio.

Também para o Parque Nacional do Itatiaia (PNI), e para o Montanhismo Brasileiro, este 2012 tem um significado especial. Para o PNI marca os seus 75 anos de criação, em 14 de junho. Para o montanhismo marca os 100 anos da conquista do Dedo de Deus, que será comemorado com uma semana inteira de eventos, englobando Congresso de Montanhismo; Abertura da Temporada de Montanhismo e outros eventos que ocorrerão no final de abril e início de maio.

Ainda para o GEAN, independente da programação dos 50 anos, algumas metas deverão pautar este 2012: o Curso Básico de Escalada (ou de Montanhismo); o aprimoramento e aumento do quadro de guias; a revisão do Estatuto; a efetiva implantação da “cave” de escalada na sede; e a ampliação do quadro de associados, dentre outras. Ou seja, a Diretoria tem um grande desafio pela frente, tudo no sentido de engrandecer e cada vez mais consolidar o GEAN como uma associação que se prepara solidamente para comemorar vários e vários outros aniversários de fundação.

Agradecendo a todos que colaboraram para que tivéssemos um 2011 bastante produtivo, desejo um feliz 2012 para todos nós, na esperança de que alcancemos as metas do ano do cinquentenário, sabendo que isto exigirá uma boa dose de comprometimento, em especial dos integrantes da Diretoria.

Finalizando, não é demais registrar que em dezembro de 2012 haverá eleição para a Diretoria do biênio 2013/2014.

Até o próximo boletim.

“Que a Paz e a Força da Montanha estejam sempre com você”

**Edson Ferreira Santiago – Presidente**

## **Doações - Agradecimentos**

Agradecemos aos Geanistas Valdinei e Admilson e ao amigo do GEAN, Rocha, pela doação de livros para nossa biblioteca e ao amigo do GEAN, Patrick pela doação de cordelete e 1 martelo de conquista.

## **Muro de Escalada**

Atenção galera! Em breve teremos a inauguração do nosso muro de escalada na sede. Mantenham-se informados.

## PRÓXIMAS ATIVIDADES

Data	Atividade	Tipo	Resp e/ou Guia	Obs
<b>20/01/12</b> <b>Sexta- Feira</b>	Reunião Geral	-	Agenor	
<b>22/01/12</b> <b>Domingo</b>	Prateleiras/PNI Via Norte	Escalada 2º II Sup E2	Dimi	
<b>22/01/12</b> <b>Domingo</b>	Prateleiras/PNI Via Sul	Escalada 2º II E2	Agenor	
<b>22/01/12</b> <b>Domingo</b>	Prateleiras/PNI Chaminé Brackmann	Escalada 3º IV E3	Rogério	
<b>28/01/12</b> <b>Sábado</b>	Bosque das Paredes Ocultas BPO	Escaladas Diversas Graduações	Dimi	(1)
<b>10/02/12</b> <b>Sexta-feira</b>	Reunião Geral Aniversários Janeiro e Fevereiro	-	Santiago Fátima	
<b>12/02/12</b> <b>Domingo</b>	Pico das Agulhas Negras / PNI Via Pontão	Escalada 2º II Sup E2	Agenor	
<b>12/02/12</b> <b>Domingo</b>	Pico das Agulhas Negras / PNI Chaminé Estudantes	Escalada 2º III	Rogério	
<b>24/02/12</b> <b>Sexta- Feira</b>	Reunião Geral	-	Dimi	
<b>25/02/12</b> <b>Sábado</b>	Morro do Altar – PNI Via Gênese	Escalada 3º IV Sup E2	Rogério	
<b>25/02/12</b> <b>Sábado</b>	Morro do Altar – PNI Paredão Gaivota	Escalada 3º IV E2	Dimi	
<b>02/03/12</b> <b>Sexta- Feira</b>	Reunião Geral	-	Eduardo	
<b>04/03/12</b> <b>Domingo</b>	Parque Estadual da Serra do Mar Cunha - SP	Caminhada	Moisés	

### Observações:

- 1) Atividade em Transporte Próprio (solidário)
- 2) Mais informações sobre nossas atividades podem ser obtidas pelos contatos abaixo; pelo e-mail [grupogean@yahoo.com.br](mailto:grupogean@yahoo.com.br) ou no site [www.grupogean.com](http://www.grupogean.com)
- 3) Qualquer excursão programada pode ser cancelada ou adiada devido às condições climáticas, cabendo tal decisão ao(s) guia(s), que poderá(ão) emití-la com antecedência ou no mesmo dia da atividade.
- 4) **Contatos**  
 - Santiago >>> (24) 3355 4982 – (24) 9831 3236 ou [efsantiago@superonda.com.br](mailto:efsantiago@superonda.com.br)  
 - Fátima >>> (24) 8117 3279 ou [mfchaves8@gmail.com](mailto:mfchaves8@gmail.com)  
 - Agenor >>> (24) 2109 2745; 9905 8161  
 - Admilson.>>> (24) 9947 0373
- 5) **Expediente administrativo na sede: às terças-feiras, das 16:30 às 19:30h.**

**“ATENÇÃO PARA OS DIAS DE REUNIÃO GERAL”**

## Diretoria Técnica

### Como Enfaixar Corretamente as Mãos e Dedos

Info: [www.escaladanoceara.com.br](http://www.escaladanoceara.com.br) e [Altamontanha.com](http://Altamontanha.com)

Saiba como utilizar corretamente o esparadrapo para evitar lesões nos dedos e nas mãos, tanto no treinamento em academias como na prática em rocha.

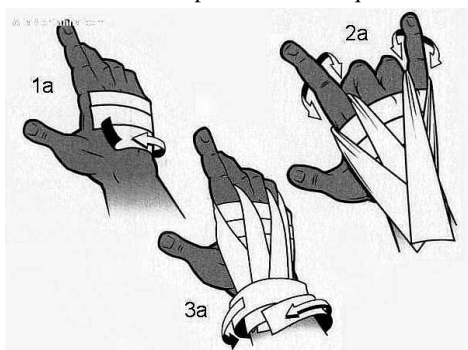
Seguindo esta linha de pensamento, a marca Metolius criou alguns modelos interessantes de 'bandagem das mãos e dedos', de forma que o esparadrapo, além de prevenir as lesões, dure a escalada toda sem cair das mãos e dos dedos e em alguns casos possa até ser reutilizado.

#### Para enfaixar as mãos:

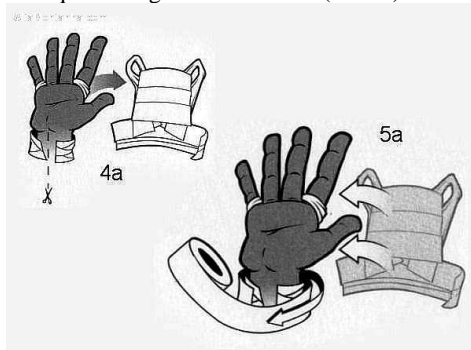
1. Coloque três tiras sobre a parte traseira da mão, de modo que cada tira cubra 1/4 da outra, assegurando que a primeira tira cubra a parte mais expostas dos ossos da mão. (Foto 2)
2. Coloque uma tira desde antes do punho e leve-a até o dedo indicador, onde dará uma volta e retornará novamente até o punho; (Foto 2)
3. Feche a bandagem envolvendo os tirantes do punho com várias voltas de fita. (Foto 2) Assim você terá uma excelente proteção da parte traseira das mãos, ótima para escalar entalamentos de mão, e que deixa a palma das mãos livres para as agarras.

Uma facilidade desta bandagem é que ele, além de ser facilmente removível, pode ser reutilizada.

4. Para remover, corte a bandagem na parte interna do punho (junto a palma da mão) e com muito cuidado remova-o sem desmanchá-lo. (Foto 3)
5. Para reutilizá-lo, é somente colocá-lo novamente na mão e envolver o punho novamente com uma fita! Você irá se surpreender com a quantidade de vezes que conseguirá reutilizá-lo. (Foto 3)



Para enfaixar



os dedos:

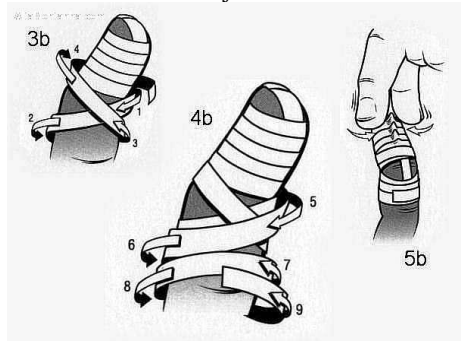
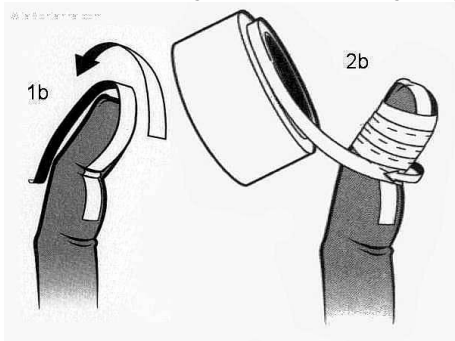
1. Com o dedo ligeiramente dobrado, utilize apenas 1/4 da largura do esparadrapo e cubra desde a metade da primeira articulação do dedo, passando pela ponta e retornando, do outro lado do dedo, à mesma posição. (Foto 4)

2. Utilizando novamente 1/4 da fita, dê várias voltas de esparadrapo no dedo, começando sempre da ponta e indo em direção da mão, envolvendo até a primeira articulação, tendo o cuidado de sempre passar 1/3 do esparadrapo sobre ele mesmo, sem deixar espaços, deixando não apertado, de forma a não estrangular a circulação sanguínea. (Foto 4)

3. Arremate a bandagem envolvendo em forma de 8, como mesmo pedaço de 1/4 de fita, ao redor da articulação, sempre fazendo isso com o dedo dobrado. Após, complemente com fita até cobrir toda a extensão da fita inicial. (Foto 5)

4. Para finalizar, aperte um pouco, com as pontas dos dedos da outra mão, para que a bandagem fique firme. Fazendo isso, quando começar a utilizar a bandagem, sentirá que esta estará trancando um pouco a circulação, mas logo ela cederá um pouco, porém mantendo-se firme. (Foto 5)

Por fim, lembre sempre de nunca deixar esparadrapo na rocha ou no chão! Demorará anos para que o mesmo se desintegre na natureza e ninguém gosta de escalar em locais sujos!



### Último Adeus – 12.11.11- Dimi Corrêa



O Grupo GEAN esteve juntamente com outros escaladores da região visitando o point **Último Adeus**, no **PNI**. Já no portão do parque a nossa galera encontrou alguns irmãos de montanhas, que fortaleceram o *climb* no pico. Na base da pedra todos equipados estavam comigo: Monique, Juninho e o Careca (Anderson Corrêa). Equipei a **Via Nata IV**, mas pessoal resolveu entrar de top mesmo, deixei a Nikke e Juninho trabalhando a via e fui com o Careca equipar a **Via Formiga IV**, a qual esta com as proteções irregulares, cuidado! A moçada vez um rodízio entre as duas. E enquanto isso Juliano limpava a **Via Abelha Cachorras VI/9c**, Fabrício e Carlos Eduardo escalavam pela **Via Taurus VI**, uma fenda maravilhosa...Vale a pena! E o Willian 15, Tati e Valdi conversavam na base, esperando o Roberto Izidoro chegar. A galera queria subir até o platô salão azul para vira a **Via 13**, escalei até o ninho do condor e de lá fiz a segue para os demais, enquanto o Willian fazia a segurança do Juliano que a essa altura já estava pendurado no teto protegendo uma nova Via (um antigo projeto do pessoal da escalada aqui da região que é o Tetão do Último Adeus), alucinante!!!

A Monique teve dificuldades para passar um lance da Via Orion sofrendo um pêndulo, eu vi nos olhos dela o susto que levou, e assim ela decidiu descer, continue na segue enquanto subia o Careca e depois o Juninho, escalaram bem a via, mas o tempo passou e horário ficando curto já que o Anderson (Careca), iria viajar com a família aproveitar o Feriadão. Quando chegamos no salão azul o Careca já estava atrasado, depois de uns cálculos de quanto levaria até nós três viramos a Via 13 decidimos descer dali mesmo. Ficou acordado que assim que Juninho voltasse iria fazer juntos a virada da 13, já que foi a despedida do Josemar (Juninho Shao) da região, vai fazer falta amigão.

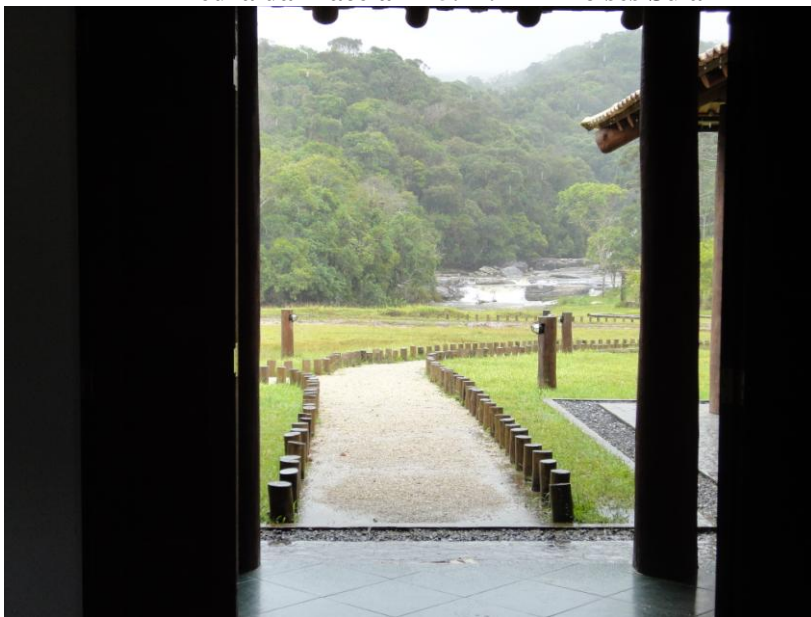
Despedimos da galera, mochila feita e pé na trilha de volta. Foi show o *climb*...Valeu pela presença de toda galera blue no pico!!! (Por Dimi Corrêa)

### Falésia do Bodinho – setor B



Nos dias 13 e 15 de novembro, mesmo com mau tempo 03 geanistas estiveram escalando na **Falésia do Bodinho no setor B**, em alguns momentos tivemos que esconder da chuva (sereno), mas por sorte passava rápido e nós continuávamos o *climb*. Foi legal ver o Evandro, parceiraço encadenado a vista a **Via Petit Gateau IV**, e o barato é que ele já estava mais de meses sem contato com as paredes. Já o Rico como sempre mandando super bem, porém como a parede estava meio úmida, belos voos aconteceram...E ficaram os projetinhos para a próxima visita no point. Nossa saída foi promovida por um pé d' água daqueles, rapel debaixo de chuva, corda molhada, barro na trilha e muito bitu (isá) na estrada, até pegamos algumas para fazer aquela farofa...hahaha... Valeu China e Rico pela vibe positive...ESCALARE!!! (Por Dimi Corrêa)

## Pedra da Macela – 15.11.11 – Moisés Sulan



Há males que vem para o bem. E chuva também !!!!!

O que fazer no feriado da proclamação da República que cai em uma terça-feira? Bem, se vc é um geanista pode acordar cedinho e fazer uma trilha.

Pois foi isso que Santiago, Fátima, Agenor, seu filho Adriano e eu fizemos no último dia 15/11. Como não houve quórum para contratação de uma van, fomos todos no carro de Santiago em direção a Cunha/SP para subir a Pedra da Macela.

O tempo estava fechado, mas ainda assim, partimos imbuídos daquela esperança de que o tempo mudasse para favorecer nossa caminhada.

Após cerca de duas horas e meia, chegamos ao início da trilha.

Animados com uma parada momentânea da chuva começamos a subida dessa íngreme trilha.

A curiosidade era grande para chegar ao cume da Pedra da Macela em razão da propaganda que fiz do local. Lá do alto é possível avistar a Baía da Ilha Grande, a Pedra do Frade em Angra dos Reis e a cidade de Paraty.

Alguns metros caminhados e uma chuva com muita neblina veio nos fazer companhia. Por unanimidade resolvemos desistir, retornando para o carro.

Voltando pela estrada, decidimos conhecer o Parque Estadual da Serra do Mar que tem um de seus núcleos no município de Cunha.

Após 20 km em uma estrada de terra em razoáveis condições, cercada de bela vegetação, rios e de uma linda cachoeira com excelente poço para banho, chegamos à entrada do parque. A primeira impressão foi a melhor possível. Boa infra-estrutura, funcionários aptos a nos informarem as condições de uso do parque e uma paisagem que sugere guardar preciosidades da Mata Atlântica. Em um centro de visitantes bem cuidado, fomos informados que o Parque Estadual da Serra do Mar foi criado em 1977 e que com 315.000 hectares é a maior área de proteção integral de toda a Mata Atlântica.



O parque possui oito núcleos que servem como entrada e sede administrativa, e a partir da cada um deles é possível conhecer vários lugares.

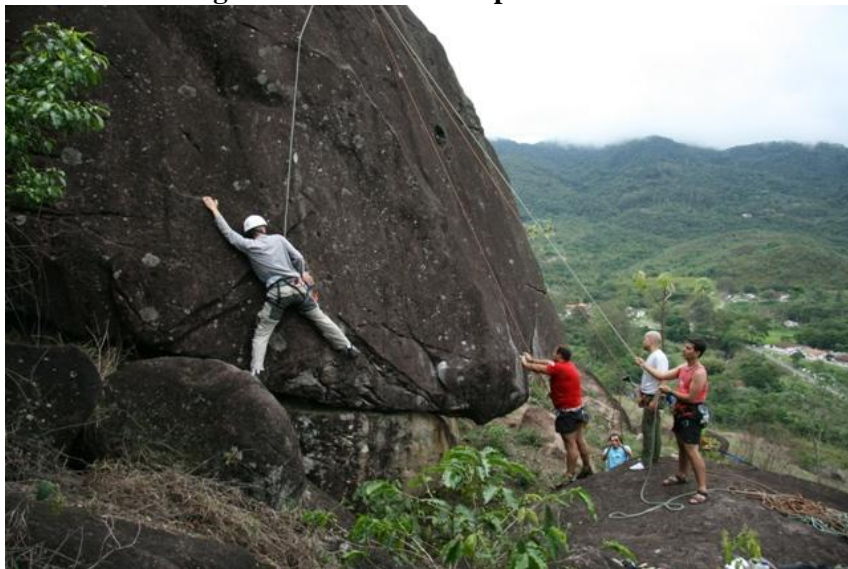
Além de Cunha, há também os núcleos de Caraguatatuba, Curucutu, Itutinga-Pilões, Itarirú, Piciguaba, Santa Virgínia e São Sebastião.

No núcleo de Cunha é possível conhecer três trilhas. A primeira, autoguiada e mais curta, com 1,7 km, é a Trilha do Rio Paraibuna. As outras duas são a Trilha do Rio Bonito, com 7,6 km, e a Trilha das Cachoeiras, com 14,4 km. Ambas devem ser percorridas com a presença de um guia do parque, sendo possível fazer um agendamento prévio por telefone. Esse serviço, assim como a entrada do parque, são gratuitos.

Todos ficaram muito curiosos em conhecer as três trilhas e foi unânime a opinião de que em breve essas trilhas serão inseridas na programação do GEAN.

Retornamos para Resende molhados por uma chuva que nos impediu de subir até o topo da Pedra da Macela mas que acendeu em nós a curiosidade de visitar e conhecer essa região.

### **Big Boulder – 26.11.11 - por Dimi Corrêa**



Cumprindo com a programação do nosso grupo, 12 geanistas fortaleceram a realização da atividade prevista para o dia 26/11/2011, a trip para o Big Boulder e o Campo Escola Paraíso dos Boulder.

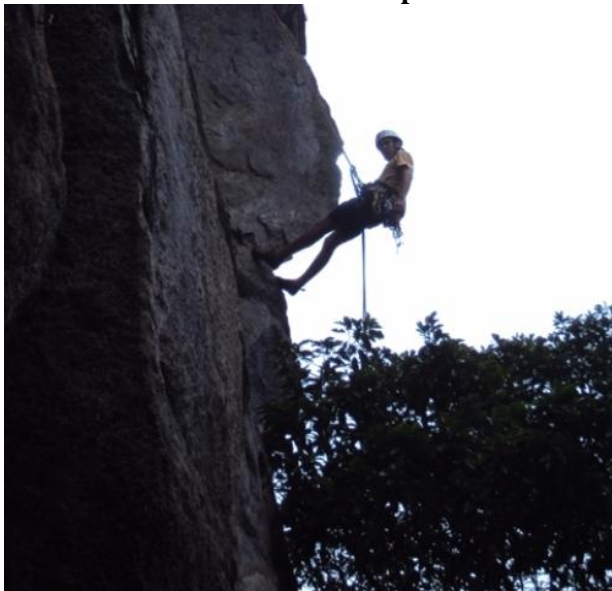
Aproveitamos por o morro estar queimado e assim o acesso fica mais fácil, para levar essa moçada blue pra conhecer um point que para muito escaladores das antigas, foi o start na escaladas inclusive para mim. Tivemos a participação do Dimi, Rogério, Afonso, Zé Roberto, Careli, Gabriela, Anderson Jasmim, Lakshmi, Rodson, Rodrigo, Evandro, Anderson (Careca), Sérgio (Montanha). Como o Rogerio tinha de retornar as 10h00min da manhã começamos pelos Boulder Xrock e Cascavel, as 11h30min quando fomos para o Big Boulder, o Careli e Gabi também foram embora, a Lakshmi, Rodson e Rodrigo foram até o Big Boulder conhecer o bloco, mas logo depois foram embora. Ficamos Eu, Afonso, Zé e o Jasmim, lá pelas 14h00min chegaram o Careca, China e o Montanha.

O Big Boulder encontra-se com cinco vias para guiar, aparentemente todas dentro do 7º grau, as chapas no topo não existem mais, uma pedra bonita com agarras peculiares merece a visita, já as linhas para nós requer bastante trabalho. Depois fizemos a travessia dos morros e fomos para o Boulder Mestre.

O dia não poderia ter sido melhor, temperatura ideal, galera sagaz, o clima na montanha apesar de muitas nuvens cinza era plenamente blue. Vamuh q' vamuh...Escalare!!!

*“Chegamos somente na parte da tarde e tirando a dificuldade que eu e o Montanha encontramos para acompanhar o Evandro, a subida do morrão foi tranquila. Encontramos um clima excelente no paraíso e a moçada que estava lá desde o início da manhã ainda tinha disposição de sobra. Foi a minha primeira ida ao Big e ao Mestre e até agora, os melhores boulders do paraíso. Em resumo: um excelente guia, uma moçada nota 10, clima perfeito, bons equipos, e um bom alvará = uma tarde perfeita na pedra!” (por Anderson Corrêa – o Careca)*

### Último Adeus/PNI – 03.12.11 – por Dimi Corrêa



Nesse sábado rolou um *speed climb*...Devido nossos compromissos fizemos um bate e volta rápido no Último Adeus no dia 03/12/2012, acertamos tudo na sexta a noite, conforme combinado estávamos as 09:00 iniciando o *climb*, com o Rico guiando a **Via Nata**...parte da **Via Minotaurus** e o final da **Via Taurus**...

Montou a parada, *segue* pronta eu parti limpando a parede...quando cheguei lá o Rico estava empolgado pela tranquila *performace* na via...parabéns "Farofa" mandou muito...e rapidamente iniciei a travessia da **Via 13**, que eu particularmente acho o maior *filé*...é puro êxtase com aquela pitada de *veneno*...já do outro lado com a parada montada, e na euforia da virada da **13**...registrei belas imagens do Rico na travessia...passando um *veneno* e curtindo *pacas*...Rapel montado...descemos, arrumamos as mochilas...e pé na trilha...Valeu Rico pela parceria...Ah! *Farofa* pra quem não sabe é o apelido do Rico nos tempos da *facu*.

**Cachoeira de Santo Izidro – 04.12.11 – E.F.Santiago**

Se fossemos levar em conta como estava o tempo às 06 horas do domingo, dia 04 de dezembro, nem teríamos saído da cama. Mas geanista tem concepções próprias dos geanistas, daí - Se vamos para uma cachoeira por que se importar se as coisas já estão molhadas antes? Assim, em carros próprios, sete geanistas e uma amiga do GEAN partiram para São José do Barreiro/SP, onde embarcaram na "camicleta" do Roger e foram serra acima, vencendo 27 Km de solavancos, solavancos e solavancos até chegar na entrada do Parque Nacional da Serra da Bocaina (PNSB). Já no meio da subida da serra começou a prevalecer a "energia blue" e a recompensa por não termos ficado dormindo; o sol foi aparecendo, aparecendo e "tchan", um bonito céu azul e poucas nuvens, resultando num passeio tranqüilo e bem aproveitado até a Cachoeira de Santo Izidro, indo-se ainda na Cachoeira do Paredão, nas proximidades da qual deu-se um inusitado fato: finalmente foi encontrado o veículo tão procurado para conduzir os geanistas em suas excursões. Sem perda de tempo o Presidente e o Vice do GEAN assumiram a direção do veículo, conforme mostramos na foto abaixo. Para não perder o hábito, no final teve pastel; mas não tinha pinga com mel.



## Trem da Serra e Flona Passa Quatro – 11.12.11



Foi uma típica excursão de lazer cultural esta que o GEAN realizou no dia 11 de dezembro. Ir até Passa Quatro/MG, fazer o passeio na Maria Fumaça, o Trem da Serra, e visitar a Floresta Nacional de Passa Quatro, conhecendo a Cachoeira Iporã, é aliar cultura com lazer, onde o principal objetivo não era "suar ou ralar na trilha", mas sim "descansar se divertindo".



**Parque Estadual da Serra do Mar – Núcleo Cunha – 17.12.11**

No dia 17 de dezembro um grupo de geanistas esteve no Núcleo Cunha/São Paulo, do Parque Estadual da Serra do Mar (PESM), a fim de dar o "pontapé inicial" no projeto de realizar variadas trilhas existentes nos oito núcleos deste parque estadual paulista. Das três trilhas do núcleo de Cunha, o grupo realizou duas: a Trilha das Cachoeiras e a Trilha do Rio Paraibuna. A região é muito bonita e este núcleo do PESM está muito bem estruturado e organizado. Os geanistas Moisés, Lourença, Alberto, Fátima e Santiago ficaram muito bem impressionados com tudo viram e já estudam o calendário visando a continuidade das visitas aos núcleos do PESM.

**Pão de Açúcar – Saco de Mamangá – Parati-Mirim – 18.12.11**



**Um pouco de poesia para ler e refletir**

**Caminhada – Maurício Ponsancini**

Sei que na minha caminhada tem um destino e uma direção,  
 por isso devo medir meus passos, prestar atenção no que faço  
 e no que fazem os que por mim também passam ou pelos quais passo eu...  
 Que eu não me iluda com o ânimo e o vigor dos primeiros trechos,  
 porque chegará o dia em que os pés não terão tanta força  
 e se ferirão no caminho e se cansarão mais cedo...  
 Todavia, quando o cansaço houver, que eu não me desespere  
 e acredite que ainda terei forças para continuar,  
 principalmente quando houver quem me auxilie...  
 É oportuno que, em meus sorrisos, eu me lembre de que existem os que choram,  
 que, assim, meu riso não ofenda a mágoa dos que sofrem;  
 Por outro lado, quando chegar a minha vez de chorar,  
 que eu não me deixe dominar pela desesperança,  
 mas que eu entenda o sentido do sofrimento,  
 que me nivela, que me iguala, que torna todos os homens iguais...  
 Quando eu tiver tudo: farnel e coragem, água no cantil e ânimo no coração,  
 bota nos pés e chapéu na cabeça, e, assim, não temer o vento e o frio,  
 a chuva e o tempo, que eu não me considere melhor do que aqueles que ficaram atrás,  
 porque pode vir o dia em que nada terei mais para minha jornada  
 e aqueles que ultrapassei na caminhada, me alcançarão  
 e também poderão fazer como eu fiz e nada de fato fazer por mim,  
 que ficarei no caminho sem concluir...  
 Quando o dia brilhar, que eu tenha vontade de ver a noite  
 em que a caminhada será mais fácil e mais amena;  
 Quando for noite, porém, e a escuridão tornar mais difícil a chegada,  
 que eu saiba esperar o dia como aurora, o calor como bênção...  
 Que eu perceba que a caminhada sozinho pode ser mais rápida, mas muito mais vazia...  
 Quando eu tiver sede, que encontre a fonte no caminho...  
 Quando eu me perder, que ache a indicação, a seta, a direção...  
 Que eu não siga os que desviam, mas que ninguém se desvie seguindo os meus passos...  
 Que a pressa em chegar não me afaste da alegria de ver as flores simples  
 que estão à beira da estrada...  
 Que eu não perturbe a caminhada de ninguém;  
 que eu entenda que seguir faz bem, mas que, às vezes,  
 é preciso ter-se a bravura de voltar atrás  
 e recomeçar e tomar outra direção...  
 Que eu não caminhe sem rumo;  
 Que eu não me perca nas encruzilhadas,  
 mas que eu não tema os que assaltam e os que embuçam,  
 mas que eu vá onde devo ir e, se eu cair no meio do caminho,  
 que fique a lembrança de minha queda  
 para impedir que outros caiam no mesmo abismo...  
 Que eu chegue, sim, mas, ainda mais importante,  
 que eu faça chegar quem me perguntar, quem me pedir conselho,  
 e acima de tudo, me seguir, confiando em mim!

Momentos GEAN

