



poesia&ponto

V o l t a R e d o n d a

2025

JOSÉ HUGUENIN
(ORGANIZADOR)

Poesia & Ponto

2025

_____Antologia de textos selecionados_____

1ª Edição

Volta Redonda – RJ
2025

2025 © Academia Volta-redondense de Letras
2025© Vários autores

Capa: logo do projeto by SMC

Diagramação: José Huguenin

Revisão: Elisa Andrade

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Eliete Marques da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9380

Poesia & ponto [livro eletrônico] : 2025 :
antologia de textos selecionados / organizador Jose Huguenin. --
1. ed. -- Volta Redonda, RJ : Academia Volta-redondense de
Letras, 2025. -- (Antologias de concursos) PDF

Vários autores.
ISBN 978-65-985263-3-7

1. Poesia brasileira - Coletâneas I. Huguenin, Jose. II. Série.

25-282534

CDD-B869.108

Índice para catálogo sistemático:

1. Poesia : Antologia : Literatura brasileira B869.108

Diretoria AVL 2024-2025

Presidente: Jean Carlos Gomes

Vice-presidente: Débora Corsi

Secretária: Angela Crispim

Tesoureira: Camila Cabral

Diretor Social: Thalita Wutke

Coordenador Editorial: José Huguenin

Apresentação

Jean Carlos Gomes
Presidente da AVL

Há quatro anos, a AVL e a Secretaria Municipal de Cultura estão juntas neste projeto que já pode ser considerado um dos maiores movimentos de divulgação de poesia e de poetas de Volta Redonda.

A cada edição, novos e novas poetas se apresentam e vamos cumprindo a missão da AVL, que é incentivar a escrita e oportunizar o surgimento de novas gerações de poetas na cidade. Muitos dos autores e autoras dos poemas selecionados têm seus textos publicados pela primeira vez.

Este ano, o **Poesia & Ponto** voltou a ser de tema livre, o que trouxe uma grande variedade de temas, permitindo que houvesse uma diversificação de significados. Temos desde poemas românticos a poemas filosóficos. A cidade e filhos ilustres são homenagem em alguns textos.

Ao todo, o projeto recebeu mais de 70 textos. A Comissão Avaliadora desta quarta temporada, assim como nas edições anteriores, foi composta por poetas de outras localidades que analisaram os textos de forma anônima, ou seja, receberam apenas o título e o conteúdo dos poemas, sem qualquer informação sobre sua autoria. O processo de seleção foi criterioso e bastante disputado.

Quem nos deu a honra da participação na quarta temporada foram

Saulo Soares, poeta, escritor, Presidente da Academia Literária de Pirai e membro Correspondente da AVL.

Lucia Araújo, poeta, escritora de Pinheiral e membro Correspondente da AVL.

Sheila Mares Guia, poeta, escritora de Vassouras, membro e ex-presidente da Academia de Letras de Vassouras.

Esse livro reúne os textos laureados e as contribuições dos acadêmicos da AVL. Desejamos uma boa leitura!

Volta Redonda, julho de 2025

A poesia está presente em Volta Redonda

Anderson de Souza
Secretário Municipal de Cultura

O projeto **Poesia & Ponto**, iniciado em 2022, com o apoio da Academia Volta-redondense de Letras (AVL), já é uma realidade no calendário artístico do município. Esse movimento de difusão da poesia tem contribuído para cumprimento de importantes metas do Plano Municipal de Cultura como a descentralização da arte e o incentivo à leitura. Mais uma vez, alcançamos resultados muito positivos.

Na terceira edição, em 2024, fizemos uma exposição dos poemas no **Espaço das Artes Zélia Arbex**. Foi muito interessante essa integração da literatura da cidade no espaço, em geral, usado para artes plásticas. O espaço é das artes! Para a quarta edição de 2025 estamos estudando como fazer uma itinerância para que a poesia possa estar presente em toda a cidade, principalmente nas escolas para que a poesia possa influenciar as novas gerações.

A poesia
espalhada
pela
cidade.

Poetas selecionados(as) na 4ª edição

Alexandre Lacerda, Álvaro Borges, Angélica Arieira, Antônio Oliveira Pena, Camila Avelar, Claudia Regina, Cleuza Almeida, Daniel Rangel, Darcy Jr, Elisa Fleming, Elizabeth dos Santos, Eustáquio José, Gian "15Naig" Gomes, Gilson Eduardo Damasceno, Graça Tania Muniz, Ícaro Detoni, Jorge Piri, Juçara Cerqueira, Julia Magom, Juliana de Paula Novaes, Keth, Laura Anderaus, LaVi, Luiz Ricardo Mendonça Silva, Marcelo Brandão, Marcô, Meire Defante, Mônica Melanie, Nathan Oliveira, Nilton Renna, Pedro Henrique, Pedro Lotif, Rosa Ferri, Thayane R. Pontes, Thaysspa, Thiago Ernando, Vanessa Vieira, Vânia Aguiar, Vinicius Sarraff, Vinícius Silva Teixeira.

Os poemas selecionados

CONFISSÃO

Alexandre Lacerda

A vida não se desfaz
apenas respira
de maneira infinita.

FORÇA PARA A VIDA

Álvaro Borges

Enfrente a dor, mas suporte; Enfrente o ódio, mas não se vingue;
Enfrente a desilusão, mas não se abata; Enfrente a tristeza, mas não se conforme;
Enfrente a tormenta, mas se enxugue; Enfrente o frio, mas se aqueça;
Enfrente a morte, mas sobreviva; Enfrente o amor e entenda o que é vida;
Enfrente a vida e faça viver.

FILHA HERDADA

Angélica Arieira

Volta Redonda me recebeu, com carinho me fortaleceu.
Passei a amá-la como município meu.
A cidade que Deus me deu, no colo me acolheu.
Filhos também são os herdados, nem por isso pouco amados.
Hoje digo que sou da terra da onda,
mas também é minha, a grande Volta Redonda.

FATALMENTE

Antônio Oliveira Pena

Negro, vazio, enfadonho
este mundo nos seria,
não nos fosse a fantasia,
a réstia de luz de um sonho.

CHORO

Camila Avelar

Às vezes meus sentimentos transbordam pelos olhos,
Choro de saudade, desespero, raiva, tristeza,
angústia e alegria,
Choro que se derrama, transforma,
inunda e alivia.

CONEXÃO SAGRADA

Claudia Regina

Nos fios de prata da lua, a mulher caminha,
Entrelaçada ao vento, sua essência é pura.
Ela é flor, ciclo, universo a pulsar,
Reflexo do canto dos pássaros no ar.
No abraço divino, ela é criação,
O eco de um amor que não tem fim.

OLHAR

Cleuza Almeida

Conhecida até no mundo,
Veio da curva de um rio,
Abençoada por Santo Antônio,
Para a CSN o povo veio,
Fazer o processo da nossa bela Volta Redonda.

PARE(SER)

Daniel Rangel

Parece medo, mas é proteção.
Parece utopia, mas é desejo.
Parece fraqueza, mas é maturidade.
Parece raciocínio, mas é profundidade.
Parece desequilíbrio, mas é intensidade.
Parece sorriso, mas é dor.

ENTRE AÇO E CORRENTEZA: UM POVO QUE MOLDA A PRÓPRIA GRANDEZA

Darcy Jr

Às margens do Paraíba, teu colar de ferro brilha,
O rio narra à epopeia em seu curso,
No aço que ergueu o colosso de brasas,
Cidade-fornalha, onde o suor é raiz,
Alma de guerreira, que crava seu nome em cada esquina que guarda
Tua gente, corações pulsantes, que sonham e trabalham.

MADRUGADA

Elisa Fleming

No meio da madrugada a insônia
sangra em verso e prosa
doem as letras, choram as palavras
Escrever cura
entorpece a alma
adormece a solidão

MUDANÇA FAZ BEM

Elizabeth dos Santos

Era apenas uma feia lagarta
Mas se transformou, mudou
Voou e encantou
Asas bateu e pousou de flor em flor,
A metamorfose também é para nós
Acredite, você também é capaz.

TEMPLO

Eustáquio José

Em você eu contemplo um templo
Onde em algum tempo
Farão nascer homens e mulheres
Iguais a mim e a você.
Virão ao tempo
E outros templos contemplarão.

REVIRAVOLTAS (TRECHO)

Gian "15Naig" Gomes

“[...]Um dia as máscaras irão cair,
Um dia as lágrimas irão se secar,
Um dia eu ainda voltarei a sorrir
Para o que um dia eu cheguei a sonhar,
Em que um dia eu chegaria aonde eu sempre quis estar,
Mesmo após várias reviravoltas, um dia eu chego lá.”

(SEM TÍTULO)

Gilson Eduardo Damasceno

Autoconfiança, coragem e determinação.
Fatores indispensáveis na vida de um lutador!
A vida prega peças que nos deixa sem ação.

O mundo gira de uma forma inacreditável.
Mas, como bons lutadores, seguimos em frente
De uma forma e força inabalável!

(SEM TÍTULO)

Graça Tania Muniz

Em teu olhar eu não vi
Nem um pouco de calor
No meu, tu hás de encontrar
Imensidade de amor

(SEM TÍTULO)

Ícaro Detoni

A arte não mora na soberba da razão,
é transição, leve vento fluido,
ela é movimento, corpo,
mente, céu e chão.
É irmã do tempo, amiga da perfeição,
é um fato de vida na imensidão!

FOTO 3x4

Jorge Piri

Levo comigo na carteira,
uma foto 3x4
amarelada pelo tempo.
Nela, apenas um rosto
em mim,
uma vida de lembranças.

(SEM TÍTULO)

Juçara Cerqueira

É no ponto a ponto que aos poucos
vamos costurando os rasgos da vida,
ajustando a frouxidão dos sentimentos
e entendendo que é só vivendo que nos
tornamos uma peça pronta!

NOVO AMANHECER

Julia Magom

Todas as manhãs, o sol surge com graça.
E ilumina a existência de todos com um brilho que nos abraça.
A natureza pulsa com energia e vigor.
E a vida começa a fluir com seu esplendor.
A cada dia, temos uma nova chance de ser e viver.
Ao buscar a felicidade que é nosso querer.

PERDA

Juliana de Paula Novaes

No ouro que enfeita o meu dedo,
Mais forma de eu te carregar,
Das tantas que levo no peito,
Me impedindo de respirar.

PONTO

Keth

Em algum ponto da cidade você irá me ver;
Não pichada em muros e outdoors;
Em poesia, porque sou clichê;
Na verdade, eu sou poeta, aprendendo a amar;
Estampando para a cidade que, sem você, sou apenas metade.

(SEM TÍTULO)

Laura Anderaus

O ser humano
é gente fina
afina ali, afina aqui
pra caber onde não quer
e viver triste, sem rima

MÁQUINA E VIDA

LaVi

A IA pinta um céu sem voo,
escreve versos sem calor.
Mas a arte pulsa em nosso couro,
feita de riso, sangue e flor.

Que a tela seja nossa dança,
vida, bruta, cheia de cor!

(SEM TÍTULO)
Luiz Ricardo Mendonça Silva

Não
Contentando
Ser
Semente
Fez-se
Flor

(SEM TÍTULO)

Marcelo Brandão

Eu.
E este
nada mais,
que pareciam
ser reticências, mas,
eram três pontos finais...

ANTES QUE SEJA

Marcô

Antes que seja tarde
Antes, seja
E que tarda
Depois.

SENTIDO

Meire Defante

Sou feita de renascimentos diários
“Morrer” em vida não é uma escolha
Um dia o ciclo se findará
Mas não chegou a hora
Escolho viver, resistir, lutar
E, escolhendo a vida, dou sentido à minha existência.

VIM DE VOLTA REDONDA

Mônica Melanie

Nasci Arigó, classe operária e redondense
Cresci à beira rio, subindo a Jaraguá para estudar,
Indo à biblioteca municipal para ler e sonhar.
Cresci no memorial zumbi, nas pautas de negritude, na potência dos ancestrais
No Teatro GACEMSS, a arte tem saudação, futuro e memória,
Na praça Brasil e na Japão, escrevi textos e poesias para a bela Volta Redonda de
| quem sou cria.

DESPRETENSIOSO

Nathan Oliveira

Filho fui de um velho rio,
Barra — berço e melodia;
Hoje, em Volta me arrepio,
Fez-se lá minha harmonia.
De uma à outra, levo o canto,
Luz que em dois rincões encanto.

ÓPIO

Nilton Renna

Quero a simples simplicidade
De não querer.
De ser
Ou de não ser.

Fugir...

Fugir?

(SEM TÍTULO)

Pedro Henrique

Assim como as nuvens mudam...
Todos os dias você, em sua correria
matinal passa por mim.
Às vezes nem me repara,
mas sou o ponto de partida
para uma nova etapa do teu horário!

(SEM TÍTULO)

Pedro Lotif

Nos trilhos de uma era sombria, surgiu;
Pelas mãos da mistura étnica, erigiu.
De culturas e povos, um mundo vasto:
Do mineral, a cidade; o cidadão, de aço.
Na batalha sem fim, nunca se queda só —
No pulmão, a guerra: remanescente do pó.

VISÃO POÉTICA

Rosa Ferri

Mistura as cores da minha paleta
Me pinta, exagera na curvatura
Me faz modelo do teu imaginário
Que haja flores para todos os poetas
Se não eles...
Quem vai nos inventar de forma tão bela?

CHUVA INFÉRTIL

Thayane R. Pontes

Na garoa da vida
o tempo todo escorreu
Só me sobra o lamento
de um rio que não nasceu

RESISTÊNCIA SILENCIOSA

Thaysspa

todas as vezes que desisto em pensamento
meu corpo não obedece
sabendo que quem me controla, é somente o coração
as respostas que minha razão possui na ponta da língua
no peito, acontece a empatia
e a consciência sincera conversa comigo

B-SIDES DO MEU CORAÇÃO

Thiago Ernando

Do que adianta virar o disco
em busca de versões alternativas
Se o único som que realmente preciso
É você me dando bom dia

NO MEIO DA PRESSA, UM VERSO

Vanessa Vieira

Em meio à pressa dos nossos dias,
O belo escapa sem ser notado.
A vida chama, exige movimento.
Não dá pra parar, tudo é correria.
A vida não espera. Corre... mas ria!
Respira fundo e sinta a poesia.

POETA AMANTE

Vânia Aguiar

Tudo que existe se transforma em palavras
Ilusões, sonhos guardados, sentimentos nunca revelados
Palavras que nos levam a “mares nunca dantes navegados”
A tempos remotos, a sentimentos do hoje, a emoções do amanhã...
Que sempre trazem a sensação do presente, do agora
Que sempre fazem do poeta, seu amante nesta hora!

SAUDADE

Vinicius Sarraff

Sinto saudade de nós. Estamos sós —
sem descansos nessa pressa, nada resta.
Mesmo aos domingos, mastigo pouco;
nunca mais vi teu cabelo solto.

Para inverter esse vento, criarei um outro
que sobre um silêncio e limpe o meu rosto.

O TEMPO VOA

Vinicius Silva Teixeira

Juventude, um sopro breve
como a espuma que ao sol se perde.
Ergue teus sonhos, deixa-os voar,
antes que o tempo os leve pro mar
Pois quando a brisa te abandonar
só restará o azul pra chorar.

Poetas da AVL

DEVAGAR
ANA MALFACINI

Devagar
Indo ao longe,

Divagar
Faz o monge...

De vagar
O poeta plange.

CONTRATO
ANGELA ALVES CRISPIM

Ao nascer faz-se um contrato de vida,
fechado, assinado com tempo de duração.
Por vezes as cláusulas ficam indefinidas,
a critério de cada vírgula da pontuação.
E o que foi acordado mostra-se confuso,
precisando com urgência de uma revisão.

MEADOS DE ABRIL

CAMILA CABRAL

O cheiro do verde é mais forte
que o vermelho que crepita estalado
e mais doce que o beijo aguardado,
qual a vida crescente em dia minguante.
Dela faço versos novos e me aqueço.
Entrelaço os olhos e me recomeço.

A UNIÃO

DÉBORA CORSI

Quer entender sobre a união?
Basta observar uma bela redação.
Para existir o texto, as palavras fizeram uma conexão,
E só existem as palavras, porque as letras deram as mãos.
Ah! Se aprendermos essa lição, teremos paz nesta nação.

DEMORA MAS VEM

DIO COSTA

ainda não passou
estamos aqui
esperando também

tal qual o futuro
o ônibus demora
mas vem

POEMA DO AMOR

ELYANE LACERDDA

Poema do amor: dor
Poema da paixão: solidão
Poema do estar: não ser
Poema da essência
do SER

FELICIDADE
ELISA ANDRADE

Felicidade...
sonho guardado em vitrines vazias,
cinzenta e fria no discurso urbano,
perdida das sutis alegrias,
mora, em verdade, no profundo humano,
nas brechas comuns do passar do dia.

PROFESSOR
ELIZABETH CAROLINA

Àqueles que se dedicam
Com devoção e total vocação.
Professores, na escalada do conhecimento
Vocês merecem nosso respeito!
Não há palavras para dedicar-lhes meu reconhecimento.
Do fundo de meu coração receba minha gratidão!

SEM TEMPO PRO AMOR

GUILHERME TADEU

Te espero chegar, ansioso, como um adolescente
O amor me faz voltar no tempo
Te encaro, encantado, planejando nosso envelhecer
Esse amor me faz avançar no tempo
Te beijo, incansável, como quem só vive o presente
O amor faz desaparecer o tempo

POESIA AO PONTO

JEAN CARLOS GOMES

De ponto a ponto
pulam sonhos,
descem emoções...
Estacionam pensamentos,
nascem momentos!

TREM

JOSE HUGUENIN

E tem o trem
que chega e sai
e sempre está.

E tem a gente
que no ir e vir
se (es)vai.

SEXTILHA

LEE BRASIL

Apartou-se do continente,
Fez-se ilha.
Desbravou-se sem temor,
Fez-se trilha.
Versejou-se à sua Volta,
Fez-se sextilha.

EX-VOTOS

LEONOR VIEIRA-MOTTA

A palavra cumpre promessas:
sobe escadarias de penhas;
jejua todo ano, dias inteiros;
prende em coque os cabelos:
carrega cruzeiros, come desejos.

CAFÉ COM VICENTE

LOURILDO COSTA

Quando passei pela Vila,
Pessoas adentravam-se no café.
Uma foto na parede atçou minhas pupilas
- Por uns instantes fiquei absorto como Tomé! -
A troca de olhares em forma de polissemia
Levou-me a tomar um café com o Vicente da Academia.

MARGARITÍFERA
MARCIO CASTILHO

Eu leio poesia em voz alta
Para que ela se infiltre em todos os sentidos,
Seja olhos, boca, olfato, ouvidos,
Seja tátil, palpável a arrepiar minha nuca,
Seja toda prosa, toda “proesia”.

AGORA
MARCORELIO FORTINI DE ANDRADE

Como ganhar ou perder a hora?
Toda abertura é uma ponte de fuga
E toda chegada mira uma despedida
Na miragem de ficar ou ir embora.
A vida é ser e se fazer na lida
Que transborda o tempo do agora...

CONTRASTE
MÉRCIA CHRISTANI

Mídia
Internet
Globalização
Terceiro Milênio

Na calçada,
Um menino com fome.

LETRAS REDONDINHAS
RAQUEL LEAL

Sempre tome posse da importância
Da tua pluralidade
Academia, querida
Pois da dignidade de tua nobre vida
São feitos lindos dias em toda parte
Na eternidade da arte

TODA CASA

REGINA VILARINHOS

Toda casa quer ser como Minas, com sabor de pão de queijo e cheiro
| de lenha estalando no fogão.
Toda casa quer a paz de acolher em seus braços as visitas.
Toda casa quer encontros e reencontros em torno da mesa.
O café ou a cerveja, o arroz com feijão, são os responsáveis pelo
| avivamento das muitas amizades.

PALAVRA

RODRIGO HALVYS

Toca-nos o dom da palavra
Do âmago comunicado
As entranhas atingidas
Do gérmen semeado
A tudo que se lavra
A terra escrita, com pá

(SEM TÍTULO)

SHIRLEY ROSA LEONARDO

Essas mãos que rasgam as linhas,
Essas mãos que falam e se aninham,
Essas mãos que não batem, aplaudem,
Ah! Essas mãos que precisam se expressar,
Mãos, essas que pairam no ar,
Essas nossas mãos dadas, entrelaçadas...

ALIMENTO DA ALMA
SILVIA HELENA XÁNDY

O poeta faminto
lambuza-se com as palavras
e sacia sua fome
de versos livres ou metrificados
como se elas, (as palavras),
fossem seu prato preferido.

(SEM TÍTULO)
STAEL DE OLIVEIRA

A Luxúria que seduz
O Orgulho que cega
A Inveja que destrói
A Gula que não sacia
A Avareza que desgrça
A Ira que mata e a Preguiça que aprova.

COMEÇAR DE NOVO
THALITA WUTKE

A dor que a alma quer esconder
Às vezes precisa apenas florescer.
Nem sempre o outro vai te curar,
Mas você pode se perdoar.
O alívio vem quando a própria alma pode se ver,
Realinhe-se e prepare-se para se refazer.

Projeto Poesia & Ponto 2025

Prefeitura Municipal de Volta Redonda
Secretaria Municipal de Cultura
Academia Volta-redondense de Letras



Academia Volta-redondense de Letras

www.avl.org.br