

# wookacontece



Gratuita  
Bianual  
Outubro 2025  
Número 15

Entrevistas exclusivas  
Valter Hugo Mãe  
Marta Miranda

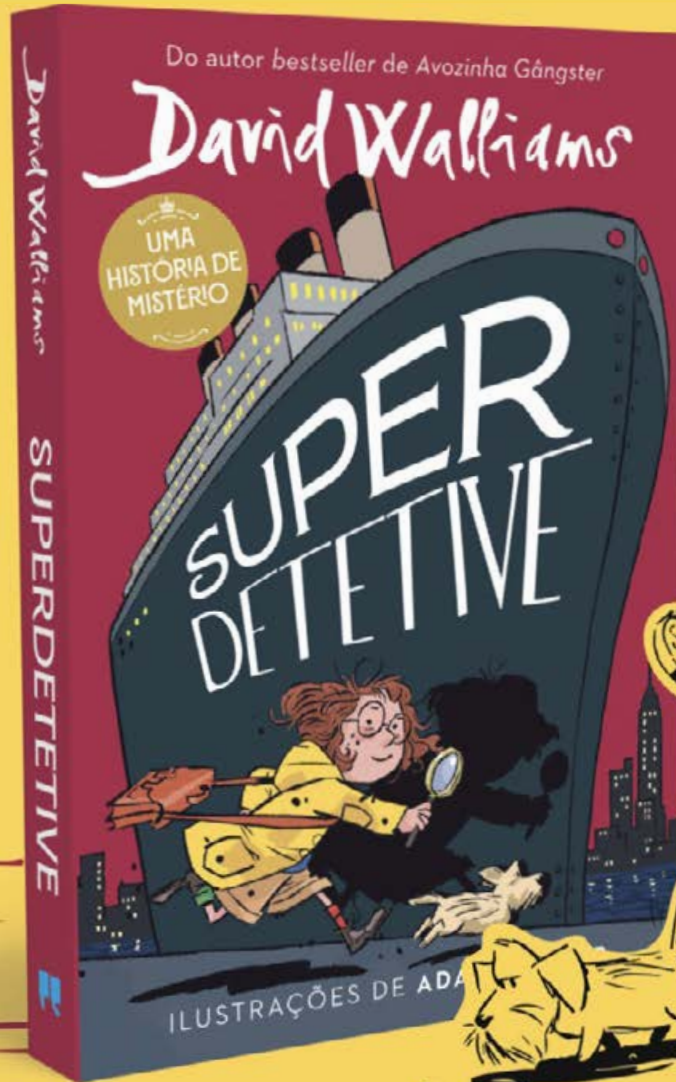
Novidades  
Wook vamos  
ler na *rentrée*

Ler no outono  
Wook se  
escreve  
no Canadá



Conheça a **DETETIVE** amadora **DILLY** e o seu **CÃO WATSON** neste primeiro mistério de assassinato de

# David Walliams



Conheça a detetive Dilly e o seu cão Watson no primeiro mistério de **David Walliams**.



## 18 Entrevista Valter Hugo Mãe

---

2 Wook vamos ler...  
na **rentrée**

---

26 **Poema**  
Daniel Faria

---

9 **Calendário**  
de novidades

---

28 Uma conversa com  
**Marta Miranda**

---

10 **Quiz literário**  
Camilo Castelo  
Branco

---

32 Wook se escreve  
no **Canadá**

---

12 **(Re)comece**  
com o livro direito

---

37 **Receita**  
Bolo de Chocolate

---

14 A arte de **ler o outono**

---

38 Wook dizem  
**as suas finanças?**

---

24 **A rentrée**  
**dos escritores**

---

40 **Luís Louro**  
Um ilustrador  
multifacetado



Wook vamos ler... na

# Rentreee



## LITERATURA



### O Segredo dos Segredos Dan Brown

A palestra da cientista Katherine Solomon, prestes a publicar uma obra revolucionária, termina abruptamente, e ela desaparece sem deixar rasto. Robert Langdon, desesperado por encontrá-la, embarca numa corrida contra o tempo, enquanto é perseguido por uma organização poderosa e um inimigo assustador saído das mais antigas lendas. De Praga a Nova Iorque, esta é uma leitura a não perder!



### O Círculo dos Dias Ken Follett

Seft, um mineiro experiente, promete ajudar Joia, uma sacerdotisa dotada de extraordinários dons que desde criança sonha com a construção de um milagroso círculo de pedras. Mas, o que começou como uma visão inspiradora, depressa se torna uma corrida contra o tempo e um conflito violento. Uma obra épica que nos convida a mergulhar num dos maiores mistérios da História: Stonehenge.



### Um por Um Freida McFadden

Seis amigos. Uma floresta. Sem rede de telemóvel. Sem ajuda. Um a um, começam a desaparecer. Será obra de um animal selvagem escondido na floresta? O verdadeiro perigo caminha entre eles? Enquanto a tensão aumenta e a confiança se desintegra, uma certeza emerge no silêncio do bosque: apenas um deles voltará a casa com vida. Prepare-se para não largar o novo livro da autora de *A Criada*.

# Literária

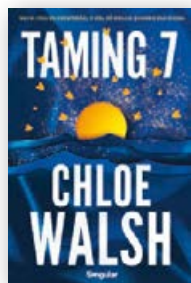




## Inventário da Solidão

João Tordo

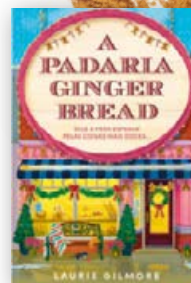
Ao fim de quase quarenta anos, um antigo grupo de colegas da faculdade reúne-se na Irlanda para um último adeus a Rebecca Connelly. Entre eles encontra-se o nosso narrador, agora sexagenário, que tenta ainda fazer sentido de todos os caminhos que trilharam o seu destino. Conseguirá ele, com a morte do seu primeiro amor, apaziguar-se com o rapaz que foi e o homem em que se tornou?



## Taming 7

Chloe Walsh

Gerard «Gibsie» Gibson é conhecido pelo seu sentido de humor. Mas Claire, irmã de um dos seus amigos e sua vizinha desde sempre, vê para lá disso e está decidida a domar o coração selvagem e partido do seu amigo de infância. Quando os limites se começam a esbater, pode o que os une tornar-se mais profundo, ou acabarão perdidos no meio do caos?



## A Padaria Gingerbread

Laurie Gilmore

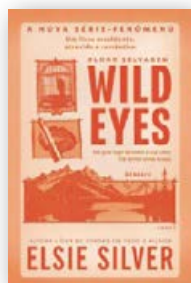
Annie, a dona da Padaria Gingerbread, está obcecada com a raiva antiga que sente por Mac, o irritante e otimista dono do bar de Dream Harbor. Mas, à medida que o casamento de Jeanie e Logan se aproxima, os dois são obrigados a passar mais tempo juntos. Entre (muitas) discussões e uma atração irresistível, poderá este ódio de estimação transformar-se em algo mais?



## O Último Avô

Afonso Reis Cabral

Pouco antes de morrer, Augusto Campelo, o mais genial escritor português, queima o manuscrito no qual trabalhou durante anos, deixando para trás um mistério. Resta por isso ao neto a missão de descobrir a verdade e de compreender (ou não) o gesto do avô. Um romance que atravessa a intimidade de três gerações de uma família marcada por perdas, conflitos e paixões.



## Wild Eyes

Elsie Silver

Como cantora de sucesso a enfrentar uma onda de críticas, é difícil encontrar a paz. Mas Skylar encontra-a na pequena cidade de Rose Hill. Junto de Weston, um pai solteiro, e dos seus dois filhos. Ainda assim, a sua vida de celebridade persegue-a. Enquanto o cérebro lhe diz que ficar ali, com aquele homem, é impossível... o seu coração diz-lhe que está exatamente onde pertence.



## Caught Up

Liz Tomforde

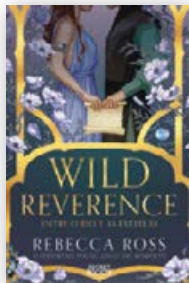
Kai é a estrela da equipa de basebol de Chicago. E, apesar das dificuldades em equilibrar a carreira com os cuidados do filho, não é capaz de confiar em nenhuma *babysitter*. Até que o seu treinador contrata alguém para o ajudar, alguém que ele não pode despedir. Miller, a filha do treinador, parece-lhe a última pessoa a quem confiaria o seu filho: demasiado jovem... e solteira.



## Fearful

**Lauren Roberts**

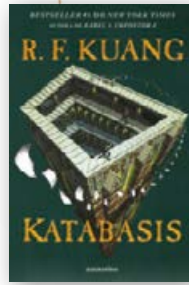
Regressar a Ilya não estava nos planos de Mara, mas desde quando é que a Morte foge a um bom desafio? É por isso que, quando o rei toma uma decisão radical e desconcertante, a sua curiosidade fala mais alto e leva-a até ao castelo. Antes de conviver com Kitt Azer, em Mors, ela quer saber o que o levou a fazer tal escolha, e nada a prepara para o que vai descobrir.



## Wild Reverence

**Rebecca Ross**

Num mundo onde os deuses se matam uns aos outros por poder, Matilda é a deusa mais jovem do seu clã, conhecida por transportar cartas entre os reinos. Mas esconde um segredo. E pior ainda: há um rapaz mortal, Vincent, que sonha com ela. Unidos pelos fios do destino, Matilda e Vincent podem reescrever os caminhos sombrios e sangrentos dos deuses... ou acabar com eles.

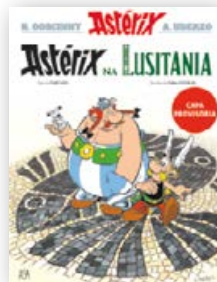


## Katabasis

**R. F. Kuang**

Alice sacrificou tudo para poder trabalhar com o Professor Jacob Grimes, o maior mago do mundo, em Cambridge. Até que ele morreu num acidente mágico, que pode muito bem ter sido culpa dela. Grimes está agora no Inferno, e Alice vai atrás dele. Infelizmente, Peter, o seu rival académico, teve exatamente a mesma ideia. Uma fantasia *dark academia* sobre sacrifício e os limites do saber.

## BANDA DESENHADA



## Astérix na Lusitânia

**Fabcaro e Didier Conrad**

Numa bela manhã de primavera, um desconhecido chega à aldeia. Vem da Lusitânia, essa terra ensolarada a ocidente da Hispânia que se encontra também sob o jugo de Roma. Trata-se de um antigo escravo com quem já nos tínhamos cruzado em *O Domínio dos Deuses*, que veio pedir ajuda aos nossos irredutíveis Gauleses, pois conhece os potentes efeitos da Poção Mágica. É o começo de uma nova aventura!

## NÃO FICÇÃO



## O Enigma de Israel

**Henrique Cymerman**

Israel é um dos países mais presentes nos noticiários internacionais. Mas será que conhecemos realmente a sua História? Henrique Cymerman, conhecido e premiado jornalista, e correspondente da SIC no Médio Oriente, apresenta neste livro uma breve História de Israel e do povo judaico, interligada com relações internacionais, política e atualidade.

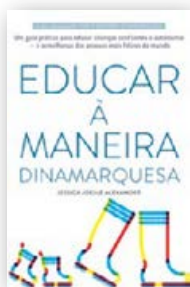


## A Mais Breve História do Ultramar

**David Moreira**

David Moreira faz neste livro uma análise sóbria, bibliograficamente rica e ideologicamente descomprometida da gestão das ex-colónias – ora esquecidas e desconsideradas, ora tidas como um pilar da nossa independência e identidade.

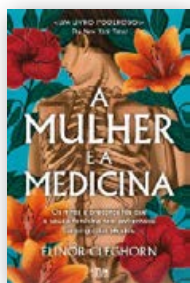




## Educar à Maneira Dinamarquesa

Jessica Joelle Alexander

Baseado no método explorado em *Pais à Maneira Dinamarquesa*, este guia ajuda a colocar em prática, no dia a dia, todas as ideias e principais pilares dessa filosofia. Uma ferramenta indispensável para pais e educadores, com sugestões de atividades organizadas por faixa etária, que ajudam a educar crianças autônomas e confiantes, e a desfrutar de mais momentos *hygge* em família.



## A Mulher e a Medicina

Elinor Cleghorn

Elinor Cleghorn apresenta-nos, neste livro, uma história da saúde das mulheres desde os primórdios até aos nossos dias. Um legado revoltante de sofrimento, mistificação e erros de diagnóstico que revela como a Ciência, moldada por um mundo de homens, falhou em compreender e cuidar do corpo feminino. Uma obra abrangente, surpreendente e fascinante.

## SAÚDE



## Dormir como um Homem das Cavernas

Merijn van de Laar

Já colocou em prática todos os truques para dormir melhor, e não resultam? Recupere o controlo sobre o seu sono e durma como uma pedra com a ajuda do terapeuta do sono Dr. Merijn van de Laar. Inclui um plano de três semanas para alinhar o seu corpo e a sua mente com o ritmo natural do sono.



## Emoções que Inflamam, Hábitos que Curam

Vânia Castanheira

O ritmo acelerado e exigente em que vivemos agrava, silenciosamente, o stresse e os processos inflamatórios no nosso corpo. A autora apresenta a *Rota de Cura Integral*, um método que une a Ciência, a espiritualidade e a transformação de hábitos para ajudar a recuperar a sua saúde e o equilíbrio de dentro para fora.



## A Cura das Doenças Autoimunes

Dra. Sara Szal Gottfried

As doenças autoimunes podem ter uma causa comum: o trauma emocional. A Dra. Sara Gottfried, médica e especialista de medicina integrativa, propõe uma abordagem prática e inovadora para começar a tratar o que ficou esquecido e recuperar a sua saúde.

## AUTOAJUDA



## Um Guia para os Dias de M\*rda

Eveline Helmink

Uma leitura com 70 estratégias simples, mas poderosas, para encontrar ânimo nos momentos mais frágeis. Aceite os dias difíceis – eles fazem parte da vida –, mas torne-os mais leves com intuição, autoconhecimento, resiliência e força. Este livro é um *kit* de primeiros socorros emocionais para transformar momentos de dor em oportunidades de crescimento. Abraça a realidade tal como ela é.

## INFANTOJUVENIL



### A Cidade dos Ladrões Ian Livingstone

Em *A Cidade dos Ladrões*, Ian Livingstone convida o leitor a entrar em Port Blacksand, um lugar sombrio, cheio de perigos, intrigas e personagens memoráveis. Neste livro-jogo, cada escolha conta e pode levar à glória ou ao fracasso. Uma aventura interativa em que estratégia, coragem e sorte são as chaves para sobreviver.



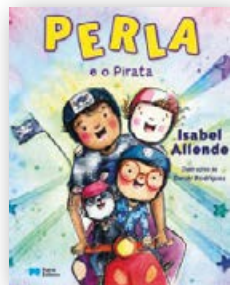
### Um Azul para Marte José Saramago

Nesta história, o narrador visita Marte e encontra uma sociedade pacífica, sem guerras, mas limitada a tons de preto e branco. É então que tem uma ideia: trocar a sabedoria marciana pela descoberta das cores da Terra. Um olhar crítico e poético sobre a Humanidade, os seus contrastes e a busca pela harmonia. Um livro que junta às palavras de Saramago belas ilustrações, que trazem um toque original ao conto.



### Um Melhor, Melhor Amigo Olivier Tallec

Olivier Tallec – cujo trabalho de ilustração tem sido reconhecido pela crítica como «sensível», «belo», «deslumbrante» e «de cortar a respiração» – está de volta com um novo livro. Uma leitura que é também um convite a refletir sobre a generosidade afetiva e como podemos abrir o nosso coração aos desafios e alegrias de várias amizades. Podemos ter um amigo, mas um melhor, melhor amigo? Será que sim?



### Perla e o Pirata Isabel Allende

Este é o segundo livro infantil da aclamada autora Isabel Allende. Perla é uma cadela pequena, mas com uma personalidade gigante. O seu melhor amigo é Nico Rico, um menino de sete anos cheio de energia. Mas, quando Nico desaparece após a escola, cabe a Perla – com a ajuda do Pirata, o vizinho aventureiro – embarcar numa missão para o trazer de volta em segurança.



### O Vento Olga Fadeeva

Neste livro, o verdadeiro protagonista é o vento, embora partilhe o palco com um avô e a sua curiosa neta, a quem ele revela os segredos desta força invisível. Através de ilustrações cativantes, o leitor descobre factos fascinantes de Geografia, História, Biologia e muito mais. Afinal, o que é o vento? Que tipos existem? E porque damos nomes aos furacões?

## GASTRONOMIA



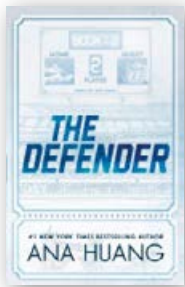
### Air Fryer em 15 minutos Rui Marques

Os seus dias são caóticos e o tempo para cozinhar para a família é inexistente? Só precisa da sua *Air Fryer*, porque o Rui Marques tem *A Pitada* que faltava – mais de 100 receitas prontas em 15 minutos. Tal como no livro anterior, tem sugestões para todas as ocasiões, simples, práticas e cheias de sabor, como o autor já nos habituou.

Novidades

em

Inglês



### The Defender

Ana Huang

Vincent DuBois está a viver o sonho de qualquer futebolista: é capitão do Blackcastle Football Club e um dos atletas mais bem pagos do mundo. Mas a fama também tem um lado negro. Quando a sua popularidade o coloca em perigo, Vincent vê-se forçado a partilhar a casa com a filha do seu treinador, Brooklyn Armstrong. Brooklyn, por sua vez, está farta de atletas arrogantes, mas, com Vincent a dormir no quarto ao lado, é impossível ignorar a atração que sente por ele. Ambos sabem que uma relação entre o capitão da equipa e a filha do treinador tem tudo para correr mal, mas o coração raramente segue as regras do jogo... Depois de *The Striker*, Ana Huang está de volta com mais um romance irresistível da série *Gods of the Game*.



### Tourist Season

Brynne Weaver

Harper Starling está decidida a não deixar que ninguém estrague a sua adorável cidade – mesmo que para isso tenha de “fazer desaparecer” uns quantos turistas indesejados. Mas o implacável Nolan Rhodes não é um turista qualquer. Diabolicamente bonito, chega a Cape Carnage com um propósito muito claro: matar Harper. O problema? Harper não é de todo o monstro que ele imaginava. E promete dar muita luta. Quando um detetive amador chega à cidade, em busca de um assassino em série há muito desaparecido, Harper e Nolan decidem fazer uma trégua e... acabam por se apaixonar. Mas, como os dois depressa descobrem, o amor pode ser fatal. Da autora de *Butcher & Blackbird*, *Tourist Season* é uma comédia romântica deliciosamente perversa, que cruza humor negro e *suspense*.



### Thief of Night

Holly Black

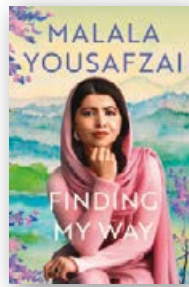
Charlie Hall trocou a vida de vigarista por algo ainda mais perigoso: agora é caçadora de sombras. Trabalha para um grupo de crepusculistas implacáveis que controlam Vince, o seu namorado – ou o que resta dele. Vince já não se lembra de Charlie: tornou-se um estranho frio e implacável, que a vê como uma inimiga. Quando é forçada a investigar um massacre brutal numa igreja, Charlie descobre que o maior perigo vem da sua própria sombra, que planeia traí-la. Vulnerável e de coração partido, enfrenta uma escolha impossível: salvar-se a si mesma ou perder para sempre o seu único amor. Na muito aguardada sequência de *Book of Night*, nem as nossas próprias sombras são de confiança.



## Good Spirits

**B.K. Borison**

Nolan Callahan pretende passar esta época natalícia exatamente como todas as outras: assombrando pessoas más. Mas Harriet York é uma pessoa boa, ou, pelo menos, esforça-se por sê-lo, por isso, quando Nolan é incumbido de assombrá-la, nenhum dos dois percebe porquê. Sim, Nolan é o Fantasma do Natal Passado, mas Harriet não tem nada de Scrooge. Para se verem livres um do outro, terão de descobrir o que os une antes da Véspera de Natal. Poderá Harriet ser a chave para dar ao Fantasma do Natal Passado... um futuro? *Good Spirits* é o novo romance natalício de B.K. Borison, autora do *bestseller First-Time Caller*.



## Finding My Way

**Malala Yousafzai**

Aos quinze anos, Malala tornou-se um símbolo mundial de coragem, ao sobreviver a um ataque brutal dos talibãs. Mas o que aconteceu depois disso? Em *Finding My Way*, a jovem ativista relata-nos o seu próprio percurso desde então, de forma intimista e com grande autenticidade e humor: da solidão da adolescência até se tornar uma jovem mulher, passando por momentos marcantes, como quase reprovar nos exames, sofrer *ghosting* ou descobrir o amor. Neste livro de memórias surpreendente, descobrimos como Malala se recusou a ser definida apenas pela tragédia, conquistando a sua própria voz. Uma história corajosa, que nos recorda que os verdadeiros ícones não são perfeitos – são humanos.



## Bread of Angels

**Patti Smith**

*Bread of Angels*, o novo livro de memórias de Patti Smith, é um relato muito íntimo do percurso da autora que venceu o National Book Award com *Just Kids*. Começa por mergulhar na sua infância, passada num prédio degradado durante o pós-guerra, seguindo depois para a adolescência, na qual surgem os primeiros encontros transformadores com a arte. Vemos como Rimbaud e Dylan se tornam os seus heróis, guiando-a dos primeiros poemas à criação de álbuns icónicos, como *Horses* e *Easter*. Já na idade adulta, Smith partilha a sua relação com Fred Sonic Smith, falando-nos também da maternidade, das perdas sucessivas que foi sofrendo e da forma como reconstruiu a sua vida. No final, reencontramo-la na estrada: a eterna nómada que vive para escrever e escreve para viver.



# CALENDÁRIO DE NOVIDADES

SETEMBRO

*Wild Card*  
ELSIE SILVER

*A Padaria  
Gingerbread*  
LAURIE GILMORE

*O Segredo  
dos Segredos*  
DAN BROWN

*Among the  
Burning Flowers*  
SAMANTHA SHANNON

*Air Fryer em  
15 minutos*  
RUI MARQUES

*Taming 7*  
CHLOE WALSH

*Encruzilhada  
de Corvos*  
ANDRZEJ SAPKOWSKI

*Um Dia,  
Sempre Teremos  
Sido Todos  
Contra Isto*  
OMAR EL AKKAD

*Wild Eyes  
- Olhar  
Selvagem*  
ELSIE SILVER

*Soul  
Searching*  
LYLA SAGE

*107 Days*  
KAMALA HARRIS

*Contas-Poupança:  
As melhores dicas para  
poupar e investir*  
PEDRO ANDERSSON

*Seis de  
Corvos*  
LEIGH BARDUGO

OUTUBRO

*Mais de 50 Coisas  
para Não Fazer  
na Cozinha*  
SUSETE ESTRELA

*The Intruder*  
FREIDA MCFADDEN

*De Joelhos*  
NAVESSA ALLEN

*Alchemised*  
SENLINYU

*O Meu Único  
Desejo És Tu*  
LAUREN ASHER

*O Círculo  
dos Dias*  
KEN FOLLETT

*Alma  
Gêmea*  
ALI HAZELWOOD

*Além  
do Amor*  
NICHOLAS SPARKS E M. NIGHT SHYAMALAN

*A Terra da  
Eternidade  
Radiosa*  
HARPER LEE

*Finding  
My Way*  
MALALA YOUSAFZAI

*The Mistletoe  
Kisser*  
LUCY SCORE

*O Homem que  
Mordeu o Cão: Uma  
Mão Humana Forrada  
a Veludo, Homem!*  
NUNO MARKL

*Inventário  
da Solidão*  
JOÃO TORDO

*A Mãe  
Está a Arder*  
MIKAELA ÖVÉN

*Daughter of No  
Worlds*  
CARISSA BROADBENT

*Nem Todas as  
Árvores Morrem  
de Pé - Edição  
especial Wook*  
LUÍSA SOBRAL

*Mundo, Pára  
Quieto*  
RICARDO ARAÚJO PEREIRA

*Astérix na  
Lusitânia*  
FABCARO E DIDIER CONRAD

*Deus da Dor*  
RINA KENT

*A Montanha*  
JOSÉ LUIS PEIXOTO

*Girl Dinner*  
OLIVIE BLAKE

*The Defender*  
ANA HUANG

*Rei da  
Inveja*  
ANA HUANG

NOVEMBRO

*Holiday Ever After  
- Os Melhores  
Dias de Sempre*  
HANNAH GRACE

*Wind  
and Truth*  
BRANDON SANDERSON

*Fake Skating  
- Patins e  
Mentiras*  
LYNN PAINTER

*A Alquimia  
dos  
segredos*  
STEPHANIE GARBER

*Book of  
Lives*  
MARGARET ATWOOD

*The Wrath  
of the Fallen*  
AMBER V NICOLE

*Your Knife,  
My Heart*  
K.M. MORONOVA

*Para os  
Caminhantes  
Tudo é Caminho*  
JOSÉ TOLENTINO MENDONÇA

*Inteligência  
Natural e a Lógica  
da Consciência*  
ANTÓNIO DAMÁSIO

*Brimstone*  
CALLIE HART

*Bread  
of Angels*  
PATTI SMITH

*The  
Eleventh  
Hour*  
SALMAN RUSHDIE

# 200 anos Camilo Castelo Branco

**Ponha à prova os seus conhecimentos sobre um dos nossos grandes escritores e seja premiado!**

Este ano celebramos o bicentenário de Camilo Castelo Branco, nome maior da literatura portuguesa.

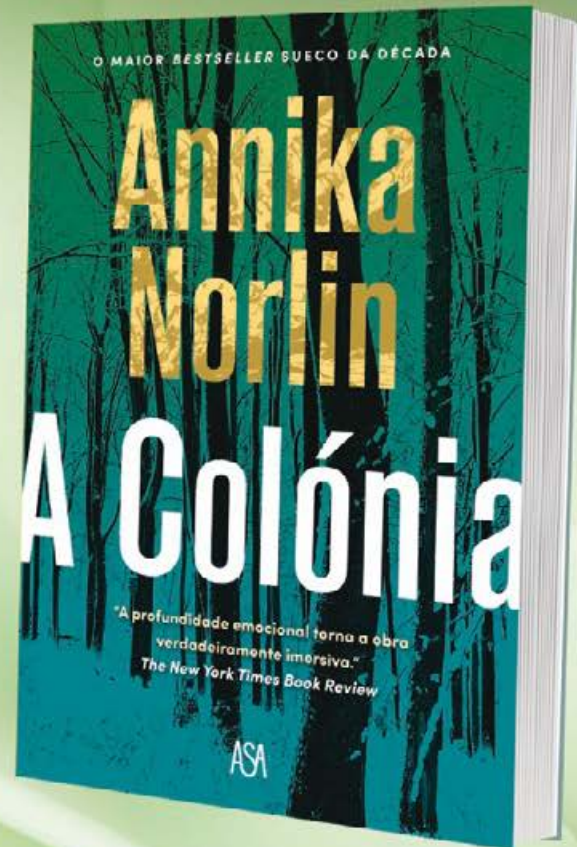
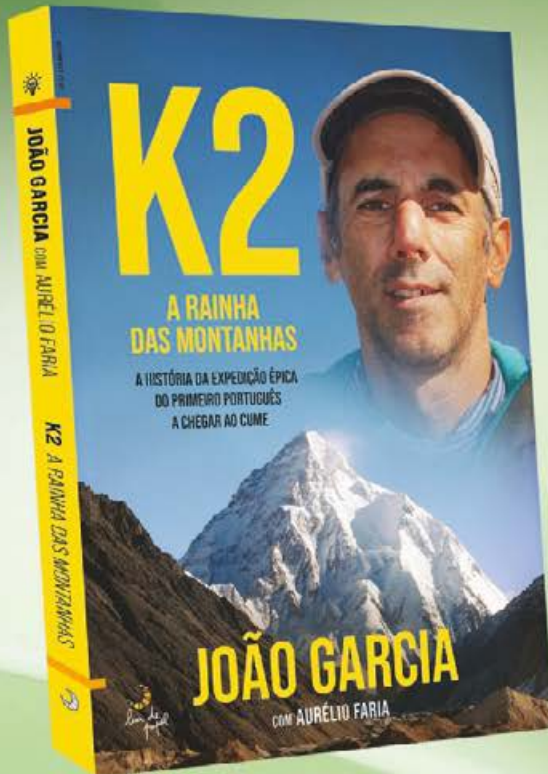
Venha recordar este génio romântico connosco, através do nosso desafio interativo. Use o código QR desta página para responder às perguntas sobre a vida e obra do autor, e, se estiver entre os primeiros 30 participantes a acertar em todas as questões, ganha 5 € em cartão Wookmais!

Literário



- 1 Qual destes factos acerca da vida de Camilo não é verdadeiro?
  - a) Nasceu a 16 de março de 1825, em Lisboa.
  - b) Casou aos 16 anos e enviuvou aos 22.
  - c) Esteve preso por adultério, no Tarrafal.
- 2 No seu primeiro romance, *Anátema*, a ação desenrola-se em:
  - a) Lisboa.
  - b) Trás-os-Montes.
  - c) Famalicão.
- 3 Em 1844, Camilo instalou-se no Porto para estudar:
  - a) Medicina.
  - b) Teologia.
  - c) Direito.
- 4 Como se chama a protagonista de *Amor de Perdição*?
  - a) Mariana Botelho.
  - b) Teresa de Albuquerque.
  - c) Maria Monforte.
- 5 No romance *A Queda dum Anjo*, o que acontece a Calisto Elói quando vai para Lisboa?
  - a) Esquece os seus princípios.
  - b) Converte-se ao protestantismo.
  - c) Torna-se um herói republicano.
- 6 Qual é o título da obra que Camilo escreveu sobre a sua experiência na prisão?
  - a) *Onde Está a Felicidade?*
  - b) *Viver para Contá-la*
  - c) *Memórias do Cárcere*
- 7 Que meio usou Camilo para pôr fi à vida, em 1890?
  - a) Um punhal.
  - b) Um revólver.
  - c) Veneno.
- 8 Qual destas obras não foi escrita por Camilo?
  - a) *A Filha do Doutor Negro*
  - b) *Ricardina e Marta*
  - c) *Maria! Não Me Mates, que Sou Tua Mãe!*

CORAGEM. MISTÉRIO. ESPIONAGEM.  
HISTÓRIAS ÚNICAS E MEMORÁVEIS.



#### K2 - A RAINHA DAS MONTANHAS:

Apenas 30% dos alpinistas chegam ao topo. João Garcia foi um deles.

K2 – A Rainha das Montanhas é o relato de uma escalada histórica, marcada pelo perigo e pela coragem.

#### A COLÓNIA:

Uma jornalista. Um grupo secreto. Uma forma de vida - no meio da floresta - que desafia tudo o que conhecemos.

Um romance intenso e impossível de esquecer. O maior *bestseller* sueco da década.

#### O ESPIÃO SOLITÁRIO:

A estreia extraordinária de um ex-agente do MI6. Uma história de *suspense*, ação e melancolia num *thriller* digno de John le Carré.

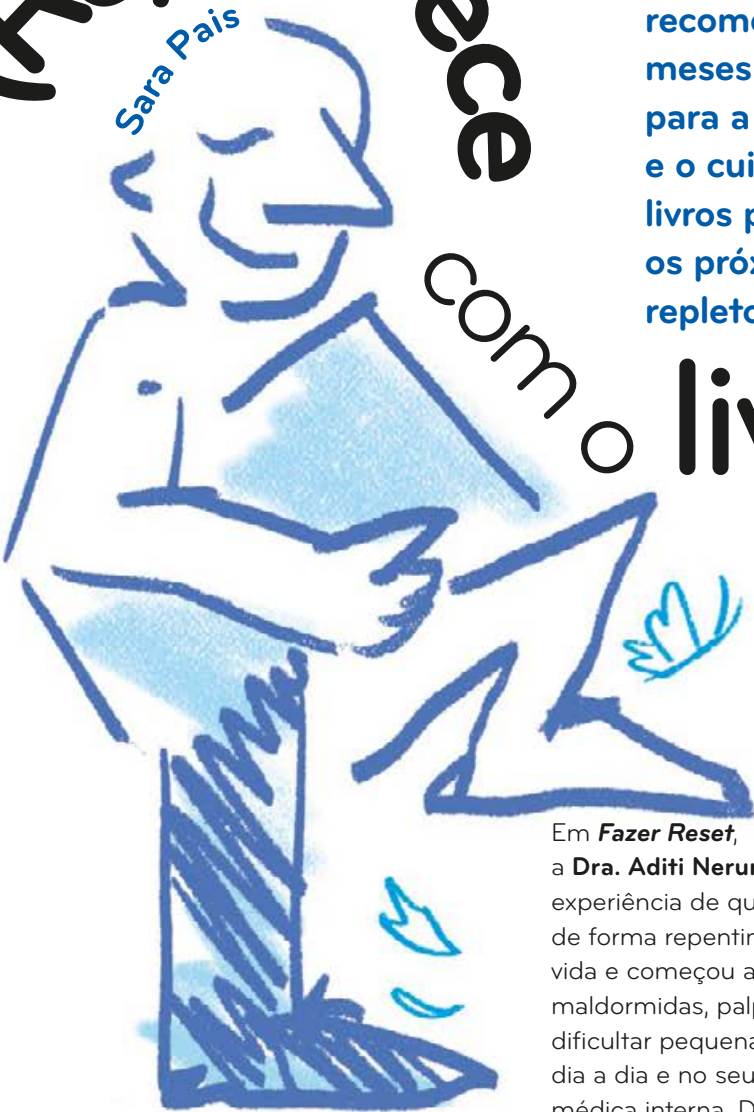
# (Re)comece

Sara Pais

com

Setembro é o novo janeiro, o mês dos recomeços, para aproveitar os últimos meses do ano, certo? E se olharmos para a saúde e lhe dermos a atenção e o cuidado de que precisa? Temos alguns livros para guiá-lo e prepará-lo para os próximos meses, para que fique repleto de saúde.

## o livro direito



O stresse afeta grande parte da população e pode, muitas vezes, tornar-se uma doença crónica ou espoletar outras doenças.

As consequências que traz para a saúde são imensas, podendo tornar-se permanentes, se detetadas tarde.

E se lhe dissermos que é possível ter uma vida mais leve sem andar, constantemente, preocupado?

O seu stresse está a falar consigo e a dar-lhe sinais de que algo dentro de si não está bem, por isso, wooka lhe parece aprender a escutá-lo e a descodificá-lo?



Em *Fazer Reset*, a Dra. Aditi Nerurkar partilha a sua experiência de quando o stresse, de forma repentina, invadiu a sua vida e começou a provocar noites maldormidas, palpitações e a dificultar pequenas tarefas no seu dia a dia e no seu trabalho como médica interna. Depois de fazer todos os exames e análises disponíveis (e de os resultados estarem normais), decidiu pôr em prática o conselho da sua médica: começar a relaxar, nem que fosse só um bocadinho, todos os dias. Através de pequenas alterações na sua rotina, começou, aos poucos, a recuperar o controlo e conseguiu estabelecer novamente a conexão corpo-mente com técnicas simples e acessíveis a todos. E assim nasceu este livro, com o propósito de dar as ferramentas certas para as pessoas aprenderem a lidar com o stresse

e conseguirem ter uma vida mais saudável. Uma leitura que apresenta **cinco métodos e quinze técnicas** para aplicar no seu dia a dia e aprender a: definir o que é realmente importante para si e saber o que o motiva; encontrar a paz interior no meio do caos; sincronizar-se com o seu corpo e a sua mente; respirar de forma eficiente para acalmar a sua cabeça. Parece um mundo idílico, viver sem o "stresse mau", mas prometemos que, depois de começar a incorporar estas técnicas, vai conseguir alcançar aquele estado de relaxamento que tanto deseja e respirar de alívio. Para os leitores que preferem passar logo para a prática, sentar-se e perceber as suas emoções, e estar mais presentes nas pequenas coisas do quotidiano, nada melhor que o **Querido Well-Being Journal**, de Luisinha Oliveira, um *journal* prático e simples para usar em qualquer lado e a qualquer momento. Ideal para começar a praticar o *mindfulness* e a gratidão, ficar realmente a



conhecer-se e a saber quem é e o que o move na vida. Para completar, o *journal* tem vários capítulos que se tornam ferramentas imprescindíveis para descobrir como lidar com a ansiedade e acalmar o *overthinking*.

A inflamação, tal como o stresse, invadiram a nossa vida. Para perceber melhor o que é a inflamação e quando é que esta começa a prejudicar a saúde, a autora **Bárbara Marrucho** criou o **Plano para Acabar com a Inflamação**. Anda constantemente cansado,

mesmo “dormindo bem”?

Anda sempre inchado e tem dificuldade em perder peso?

Dores, ansiedade e enxaquecas são companheiros diários?

Estes são alguns dos sinais da inflamação crónica, e, logo nas primeiras páginas do livro, a autora tem um questionário para perceber o seu nível de inflamação e, consoante os resultados, trabalhar a partir daí. O processo para desinflamar o seu corpo não passa apenas por adotar uma dieta anti-inflamatória, mas também por complementá-la com hábitos indispensáveis que vão ajudar no processo de desinflamação, como a prática de atividade física, aprender a gerir o stresse, melhorar os rotinas de sono e evitar a exposição a toxinas. De uma forma prática e simples, Bárbara Marrucho apresenta os grandes benefícios de uma vida sem inflamação crónica e explica o porquê de o intestino estar sempre no centro das atenções quando o foco é a saúde. Claro que não podia ficar a faltar a nutrição, e, para

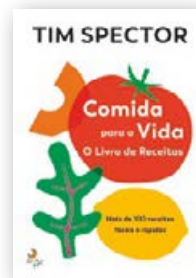


além de explicar como se pode ter uma alimentação anti-inflamatória, elaborou um plano alimentar de sete dias para ajudar a desinflamar o corpo. Este é um guia que vai mudar a sua vida e ajudá-lo a ter mais saúde e longevidade.

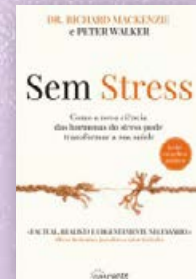
Para complementar a sugestão anterior, apresentamos um livro com mais de 100 receitas fáceis, rápidas e todas anti-inflamatórias.

**Tim Spector**, epidemiologista genético, criou o **Comida para a Vida – o Livro de Receitas**, para mostrar como comer de forma saudável

e simples, sempre com sabor garantido. As receitas foram elaboradas com base nos seis princípios-chave para ter uma alimentação saudável e inteligente – apresentados no seu livro *Food for Life* –, para garantir que o corpo recebe todos os nutrientes e vitaminas de que precisa para ter uma vida longa, mas com saúde e energia. Ao longo do livro são apresentados esses princípios, os alimentos que devem estar sempre presentes na nossa cozinha e receitas para todas as ocasiões, sejam pequenos-almoços, saladas vibrantes e cheias de saúde, almoços e jantares recheados de sabores ou mesmo doces e aperitivos que não comprometem a saúde. Este é o livro que o vai fazer olhar duas vezes para o seu prato e perceber que, talvez, a sua alimentação atual esteja a criar doenças e a reduzir os seus anos de vida. Preparado para se alimentar com amor e sabor?



Mais sugestões para recomendar:



**Sem Stress**  
Dr. Richard Mackenzie e Peter Walker



**Desf\*de o Teu Cérebro**  
Faith G. Harper



**Dormir é Fácil**  
André Ponte e Henrique Prata Ribeiro

# A arte de ler o outono

Zé Livreiro

@confiõesdulivreiro

O verão é muito cansativo. Ter a praia à nossa disposição enche-nos de alegria, e ficamos com a sensação de que, afinal de contas, a vida não é tão difícil como parece. Mas o tempo, esse déspota mal-intencionado, transforma tudo em rotina enfadonha, e os dias bonitos e longos, as caminhadas de chinelo no pé e as conversas descomprometidas com amigos em esplanadas com vista para o paraíso passam a ser repetições cansativas de algo que nos desgasta. Sem nos darmos conta, transformamo-nos numa versão estival de Sísifo. Em vez de empurrar um rochedo montanha acima, repetimos todos os dias a ida à praia, mergulhando na esperança vã de encontrar algo belo e diferente. No entanto, o fim é sempre o mesmo: somos devolvidos

teimosamente ao ponto de partida, uma praia cheia de pessoas que nos olham de soslaio. O sol, antes cúmplice, começa a perseguir-nos pelas ruas com a canícula à solta e tira-nos o fôlego.

A praia, outrora um oásis de novas possibilidades,

transforma-se numa sala de espera apinhada, e nós, que nos julgávamos Ulisses sem saudades de Ítaca, sedentos por novas aventuras, começamos a ter saudades da vida que tínhamos antes do verão. Acordamos com vontade de voltar

para casa. Percebemos que o canto das sereias não é suficiente. É nesta altura que as árvores ouvem os nossos lamentos e deixam cair as primeiras folhas. Decidem que está na altura de começar o outono. É tempo de recomeçar.

---

## **Voltar ao sítio onde fomos felizes**

Quando chega o outono, lembramo-nos de uma vida que tínhamos deixado para trás. Ficar em casa durante dias inteiros transforma-se no nosso programa preferido, e descobrimos prazer em coisas que antes nos pareciam entediantes. O sofá, relegado ao esquecimento durante meses, volta a ser o abrigo silencioso e compreensivo do procrastinador que existe em cada um de nós. Ler um livro enroscados numa manta, com o som da chuva a cair lá fora, suplanta as tentativas falhadas de ler na praia, onde a areia e o vento sabotam a nossa concentração na história. Descobrimos chávenas e saquetas de chá abandonadas no fundo dos armários e damos-lhes uma nova oportunidade. Os dias desenrolam-se entre livros e o calor de um chá quente.

O outono devolve-nos a vontade de olhar para dentro e, como consequência, reacende o prazer pela leitura. No silêncio fresco das tardes outonais, cada capítulo encontra o seu peso justo e cada frase o espaço necessário para respirar. Se o verão é uma festa interminável da qual saímos sempre demasiado

cansados, o outono é um jantar íntimo entre amigos. É nesta estação que compreendemos a verdadeira importância de regressar a casa, aos livros e a nós próprios. No outono, podemos voltar a ser leitores.

### Aproveitar tardes curtas para leituras breves

Assim que entramos no outono, ele ensina-nos, de forma cruel, uma lição importante sobre a brevidade das coisas. Os dias reduzem-se à metade do que eram, justamente quando estávamos habituados a tardes que pareciam durar anos. Somos surpreendidos por um pôr do sol às cinco da tarde e, durante algum tempo, sentimos um ligeiro desalento. Já não conseguimos começar um livro de manhã e terminá-lo antes de dormir. Dias pequenos transformam o prazer da leitura num exercício difícil e, por vezes, frustrante. A melhor solução para contrariar esta sensação é ler livros curtos, de contos ou novelas, que oferecem histórias completas em poucas páginas. Podemos começar por **Julio Cortázar**, escritor argentino conhecido por misturar a realidade fria dos dias com elementos de fantasia. Ler os seus contos, agora reunidos em *Contos Completos 1*, é a forma ideal de acabar o dia com a sensação de dever literário cumprido. Entre as histórias mais conhecidas do escritor destacam-se aquelas com cronópios e famas, criaturas inventadas por Cortázar que habitam um território entre o absurdo e a ternura. Os cronópios são sonhadores e caóticos, mas cheios de inocência e afeto. Já os famas são metódicos ao extremo. Entre eles surgem as esperanças, conformadas e pacatas, que aceitam tudo como está. Com este trio improvável, Cortázar constrói um retrato surrealista da Humanidade, onde todos nos reconhecemos em diferentes momentos. Às vezes somos cronópios, outras famas, quase sempre com uma esperança escondida dentro de nós.

*A Cabeça do Santo*, de **Socorro Acioli**, é outra opção para quem quer transformar dias pequenos em aventuras inesquecíveis. A história é curta, mas intensa, e tem ecos do realismo mágico de García Márquez. Conhecemos Samuel, um jovem que, após a morte da mãe, é incumbido de cumprir os seus últimos desejos na cidade de Candeia, no interior do Ceará. Ao chegar lá, refugia-se na cabeça oca de uma estátua inacabada de Santo António, onde descobre que consegue ouvir

as preces que as mulheres fazem ao santo casamenteiro. A premissa do livro é fascinante, mas é na escrita da autora brasileira que encontramos a verdadeira magia de uma história que consegue iluminar os dias mais encobertos em poucas páginas.

### Sim, o outono tem novidades melancólicas

É impossível pensar no outono sem nos virem à cabeça as palavras "nostalgia", "introspeção" e "melancolia". As estantes das livrarias e das nossas casas estão cheias de livros com histórias enternecedoras capazes de aquecer corações e incendiar olhares. Mas como livros assim nunca são de mais, esta altura do ano traz novidades que convidam a uma leitura mais contemplativa.

**Teju Cole** tornou-se uma das vozes mais interessantes da literatura contemporânea quando publicou *Cidade Aberta*, em 2011. O seu modo de contar histórias, com influências das de Sebald e Thoreau, parte de uma personagem que divaga pela cidade e, nas suas andanças, se depara com pessoas e situações que alteram a sua forma de ver o mundo e de lidar com a realidade. O seu romance mais recente, *Estremecimento*, segue um caminho semelhante e dá-nos a conhecer um pouco da vida de Tunde, um homem negro, professor de fotografia numa cidade dos Estados Unidos, que decide dar um passeio ao anoitecer e é interrompido por um ato racista. Este episódio desdobra-se em muitos outros, num romance cheio de encontros fortuitos nas ruas da sua cidade que irão definir o seu destino. Para os leitores mais corajosos, que apreciam histórias melancólicas e não se importam com lágrimas furtivas a encher-lhes os olhos durante a leitura, há o novo livro de **Álvaro Curia**. Depois de nos ter apresentado, em *Filhos da Chuva*, uma narrativa passada num lugar onde nunca deixa de chover, o escritor do Porto fala-nos diretamente ao coração em *No Brasil Não Há Leões*, um romance sobre crescer no meio da dor e lidar com feridas que nunca saram. Os pequenos textos que compõem *Educação da Tristeza*, de **Valter Hugo Mãe**, dizem muito em poucas palavras. O outono poderia facilmente viver nesta obra, onde a dor se transforma numa aprendizagem íntima. Cada fragmento reflete sobre a perda, a ausência e a necessidade de continuar, ao mesmo tempo que somos embalados pela escrita poética de Valter Hugo Mãe. É um livro breve, mas feito para ser lido devagar, como quem recolhe folhas caídas e as conserva num caderno íntimo.



### Conhecer o mundo sem pôr os pés na rua

Quando temos ao nosso dispor o conforto de um sofá e uma manta pronta a aquecer-nos as pernas, a vontade de sair de casa para qualquer coisa é pouca, mesmo para viajar, sobretudo quando temos livros que funcionam como rotas por lugares mágicos, narradas pelo olhar de escritores geniais.

É possível conhecer Portugal sem sair de casa se escolhermos **José Saramago** como guia turístico. *Viagem a Portugal* reúne o melhor da escrita do Nobel e revela pormenores que escapariam ao viajante mais experiente. Neste livro, o país ganha corpo, cor e voz. Saramago conduz-nos pelas ruas e recantos do país com atenção minuciosa e poesia contida, transformando a leitura numa viagem sensorial.

Ouvimos os ecos do passado, sentimos o vento nas colinas e descobrimos pessoas e histórias que só a literatura é capaz de tornar vivas.

Para os leitores que desejam explorar lugares mais distantes, a melhor opção é seguir de perto **Bruce Chatwin**. As viagens descritas em *O que Faço Eu Aqui?* são vertiginosas, repletas de personagens caricatas e cenários que parecem saídos de um sonho ou de um mapa imaginário.

Chatwin guia-nos por paisagens exóticas, desde desertos infinitos até cidades agitadas, sempre atento às pequenas peculiaridades da vida humana. Cada página é um convite a sentir o ritmo do mundo, escutar histórias que se cruzam e perceber como o acaso e a curiosidade podem transformar uma viagem num mosaico de experiências inesquecíveis.

Para aqueles que preferem viagens feitas sobretudo com a mente, **Jorge Luis Borges** oferece-nos *Atlas*, uma obra em que mapas, geografias labirintos se entrelaçam com a imaginação. Não se trata de percorrer fisicamente lugares, mas de explorar conceitos, culturas e mundos possíveis, onde cada página convida a perder-se e a reencontrar-se. Com Borges, o leitor torna-se viajante de ideias, navegando por territórios que desafiam a realidade e lembrando-nos de que o verdadeiro mapa não é de terra ou pedra, mas de pensamentos, lembranças e sonhos.

### Clássicos que inventaram o outono

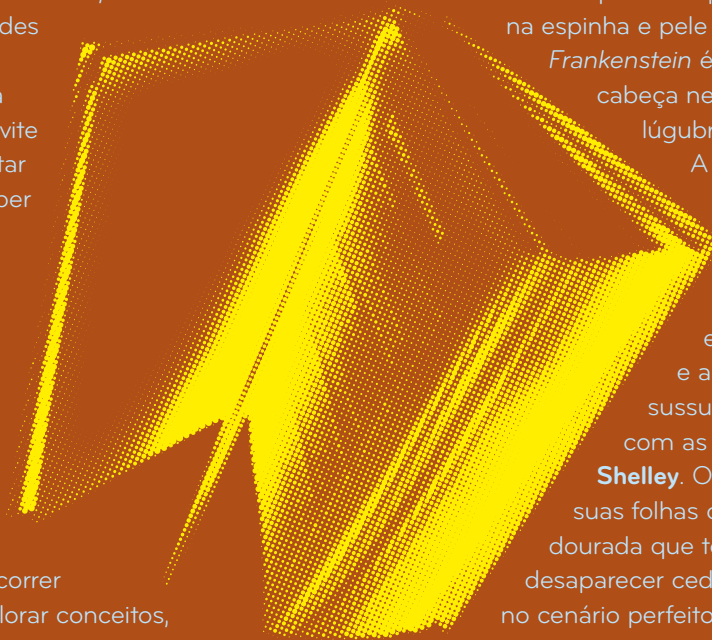
O outono é um género literário, e há livros que o definem na perfeição. Alguns clássicos contribuíram para moldar a imagem que temos desta estação e oferecem aos leitores conforto em dias dominados pelo castanho das folhas caídas, pelo âmbar dos finais de tarde e por pinceladas cinzentas que evocam um passado que faz falta no presente. *A História Secreta*, de **Donna Tartt**, tem todos os elementos de um "romance de outono" e acrescenta-lhe um grupo de personagens complexas, fascinantes e tresloucadas, cujas relações e segredos se desenrolam num cenário arrebatador. Cada detalhe do ambiente, cada gesto e cada palavra parecem ressoar com a cadência do outono, tornando a leitura quase sensorial. Sentimos nos ossos o frio dos corredores, a tensão dos encontros e a melancolia das tardes que passam demasiado rápido. Tartt transforma o outono em literatura viva, em que o mistério e a beleza se misturam, mostrando-nos que esta estação é perfeita para mergulhar em histórias densas e inesquecíveis. Mas o outono não é só conforto e nostalgia. Existe uma faceta sombria e inquietante que toma conta da

estação e delicia leitores que não vivem sem histórias capazes de provocar arrepios na espinha e pele de galinha. Ler *Frankenstein* é mergulhar de cabeça nessa dimensão lúgubre do outono.

A história de Víctor e da sua criatura ecoa o isolamento típico da estação, enquanto o vento e a chuva lá fora sussurram em uníssono com as palavras de **Mary Shelley**.

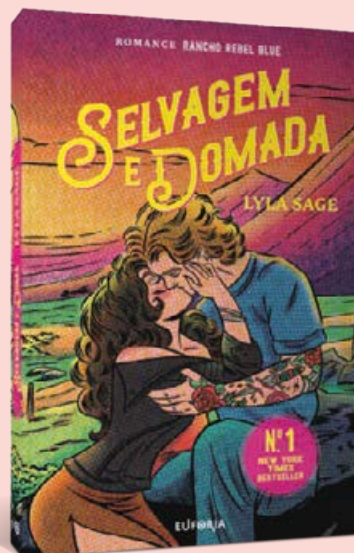
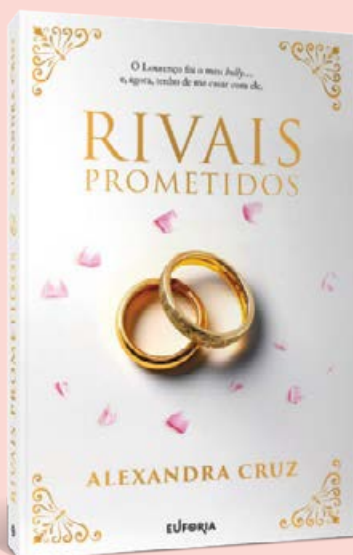
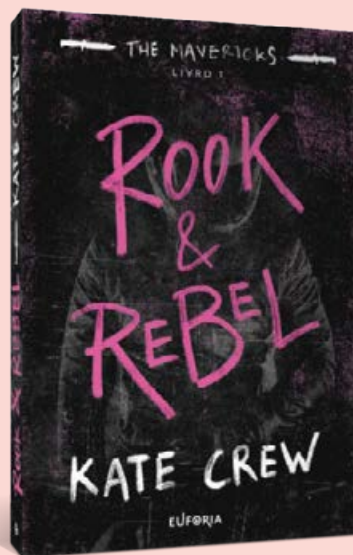
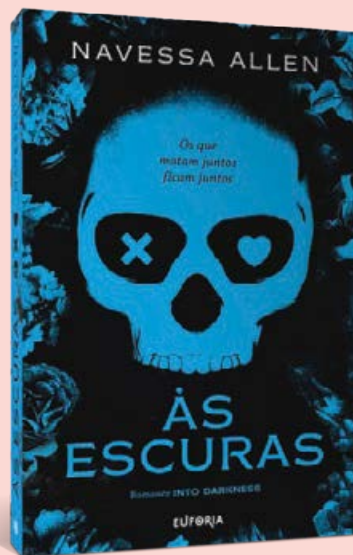
O outono, com as suas folhas caídas e luz dourada que teima em desaparecer cedo, transforma-se no cenário perfeito para o terror gótico, em que a beleza da Natureza se

entrelaça com a tensão das emoções humanas. Entre nostalgia e medo, descobrimos que esta estação não é apenas aconchego, mas também o terreno ideal para sentir o *suspense* e a inquietação que só a literatura consegue provocar.



# EUFORIA

sem medo.  
para as  
audazes.



# Valter

## Entrevista

Valter Hugo Mãe é um dos grandes artesãos da língua portuguesa, reconhecido pela originalidade da sua voz, pela ousadia formal e pela dimensão poética que atravessa toda a sua obra. Nascido em Angola e criado em Portugal, construiu uma obra que é ao mesmo tempo íntima e universal, feita de radicalidade poética, de silêncio e de assombro. Escritor de romances, poesia e crónicas, expressando-se ainda nas artes plásticas, tornou-se uma referência incontornável da literatura contemporânea, distinguido, entre outros, com o Prémio José Saramago. Tem uma sólida legião de leitores em Portugal e no mundo, que reconhecem na sua escrita um abrigo e uma provocação. Entre a memória coletiva e a intimidade mais funda, a sua obra procura sempre tocar o invisível, como se cada palavra fosse chamada a iluminar a condição humana. Nesta conversa, Valter Hugo Mãe fala do poema como ciência absoluta, da coragem necessária para escrever, da tristeza que se educa e da alegria que resiste, reafirmando a literatura como o mais humano dos destinos.



# Hu



# Mãe

wookacontece • outono

Vera Dantas

**«O fulgor absoluto do poema» de que falas em *As Doenças do Brasil* surge-te como uma espécie de revelação ou é um exercício de desconstrução da realidade?**

Tem muito que ver com revelação e com uma espécie de ciência que só se exerce ou só se alcança a partir dessa experiência algo insondável do poema. Para mim, a literatura não é tanto uma experiência que se baste pelo alcance de uma maravilha; é uma forma pura de conhecimento pelo qual o mundo se devesse fascinar, porque o poema signifi a a integração de todas as perceções, de tudo quanto possa ser pensado e sentido. O poema tanto integra com a naturalidade da matemática mais rigorosa, mais exata, como se aventura por aquilo que não é possível dizer e pelo invisível. O poema é de facto a grande ciência, a linguagem com que Deus escreveu o mundo. E se o mundo inteiro não for poético, o destino da Humanidade é poético. Nós seremos tão mais humanos quanto mais próximos do poema estivermos.

**És em igual medida um observador e um recriador do mundo, através das palavras?**

Sim. Nós temos o privilégio de sermos criaturas e criadores. O livre-arbítrio que nos oferece a experiência de viver, esta coisa estranha para a qual estamos sempre à procura de sentido, implica que nós não sejamos passivos. Eu estou sempre nessa posição de alguém que se sente obrigado a trazer alguma coisa que não existia, a construir algo que não foi construído antes, ou, sobretudo, que ninguém teria obrigação de construir para mim. Compete-me a mim construir.

**Ao longo da tua carreira literária, já transcreveste para a escrita uma ternura radical, mas também uma aspereza quase bíblica. É-te clara a decisão de quando a frase deve ser um colo e não um corte?**

Eu julgo que as histórias, as grandes mudanças e os grandes crescimentos estão sempre nos extremos. A mediania, a moderação, normalmente propõem estabilidade, uma espécie de continuidade, e a criação implica imediatamente uma utopia de mudança, de construção de uma coisa nova que nos leve eventualmente a sermos mais ou melhores. Eu oscilo muito nessa radicalização do que é muito bom

# igo

ou muito mau, porque é aí que criamos. É aí que nós verificamos de uma forma muito imediata o que pode estar certo ou errado, o que devemos abandonar e o que devemos imediatamente adotar. Eu só compreendo essas linguagens extremas, não tenho paciência para o centro da arte, porque ao centro as coisas parecem-me só umas bonitezas de enfeitar. E eu não quero escrever livros para enfeitar coisa nenhuma. Quero desassossegar, como diria o Fernando Pessoa, a partir da voz do Saramago. Quero chegar ao ponto de as pessoas se sentirem necessitadas de crescerem.

**Já disseste que a literatura precisa de coragem. Hoje, ainda há algo que te intimide no processo de escrita de um novo livro?**

Não, eu escrevo como um suicida, como alguém que concebe que um livro me pode matar. Isso também faz parte da grande utopia da criação, que é morreremos por uma obra que se torne tão relevante, tão importante, tão moldadora e influente, que sugira que nós não somos mais necessários ou que nos leve a um certo fim. Estou sempre convicto de que os livros só se escrevem se levarem tudo aquilo de que precisarem. Se enquanto autores firmarmos como avaros, fazendo uma gestão como alguém que tem um armazém e não entrega tudo à fome, o livro vai falhar. Por isso, em cada livro, o tamanho da fome vem solicitar o tamanho da coragem. A esta distância com tantos livros escritos, já não consigo nem imaginar como é que alguém pode abeirar um texto e ficar disciplinado por pudores, por “medinhos” do que alguém vai pensar.

**As tuas vivências entretêm-se profundamente nas tuas criações. Alcanças, assim, uma espécie de plenitude?**

É na escrita que eu entrego tudo quanto sou capaz, mas não cheguei a plenitude nenhuma. Sinto-me sempre incompleto à distância, irritado, inclusive, porque acho que a língua portuguesa não me oferece tudo o que devia oferecer. Eu queria ser capaz de mais, de eventualmente escrever esse livro que me emudecesse, que fosse uma resposta tão exuberante que me satisfizesse todas as perguntas, mas isso não vai ser possível. Por isso, nunca vou estar completo, vou estar sempre à cata. Quanto mais escrevo e descubro, mais tenho a sensação de que a ignorância aumenta. Quanto maior for a meditação sobre nós mesmos e sobre o que nos rodeia, mais fica claro que a realidade é muito mais vasta e que a resposta está muito mais adiante.

**Muitos leitores reconhecem um “tom Valter Hugo Mãe” logo nas primeiras linhas. Que escolha consciente te diferencia mais: a cadência e o estilo da frase, a oralidade reinventada ou a tua visão do mundo?**

Eu creio que é uma avidez poética que vai ao encontro de uma espécie de floação contínua da linguagem. Escrever, ou falar, para mim, é imediatamente alterar ou perturbar a normalidade do dizer e chegar a um espaço que possa ser tão tremendo ou tão maravilhoso que nos pareça nunca visto. É muito importante que os livros sejam assuntos relevantes, mas a forma como o assunto é colocado é-me imperiosa. Sou tomado como alguém quase escravizado por essa pulsão para que as palavrinhas todas se ajardinem e criem suas plantas, que eu nunca vou controlar. Escrevo como se fizesse o texto alastrar – pego numa ponta e todo o livro é uma prova de que uma ínfima oposição se revela um matagal de plantação, uma vastidão.

**Em Educação da Tristeza, a dor parece ganhar uma gramática própria. Como se consegue “educar” uma tristeza, ainda que sem a domesticar por completo?**

*A Educação da Tristeza* foi uma lição que eu precisei de aprender sem querer. Não queria ter motivos para escrever este conjunto de textos que foram dispersos em cerca de dois anos e ao longo dos acontecimentos. Na minha cabeça, eu estava apenas tentando respirar. Sinto que a contingência, a maneira como estas mortes aconteceram, o tempo em que elas aconteceram, acabaram por fazer com que a questão do luto se tornasse central nos meus dias e, subitamente, pareceu-me que a única forma de atravessar o que estava a acontecer era tentar não permitir que a tristeza fosse patológica. Porque, quando isso acontece, parece que estarmos vivos não é mais possível. Eu via sempre alguém que teria eventualmente mais razões para sofrer além de mim, e precisei de educar a tristeza. Tinha de estar à altura, não só de celebrar quem morreu, mas de cuidar quem vive ainda. E isso tornou-se-me tão claro que me curou: é como se eu estivesse perfeitamente consciente do abismo diante de mim, mas pudesse observá-lo a partir de um ponto seguro, sabendo que não vou cair.



**Que textos não conseguirias escrever antes das perdas de pessoas queridas que sofreste? Houve outros que deixaste de querer escrever?**

Há sobretudo uma perceção de que não preciso de sublinhar em mim lunaridades. Há uma decisão por uma certa festividade que eu acho que se torna quase obrigatória. Depois de se passar por uma perda tão triste, fi amos muito conscientes do que é a tristeza e não nos oferecemos àquilo que é simplesmente menor. Essa robustez é uma conquista: preferia ser vulnerável a vida inteira, mas, se temos de passar pelo sofrimento, é bom que ele nos ofereça algum tipo de conquista. Estou muito interessado em continuar a escrever os meus dramas, as minhas tragédias, mas eventualmente, fazer com que elas sejam cada vez mais divertidas e tragam cada vez mais luz, mais alegria.

**Em *Deus na Escuridão* há uma convocação espiritual que não se quer doutrinária. “Deus”, na tua escrita, 20 anos após *O Nosso Reino*, é agora mais uma invocação ou só um lugar com espaço para o leitor entrar?**

Deus, para mim, é cada vez mais um silêncio que eu escuto com os textos, com as palavras, mas não é um vazio. Se fosse vazio, não faria sentido dirigir-me a ele, convocá-lo ou evocá-lo. Mas é um silêncio. Com *O Nosso Reino*, tentava de facto que ele tivesse uma pronúncia, porque eu pressentia que em algum lugar ele estaria discursando. Agora, estou convencido de que talvez fôssemos nós que tivéssemos de encontrar as suas palavras e até conferir-lhe timbre. Quando escrevo algumas passagens que imagino que ofereçam uma voz a Deus, imagino a Teresa Salgueiro a ler, a dizer-me o que eu próprio estou a escrever. Não porque a sua voz é apenas bela, mas porque há qualquer coisa de transcendente no timbre da Teresa que é muito mais complexo do que ser apenas belo.

**Em *A Máquina de Fazer Espanhóis* retratas a velhice como um lugar de exílio dentro da própria pátria. Esse retrato é também uma metáfora (que continua válida) de um país que, após a ditadura, se sente envelhecido e desencantado com as suas próprias promessas?**

Foi esse um pouco o objetivo também. *A Máquina de Fazer Espanhóis* é um livro de herança. É uma espécie de testamento onde somos obrigados a herdar um país inteiro e a ser desse povo, que foi submetido a uma ditadura, mas que também se acomodou a ela. O que fazer com o passado que é tão próximo dos nossos pais ou dos nossos familiares? Temos de ser





uma outra consciência, de viver numa outra cidadania, mas somos ainda produto de uma cidadania que foi muito conivente e que é cheia de preconceitos e de coisas que eu acho horrorosas. Quando herdamos uma casa, herdamos essa maravilha de a poder habitar, mas também as térmitas e as canalizações apodrecidas que a casa tiver, e os fantasmas que podem surgir no sótão. Esse livro é sobre herdar um país que é feito disso tudo.



**A língua portuguesa surge, no livro, quase como um ato de sobrevivência. Consideras que a tua escrita contribui para transformar a língua numa espécie de “máquina de fazer portugueses”?**

Sim, de fazer portugalidade. Em última análise, o território da língua é o grande espaço de encontro, porque nos reconhecemos a partir do que sabemos dizer. Os silêncios e os gestos podem ser fundamentais, mas é na língua que a nossa pertença uns aos outros, a



nossa identificação uns com os outros, se consumam e se monumentalizam. Com os livros, o que eu quero é que nós sejamos um espaço de pertença cada vez mais exuberante, mais fulgurante, exultante e de uma cidadania com maior esplendor, mais feliz e mais amável; que falarmos uma língua seja também um modo de nos amarmos mais uns aos outros.

**O que o que te faz sentir tão bem abraçado na casa afetiva que o Brasil é para ti?**

Começa muito na língua e na possibilidade de usufruirmos diretamente, sem mediação, da cultura brasileira. Ao podermos descortinar o que é a grande emoção brasileira, sem filtros, temos acesso a uma espécie de cidadania alternativa, de segundo país. É um parentesco que existe todo para nos acolher; é uma maravilha que, à distância de um oceano inteiro, possamos encontrar uma espécie de lado de lá, de algo que não é nosso. O Brasil é uma vastidão autónoma, mas que podemos entender de uma forma

muito direta: é como um fruto que vem preparado para o nosso tipo de desejo, de vontade. Aqui, tudo pode ser consumido de uma forma imediata, crua, o que é logo maravilhoso.

**O Filho de Mil Homens transmite uma visão de família como construção. Foi um ensinamento que a vida te deu?**

As famílias são todas construídas, as pessoas é que não reparam. Cansa-me muito que os preconceitos façam com que pessoas que se juntam possam não ser vistas como família, porque o conceito de família é exatamente esse. Há uma infinidade de pessoas que não têm filhos e ainda assim são uma família. O que significa que outras junções são todas elas uma família. Eu gosto de lembrar isso.

**Ao ver O Filho de Mil Homens ganhar imagens, descobriste novas dimensões da história que criaste?**

O Daniel Rezende fez uma obra-prima, e o elenco é insuportavelmente perfeito. O filme surpreendeu-me tanto que, de facto, não há não há medidas. Estou felicíssimo. O que me agrada no filme é que ele seja manifestamente o meu livro, que tenha rarefeito a linguagem para que as pessoas digam exatamente o que está no livro. E, nessa rarefação, é uma mostra intensa do interior das personagens. Temos a sensação de estar a ver para dentro dos olhos do Rodrigo Santoro, e isso torna-se muito intenso e perturbador. Acho que as pessoas vão ter a reação que eu tive quando assisti ao filme, de se sentirem avassaladas, dentro de um universo de carinho e de esperança, profundo.

**O que desejarias que ficasse do Valter para além dos livros? Um sentido de ética, que em ti é muito forte, ou talvez um rumor?**

Já estou um pouco como o Picasso, que dizia «tudo o que disserem sobre mim é rigorosamente verdade». Estou nessa fase de achar que não temos controlo nenhum, não vamos saber como seremos lembrados. Choca-me um pouco a contemporaneidade propensa ao ódio e à exclusão. Choca-me que, depois de termos sido criados numas décadas de profunda esperança e de conquista de direitos, possamos estar a assistir a um fanatismo para que pessoas percam direitos e se vão embora, talvez para a Lua ou para Marte, como se o planeta não fosse a casa de toda a gente. Mas gostaria, pelo menos, que se lembrassem de que eu tentei que isto fosse um pouco melhor. •

Ela é um raio de sol. Ele o palhaço da turma.  
**Mas nuvens de tempestade  
aproximam-se.**



**Singular**

# A RENTRÉE DOS

O que escrevem... e o que leem os escritores nesta rentrée literária

# ESCRITORES

## Isabel Stilwell

**A escrever:** Nunca me afasto muito do meu teclado, mas, neste momento, estou imersa na investigação para o meu próximo livro.

**A ler:** Estou mesmo a começar o *Evangelhos Apócrifos*, de Frederico Lourenço. Rigoroso e maravilhosamente bem escrito, como são todos os seus livros, permite-me visitar personagens e temas que sempre fi eram parte da minha vida, mas sob um outro olhar.

**Sugestão de leitura:** A saga de Lucy Barton e Olive Kitteridge, de Elizabeth Strout. É preciso começar por *O meu nome é Lucy Barton* e continuar sem parar, até ao seu mais recente, *Conta-me Tudo*. Logo nas primeiras páginas vai perceber porquê.

O outono marca o regresso à rotina. Perguntámos a alguns dos escritores favoritos dos portugueses o que estão a escrever, a ler e que leituras sugerem...

Vera Dantas

## Lourenço Seruya

**A escrever:** O sexto livro da série Bruno Saraiva.

**A ler:** *Uma Hora de Vida*, de M. J. Arlidge

**Sugestão de leitura:** *A Noite da Tempestade*, de Filipa Amorim. É um *thriller* ambientado em Portugal, com personagens densas e cuja narrativa está assente num grande mistério.

## Maria Isaac

**A escrever:** Um romance de época passado em Lisboa, durante o verão quente de 1908.

**A ler:** *A Vida Invisível de Eurídice Gusmão*, de Martha Batalha

**Sugestão de leitura:** *Nada Mais Ilusório*, de Marta Pérez-Carbonell. Uma viagem num comboio noturno, uma longa conversa entre desconhecidos que se transforma num labirinto de histórias dentro de histórias. Este livro está entre os meus favoritos deste ano.

## Rui de Azevedo Teixeira

**A escrever:** Estou a ultimar *Ficções e Ensaios: Fascínios, Espelhos, Labirintos*, que a Guerra & Paz publicará em novembro.

**A ler:** Estou a reler *O Caso Mental Português*, de Fernando Pessoa.

**Sugestão de leitura:** *Fragments de Novalis*, de Novalis, porque o autor romântico ilumina como poucos o mistério da "Poesie" como o verdadeiro real absoluto.

## António Costa Silva

**A escrever:** *Angola aos Despedaços: 50 anos depois que futuro?* Não é um livro de ficção, é uma análise e um balanço da situação em Angola, 50 anos depois da independência, para compreender o que o país fez de bem e de menos bem, analisar os fracassos e tentar visualizar um caminho para o futuro que passe pela construção de um país capaz de assegurar o bem-estar e a prosperidade para todos os angolanos, e não apenas para alguns.

**A ler:** *Vidas Seguintes*, de Abdulrazak Gurnah. Ele foi Prémio Nobel da Literatura, tem uma escrita límpida e deslumbrante, e neste livro dissecou as iniquidades e crueldades do colonialismo e da guerra,

**Sugestão de leitura:** *Felizes Anos de Castigo*, de Fleur Jaeggy. Para quem gosta de literatura, é uma joia, porque a escrita é magnífica. Conta uma história passada num colégio interno suíço que é uma espécie de não-lugar, um espaço separado do mundo, onde a vida "passa pelas janelas". Esta atmosfera de alienação e de cativo é um espelho do mundo moderno, onde as contradições humanas, o esvaziamento do ser, a voragem do tempo devoram tudo, incluindo o sentido da vida.

## Bruno Leão

**A escrever:** Estou a trabalhar no meu próximo livro, um romance YA com algumas partes de desporto, e mais não posso dizer! Ha, ha, ha.

**A ler:** Estou a meio de *Impostora*, de R. F. Kuang. A sátira ao mundo editorial está a ser muito interessante e as personagens são brilhantemente construídas, mas já seria de esperar, vindo da autora.

**Sugestão de leitura:** Recomendo o *Wild Reverence*, de Rebecca Ross. Adorei o *Rivals Divinos* e sinto que este é o livro perfeito para este outono. Estou muito curioso por o ler.

## Joana Mosi

**A escrever:** Listas de compras, e-mails, mensagens de texto. Qualquer um dos elementos anteriores pode ser transformado noutra coisa, depende da direção do vento ou da altura do mês.

**A ler:** Há cerca de uma semana, acabei de ler *Os Rostos*, de Tove Ditlevsen. Já é o segundo livro dela que leio, e gostei tanto quanto do primeiro, *A Trilogia de Copenhaga*. Ainda na onda de mulheres no limite, estou a tentar ler *I Love Dick*, de Kris Kraus. O título fala por si.

**Sugestão de leitura:** *A História de Roma*, de Joana Bértholo. Já o li há mais de dois anos, mas ainda hoje me atormenta. Livros assim, tão narrativos quanto plásticos, ficam comigo para sempre. Não sou muito boa a descrevê-lo, por isso é que sei que é especial. E ainda me pergunto: "Como é que ela consegue fazer tudo isto só com palavras?".

## João Pedro Vala

**A escrever:** Depois de uma pausa, estou a tentar reentrar no meu terceiro romance, que vai avançando aos solavancos.

**A ler:** *Os Irmãos Karamázov*, de Dostoiévski, na tradução da Nina Guerra e do Filipe Guerra.

**Sugestão de leitura:** *Intervalo*, da Marta Chaves. Sou um grande admirador da poesia da Marta Chaves, e este livro acabado de editar talvez seja o meu preferido dos que já escreveu. Recomendo vivamente, para que aprendamos a respirar fundo em cada intervalo, antes de voltarmos a mergulhar em apneia.

# Estende-me a mão

Sabes, leitor, que estamos ambos na mesma página  
E aproveito o facto de teres chegado agora  
Para te explicar como vejo o crescer de uma magnólia.  
A magnólia cresce na terra que pisas – podes pensar  
Que te digo alguma coisa não necessária, mas podia ter-te dito, acredita,  
Que a magnólia te cresce como um livro entre as mãos. Ou melhor,  
Que a magnólia – e essa é a verdade – cresce sempre  
Apesar de nós.  
Esta raiz para a palavra que ela lançou no poema  
Pode bem significar que no ramo que ficar desse lado  
A flor que se abrir é já um pouco de ti. E a flor que te estendo,  
Mesmo que a recuses  
Nunca a poderei conhecer, nem jamais, por muito que a ame,  
A colherei.

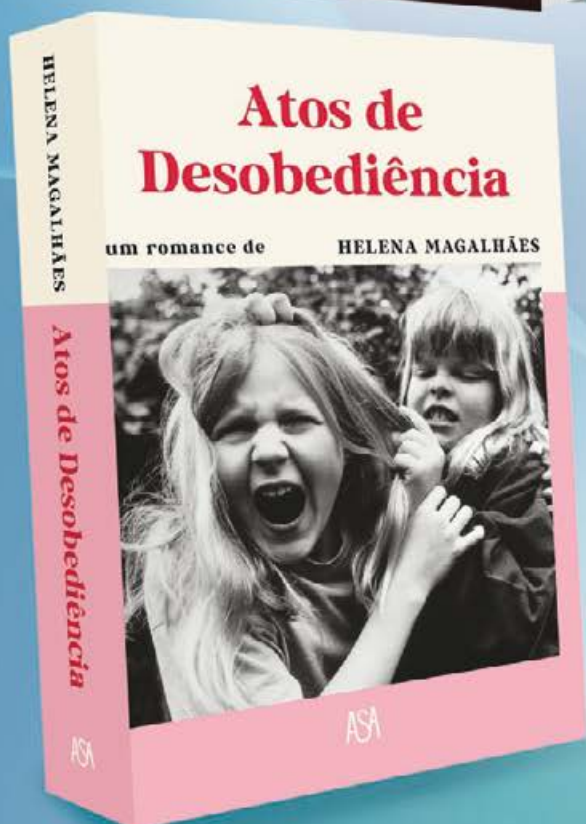
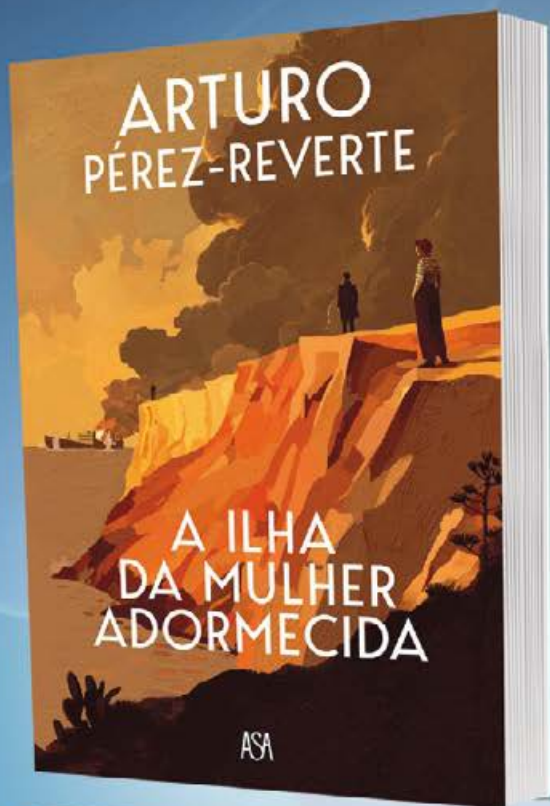
A magnólia estende contra a minha escrita a tua sombra  
E eu toco na sombra da magnólia como se pegasse na tua mão



**Daniel Faria**, *Poesia*,  
Assírio & Alvim, setembro  
de 2015, p. 337.

# FICÇÃO LITERÁRIA A NÃO PERDER

## AVENTURA, GUERRA E AMIZADE.



### A ILHA DA MULHER ADORMECIDA

Um romance de espíões, mercenários e rebeldes.

Uma aventura de desejo, lealdade e perigo.

### ESTA ESTRANHA E ACIDENTADA HISTÓRIA

Uma família. Três gerações. Sete décadas. O retrato de uma família marcada pela guerra numa busca vã por uma pátria.

### ATOS DE DESOBEDIÊNCIA

Uma mulher em busca do seu lugar no mundo. Uma ode à literatura, aos laços de sangue e de amizade. Um romance irreverente.



Luís Morais

Setembro não traz só o regresso às aulas, as filas de trânsito e o reencontro com o som do despertador às 7 horas da manhã. Para quem trabalha no mundo dos livros, setembro significa o início da *rentrée* literária: aquele momento em que as editoras publicam um mar de novidades, os títulos e autores mais aguardados e, por vezes, aquela surpresa secreta e estrategicamente planeada para nos surpreender a todos.

Mas afinal como é que se decide quais os livros que chegam às nossas mãos nesta altura do ano?

Quem e como se escolhe os títulos e autores a publicar?

Conversámos com a Marta Miranda (Diretora-editorial da Manuscrito, uma chancela do Grupo Editorial Presença, exclusivamente dedicada à publicação de autores portugueses), que nos abriu as portas dos bastidores editoriais. Entre confissões e gargalhadas, fomos descobrir como se faz a magia da *rentrée* (e se há ou não lugar para imprevisto no meio de tanto planeamento).

Vamos à conversa.

# Uma conversa com... Marta Miranda



**Como se prepara uma *rentrée* literária? Para ti, esta época é de tranquilidade porque tudo foi feito e planeado antecipadamente, ou é mais do tipo “salve-se quem puder”?**

A *rentrée* literária é sempre desafiante e porque, à semelhança da maioria das editoras, aumentamos o número de publicações. Contudo, para quem gere um catálogo em que 99% dos livros são originais portugueses, tranquilidade é coisa que raramente existe deste lado [risos].

É muito diferente trabalhar com livros nacionais ou com livros estrangeiros. Quando adquirimos os direitos para publicar um manuscrito internacional, a obra já existe; temos de traduzi-la ou adaptá-la, é certo, mas o livro está “fechado”: o arco narrativo está definido, o índice está feito, o prefácio está escrito, as imagens, caixas ou ilustrações já foram produzidas.

No caso dos autores portugueses, na maioria das vezes não há uma obra. Isso significa que vamos iniciar uma jornada que comporta muitos riscos e surpresas. Para começar, quase todos os nossos autores têm outros trabalhos além da escrita, e não raras vezes com horários que vão muito além das nove às cinco.

Portanto, a falta de tempo é sempre uma questão. A par disso, alguns autores podem sentir mais ou menos dificuldade em passar o seu conhecimento para o papel. Isto acontece sobretudo na não ficção. Naturalmente, nós estamos aqui para ajudar, o que facilita muito o processo: uma boa parte do nosso trabalho é apoiar os autores, ensinando-os através do exemplo e ajudando-os a encontrarem a sua voz. É um processo maravilhoso. Ainda assim, um pouco incerto em termos de prazos.

Em cima de tudo isto, os imprevistos acontecem! Ao longo do processo de escrita, já tive muitos autores que descobriram que iam ser pais, que iam ser avós, que receberam uma nova proposta de emprego, que decidiram casar, que mudaram de cidade ou de país... Como disse a muitos deles, é a chamada vida a acontecer [risos]. Tudo se revolve e tudo se gere. O nosso trabalho é estar aqui para eles e encontrar soluções.

**Como se escolhe um livro para publicar na *rentrée*? Quais os critérios para definir se um livro é publicado em setembro/outubro ou noutra altura do ano?**

Setembro é um mês de regressos: regresso à rotina, regresso às aulas... Há sempre temas relacionados com estas temáticas que fazem sentido sair nesta altura. Isto em setembro. Em outubro, o foco muda para o Natal, a época do ano em que se vendem mais livros em Portugal. Por esse motivo, naturalmente, todas as editoras reservam para o fim do ano os seus lançamentos mais fortes.



**É uma decisão solitária ou de equipa? Quem é a equipa que te ajuda na escolha e tomada de decisão?**

Não diria que é uma decisão solitária, mas também não é exclusivamente de equipa. Todos os departamentos dão o seu contributo, partilham perspetivas e levantam questões. Mas é o editor quem tem de pesar os diferentes argumentos, perceber o que faz sentido para aquele autor e para aquele momento, e assumir a decisão final. É um exercício de equilíbrio: ouvir, ajustar quando faz sentido, mas também saber defender convicções.

**As novidades da *rentrée* competem entre si ou achas que cada uma tem o seu espaço e não se canibalizam?**

As novidades da *rentrée* competem inevitavelmente entre si. Com tantos títulos a chegar ao mercado ao mesmo tempo, há sempre livros que acabam por se "perder" sem conquistar espaço ou atenção suficientes dos leitores. A canibalização é, por isso, inevitável. Para os autores portugueses, o grande desafio é afirmar uma voz própria e inconfundível e, tirando partido da proximidade com o seu público, conseguir destacar-se. Mas a concorrência é enorme e o risco de ficar ofuscado é real.

**Aqui que ninguém nos ouve, qual foi a maior surpresa que tiveste numa *rentrée* literária (não tinhas grandes expectativas, mas acabou por ser um sucesso) e qual foi a maior desilusão?**

[risos] Não vou falar de títulos específicos, mas vou dizer uma coisa que digo muitas vezes aos meus autores: há fenómenos no mercado editorial que nunca ninguém será capaz de explicar.

**És das que acham que a capa pode ser determinante para o sucesso de um livro? Quem escolhe a capa? O autor, o editor, o *designer*...?**

Uma capa é sempre a montra do livro. Não sendo determinante na totalidade dos casos, é-o, certamente, na grande maioria.

Sobre quem escolhe a capa, tal como na seleção dos títulos a publicar, é muito importante que trabalhemos em conjunto. Acredito que a magia acontece quando todos colaboram: o autor conhece a fundo a obra, o editor garante a visão global, o departamento de *design* traduz o livro numa imagem capaz de comunicar com os leitores e as equipas comercial e de *marketing* ajudam, se necessário, a afinar o resultado.

**Já houve um manuscrito que te tirou o sono por não saberes se devias publicá-lo ou não? Como lidas com esse dilema?**

Acho que nunca tive nenhum manuscrito que me tirasse o sono por não saber se devia publicá-lo ou não, mas já tive muitas dúvidas; já ponderei muito; já pesei muitos prós e contras. No final, acabou sempre por seguir o meu instinto — que é aquela coisa ao fundo da barriga muito difícil de explicar, mas que todos os editores têm.

**Publicas o que gostas ou publicas o que (achas que) os leitores gostam? [risos]**

A Manuscrito é uma chancela generalista, que lança livros de ficção e não ficção para todos públicos, sobretudo adultos. O importante é conhecer esses públicos-alvo, saber desenvolver livros que se enquadrem no que eles procuram e depois comunicar para eles. Isso é chave, e algo que me dá um gozo imenso.

**Qual é o peso real da intuição (o *feeling*... como muitos referem) nas tuas escolhas?**

Tudo. Ao final do dia, um editor é tão bom quanto o seu instinto. Se corre sempre bem? Não, claro que não. Mas entre apostares num livro e ele chegar às livrarias,

há uma série de variáveis que vão sempre fugir do teu controle. Por exemplo, às vezes, pode não ter sido apenas a altura certa. Isso não quer dizer que a tua intuição estivesse errada ou que não devias ter apostado naquele livro. Só não era o momento. Uma coisa que ninguém imagina? Trabalho imenso com o Excel. Para estar neste mercado, é fundamental saber interpretar números, fazer contas e extrair informação dos dados. É um pormenor engraçado que a maioria das pessoas nem sequer imagina que faz parte da vida de um editor.

**Uma provocação: de onde vêm os melhores e mais frequentes elogios – dos leitores ou dos autores?**

Os dois são muito importantes, mas acabamos por ter mais noção da opinião dos leitores através das redes sociais e de plataformas como o Goodreads ou até a Wook. Não é muito habitual contactarem-nos diretamente. Com os autores, pelo contrário, a linha de comunicação é sempre direta, portanto, são sempre os mais frequentes. Gosto muito de receber elogios dos dois lados, contudo, tenho um mote: trabalho para os leitores, mas, sem os meus autores, não seria ninguém.

**Pela tua experiência, é verdade que é mais difícil lidar com os autores nacionais do que com os autores estrangeiros?**

**Não te preocupes que não vamos identifica -te na entrevista. [risos]**

Lidar com autores nacionais é mais aliciante porque eles estão aqui, ao nosso lado. Através de uma mensagem de WhatsApp ou de uma chamada, podemos discutir ideias, trocar sugestões, falar sobre a edição, paginação, capa, título... É um verdadeiro trabalho criativo e em conjunto. No caso dos autores estrangeiros, isso não existe. Os agentes podem desempenhar esse papel, claro, mas é muito raro serem excessivamente interventivos (até por razões óbvias como a barreira linguística). Acredito muito no poder do diálogo; de explicar, em momentos de conflito, os meus argumentos; de criar uma ligação de confiança entre o editor e o autor, que o faça sentir que estamos a caminhar lado a lado.

**Como se diz a um autor que tem erros no manuscrito? Não queremos saber nomes... Já tiveste discussões épicas com autores por causa de... uma vírgula?**

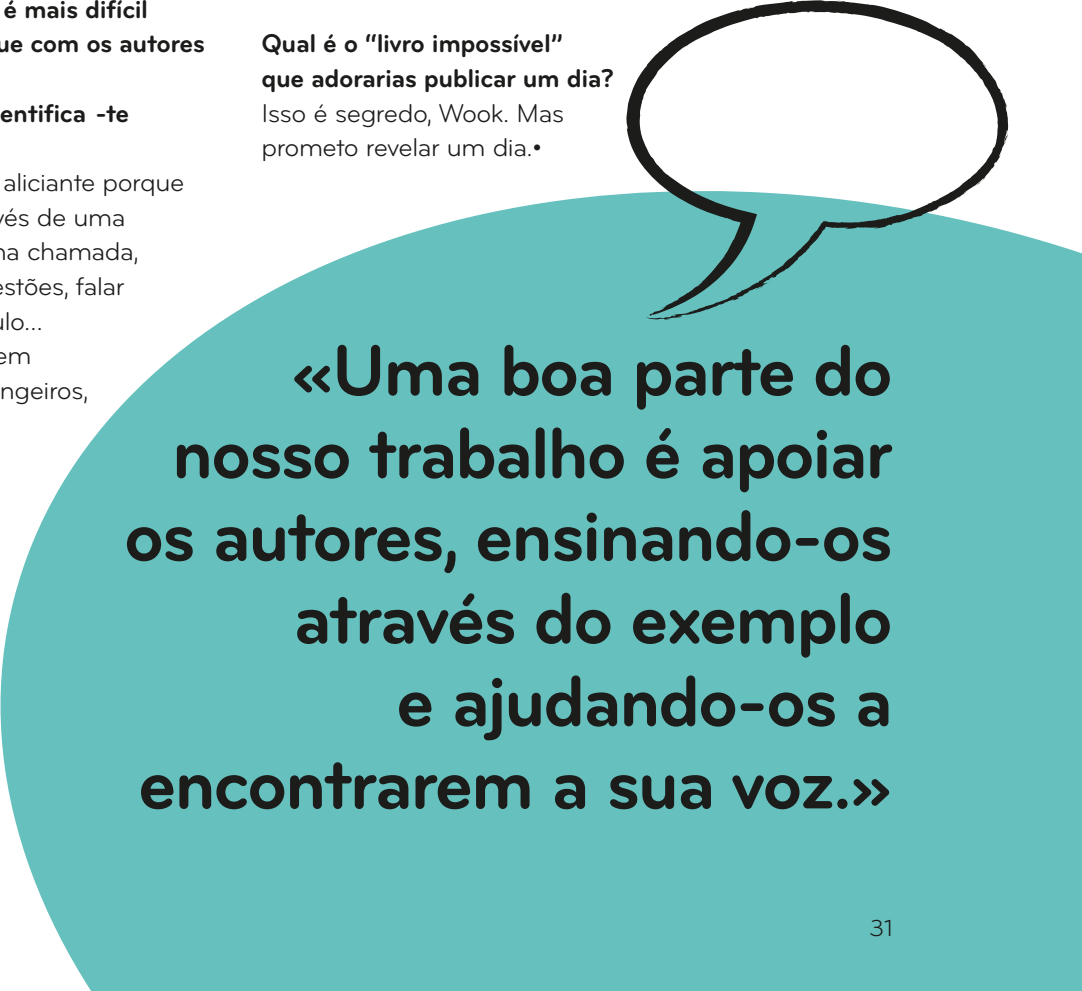
Com honestidade! Todos nós cometemos erros, e livros sem lapsos ou gralhas, é coisa que não existe. Quanto a discutir sobre vírgulas, já aconteceu, e eu adoro. Adoro porque, se estamos a discutir sobre vírgulas, é porque estamos a trabalhar livros com uma grande sensibilidade literária, em que nada é deixado ao acaso, em que tudo tem um significado. Esses livros dão-me particular prazer. Pode soar um pouco estranho, mas perante um bom texto, poderia passar horas a discutir sobre vírgulas.

**Os leitores imaginam que os editores passam o dia a ler manuscritos, com as secretárias entulhadas de pilhas de livros, alguns, inclusive, espalhados pelo chão, e bibliotecas enormes em casa. É mesmo assim, revêste-te nesta imagem?**

Em primeiro lugar, eu sou muito organizada: não há cá secretárias entulhadas de pilhas de livros [risos]. Mas não, não me revejo nessa imagem porque muito do meu trabalho vai além de ler. É, sim, sobretudo, o de ajudar os autores no processo criativo de construção de um livro.

**Qual é o “livro impossível” que adorarias publicar um dia?**

Isso é segredo, Wook. Mas prometo revelar um dia. •



**«Uma boa parte do nosso trabalho é apoiar os autores, ensinando-os através do exemplo e ajudando-os a encontrarem a sua voz.»**

# no Canadá

ook se esceve

Vera Dantas

A literatura canadiana espelha a vastidão do país: das distopias de Margaret Atwood ao realismo íntimo de Alice Munro, da visão futurista de William Gibson às fábulas de Yann Martel. Diversa e ousada, reflete identidades, memórias e futuros, fazendo da beleza do Grande Norte um idioma partilhado.



## MARGARET ATWOOD

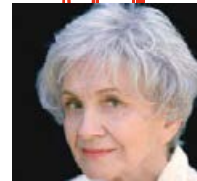
(n. 1939)

### Arquiteta da distopia e da ficção especulativa

Publicada em mais de 45 países, Margaret Atwood é uma das mais reconhecidas e prolíferas autoras canadianas, com uma obra que transita da distopia e ficção especulativa ao romance histórico, explorando questões de gênero e identidade, religião e mitos, e ecologia (na trilogia **MaddAddam**), num estilo irônico e vívido.

O seu romance mais célebre, **A História de uma Serva** (1985), transporta-nos para Gileade, uma teocracia repressiva numa América do futuro, onde as mulheres férteis, as Servas, privadas dos seus direitos, são forçadas a ter filhos para a elite. Transferida para casa do Comandante, a serva Defred recusa-se a esquecer a sua vida anterior, o que a torna subversiva. Esta distopia deu origem a uma aclamada série televisiva coescrita por Atwood. Na sequência **Os Testamentos** (2019), vencedora Booker, a história centra-se em três mulheres, expondo os segredos do regime e a resistência emergente, abrindo caminho à esperança.

**Olho de Gato** (1988) – narrado em *flashbacks*, retrata uma pintora controversa para quem a arte é uma marca do passado e uma forma de superar – e **O Assassino Cego** – narrativa amarga, Prémio Booker, sobre a inveja entre irmãs e o envelhecimento feminino – são duas das obras mais marcantes de Atwood.



## ALICE MUNRO

(1931-2024)

### Mestre do conto contemporâneo

Ao longo de mais de 40 anos, a Nobel da Literatura Alice Munro dissecou tanto o desejo como o lado obscuro da vida quotidiana no Canadá rural. O seu estilo inovador, com progressão não linear e ciclos de contos entrelaçados, transformou o género do conto. Munro retratou a vida doméstica e os relacionamentos de adolescentes, mulheres e famílias canadianas, com os seus conflitos morais e acontecimentos triviais transformadores, revelando a forma imprevisível como os transcendem. As suas histórias movem-se para trás e para a frente no tempo, e entre a realidade e a memória, captando as reviravoltas, os recantos mais íntimos das vidas que descreve.

Na coletânea **Amada Vida** (2012), a sua última obra, a autora regressa às experiências da sua infância, estabelecendo uma conexão com o seu primeiro e único romance, **Vidas de Raparigas e Mulheres** (1971). Num tom mais pessoal e introspetivo, Munro explora a memória, a identidade e a passagem do tempo, oferecendo uma reflexão profunda sobre a vida e a escrita, considerada como uma obra-prima pela crítica.



CC BY-SA 2.0

## WILLIAM GIBSON

(n. 1948)

### O profeta do ciberespaço e da realidade virtual

Quando foi publicado em 1984, **Neuromancer**, de William Gibson, transformou a ficção científica, arrecadando os prêmios Nebula, Philip K. Dick e Hugo, vendendo mais de 6 milhões de cópias e dando origem ao gênero literário *cyberpunk*.

Para compreender a importância desta obra, saiba-se que foi nela que Gibson concebeu os conceitos de "matrix" e de "ciberespaço", um mundo virtual produzido por ligações entre computadores, com acesso às infraestruturas da Internet. Brilhando misteriosamente em segundo plano, existem inteligências artificiais que ninguém realmente compreende. É nesse mundo futurista que Case, um *hacker* informático, é contratado por um empregador misterioso para realizar o *hack* definitivo e voltar ao ciberespaço e à *matrix*. Ao navegar por um futuro distópico repleto de inteligência artificial, espionagem corporativa e realidade virtual, ele enfrenta não só um inimigo muito mais inteligente e forte do que ele, como também o seu próprio passado. Acompanhado por Molly, uma samurai de olhos espelhados, e Armitage, um veterano da guerra contra os soviéticos, Case vai ter de ultrapassar obstáculos inimagináveis, numa sociedade controlada por corporações. Uma obra-prima literária que nos deu um vislumbre do futuro digital da Humanidade.



## ANNE CARSON

(n. 1950)

### A poesia da Antiguidade

Poeta, ensaísta, professora de Estudos Clássicos e tradutora, Anne Carson tem vindo a desafiar os limites da linguagem poética e é uma das candidatas favoritas ao Nobel. Numa abordagem avessa a géneros literários, mistura poesia com ensaio, crítica literária e outras formas de prosa, num estilo criativo e erudito.

Em **Autobiografia do Vermelho** (1998), um romance em versos, Carson transforma o antigo mito grego de Hércules e do monstro Gerião numa história moderna de amor não correspondido entre dois adolescentes. Gerião assume o papel de um rapaz sensível e Hércules o de um rebelde sensual e rude. Os dois iniciam um caso que termina porque «Hércules não consegue corresponder à adoração total e devastadora de Gerião». No seu primeiro livro, **Eros, o Amargo e Doce – Um ensaio**, Carson partia da definição de e os pelo poeta grego Safo para propor uma reflexão sobre como o desejo não pode existir sem um vazio que talvez nem soubéssemos que existia. Uma meditação acolhida com um invulgar e retumbante entusiasmo.



## YANN MARTEL

(n. 1963)

### Narrador de jornadas extraordinárias

Yann Martel é famoso pelo romance **A Vida de Pi** (2001), vencedor do Prémio Man Booker, publicado em mais de 50 países e adaptado de forma sublime ao cinema por Ang Lee. O romance combina fábula, fantasia e realismo mágico ao narrar a extraordinária viagem de Pi Patel, um jovem indiano que sobrevive a um naufrágio e permanece 227 dias à deriva no Pacífico num barco salva-vidas com um tigre-de-bengala. Entre a aventura e a espiritualidade, a história questiona a interpretação da realidade, explorando a fé, a sobrevivência e a resiliência. Em **As Altas Montanhas de Portugal** (2016), um romance passado em Trás-os-Montes, um jovem parte em busca de extraordinário artefacto com o potencial de redefinir a história, numa aventura pelas estradas do Portugal do século passado. Em **Beatriz e Virgílio** (2010), Martel tece uma tocante e fabulosa história do Holocausto. O tema comum da perda é o elo que une estes três livros, idealizados pelo autor aos 20 anos de idade.

© Sarah Shatz

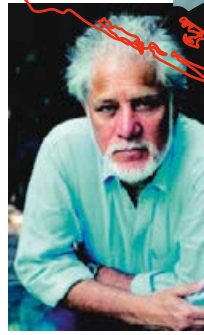


## EMILY ST. JOHN MANDEL

(n. 1979)

### Ficção que cruza eras e destinos

Com a ficção distópica ***Estação Onze*** (2014), Emily St. John Mandel viu o seu trabalho reconhecido mundialmente, com o Prémio Arthur C. Clarke e, em 2021, uma adaptação a série televisiva. Este romance pós-apocalíptico acompanha uma trupe itinerante de Shakespeare após uma pandemia de gripe dizimar a população mundial. Repleto de *suspense* e emoção, explora a importância da arte e dos laços humanos em tempos de crise, enquanto nos confronta com os estranhos acasos que ligam as suas personagens. Ao fundir *thriller* e ficção literária, a escritora reflete sobre a fragilidade da civilização. Em ***Mar de Tranquilidade***, somos conduzidos numa viagem de rara beleza literária: no século XIX, Edwin St. Andrew ouve um violino ecoar num terminal de dirigíveis em plena floresta canadiana. Séculos depois, uma escritora regista a mesma cena num romance escrito na colónia lunar. Quando um detetive investiga o que parece ser uma anomalia causadora dessa experiência, depara-se com uma sobreposição inexplicável de tempo e espaço, postulando-se a hipótese de o Universo ser uma simulação.



## MICHAEL ONDAATJE

(n. 1943)

### Cronista de paixões e ecos da História

As obras de Michael Ondaatje são narrativas líricas e elípticas centradas num pequeno círculo de pessoas unidas por um mistério. Imortalizado pela adaptação ao cinema por Anthony Minghella, ***O Doente Inglês*** (1992), vencedor do Man Booker Prize – e do Golden Man Booker Prize – moldou a imagem internacional da literatura canadiana. Ambientado nos últimos dias da II Guerra Mundial, o romance alterna entre as memórias de quatro personagens e a sua vida numa pequena vila italiana devastada pela guerra, tendo no centro um homem gravemente queimado, «o paciente inglês», que desencadeará uma história de amor e traição. As fronteiras entre aliados e inimigos esbatem-se à medida que a experiência da guerra destrói e reconstrói a humanidade de cada personagem. Entre os mais importantes romances de Ondaatje estão ***Coming Through Slaughter*** (1976), sobre a descida à loucura de um músico de jazz, e ***Running in the Family*** (1982), as memórias da vida do escritor no Ceilão, livro a que Atwood atribuiu o estatuto de lenda.



Roland Godetroy, CC BY 3.0

## LEONARD COHEN

(1934-2016)

### A voz da dor e do desejo

Antes de se lançar na música, Leonard Cohen já tinha quatro coleções de poesia e dois romances publicados. Muitos dizem que a sua vocação de escritor – em que falava abertamente sobre sexualidade, a sua fé judaica e a sua luta contra a depressão – é a chave para entender tudo o que criou. O seu livro mais célebre, ***O Jogo Favorito***, é um *bildungsroman* sobre o alter ego de Cohen, Lawrence Breavman, um rapaz judeu taciturno de uma família abastada. Com o seu amigo Krantz, tenta abrir caminho no mundo absorvendo todas as experiências possíveis em torno do sexo oposto, numa procura de amor e de beleza. Lawrence descobre o seu jogo favorito em Nova Iorque, onde se refugia depois de um êxito precoce como poeta, e conhece Shell, a mais linda das mulheres, com quem descobre, por fim, a plenitude inebriante do amor completo e os sacrifícios que este exige.





© JF Paga

## DANY LAFERRIÈRE

(n. 1953)

### Exílio, pertença e provocação

Dany Laferrière, escritor haitiano-canadiano francófono, é celebrado pelas suas obras que exploram temas de identidade e exílio com rara vitalidade. O seu livro de estreia, **Como Fazer Amor Com Um Negro Sem Se Cansar** (1985), marcou a literatura contemporânea pela irreverência e crítica social. Em Montreal, num verão escaldante nos anos 70, dois negros sem um tostão partilham um quarto exíguo. Cota, um aspirante a escritor, e Bouba, preguiçoso e devoto de Coltrane, levam uma alegre vida boémia de sexo e jazz: em tom de desforra pela colonização, travam a sua luta racial na horizontal.

### O Grito dos Pássaros Loucos

(2000) narra as últimas horas de Ossos Velhos – alter ego de Dany Laferrière – em Port-au-Prince, antes de partir para o exílio no Canadá, e na sequência do assassinio do seu maior amigo pelas milícias do ditador Duvalier. Um romance parcialmente autobiográfico sobre desenraizamento, de grande intensidade emocional.



## HUBERT REEVES

(1932-2023)

### O cronista do Universo

O astrofísico canadiano francófono mais conhecido do mundo era também um contador de histórias fascinante e um grande divulgador da Ciência. Não explicar o complexo, dizia, «é antidemocrático».

**Um Pouco Mais de Azul**, um *bestseller* internacional, conta a história do Universo, da gestação cósmica à evolução da vida na Terra. Reeves parte da formação dos núcleos atômicos nas estrelas, continua pela evolução biológica e chega à inteligência humana. Mas a complexidade não termina com o ser humano, e, no final percebemos o nosso parentesco profundo com a Natureza, verdadeira família da Humanidade.

# Bolo de chocolate

«O cacau é milenar, e o chocolate é adorado em todo o mundo. Apesar de não ser um ingrediente com uma presença dominante na doçaria portuguesa, há uma relação histórica entre o cacau e os portugueses. Foram os jesuítas portugueses que começaram a produção de cacau no Brasil, na Baía, e, mais tarde, o rei português D. João VI ordenou que o cultivo do cacau passasse para África, para São Tomé e Príncipe. No início do século XX, Portugal era o maior exportador mundial de cacau.»

José Avillez apresenta assim esta receita de fazer água na boca, do seu mais recente livro, *A Minha Cozinha Portuguesa – Uma viagem pela*

*tradição e*

*modernidade de*

*Portugal*. De caldos,

molhos e sopas a pratos principais e sobremesas, vai poder deliciar-se com a nossa maravilhosa gastronomia, a começar por este irresistível bolo de chocolate!



## Ingredientes

- ✓ 125 g de chocolate com 55% de cacau, no mínimo
- ✓ 75 g de manteiga sem sal
- ✓ 100 g de açúcar
- ✓ 25 g de farinha de trigo
- ✓ 3 gemas de ovo, de preferência biológicas
- ✓ 3 claras de ovo, de preferência biológicas
- ✓ Açúcar em pó q.b.



## Preparação

Pré-aqueça o forno a 190 °C.

Forre seis formas redondas com cerca de 8 cm de diâmetro com papel vegetal e reserve.

Derreta o chocolate em banho-maria. Quando o chocolate estiver derretido, junte a manteiga, deixe derreter e envolva. Numa taça, bata as claras com o açúcar. Junte as gemas às claras batidas e envolva.

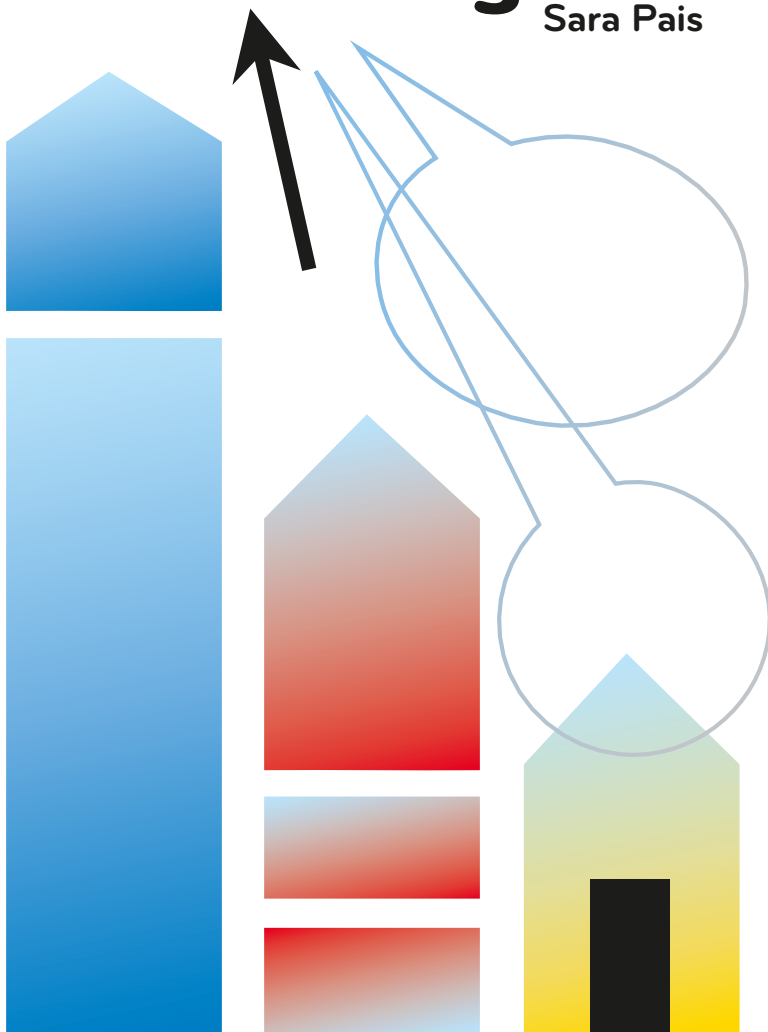
Junte, pouco a pouco, o preparado de chocolate aos ovos e envolva bem. Acrescente gradualmente a farinha peneirada e envolva.

Encha cada forma até dois terços e leve ao forno pré-aquecido a 190 °C durante 8 a 10 minutos, para que o bolo ganhe alguma firmeza, mas não coza demasiado. Retire do forno, polvilhe com o açúcar em pó e sirva mantendo o papel vegetal.

receita

# Wook dizem as suas finanças

Sara Pais



Sempre que está com os seus amigos e começam a falar de finanças pessoais, sente-se perdido como o Joey Tribbiani (de *Friends*), quando o resto do grupo começava a abordar temas mais intelectuais? E os termos inflação, taxas de juro, taxas Euribor, *spread*, certificados de aforro e tesouro ou crédito à habitação deixam-no confuso e sem saber como se aplicam na vida real? Ou é um entusiasta pelo mundo das finanças mas não sabe quais os livros certos para apostar?

Não se preocupe, temos os livros indispensáveis para o ajudar a decodificar e descomplicar o mundo financeiro e começar a olhar para as suas finanças com novos olhos, e mais aliviado.

Claro que só podemos abrir o nosso leque de sugestões com o principal educador financeiro do país, **Pedro Andersson**. Conhecido pela sua rubrica *Contas-Poupança*, tornou-se o decodificador da linguagem financeira e o professor de literacia financeira de que todos precisávamos e que não sabíamos.

No seu mais recente livro,

***Contas-Poupança: As Melhores Dicas***, tudo o que precisa de saber sobre dinheiro está compilado aqui.

Sabe como fazer um orçamento mensal realista e compatível com a sua realidade? E o seu fundo de emergência, já está criado? E está a pensar em comprar casa, mas tem dúvidas sobre a melhor taxa ou se comprar casa é mesmo a melhor opção? E sabia que pode mudar o seu crédito à habitação de banco e poupar milhares de euros no final do ano? Pedro Andersson, mais uma vez, explora os conhecimentos gerais de finanças para ajudar a sua carteira no final do mês e conseguir negociar melhor para ganhar mais nas várias áreas da sua vida. Mas, se está apenas a iniciar-se nas finanças pessoais, a aprender a gerir o seu dinheiro e quer fazê-lo crescer, wook lhe parece a sugestão

***Começa Já!***? Neste livro, direcionado mais para o público jovem, Andersson explica como deve começar a encarar o dinheiro de forma profissional e séria, a poupar de forma eficaz, e aborda termos essenciais como "ativos", "passivos", "Euribor" e "EFT – *Exchange Traded Fund*". A compra de casa por jovens disparou, e o autor ajuda-o a decidir se vale realmente a pena dar esse passo. Os investimentos são cada vez mais explorados, mas muitas vezes a medo, e Andersson analisa esta tendência, esclarecendo como e onde devem ser feitos corretamente, para conseguir



tirar o máximo de proveito do seu dinheiro, fazendo-o crescer.

A criadora do projeto *Cat Poupança*, **Catarina Brandão**, elaborou um manual de literacia financeira para que as suas finanças deixem de ser um problema e uma dor de cabeça constante. **Tenha Mais Dinheiro na Carteira** reúne informação imprescindível e resultados comprovados, para que possa dar a volta às suas finanças e começar a respirar de alívio ao final do mês. Catarina começa por guiá-lo para desenvolver o *mindset* certo e se libertar das crenças financeiras erradas e limitadoras que estão a prejudicá-lo mais do que pensa. Afinal, ter a mentalidade certa e positiva é o primeiro passo para o sucesso. De forma simples, a autora ajuda-o a construir o seu orçamento mensal, apresentando alguns métodos para que possa escolher o que melhor se aplica a si, e ensina a controlá-lo, para que seja um projeto a longo prazo. Para poupar, é preciso saber como fazê-lo eficientemente, e Catarina demonstra como e onde pode fazê-lo, seja no dia a dia, nas despesas da casa e no supermercado, ou até mesmo a consumir de forma mais consciente, para não ceder aos seus impulsos. Uma maneira de ter mais dinheiro na sua carteira é saber como gerar e rentabilizar, por exemplo, o seu tempo livre e os seus *hobbies*, ou então a investir o seu dinheiro de forma inteligente. Uma leitura leve para se iniciar no mundo das finanças pessoais, mas que lhe traz todo o conhecimento de que precisa para esta nova etapa.

Se o bichinho das finanças pessoais já despertou dentro de si, o nome **Bárbara Barroso** não deve ser de todo desconhecido. A criadora de um dos *podcasts* de *business* mais ouvido de Portugal, *MoneyBar*, apresenta-lhe um guia prático com sete passos para aprender a investir e atingir a liberdade financeira. Quando o assunto se torna mais sério e quer entrar no mundo dos investimentos, **Ponha o Seu Dinheiro**

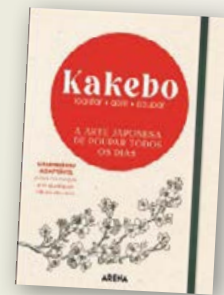
**a Trabalhar para Si** é o livro ideal para começar essa nova jornada. *Spoiler alert:* para começar a investir não precisa de ser rico nem ter uma grande poupança. Bárbara mostra-lhe como definir os seus objetivos financeiros e como pode ficar mais rico ao usar o dinheiro que já tem, de forma

inteligente. Precisa apenas de aprender a orçamentar, planear e investir o seu dinheiro. Ao longo do livro, a autora explora sete passos simples, começando por desenvolver um plano com estratégias e ferramentas para mudar a forma como se relaciona com o dinheiro e moldar a sua mentalidade (diga adeus à mente de pobre e olá à mente de rico!). Claro que, se não souber poupar, nada disso vai importar, por isso Bárbara ajuda-o a criar um planeamento financeiro que corresponde ao seu orçamento e a começar a diversificar as suas fontes de rendimento, para que os resultados apareçam e cresçam de forma constante. Um guia para mudar a sua relação com o dinheiro, tornando a sua jornada mais prazerosa e enriquecedora.

Mais sugestões para enriquecer as suas leituras:



**Escola de Finanças Pessoais**, Andreia Melo e Tânia Matos



**Kakebo: a Arte Japonesa de Poupar Todos os Dias**



**Como Ter Mais Dinheiro**, Jana Couto



**Como Sair do Sufoco Financeiro**, Carina Meireles



Luís Louro nasceu em Lisboa, em 1965 e construiu uma carreira marcada pela dedicação absoluta ao desenho.

A beleza e o poder narrativo da sua arte habitam esta edição da wookacontece, a seguir à última página, na ilustração inédita com que gentilmente nos brindou.

A sua primeira publicação oficial em 1985, na revista *Mundo de Aventuras*, levou a crítica a considerar Louro “a jovem promessa da BD portuguesa”, no ano de lançamento da série *Jim Del Mónaco*, que rompeu com os cânones da época e influenciou várias gerações de autores e leitores.

A partir de 1994, Louro iniciou o seu percurso a solo com obras tão marcantes como *O Corvo*, *Alice* e *Coração de Papel*, com domínio integral do processo criativo enquanto desenhador, argumentista, colorista, compositor gráfico e legendado, tendo criado algumas das personagens mais icónicas da BD nacional.

Com cerca de 50 livros publicados, Luís Louro tem mantido uma produção constante e diversificada que em abril deste ano culminou na publicação de *Os Filhos de Baba Yaga*, um marco de maturidade artística. Multipremiado, em 2024 recebeu o Troféu

de Honra do Festival de Banda Desenhada da Amadora e este ano, em que celebra 40 anos de carreira, os CTT dedicaram uma coleção de selos às suas personagens e foi agraciado com a Medalha Municipal de Mérito Cultural da Cidade de Lisboa, distinção inédita para um autor de BD.

# Luís Louro

um ilustrador multifacetado

Vera Dantas



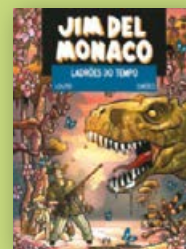
Destacamos algumas das obras mais significativas desta figura central da BD portuguesa.

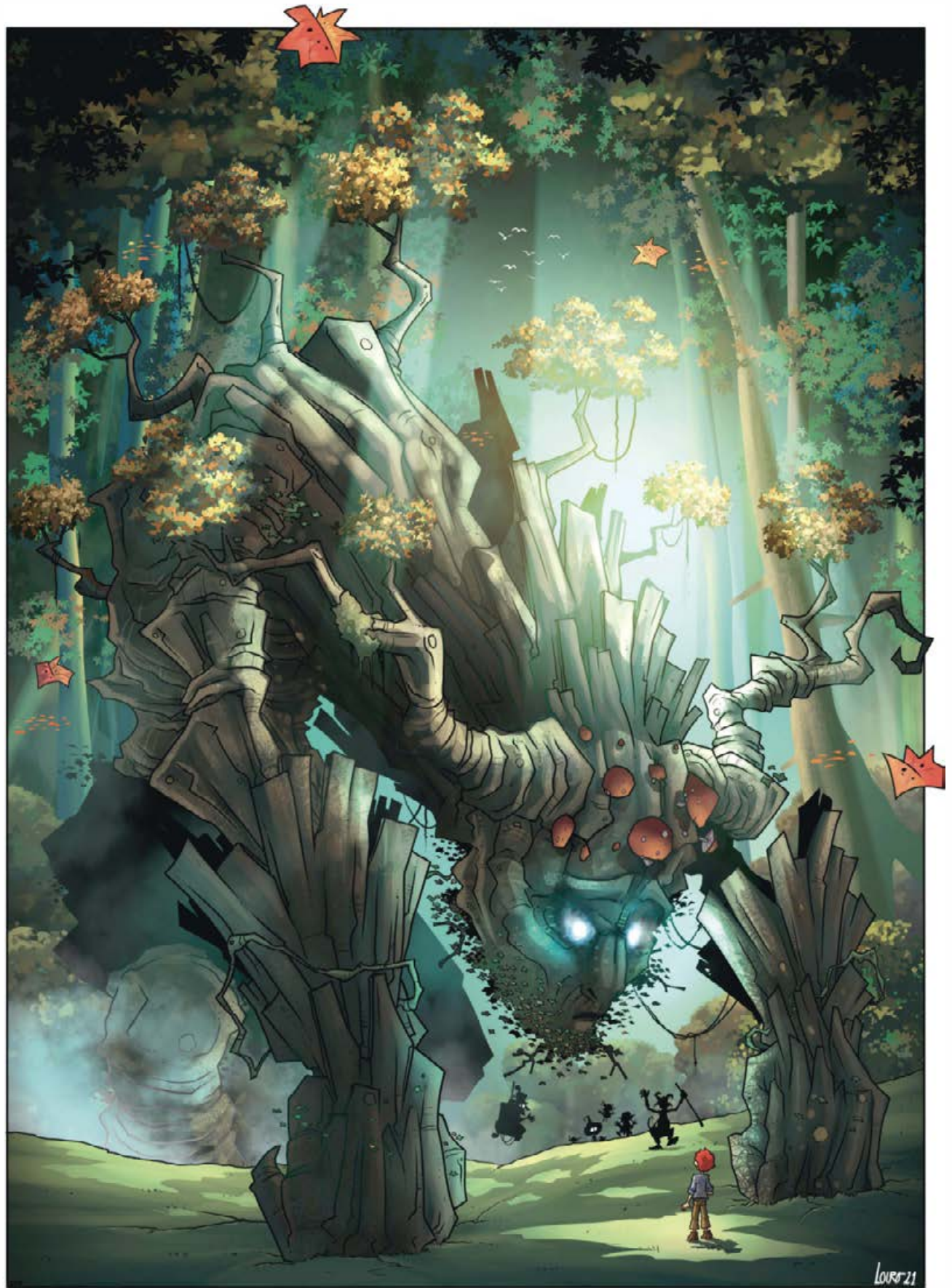
***Os Filhos de Baba Yaga*** (2025) – Nas florestas da frente russa da Segunda Guerra Mundial, onze crianças órfãs unem-se para sobreviver à fome, à violência e ao frio. Uma obra em que o virtuosismo gráfico do autor alterna momentos de maior violência, de traço expressivo em cores densas, com páginas de contemplação visual.

***O Corvo*** (7 volumes entre 1994 e 2024) – Uma série protagonizada por um fotógrafo irreverente que se vê arrastado para intrigas policiais e políticas, num registo entre o *thriller* e a sátira. Em 2024, no 30.º aniversário deste consagrado herói, Louro lançou ***O Corvo VII – O Despertar dos Esquecidos***, e ainda o seu primeiro livro de ilustração infantil, ***O Corvinho***.

***Alice, Na Cidade das Maravilhas*** (2020, edição do 25.º aniversário) – Durante o dia, Alice conta histórias às crianças do bairro e, à noite, entrega-se à prostituição. A cidade é retratada como um cenário onírico, com elementos surreais como gaivotas e baleias, criando uma atmosfera única e poética.

***Jim del Mónaco*** (13 volumes entre 1985 e 2015) – Um herói aventureiro português que se vê envolvido em diversas situações inusitadas, na companhia de Gina, uma bela loira, e Tião, o seu criado negro. A série é uma paródia ao colonialismo, utilizando elementos de humor e sátira para criticar as visões paternalistas e romantizadas do continente africano, num estilo gráfico influenciado pela linha clara franco-belga.





Luis Louro

# O blogue literário da **WOOK**



[wookacontece.pt](http://wookacontece.pt)

**Wook**



80148.10

Subscreva a nossa *newsletter*