



# Magia para crescer

Se existe recordação doce da infância, é a de alguém a contar-nos uma história. Por isso, hoje começo por lhe propor um desafio e se puder anote as reflexões que irá fazer de seguida: experimente lembrar-se se havia alguém que lhe contava histórias quando era criança.

Pense nessa pessoa e registre as emoções que advêm daí. E de uma história específica, consegue lembrar-se? Se eventualmente não teve quem lhe contasse histórias, decerto que se recorda de algum livro ou filme animado que viu. Pense nisso. Que emoções surgem?

**I**ssos que escreveu são fragmentos únicos que o recordam que um dia foi criança e que teve a maravilhosa capacidade de sonhar. Talvez isso possa lembrá-lo de que essa capacidade ainda continua viva dentro de si!

## Herança valiosa

A narração pertence essencialmente à tradição oral, que vai passando de geração em geração e espelha o *Zeitgeist* como forma de responder às necessidades da sociedade em determinado momento no

tempo. Por isso, em tempos onde “estar no momento atual” se manifesta como uma necessidade premente, contar, ler e ouvir histórias traduz-se no resgate da afetividade. Assim, numa época em que o tempo para confraternizar com os filhos é

## Quer saber mais?

Sempre ouvi dizer que “as sementes só germinam em terreno fértil”. Haverá terreno mais fértil do que a imaginação de uma criança? Por viverem no mundo da fantasia, contar histórias é um excelente veículo para a aprendizagem, quer seja no âmbito escolar, na implementação de hábitos saudáveis e até para o desenvolvimento de competências pessoais e sociais. Quer saber como? Acompanhe-me na próxima edição onde irei mostrar-lhe que contar histórias pode ser estratégico quando a missão é: Filhos!

cada vez mais escasso, sempre que lhe conta ou lê um história, está abrir um portal onde o tempo para, comprime-se e se estende ao sabor da oportunidade única de “ser um pouco cúmplice desse momento de humor, brincadeira, divertimento...”, como diz Fanny Abramovich, partilhando gargalhadas e emoções. Para Bruno Bettelheim, autor do livro *Psicanálise dos contos de fadas*, é através dos contos que o imaginário da criança é estimulado para novas descobertas. Se prestar atenção, todos os contos nascem a partir de um acontecimento inicial em jeito de problema,

pelo qual a trama se desenvolve no sentido de encontrar formas de o resolver direta ou indiretamente, e na medida em que isso ocorre, vão surgindo acontecimentos sucessivos que, por sua vez, vão causando descompensação e é precisamente na inquietude gerada por esse movimento e pelo facto de se misturarem elementos oníricos e absurdos que possibilita à criança expandir-se por via da imaginação ao mesmo tempo que resolve conflitos, encerra a realidade aceitando-a com naturalidade. Este processo é muito útil, pois ao abrir-se para as diversas possibilidades e ao estar em

contacto com as emoções, como o medo, angústia, dúvidas e/ou paixão, vividas pelas personagens, a criança permite-se explorá-las, construindo a sua própria identidade, desenvolvendo a criatividade e gerando empatia, eliciando diversos patamares do seu desenvolvimento cognitivo. Por isso, contar histórias é, para mim, um verdadeiro ato de amor. E não é interessante como pode deixar uma herança tão poderosa sem mesmo saber como o está a fazer, mas fazendo-o naturalmente? Maio está ao virar da esquina, até lá, desejo-lhe um Abril cheio de estrelinhas! **7**

### Ana Basto



Formadora e *storyteller* de contos terapêuticos na Mind Training®  
Diretora executiva na Clínica Dra. Rosa Basto no Porto  
[www.drarosabasto.com](http://www.drarosabasto.com)  
[info@mindtraining.com.pt](mailto:info@mindtraining.com.pt)

## O leão que viu o seu reflexo na água

Era uma vez, numa floresta muito mas muito distante daqui, um grande e belo leão, que se chamava Share. Share tinha uma linda e cheia juba dourada, vestia um magnífico casaco também dourado e uma voz bonita de leão. Mas sempre que ele dizia o seu “GRRRRRRR!”, os animais que não entendiam rugidos de leão, assustavam-se e corriam cheios de medo. Ao ver aquela correria apavorada, os outros animais que estavam pelo caminho achavam que era melhor correr também, pois algo realmente perigoso devia estar acontecer!

Quando via aquela correria, Share, o leão, gritava “GRRRRRRR!” que na língua de leão queria dizer “Ei! Porque estão correeerrr?”. Mas ao ouvirem um rugido ainda mais alto, os animais pensavam “Ai, Share, o leão, deve estar mesmo muito irritado connosco!” e todos os animais acabavam por se esconder.

Um dia, Share caminhava por um lugar da floresta onde nunca havia estado e pensou “Que bando de animais tolos, a fugir de mim desta maneira, mas não me importo, estou com sede e vou procurar um lugar onde possa beber água!” Share procurou até encontrar, no coração da floresta, um lago muito bonito de águas tranquilas e cristalinas, lá não havia vento e a superfície do lago parecia um espelho!

Ao curvar-se sobre a água para beber um bom gole, Share soltou um rugido de satisfação “GRRRRRRR!” que, na língua dos leões queria dizer “Que maravilha beber água!”, mas,

ao abrir os olhos: Ah! Que susto! Um leão enorme, de juba grossa e dourada e com um casaco dourado e imponente enrugava o focinho e gritava terrivelmente com ele!

Share nunca havia visto o seu reflexo na água, por isso julgava tratar-se de outro leão, possivelmente o dono daquelas águas. Share, com medo, resolveu não arriscar. Andava de um lado para o outro a pensar numa maneira de matar a sede sem sofrer a fúria do outro leão.

Ao ver aquela cena, muitos dos animais que por ali paravam, riam-se à gargalhada, até que uma bela borboleta aproximou-se da orelha de Share e disse: “Share, não há ninguém no fundo do lago!”

Share não estava convencido, havia um leão, ele podia vê-lo! Ele continuou a andar de um lado para o outro, a pensar no que fazer. Só quando a sede se tornou insuportável, Share, o leão, soltou um enorme rugido “GRRRRRRRRR!” – “Eu também preciso de beber áááguaaa!” e atirou-se ao lago, sem se importar se o outro leão era feroz ou não.

Quando estava mergulhado e a beber a água percebeu que aquele outro leão havia desaparecido. Foi só nesse dia que Share compreendeu que o reflexo é diferente da realidade.

E todos os animais continuaram a viver bem!

(Reconto por Juliana Bueno a partir da versão encontrada no livro *O Guerreiro Invisível e outros contos do tempo – uma antologia da tradição viva*, editora Jaguatirica, retirada do [site.bocadoceu.com.br](http://site.bocadoceu.com.br) e adaptado.