

## SUMÁRIO

<b>Introdução .....</b>	<b>2</b>
<b>Créditos .....</b>	<b>3</b>
<b>Dedicatória .....</b>	<b>4</b>
<b>I - Amor .....</b>	<b>5</b>
1-Milma .....	6
2-Jacy .....	7
3-Amor Impossível .....	9
4-Abelha Rainha .....	10
5-Morning .....	11
6-Título .....	12
<b>II - Saudade e Ausência .....</b>	<b>13</b>
1-Vale do Espera .....	14
2-Ainda Espero .....	15
3-Graxa .....	16
4-Mistério de Ti .....	17
5-Saudade .....	19
6-Solidão .....	20
<b>III - Dor e Reflexão .....</b>	<b>21</b>
1-Meu Reflexo .....	22
2-Medos .....	23
3-Vida .....	24
4-Remorso .....	26
5-Rejeição .....	27
<b>IV - Fé e Esperança .....</b>	<b>28</b>
1-Utopia .....	29
2-Teor .....	30
3-Fé .....	31
<b>Epílogo .....</b>	<b>32</b>
<b>Biografia .....</b>	<b>33</b>
<b>Agradecimentos .....</b>	<b>34</b>
<b>Fale Comigo .....</b>	<b>35</b>

## Entre Versos e Sentimentos

### Poemas de Amor

Neste livro, reúno sentimentos que não couberam no silêncio.  
Ele reúne poemas que nasceram entre o amor, a dúvida, o silêncio e a  
esperança.

Cada poema é um fragmento de amor, saudade e esperança. Escrevo  
para quem já amou em segredo, para quem sente sem saber explicar.

Que estes versos encontrem um lar no coração de quem lê.  
Se tocares alguma linha com o coração, então tudo valeu a pena.

Autor: Cássio Francisco António (CÁ.JR)

Ano de Publicação: 2025

Todos os direitos reservados.

Este conteúdo pode ser compartilhado gratuitamente, desde que mantido o conteúdo original e dados de crédito ao autor.

Dedico este livro a quem já amou em silêncio, guardou palavras no peito  
e fez da espera um poema vivo.

---

<sup>1</sup> As coisas terminam,mas as memórias duram para sempre.

## O Amor

O amor é o primeiro sentimento que nos marca.

É a chama que aquece, o sorriso que ilumina,  
a ternura que transforma dias comuns em memórias eternas.

Aqui, cada verso é uma celebração da paixão,  
da beleza do encontro e da inocência dos primeiros afetos.

## Milma

Desde que a conheci ficava dia após dia,  
pensando nela.

Ela era tão linda, amável e intelectua.

Ela era perfeita;

Ela era a menina dos meus olhos.

Conhecemo-nos no colégio  
Em uma manhã tão comum  
que se tornou especial,  
com sua chegada mudando minha realidade  
era tão boa que parecia ter validade.

Seu corpo exuberante  
Seu olha inocente  
Seu trato imparcial  
Seu beijo dócil como corante.

E naquela manhã ela se foi  
como um sonho  
beijando minha boca.  
Sua atenção em mim, me cativa.  
E hoje só resta lembrar seus abraços,  
seus beijos e atenção;  
Cativando meu coração loucamente apaixonado.

## Jacy

Num dia qualquer  
conheci ela, garota linda,  
dócil e inocente;

Gerando coisas que a gente sente  
por ser gente,  
e gente adolescente.

Ela era atraente  
e eu estava carente;  
seu modo de ser prudente e paciente.

Como um implante saliente,  
ela marcou minha alma  
visivelmente  
despertando meu lado sorridente

gratuitamente.



## Amor Impossível

Eu sei que estás nalgum lugar e,  
te quero de volta  
te quero de volta.

Meus vizinhos acham que tô maluco,  
mas eles não sabem que  
Tu és tudo que tenho  
Tu és tudo que tenho.

À noite quando as estrelas brilham na janela do meu quarto.  
Eu fico falando sozinho com a lua.  
Como esperança que estás falando comigo.

Você é meu universo inteiro  
Você é o HTML da minha vida,  
pois estruturou minha vida.  
Você não é um bug na minha vida.  
Você é o algoritmo que resolveu todos meus problemas.

## Abelha Rainha

Hoje estás radiante que nem o sol  
brilhando em meu jardim escuro,  
dando vida nele.

Com sua natureza  
Transforma minhas noites  
Em dia de leveza.

Adoçando meus dia amargos,  
doces como mel.  
Não conheço outro ser a face do universo inteiro.  
Que produza mel tão bem como tu,  
Abelha Rainha.

Gostaria de ser uma flor,  
para ser pousado por você,  
Abelha Rainha.

## Morning

Manhã, momento de alegria  
Manhã, momento de cantoria  
momento em que as aves poem-se em cantoria.

Manhã significa sol  
Manhã significa vida  
Manhã significa brilho do dia.

Manhã momento que vai do nascer do sol  
até ao meio dia.

Manhã momento que gira o girassol  
Manhã é correria  
para uns;  
Manhã é calma  
para outros.

É na manhã que começa o dia  
É na manhã que acordamos para vida  
É na manhã que acordam as lendas.

## Título

Quando digo que tu és o meu amor.  
Eu não estou mentindo.  
Eu estou dizendo  
a verdade;  
Tu és o meu amor.

Você é a menina dos meus olhos.  
Confio em ti.  
Tu és o meu amor.

Às vezes sinto que não ligas para mim,  
mas no silêncio  
eu sei...eu sei...  
Que tu és o meu amor.  
O meu amor.

## ☒ Saudade & Ausência

Onde há amor, há também ausência.  
A saudade é o eco do que já vivemos  
e o vazio do que ainda esperamos.  
Nesta parte, os versos guardam o silêncio da espera,  
o peso da distância e a doçura amarga da lembrança.

## Vale do Espera

Tudo começou naquele estudo bíblico  
Nos bancos da igreja, tua luz a brilhar,  
cada olhar, cada gesto, um convite para te amar,  
E a cada momento só penso em te abraçar.

Desde crianças, entre fé e oração  
guardo minha intenção  
Entre dúvidas e medos.

Meu coração perdido nessa demora  
Entre o querer e o esperar,  
do dia em que iremos juntos ficar.

O futuro é incerto, mas vou esperar,  
Pois Deus pode nosso caminho  
iluminar.

## Ainda Espero

Te vi num instante, no acaso da vida  
uma alma querida  
teu nome, tão doce ao soar, brilhavam tanto que era difícil não notar.

Liguei-te com calma no tempo ideal,  
e confessei meu sentir tão real.

Hoje ainda espero, sem certeza se virás,  
se for sim aquecerá  
meu coração.  
se for um não,  
seguirei para outro rumo.

Mas no fundo do peito, grita esse amor  
em meu coração.

## Graxa

Você é sol para meu jardim,  
e vida para meu girassol.

Você é a bússola  
quando me perco no deserto da vida,  
a estrela que me guia para o Oriente.

Você e a chuva para minha seca,  
Água para meu deserto,  
refrescando minha vida.

Você é a razão da minha vida?  
Te daria a lua,  
e senão tivesse dúvida  
te daria minha vida.



## Mistério de Ti

Conhecemo-nos na igreja,  
com teu ser misterioso e silencioso,  
teu olhar inocente,  
teu sorriso lindo e cheio de luz.

Tua simplicidade...  
és uma garota com um grande futuro pela frente.  
Logo percebi que és das poucas humildes  
que cruzaram meu caminho.

Nos primeiros dias,  
e até hoje,  
sigo tentando te decifrar  
nas perguntas que faço,  
nas curiosidades que guardo.

Ouvi tua amiga,  
entre brincadeiras e risos,  
havia verdades...  
já tive um fraquinho por ti.  
Mas compreendi:

era só um fraquinho.

Então...

melhor sermos amigos,  
mais que irmãos na fé,  
cúmplices de confiança.

Ainda não te conheço bem,  
mas quero.  
Promete-me só uma coisa:

Sê verdadeira.

Sê sincera.

E nunca te sintas estranha  
pra falar comigo.

Seja medo,  
dificuldade,  
ou o que tua alma quiser contar...  
Estarei aqui.  
Sempre pra ti.

## Saudade

A saudade chega como um tornado,  
trazendo-me lembranças do passado.

É como se o tempo parasse em torno de mim,  
e o meu coração ficasse preso num mar de serrim.

Carrego a saudade como quem carrega a tristeza,  
leve no ar, mas pesada na alma.

E mesmo distante, guardo em mim o teu odor,  
porque a saudade também é prova de amor.

## Solidão

Amor é não mais se sentir só.

A solidão é uma prisão que ninguém merece.

A solidão é como quem carrega uma tempestade dentro do peito.

A solidão é um vazio que sentimos mesmo estando dentre multidões.

A solidão é um vazio que sentimos mesmo estando de casa cheia.

Deus não criou membros;

Deus criou corpo.

Tal como: Coração e pulmão.

Um depende de outrem,  
se um não quer, dois não podem.

A solidão é como um penhasco,  
sem eira,  
nem beira.

## Dor & Reflexão

Nem todo sentimento é leve.  
Há dores que nos moldam,  
há perguntas que não sabemos responder,  
há sombras que nos obrigam a olhar para dentro.  
Aqui estão poemas que falam de feridas,  
de escolhas, de erros e de lições que a vida ensina.

## Meu Reflexo

Resultado da minha  
personalidade,  
resposta das minhas acções,  
como um pensamento profundo  
me levando em reflexões.

Reflexo,  
é como a luz refletida  
num espelho que mostra  
quem somos nós.

Deixa perplexo,  
pois o reflexo não poupa  
expõe feridas da alma  
e o que o coração  
esconde.

É no silêncio do espelho  
que vejo meu reflexo.  
É no silêncio do espelho  
que vejo quem sou eu.

## Medos

Que grita dentro de nós.  
Pessoas têm vários medos:  
Medo da solidão,  
Medo da escuridão,  
Medo da escravidão...

Mas no meio desse medo, há uma lição:  
Superar é como lutar contra a imaginação,  
Um lugar onde poucos têm acesso  
Os medos vivem em segredo.

Muitos de nós os guardamos,  
Com medo de sermos julgados  
Pela própria opinião.

É como uma inundação seca,  
Que só acontece na mente.  
Convicções que nos cercam...  
Uma prova silenciosa de coragem.

---

<sup>1</sup> Coragem não é ausência de medo, coragem é avançar mesmo tendo medo.

## Vida

A vida é uma passagem.  
Marcada de altos e baixos.  
Hoje temos,  
amanhã carecemos.

A vida é uma luz que  
acende e apaga.  
Hoje te abraçam,beijam,amam  
e amanhã te esquecem.

A vida é como uma fotografia  
que mostra nossa imagem.  
Quando a vida acaba só resta  
relembrar aquela mensagem  
sua.

Cada conquista,  
cada derrota,  
que juntos forjamos.

Nessa passagem chamada vida.

---

<sup>1</sup> Dos dias mais próximos: ontem,hoje e amanhã,só podemos usar o hoje. O ontem já se foi e o amanhã ainda não chegou.





## Remorso

Remorso é uma imponente tempestade,  
é a chama que grita  
pelo passado,  
lembrando-nos dele.

Remorso é como o estuário do rio na foz,  
cada porção de água é como uma voz  
chamando por nós.

Remorso é o martelo do juiz  
declarando o réu.

## Rejeição

Você me beija,  
mas me rejeita  
e ainda diz que me deseja.

Teu beijo é cereja por cima do bolo como certeza do teu desejo.  
Teu desejo é me usar  
como uma cruzeta a ferro e fogo  
Caindo na esparrela.

Por pôr as mãos no fogo  
por ti.  
Ficando pelo sim e pelo não.

## Fé & Esperança

Depois da dor, vem a esperança.  
É a fé que ilumina os caminhos escuros,  
é a certeza de que sempre existe um recomeço.  
Nestes versos, ergue-se a confiança no amanhã,  
a força que nasce da crença  
e a coragem de continuar, apesar de tudo.

## Utopia

É muita ânsia  
para uma poesia.

Não sei se é da Europa  
ou da Ásia, me lembrando da Turquia e da Rússia,mas parece que me  
tornei  
bom em geografia.

Da noite para o dia,  
escrevendo minha poesia  
vou melhorando minha grafia.

Em uma noite fria e vazia  
esperando por uma ideia  
que me sirva de guia.

É muita nostalgia  
que parece logia  
se tornando notícia  
para toda livraria.

## Teor

Ser mulher é ser mãe de multidões  
Ser mulher é ser única entre as nações  
Ser mulher é ser linda, humilde e experiente  
e realmente forçada e empenhada  
em tudo que faz.

Seja no âmbito pessoal ou social  
econômico ou acadêmico e,  
até profissional.

Ser mulher é ser do a de casa  
e com sua beleza,  
fascinam nossos olhos  
oprimidos,  
com seu sorriso e colo.

Com sua influência promovem a paz.  
Para mim, ser mulher  
é algo inexplicável  
somente Deus pode descrever  
este ser maravilhoso e fantástico  
que é a mulher.

## Fé

Fé é caminhar mesmo sem ver  
Fé é caminhar na escuridão,  
é crer em meio às dúvidas.

Fé é estar cheio mesmo vazio  
Fé é como a alegria matinal,  
após uma tristeza noturna.

É a chama que nos faz acreditar  
mesmo quando as probabilidades  
desafiam as possibilidades.

Cada segundo,  
cada momento  
tudo dentro das possibilidades.  
Fé é confiar, avançar, e vencer  
Quem a tem,  
tem a capacidade de ir contra as probabilidades.

Fé é a voz do criador,  
dizendo: que podemos.

Chegar ao fim destas páginas é como respirar depois de um mergulho profundo. Cada poema aqui escrito carrega fragmentos de mim, de memórias e sentimentos que talvez nem eu soubesse nomear. Se ao menos um verso te tocou, então valeu a pena cada palavra. Que essas poesias te façam lembrar do amor, mesmo com imperfeições, ainda é o que nos sustenta.

Obrigado por navegar comigo até aqui.



## Sobre o Autor

Cássio, filho de Campos Paulo António e Conceição Gamboa António, nasceu em Angola em 2007. Cresceu em uma família unida ao lado de seus irmãos que influenciaram-no na sua carreira, ele encontrou na escrita uma forma de transformar sentimentos em poesia, ele escreve sobre o amor, o silêncio, inspirado por vivências reais, silêncios compartilhados e pela beleza dos sentimentos humanos, mesmo os mais confusos, as esperas e as dores doces da juventude. Cristão, sensível e observador, encontrou na escrita uma forma de expressar emoções que a voz nem sempre alcança. Seus poemas transitam entre fé, amor, esperança e reflexões da alma. Este é seu primeiro livro, ele reúne fragmentos da sua alma palavras que nasceram da vivência, da fé e do coração, um convite ao leitor para mergulhar em versos que falam de espera, sonhos e da intensidade do que se vive em silêncio.

## Agradecimentos

A Deus, fonte de toda inspiração e propósito, meu eterno agradecimento por iluminar o caminho e me sustentar em cada palavra escrita.

Aos meus pais e familiares, pela base, paciência e amor em cada etapa da minha jornada. Sem vocês, este livro não existiria.

Aos amigos verdadeiros, que acreditaram em mim mesmo quando duvidei de mim mesmo. Suas palavras e apoio foram combustível.

Àqueles que, com gestos simples, olhares ou silêncio, me tocaram de alguma forma — vocês também fazem parte destas páginas.

E a ti, caríssimo leitor, por abrir este livro e permitir que minhas palavras encontrem morada no teu coração.

Com carinho,  
Cássio

Se você gostou deste livro ou quer partilhar suas impressões, será um prazer ouvir você!

Facebook: Cássio António

WhatsApp: (+244) 958 660 634

Vamos continuar essa conversa fora das páginas.

Obrigado por ler!