



# Revista Transdisciplinar

Uma oportunidade para o Livre Pensar

Vol. 17 - Ano 9 - Nº 17 – 1º semestre/2021  
<http://revistatransdisciplinar.com.br/>

ISSN 2317-8612  
[www.artezen.org](http://www.artezen.org)

## 3 – SAUDADE

**Gerardo Campana\***

A saudade revela o ritmo de um coração que não esquece,  
 reconhecendo que foi muito bom, mas, já passou.

Revela o vazio não preenchido que se abre como uma flor  
 e esparge o perfume suave da aceitação.  
 É companhia que emerge das dimensões ocultas da mente  
 trazendo boas e belas recordações em datas significativas  
 ou nas noites silenciosas da jornada.

Representa o fio dourado do sentimento unindo almas  
 que já não estão caminhando lado a lado,  
 mas permanecem comungando a proximidade do amor sem fronteiras.

A saudade inicia quando o luto saudável já cumpriu sua tarefa,  
 reorganizando espaço e afeto em seu mundo interior,  
 possibilitando que a parcela de seu sentimento investida naquele que se foi,  
 seja desmobilizada e liberada para ser reinvestida.

Por isso, ela, a saudade, assemelha-se a lago vivo, dinâmico,  
 cujas águas seguem seu curso adiante, sem deter-se, embora em sua passagem  
 possibilite a formação das algas que alimentam seus habitantes.  
 Ela alimenta a certeza que o Amor existe,  
 trazendo-o à memória mesmo que o objeto dele já não esteja fisicamente presente.  
 Mantém excitadas as fibras mais íntimas do coração, renovando o fluxo da Vida,  
 através das renovadas possibilidades de viver o amor que não perece.

Significa também o aprendizado da humildade,  
 através do qual você sente em sua intimidade que gostaria que não fosse assim,  
 mas reconhece o imperativo da Vida, aceitando-lhe o convite para desabrochar a aceitação,  
 que traz consigo a gratidão pelo que viveu e sentiu,  
 como presente da Vida Maior que o acolhe sem reservas.

A saudade, por fim, representa o anseio mais secreto do Ser,  
 que, por sentir-se separado da FONTE de onde se originou,  
 deseja ardentemente esse reencontro para plenificar-se no TODO do qual já faz parte.

\* **Gerardo Campana** – É médico psiquiatra graduado pela Universidade Estadual de Ciências da Saúde (Uncisal) e com formação em Psicoterapia de Orientação Analítica, Psicologia e Psicoterapia Transpessoal, Técnicas de Regressão de Memória, Hipnose e Hipnoterapia. Atua desde 1979 no tratamento de transtornos mentais e na promoção do autoconhecimento como instrumento para resolução de conflitos e desenvolvimento de talentos. Em Alagoas, é facilitador de grupos de autoconhecimento e de meditação, e coordenador da Formação em Psicologia e Psicoterapia Transpessoal. [clinicalumen357@gmail.com](mailto:clinicalumen357@gmail.com)  
 (82) 99340.6565 / 3028.3441.