

# António Ramos Rosa – A construção do corpo

Sempre a tentativa nunca vã...

O equilíbrio musical dos instrumentos,  
a paciência do teu pulso suave e certo,  
o teu rosto mais largo e a calma força  
que sobe e que modelas palmo a palmo,  
rio que ascende como um tronco em plena sala.  
A tua casa habita entre o silêncio e o dia,  
Entre a calma e a luz o movimento é livre.

Acordar a leve chama veia a veia,  
erguê-la do fundo e solta propagá-la  
aos membros e ao ventre, até ao peito e às mãos  
e que a cabeça ascenda, cordial corola plena.  
Todo o corpo é uma onda, uma coluna flexível.  
Respiras lentamente. A terra inteira é viva.  
E sentes o teu sangue harmonioso e livre  
correr ligado à água, ao ar, ao fogo lúcido.

No interior centro cálido abre-se a flor de luz,  
rigor suave e óleo, música de músculos, roda  
lenta girando das ancas ao busto ondeado  
e cada vez mais ampla a onda livre ondula  
a todo o corpo uno, num respirar de vela.  
Sobre a toalha de água, à luz de um sol real,  
dança e respira, respira e dança a vida,  
o seu corpo é um barco que o próprio mar modela.

**António Ramos Rosa, A construção do corpo**