

Bernardo Soares

## **Aprende a desligar as ideias de voluptuosidade e de prazer.**

Aprende a desligar as ideias de voluptuosidade e de prazer. Aprende a gozar em tudo, não o que ele é, mas as ideias e os sonhos que provoca. Porque nada é o que é: os sonhos sempre são os sonhos. Para isso precisas não tocar em nada. Se tocares o teu sonho morrerá, o objecto tocado ocupará a tua sensação.

Ver e ouvir são as únicas coisas nobres que a vida contém. Os outros sentidos são plebeus e carnisais. A única aristocracia é nunca tocar. Não se aproximar — eis o que é fidalgo.

Ser puro, não para ser nobre, ou para ser forte, mas para ser si próprio. Quem dá amor, perde amor.

Abdicar da vida para não abdicar de si próprio.

A mulher uma boa fonte de sonhos. Nunca lhe toques.

s. d.

**Livro do Desassossego por Bernardo Soares. Vol.I.** Fernando Pessoa. (Recolha e transcrição dos textos de Maria Aliete Galhoz e Teresa Sobral Cunha. Prefácio e Organização de Jacinto do Prado Coelho.) Lisboa: Ática, 1982: 264.

"Fase confessional", segundo António Quadros (org.) in **Livro do Desassossego, por Bernardo Soares**, Vol II. Fernando Pessoa. Mem Martins: Europa-América, 1986.