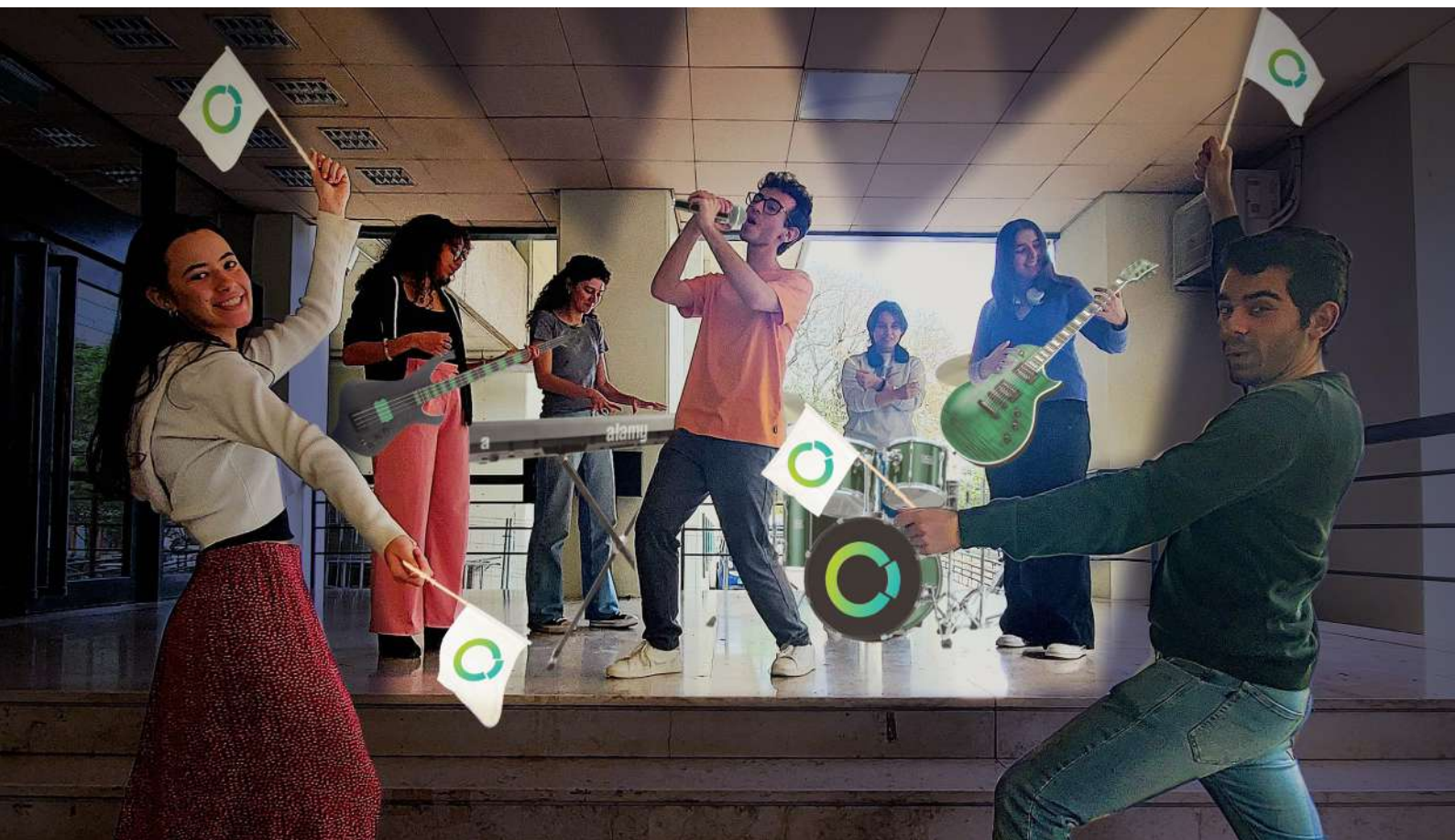




NEBLETTER



Abril 2024

Se já acabaste de ler a NEBletter então oferece-a a um amigo ou, pelo menos, recicla-a!
Também podes ler a NEBletter online e totalmente a cores no site do NEB - neb.ist.utl.pt

GRANDE ENTREVISTA

Diogo Velez, Henrique Alves e Maria Paixão

Rita da Nova

Tivemos o prazer de, nesta edição, entrevistar Rita da Nova. Conversámos sobre o mundo literário, viagens e gatinhos, bem como do seu novo livro.

Para começar, apresenta-te aos nossos leitores.

Sou a Rita da Nova, tenho trinta e dois anos, sou escritora, criadora de conteúdos digitais e *podcaster*; tenho dois podcasts, um com o Guilherme, chamado “Terapia de Casal”, onde discutimos as coisas que nos dividem na nossa relação e onde respondemos a *emails* do nosso público, e o “LIVRA-TE”, com a minha amiga Joana da Silva, onde falamos essencialmente de livros. A minha vida gira quase toda à volta de livros, desde escrever, a falar sobre eles, a ler, anda sempre por aí. Tenho quatro gatos, moro em Lisboa... e acho que é isso!



Quais as dificuldades na vida de um escritor que ninguém, ou quase ninguém, imagina?

Eu acho que a primeira grande dificuldade é ser uma profissão muito solitária, nós estamos sempre muito sozinhos. Já trabalhei em agências de marketing e publicidade, e havia sempre aquela partilha que tens com os teus colegas de trabalho, quando alguma coisa não está a correr bem, ou quando precisas de ajuda, ou até às vezes quando queres só falar mal do chefe, mas na profissão de escritor isso não existe. Acho que nós acabamos a depender um pouco mais dos

nossos amigos, no meu caso do Guilherme e de algumas amigas escritoras, mas na realidade é mesmo muito solitário, eu acho que essa é a primeira grande dificuldade sobre a qual eu diria que as pessoas normalmente não pensam muito. A segunda tem que ver com a dificuldade de encontrar um método de trabalho que funcione. Porque, lá está, o meu *background* é de agências de publicidade, então há mais ou menos um certo tipo de percurso que podes percorrer no trabalho que estás a fazer para se obter um resultado final, há métodos de trabalho aprovados, enfim... E, de repente, quando estás a escrever um livro, não há um método de trabalho. Portanto, não só tens de criar a história como o teu próprio método de trabalho, e isso às vezes é um pouco complicado. Tenho vindo a perceber que o método de trabalho que funciona para um livro pode não funcionar para o seguinte, nem para o que vem depois. Ou seja, a cada livro novo tens de encontrar resposta a “Que método de trabalho é que este livro novo está a exigir de mim? O que é que eu preciso de fazer?”. E eu às vezes acho que isso é um pouco complicado. E quando alias isso ao facto de estares sozinho é difícil, mas tudo se faz.

Se pudesses voltar atrás no tempo, que livro gostarias de ter lido nos teus tempos de faculdade?

Li, recentemente, dois livros que são um pouco *young adult*, e portanto eu acho que teria gostado mais desse género durante os tempos de faculdade. Mas acho que estes dois livros podem ajudar muito a perceber algumas coisas não só da sociedade como interiores nossas. O primeiro chama-se “**Toda a Minha Raiva**”, da Sabaa Tahir, e é um livro sobre raiva, raiva adolescente. Obviamente que neste livro isso é levado um pouco ao extremo, porque é sobre dois adolescentes que são meio que namorados, às vezes amigos, portanto tem todo esse lado de romance, mas que são filhos de imigrantes nos Estados Unidos e que lidam com questões de racismo e de exclusão todos os dias. Obviamente que aqui há todo um contexto social, mas eu acho que identifiquei muita da raiva que eu sentia quando era jovem adulta, quando estava

nos meus tempos de faculdade, e que às vezes não sabia porque é que estava tão irritada com certas coisas, porque é que sentia as coisas dessa forma, e eu acho que este livro explora muito bem esta questão da raiva. Quando nós somos jovens adultos e queremos fazer-nos afirmar nem sempre é fácil, então acho que este livro pode ser muito bom para quem está agora na universidade e quer uma história dentro deste género. O segundo livro chama-se **“True Biz”**, da Sara Nović, e é sobre a comunidade surda nos Estados Unidos, numa das poucas escolas que existem na região, e é todo contado alternadamente entre as várias personagens que fazem parte daquele universo. Esta é uma comunidade fascinante, eu tenho aulas de língua gestual portuguesa já há 2 anos, mais ou menos, e acho que teria tido mais interesse em trabalhar com a comunidade surda mais cedo se tivesse lido um livro deste género quando era mais jovem. Acho que teria ficado mais alerta para as dificuldades que esta comunidade sente e para todas estas discussões que existem. Por exemplo, quando uma criança que nasce surda é implantada, o que eles ouvem não tem nada a ver com aquilo que nós ouvimos, é um tipo de som muito estranho, e a maioria dos surdos é super contra os implantes cocleares porque dizem que é estar a querer “normalizar” uma pessoa que não precisa de ser normalizada quando existem outras ferramentas, como a língua gestual, como a escrita, como a leitura.



Fazes parte do movimento de autores portugueses contra a pirataria de livros em Portugal. Como é que a pirataria afeta a indústria e os autores? E como é que esta pode ser efetivamente combatida?

Este movimento surgiu porque grande parte dos livros dos autores portugueses estavam a ser contrabandeados num grupo de Telegram com os PDF e os e-pub dos livros. É muito fácil tu comprares um e-pub e enviares esse ficheiro

a outras pessoas. Qual é o problema aqui? É que nós não podemos comparar nunca o que é um ficheiro digital com o que é um livro. Não há mal nenhum em eu comprar um livro, gostar, e depois emprestar-vos, não é? Empréstimo-te a ti, Diogo, empréstimo ao Henrique, o Henrique empresta à Maria, e estamos perfeitos porque emprestamos este livro, mas este livro foi efetivamente comprado e é sempre uma partilha muito limitada. E o que acontece com os e-pubs? Nós vamos perder o controlo completo. Se eu te envio, tu envias outra pessoa e de repente já está num grupo de Telegram de pessoas que provavelmente depois não vão comprar um livro físico, e isso indica o quê ao mercado editorial português? Que as pessoas não têm interesse em autores portugueses, além daqueles que já vendem e que se calhar têm um *target* um pouco mais velho, que talvez não esteja tão interessado nestas coisas de ler em digital. Mas para nós, novos autores, que estamos a tentar criar uma carreira no mundo literário, a utilização destes grupos passa a mensagem ao mercado editorial de que estes livros não são lidos. Obviamente que a pirataria em geral não devia existir e que não devíamos piratear livros, mas é efetivamente diferente piratear um livro de uma autora tipo Colleen Hoover, que tem a vida dela feita porque vende milhões de cópias dos seus livros, em comparação com piratear um livro do Zé Manel que lançou seu primeiro livro em Portugal e está a tentar mostrar números à editora para poder criar a sua carreira literária. Criámos o movimento mesmo para alertar as pessoas disto, sabendo também que os livros em Portugal são muito caros, mesmo em versão digital. Tudo é feito em menor escala e acaba por ser uma pescadinha de rabo na boca, mas acho que é possível consciencializar um pouco mais as pessoas para as consequências de piratear um livro de um autor português para o mercado como um todo e sim, não deixando de responsabilizar também as editoras pelo facto de criarem livros tão caros e nós estarmos em crise. Também tem que ser uma luta dos autores.

Falando em novos autores, disseste que no teu próximo livro abordas a questão de “quem é que escolhemos ser num sítio onde podemos ser o que quisermos”. De onde vem a inspiração para este livro e como é que se escolhe quem queremos ser num mundo com tantas possibilidades?

Essa é a resposta de milhões. Este livro é muito inspirado na minha experiência de Erasmus. Passa-se onde estive, em Turim, que é uma cidade que eu amo de paixão, e da qual pouca gente se lembra quando pensa em ir à Itália. É quase uma carta de amor a uma cidade que foi tão importante para mim. O meu primeiro

livro, **“As Coisas que Faltam”**, é também sobre a procura de identidade. Esta ideia de como é que nós criamos a pessoa que somos interessa-me muito, então foi muito natural continuar a pensar neste tema, mudando o contexto e a perspetiva. Pensar na experiência que tive de durante uns meses de ir-se viver sozinho para um sítio onde ninguém te conhece, de repente poder ser uma pessoa diferente, o que não significa só a loucura da festa e do beber todos os dias (sendo que provavelmente sim) ou o facto de não teres ninguém a controlar, mas que é quase como se fosse uma folha em branco. Esta ideia de estarmos permanentemente a descobrir versões diferentes de nós é muito interessante para mim. É um pouco a tentativa de tentar entender o que é que faz alguém fazer coisas muito erradas quando está num contexto muito diferente. Acho que estas reflexões são muito interessantes e interessa-me mesmo muito tentar perceber se, por exemplo, eu hoje fosse morar para outro país, seria uma Rita diferente, mesmo já sendo adulta e tendo a minha família. E não sei como é que se escolhe, estou ainda a tentar descobrir também.



Se pudesse entrar no cérebro de algum outro autor, quem seria? E porquê?

Dulce Maria Cardoso, sem dúvida. Eu adoro-a de paixão e é daquelas pessoas que eu gosto tanto que não a quero conhecer, sabem? E já houve oportunidade de estar no mesmo sítio que ela, mas eu tenho uma vergonha tão grande que penso “Não, nunca na vida vou conhecer a Dulce Maria Cardoso, a não ser que aconteça fora do meu controlo” e acho que no dia em que

isso acontecer eu vou chorar durante três horas. Gosto mesmo muito dela, acho que ela tem uma mente muito fascinante. Gosto muito da maneira como ela escreve coisas sobre as quais todos nós já pensámos ou já sentimos e como consegue essa proeza de nos pôr nos pés de personagens com experiências que não são as nossas. Acho que a Dulce tem essa capacidade de entrar dentro da cabeça de outras pessoas e trazer-nos muito conhecimento sobre elas. O meu livro favorito dela chama-se **“O Retorno”** e é sobre o regresso de famílias portuguesas na altura da guerra colonial, em que ela escreve sempre da perspetiva de um rapaz de dezassete anos, de forma muito interessante e real. Acho fascinante como é que uma mulher nos seus cinquenta entrou na cabeça de um rapaz de dezassete anos, e eu gostava de durante um dia entrar na cabeça dela, ver o mundo como ela o vê e escrevê-lo como ela escreve.

Sabemos que tens uma grande paixão, não só pelos teus, mas também por todos os gatinhos, e que fazes trabalho de voluntariado. Conta-nos como foi esta experiência e como é que os leitores podem ajudar os nossos amigos felinos.

Tenho esta paixão desde sempre, na minha família havia sempre um gato qualquer lá em casa, seja porque aparecia ou o adotávamos, e apesar de também ter crescido com cães, sinto que somos uma família mais de gatos. Gosto mais do facto de nunca percebermos o que está por detrás dos olhos de um gato, tanto pode querer dar-te um beijo quanto atacar-te, às vezes é uma questão de segundos para que a coisa mude. Eu e o Guilherme começámos a adotar gatos e chegou a uma altura em que tínhamos já três e o Guilherme disse “Não vai dar para termos mais gatos”, porque há uma linha muito ténue que divide as muito boas pessoas que têm gatos dos malucos, e nós estamos quase a passar para o outro lado [risos]. Então a forma que arranjámos para contornar isto foi fazer voluntariado. O meu quarto gato já veio de lá, foi a minha primeira família de acolhimento temporário falhada, a partir daí pusemos o limite de que o acolhimento temporário é mesmo temporário, até porque o limite legal de gatos em apartamento são quatro e não queremos que façam queixa de nós [risos]. Agora grande parte do trabalho que faço, para além de ser família de acolhimento é aquele trabalho muito glamoroso de limpar os abrigos e cocó de gato, dar-lhes medicação e ajudar na captura de gatos para a esterilização e a sua devolução às colónias, porque estes são silvestres e nunca se iriam habituar a uma casa, mas que é importante serem esterilizados para controlar a sua reprodução massiva. Quanto a dicas para quem queira ser voluntário, é informarem-se sempre do que existe perto da

vossa zona de residência, porque há muitas pequenas associações que por vezes são difíceis de encontrar e que exigem um maior trabalho de investigação. Não é preciso muito tempo na realidade, eu por exemplo tenho fases em que estou uns meses sem ir, outras em que vou várias vezes na mesma semana, há uma compreensão da parte das associações nestas questões. E há sempre outras formas de ajudar mesmo sem se estar presente. E eu, pela minha formação, faço a gestão das redes sociais do MEG (Movimento de Esterilização de Gatos), e há sempre formas de ajudar que não exigem uma grande disponibilidade, não deixando de se estar próximo das causas.



Sendo os gatos uma parte tão grande da tua vida, dirias que são uma inspiração ou de certa forma modelam a tua escrita?

Não sei se são uma inspiração, mas são claramente uma parte muito importante da minha rotina de escrita, porque não me deixam esquecer de que precisam de comer [risos]. Mesmo que eu me feche no escritório, vai sempre haver um gato do outro lado da porta a miar incessantemente porque é hora de comer uma latinha ou um patê. Há dias em que estás horas a escrever e saem tipo 3 frases, não é? E depois no dia a seguir, apagas essas 3 frases, porque estás a ler com olhos de ver e são terríveis. Então eu acho que os meus gatos ajudam muito nessa noção de horários e rotinas e a lembrar-me que é preciso cuidar também de mim... e deles, sobretudo!

Sabemos que gostas de música e de ir a concertos. Como é que a música influencia a tua escrita?

Não posso deixar de falar da Taylor Swift. Amo-a muitíssimo, é outra pessoa que, se a conhecesse, acho que chorava durante 4 horas. Falo nela só pela questão do lirismo das letras das músicas dela. Há dois álbuns que eu amo muito, o *Folklore* e o *Evermore*, que são algo muito mais poéticos, com mini histórias que ela conta, e acho que é muito interessante analisar a música, não só a sonoridade, mas também as letras. Ela é só um exemplo, porque há tantos outros que eu gosto muito. Acho que escrever músicas é muito interessante, porque tens muito pouco tempo para passar certas ideias, certas sensações, certas emoções e a verdade é que quem sabe fazê-lo bem consegue mesmo agarrar essas metáforas, essas ideias, e pô-las de uma maneira que é super compreensível para toda a gente... Esse é um exercício muito interessante, que mostra precisamente que, às vezes, as limitações são aquilo que nos faz ser mais criativos. Porque se tens 70 mil regras para cumprir, vais ter que te ajustar e encontrar maneiras interessantes de dizer as mesmas coisas. Óbvio que eu escrevo romances, livros com duzentas e tal páginas, não preciso necessariamente de ser económica na maneira como estou a escrever. Mas a ideia é também cada vez ser mais económica na maneira como escrevo, limpar o livro de gorduras e de coisas que não interessam e ir direta à questão, à sensação, obviamente sem perder contexto. E acho que a música e as letras das músicas ajudam muito a dar exemplos de como é que isso pode ser feito, essas metáforas, essas comparações. É muito inspirador nesse sentido.

Sendo que uma parte difícil é começar um livro, como é que é a sensação de não ter barreiras quase nenhuma?

É assustadora. Eu ainda ontem estava a falar com uma amiga escritora, a Maria Francisca Gama, que lançou recentemente o seu quarto romance, e alguém tinha dito que ela tinha escrito um livro que a editora dela queria. Ela ficou tipo, "Quem me dera que a minha editora me dissesse o que quer, eu adorava. Eu gostava que alguém me dissesse 'Escreve isto' e eu escrevo!" e eu concordo, porque às vezes à partida não ter nada que me limite é assustador. Pode ser qualquer coisa, então ficas do género "As possibilidades são infinitas e, portanto, eu não vou começar nenhuma. Tchau, obrigada, acabou aqui a minha carreira como escritora". É muito assustador, tanto que eu só consigo começar mesmo a escrever depois de ter mais ou menos delineada como é que vai ser a história. Claro que no processo de escrita muda muita coisa: há coisas que não acontecem

e coisas novas que aparecem, mas eu preciso de ter essa noção de onde é que a história começa e onde é que a história acaba e, sobretudo, ter a primeira frase. Quando eu tenho a primeira frase perfeita, no meu entendimento, então aí é que eu começo a escrever com mais paz, mais noção de estrutura e a avançar mesmo as coisas.

Se tu pudesses apagar da tua memória um livro e ter a experiência de o ler novamente, qual é que seria?

Um livro muito específico que eu adorei e que quero reler, mas agora quando for reler já vou saber a história, chama-se “Piranesi”, da Susanna Clarke, e está traduzido para português. Nós acompanhamos o Piranesi, e ao início não percebemos o que é que se está ali a passar, mas vamos descobrindo com a personagem. Quanto mais eu disser sobre o livro, mais vou estragar a experiência, porque a ideia é mesmo a pessoa ir às cegas. Não se percebe nada no início, mas depois quando se começa a entender este universo que a Susanna Clarke criou e quem é esta personagem torna-se delicioso perceber como é que ela foi construindo tudo isso, a própria evolução do Piranesi, que começa por ser uma pessoa que não conhece nada, é quase como se fosse uma criança mentalmente e depois vai evoluindo e vai compreendendo as coisas connosco.

Já fizeste imensas viagens, sobre as quais escreves no teu blog. Achas que, de todas as viagens que já fizeste, houve alguma que te marcou mais, na qual tu descobriste mais sobre ti? O que é que te fascina nas viagens?

Marrocos, sem dúvida, foi uma viagem com muitos *mixed feelings*. Adorei, por exemplo, dormir no deserto. A coisa mais bonita que eu vi na vida foi o céu estrelado, à noite, no deserto, sem dúvida nenhuma. E olhem que a minha sobrinha nasceu no ano passado! [risos] Mas esse céu estrelado foi a coisa mais bonita que vi na vida, e a noção de pequenez no meio deste universo é assustadora, mas também é muito libertadora. Eu acho que ter essa experiência foi muito bom para mim, principalmente numa altura em que me estava a aproximar dos trintas, se calhar com uma noção de auto-importância muito grande, com a necessidade de fazer tantas coisas que ainda não fiz. Tive sempre o sonho de ser escritora e ainda não tinha publicado nada, mas se eu publicar a partir dos trintas já não sou uma jovem escritora, só uma escritora normal. Há esta pressão que às vezes colocamos em cima de nós, mas que certas viagens em certos sítios nos mostram que não somos absolutamente nada no meio deste universo, que tem coisas tão gigantes e tão mais importantes. Já tive uma fase em que era mais regular nas viagens, a vida também vai

mudando, mas eu não concebo a ideia de não viajar. Tenho uma inquietação qualquer que me faz um bocado um António Variações, de só estar bem onde não estou, e acho que viajar é sempre uma forma de continuar a construir a pessoa que eu sou e a descobrir coisas sobre mim. Obviamente que há pessoas que o fazem no contacto com os outros no seu dia a dia. Cada um de nós vai descobrindo coisas sobre si de formas diferentes, mas acho que viajar é, para mim, uma das maneiras essenciais de me conhecer e de saber as coisas que gosto e que não gosto.



Por fim, o que é que dirias às pessoas que não gostam de ler ou que acham que não gostam de ler?

Tenho muitos amigos que não leem e que me dizem isso com um ar muito sofrido. Por um lado, eu não me chateio que as pessoas digam que não gostam de ler, acho que é legítimo que o digam. No entanto, acho que só é legítimo dizerem isso depois de terem experimentado várias coisas. Nós vimos de um ensino que nos põe a ler coisas que, a não ser que tenhamos já alguma aptidão, são uma seca. Eu gosto sempre de fazer ver às pessoas que há um tipo de livro para todos e gosto sempre de recomendar às pessoas que experimentem olhar para os filmes e séries de que gostam e tentarem encontrar um livro dentro desse género. A literatura não é toda chata, e deve-se olhar para outros formatos, porque não há mal nenhum em ler novelas gráficas, por exemplo. Ou não há mal nenhum em ouvir audiolivros, que também é um formato e uma maneira muito interessante de consumirmos as histórias com o nível de interpretação de voz em cima que eu acho que, em certos livros, também acrescenta muito à história. Se a pessoa experimentou de tudo e de facto não gosta de ler, eu acho que é legítimo, no nosso tempo de lazer podemos fazer aquilo que nos dá mais prazer e gozo.

HUMANS OF NEB

Catarina Matos, Isadora Guimarães e Teresa Nunes

Sofia Ferreira

Nesta edição entrevistámos a Sofia Ferreira, aluna do 3º ano, que nos falou acerca do seu percurso antes e durante o curso, nomeadamente da Coordenação desta edição da SBE e do seu atual reconhecimento nas redes sociais.

Neste momento estás no terceiro ano de Engenharia Biológica, como foi o processo de escolha?

Tive sempre um grande gosto por biologia desde o secundário, no entanto tinha também um grande gosto pelas várias disciplinas no geral. Gostava de estudar, nunca fui uma pessoa obcecada com algo em específico, mas havia algo que eu gostava e já gosto há bastantes anos que era de cosmética, produtos de maquilhagem e de *skin care*, então comecei a pesquisar cursos que tivessem essas saídas profissionais. O curso mais óbvio era o curso de ciências farmacêuticas. No entanto, eu não tinha a certeza se era isto que eu queria fazer da minha vida, porque uma coisa é gostar de maquilhagem e de produtos de pele, outra coisa é fazê-los e trabalhar com eles. A partir daí, comecei a tentar encontrar cursos mais abrangentes, porque até me considero uma pessoa multifacetada, gosto de bastantes coisas. Inicialmente coloquei Engenharia Biomédica em primeiro, mas depois percebi que Engenharia Biológica me aproximava mais das saídas profissionais que eu preferia. Então, quase no último momento coloquei Engenharia Biológica como primeira opção. Por incrível que pareça, nunca tinha considerado assim tanto a área das engenharias, mas acaba por ser abrangente e cumpria os critérios que eu desejava. Portanto, não foi uma primeira opção direta nem clara porque também não conhecia assim tão bem Engenharia Biológica, mas foi este o processo de escolha.



Quando e por que é que decidiste ser embaixadora do Técnico? Quais os benefícios que consideras que o teu trabalho de divulgação do curso, tanto nas escolas como nas redes sociais, trouxe?

Não fiz parte de grandes atividades extracurriculares no primeiro ano do Técnico porque queria unicamente ambientar-me à faculdade, e muito honestamente não sabia bem por onde começar nem o que fazer, porque o Técnico tem imensas atividades. Então no segundo ano decidi que queria entrar em mais atividades. Queria algo que nem assim tantas pessoas tivessem feito. Foi um bocadinho aleatório, tal como quase tudo o que acontece na minha vida, mas eu vi o e-mail sobre os embaixadores do Técnico no meu e-mail e pensei que até me encaixava naquela descrição da pessoa que eles procuravam. Achei interessante o programa, pensei que seria desafiante, mas não intimidante, pelo que decidi inscrever-me. Já tinha bastante gosto em divulgar o curso porque tive imensas dificuldades em escolher um curso. No ano anterior (1º ano), nas minhas redes sociais, tinha falado do curso e sinto que ajudava bastantes pessoas nesse aspeto, também tinha feito ações de divulgação com o Biológica nas Escolas, que é uma iniciativa do NEB e da qual gostei bastante. Ao ser embaixadora, senti que estava a expandir estes trabalhos. Apesar de não saber completamente para o que ia, acabei por gostar bastante, tanto das pessoas do NAPE (Núcleo de Apoio ao Estudante), como da sensação de missão cumprida por ajudar pessoas a escolher o seu caminho. Aliás, acabei por conhecer pessoas que vieram para o curso por as ter ajudado nesse processo de seleção.





Mencionaste há pouco que tinhas interesse pela área da cosmética, de onde é que esse interesse surgiu? E como é que isso passou para as redes sociais?

Já nem me lembro bem quando surgiu, mas lembro-me perfeitamente do porquê de ter surgido. No início da minha adolescência comecei a ter acne e vi-me numa posição em que tinha de fazer algo em relação a isso, obviamente que existem dermatologistas e é a eles que devemos recorrer nestas situações, mas o que eu sentia no meu caso é que os dermatologistas não me ajudavam propriamente, pelo que decidi começar a investigar por mim. Foi durante este processo que comecei a perceber que tinha imenso gosto em entender o porquê das coisas relacionadas com a pele e com a ação dos produtos. A passagem para as redes sociais não acredito que tenha sido porque eu gostava imenso de *skin care*, mas porque eu sempre me imaginei a fazer alguma coisa nas redes sociais. Já tinha tido algumas contas em que partilhava coisas, contudo acabava sempre por as abandonar, devido à vergonha pelo que as pessoas pudessem pensar e com receio de não ter criatividade. Decidi, então, começar a falar de *skin care*, pois era algo do qual gostava realmente e senti que precisava disso, até porque o curso naquele momento não me estava a dar muita paixão. Como não existia muita gente a falar sobre o assunto, vi a necessidade de haver mais informação por parte de pessoas portuguesas. Felizmente já há mais. Por vezes nem sei o que esperar, mas tem sido muito giro.

De onde surgiu o convite para ser coordenadora da SBE e como tem corrido?

Eu já tinha estado na organização da SBE (Semana da Bioengenharia), como colaboradora apenas. O convite para coordenadora da SBE, muito sinceramente, despertou-me bastante, pois achei que existiam “mil e uma” pessoas que poderiam fazer o trabalho melhor que eu. Confiaram em mim para fazer este trabalho, e tem sido desafiante, uma vez que a SBE este ano começou a ser organizada mais tarde e tem menos pessoas a organizá-la. Considero que precisava deste tipo de experiência com mais responsabilidade. Claro que por vezes me sinto um pouco “à nora”, mas não penso demasiado e vou fazendo as coisas, está tudo a correr muito bem, a coordenação tem pessoas incríveis, por isto está tudo do nosso lado.





O que sentes em relação ao reconhecimento que estás a começar a ter?

Eu sou uma pessoa que gosta imenso de falar, e nas redes sociais tenho uma comunidade de pessoas que ouve aquilo que tenho para dizer, por vezes até outra parte de mim. Sei bem que as redes sociais não são só coisas boas, mas pessoalmente gosto muito da comunidade de pessoas que veem os meus vídeos e falam comigo. Quando comecei a publicar, algumas pessoas viam e davam *feedback*, gostavam e pediam mais. Eu ia fazendo e fazendo, definitivamente se isso não tivesse acontecido eu não teria continuado a publicar porque não haveria um objetivo pelo qual fazê-lo. Entretanto, começou a surgir reconhecimento mais palpável, é um sentimento que nem consigo reconhecer. Como tudo isto começou de uma forma muito descontraída, ter questões mais sérias relacionadas com isso choca-me um bocadinho, parece que não é uma coisa real, não sei se alguma vez irei perder essa sensação.



Atualmente, tendo em conta o que sabes, terias escolhido este curso?

Faço essa pergunta a mim mesma todos os dias, tendo em conta os meus interesses atualmente. Talvez não tivesse escolhido este curso, no entanto, tendo em conta os interesses e a pessoa que era na altura, tenho a certeza que não teria feito outra opção. Se não tivesse vindo para o Técnico, não seria a pessoa que sou hoje, não teria desenvolvido os interesses nem as capacidades que desenvolvi, pelo que nem pensaria desta forma. A resposta mais concreta que posso dar é que, apesar de ser duro, continuaria a escolher o mesmo curso.



Filipa Pedrosa

Para esta edição da NEBLetter, damos-te a conhecer Filipa Pedrosa, aluna de mestrado e Presidente da TFIST, Tuna Feminina do IST, que nos contou um pouco sobre si.

Antes de mais, muito obrigada por teres aceite este convite. Gostávamos, desde já, de te perguntar como foi a tua experiência inicial em Biológica, e o que te fez escolher este curso.

Sempre gostei muito de matemática por isso foi fácil concluir que a primeira opção seria uma engenharia. Depois acho que escolhi primeiro a cidade do que propriamente o curso. Sempre quis vir para Lisboa, eu não sou de Lisboa, sou de Pombal, e portanto fiz alguma investigação sobre qual cidade se adequaria mais aos meus interesses. Na altura, e ainda agora, sempre tive bastante interesse pela área da sustentabilidade e por isso escolhi uma engenharia que tivesse uma vertente “natural” e descobri a existência do curso de Engenharia Biológica. Convenceram-me bem também na Futurália e Uniarea com as saídas profissionais do curso. Acho que não me arrependo de o ter escolhido, apesar de ter bastante mais interesse na área empresarial e querer fugir um pouco ao âmbito da Biológica, focando-me mais na vertente da Engenharia.

saxofone, e entrei na Banda Filarmónica Artística Pombalense com 11 anos, na qual continuo até hoje. Quando entrei no secundário, decidi focar-me mais na escola para conseguir tirar a melhor média possível, que não me impedisse de entrar no curso que mais tarde fosse escolher. Como nessa altura já não tinha o conservatório, decidi ter aulas de piano já que tinha curiosidade de aprender algo novo e era uma atividade mais soft do que a banda. Atualmente faço também parte do ensemble de saxofones da filarmónica, com o qual temos algumas atuações pontuais, e da Big Bad FAP, que é um grupo mais no estilo música jazz. O último grande espetáculo que tivemos foi fazer a banda sonora ao vivo de uma compilação de vários filmes no âmbito de um festival de cinema.

A tua entrada na TFIST parece ser uma reação natural tendo em conta a tua experiência musical. Por isso, entraste na faculdade já com intenções de te juntares à Tuna?

Sim! Antes de entrar para a faculdade, fosse qual fosse onde entrasse, queria muito entrar na Tuna feminina dessa faculdade. Quando entrei, aproveitei logo a semana da receção para questionar e perceber como funcionava, e depois foi tentar convencer as raparigas do meu curso a virem experimentar um ensaio comigo. Inicialmente, íamos assistir aos ensaios e aos poucos e poucos fomos começando a entrar na dinâmica. Acabei por entrar com uma colega do meu ano, a Sofia, e continuamos até hoje nesta aventura. Infelizmente, no segundo semestre do nosso primeiro ano apareceu o Covid que atrasou um pouco a nossa entrada de forma mais oficial na Tuna, mas continuei sempre com o mesmo entusiasmo e mal houvesse oportunidade estava mais que pronta. Acabei mesmo por entrar num festival online organizado pela Tuna Feminina de la Universidad Nacional de Trujillo, do Peru, e até brincamos a dizer que entrámos no Peru. A Tuna está dividida em 3 hierarquias: protos, caloiras e veteranas; e passamos a caloiras nestes eventos em que participamos pela primeira vez de forma oficial. Infelizmente, não tive oportunidade de experienciar uma entrada tradicional, foi só com gravação de vídeos e à distância. Basicamente o meu percurso inicial de Tuna foi todo vivido à distância. Foram organizados vários encontros por Zoom e várias atividades, por exemplo simulações de festivais, para que pudéssemos ter um bocadinho da realidade mesmo confinadas.



Percebemos também que a música desde cedo fez parte da tua vida. Portanto, o que provocou este teu interesse musical?

Lembro-me de desde pequena ter bastante interesse por música e por alguma razão sempre quis tocar trompete, mas foi a minha mãe a impulsionadora de me meter na música, a mim e à minha irmã, pelo estímulo que nos dava e por considerar que era uma atividade extracurricular bastante completa. Entrei na música com 7 anos e fui tendo um progresso ao longo do tempo, inicialmente só com aulas na filarmónica de formação musical. Depois, entrei no conservatório, e fiz até ao 5º grau em



Agora que és presidente, quão difícil é conciliar as tuas responsabilidades a nível da Tuna com a vida normal de estudante? A tua paixão pela Tuna alivia a pressão?

Tal como todas as grandes responsabilidades, é sempre desafiante conseguir conciliar todas as atividades. Neste momento estou no último ano de mestrado e, portanto, a fazer a tese. A primeira grande dica é ter muita força de vontade e obviamente gosto pelo que se faz. Sem dúvida que a paixão alivia a pressão porque é algo que faço mesmo com muito gosto e não sinto que seja uma “pedra no sapato” nunca. Às vezes até brinco a dizer que se a Tuna fosse a minha profissão eu não me importava. A nível de tese, a minha é praticamente 100% laboratorial e, assim, tento arranjar um equilíbrio e tempo em que estou apenas focada na tese para depois conseguir ter tempo para me focar apenas na Tuna. Começo sempre muito cedo todos os dias de manhã e é onde a minha produtividade a nível de tese atinge o seu auge. À tarde já consigo que o meu foco seja mais a Tuna e vou tentando equilibrar assim. O meu trabalho de tese também é bastante flexível e não me exige muito tempo seguido de experiências sem parar, por isso nos intervalos que tenha pelo meio dá sempre para dar um olhinho no que está a acontecer na Tuna. Acima de tudo, é não deixar acumular as coisas da tese e conseguir todos os dias despende tempo para escrever ou analisar os resultados do dia e planear as experiências do dia seguinte. Quando isso está tratado, então também já me sinto mais mente livre e descansada para tratar de outros assuntos.

Após os vários estágios que fizeste, quais foram as atividades ou funções que desempenhaste que mais gostaste?

Portanto vou falar apenas sobre o estágio que teve mais impacto no meu percurso, que foi o que fiz no Altice Portugal do segundo para o terceiro ano, durante as férias de verão. Nessa altura

ainda era tempo de Covid, portanto o estágio foi basicamente todo via remota. Estava no gabinete de sustentabilidade, direitos humanos e inclusão, e tinha vários desafios que a minha orientadora me ia lançando associados a este tema. Tínhamos reuniões todos os dias e íamos sempre debatendo esses temas, e como é que a empresa poderia impactar e melhorar no sentido da sustentabilidade. Paralelamente a isso, o estágio também incluía um desafio em que todos os estagiários estavam envolvidos, cujo tema nesse ano era a sustentabilidade. Basicamente, cada grupo de estagiários tinha de desenvolver um projeto enquadrado num dos 4 eixos da empresa e no tema da sustentabilidade. O meu grupo ficou com o eixo das parcerias e, portanto, acabámos por idealizar uma parceria entre a Altice Portugal e a estação espacial europeia, com o intuito de, ao utilizar dados fornecidos pela estação, conseguir prever, de uma forma mais rápida, se as linhas de comunicações perto de focos de incêndios seriam danificadas ou não, e, desse modo, conseguir dar uma resposta mais rápida caso tal acontecesse. O nosso grupo acabou por ser o vencedor desse desafio, o que foi bastante fixe. Mas eu acho que o que mais gostei neste estágio foi mesmo trabalhar com pessoas super diferentes, em que cada pessoa conseguia usar o seu talento e aquilo que sabia de melhor no projeto.



E nestes estágios, quais foram as grandes lições que aprendeste?

Uma coisa que me impactou bastante na Altice foi, primeiro, perceber como é que funciona uma empresa, isso foi bastante fixe e sinto que foi também um estágio que me fez perceber que gosto mesmo muito da área empresarial e que me via mais nesta vertente. Neste estágio também conheci especificamente mulheres mesmo muito incríveis e inspiradoras como a minha orientadora, a doutora Margarida Sá Costa, que foi incrível nesse aspeto. Acho que me ensinaram bastante em como lidar com as pessoas, como também inovar nos projetos, como inovar no pensamento e ter sempre um pensamento para a frente. Para além disso, foi necessário conseguir organizar e orientar pessoas, porque tínhamos muito trabalho em equipa e sempre à distância, portanto foi sempre um desafio e foi uma coisa que até me fez aprender bastante.



Se tivesses de escolher uma única atividade, qual acreditas que teria maior impacto para o sucesso escolar?

Eu diria sem dúvida a Tuna, porque é uma atividade super rica e pode não parecer. De fora pode parecer que, pronto, elas fazem atuações e tocam instrumentos e cantam, mas há muito mais por trás disso. Há uma logística enorme e uma divisão de tarefas muito grande, um trabalho em equipa também muito grande. Há sempre trabalho a acontecer e há sempre uma organização interna gigante que nós temos de ter para conseguirmos também concretizar todas aquelas ideias que nós queremos. Por

isso, eu acho que a Tuna dá sem dúvida imensa capacidade de organização das tarefas e rapidez a organizar as tarefas, porque nós temos sempre prazos para fazer as coisas. Dá também imensa sensibilidade para com os outros, porque acho que, entrando na Tuna, se fica com muito mais empatia pelas pessoas. Está-se sempre a tentar perceber se as pessoas ao nosso lado estão bem com tudo que está a acontecer, e se não estão, perceber onde precisam de ajuda. E, apesar de se tratar de uma atividade muito puxada, por ocupar imenso tempo, acho que é uma coisa de que se ganha tanto gosto, que acabamos por fazer sem sentir aquele peso de ter mais a Tuna. Além disso, também acaba por ser um ponto de encontro onde conhecemos imensa gente nova. Por isso, também é um apoio enorme a nível de partilha de ideias de curso e de ajuda em projetos umas das outras, e tenho certeza que se ganham amizades muito fixas na Tuna que se prolongam para a vida. Forma-se na Tuna um grupo de apoio e sinto que o Técnico é tão caótico que a Tuna acaba por ser um safe spot. Fora isto, tem-se a oportunidade de aprender coisas novas, é sempre incrível aprender a tocar um instrumento novo, ensinado por elementos da Tuna que também aprenderam aí. Portanto é todo um trabalho interno feito na Tuna.

Com tantas atividades em que participas, o que fazes nos teus momentos de descanso?

Eu sou aluna deslocada, portanto enquanto estou em Lisboa sinto que minha vida nunca para muito. Ou seja, anda sempre em torno de faculdade e Tuna. Sinto que quando tenho tempo livre gasto na Tuna, por exemplo a arranjar ideias novas para coisas: Neste ano em particular celebram-se os 30 anos da Tuna e, portanto, este é um ano incrível e perfeito para ter novas ideias, pelo que é sempre bom ocupar um bocadinho da mente também com criatividade. Ao fim de semana, quando venho para casa, o meu foco passa a ser a banda filarmónica, temos bastantes ensaios, e assim muito do meu tempo é dedicado aos ensaios e a conviver com a malta da banda. Assim, o meu tempo livre envolve sempre muita música, porque é algo que realmente gosto, e, por isso, habitualmente acabo sempre por inserir um bocadinho dela nos meus tempos livres. Também adoro estar com os meus cães, passear com eles, entrar em contacto um bocadinho com a natureza, momentos que aproveito para aliviar um pouco a cabeça de todas as responsabilidades e focar mais em mim. Também gosto muito de ouvir podcasts, por exemplo, “Bumba na Fofinha” ou “Extremamente Desagradável” da Joana Marques, sou muito fã também dessas coisas assim com mais comédia, mas por acaso não sou aquela pessoa que vê filmes e séries, devo fazer parte do 1% da população que não gosta disso.

A NÃO PERDER...

Ana António

Espaço Académico



Queima das Fitas 2024

“No acorde da despedida, o traçar de uma vida”. Entre os dias 16 e 21 de maio acontece o maior evento académico de Lisboa. A Comissão Organizadora da Queima das Fitas da Academia de Lisboa apresentou, no passado dia 13 de março, o cartaz oficial deste tão esperado acontecimento, que pinta as ruas de Lisboa de negro. Contará com a Serenata Monumental, a 16 de maio, na Reitoria; o Baile de Gala, no dia 17 de maio, na Tapada da Ajuda; a Imposição das Insígnias, a 18 de maio; o Dia da Beneficência, a 20 de maio; finalizando com o cortejo académico, a 21 de maio, com a Reitoria como ponto de encontro. Mais detalhes na página de *Instagram* @queima2024.

Festival Académico de Lisboa 2024

É já nos dias 2, 3 e 4 de maio que se vai realizar o Festival Académico de Lisboa, organizado pela Federação Académica de Lisboa. Considerado o melhor Festival Académico da Península Ibérica no ano 2019 pelos *Iberian Festival Awards*, esta edição contará com artistas como os D.A.M.A., Os Quatro e Meia, Nininho Vaz Maia e Julinho KSD. Os bilhetes estão disponíveis para compra no *site* da *fourvenues*, acedível através do *Instagram* do FAL, pelo preço de 12€ para o passe diário e 27€ para o passe geral..



“Arte no feminino” - 10 anos, 10 artistas



Inaugurada a 8 de março e disponível até 31 de maio, esta exposição é uma das iniciativas que integram o programa de celebração do 10º aniversário da fusão das antigas Universidade de Lisboa e Universidade Técnica de Lisboa na nova Universidade de Lisboa. Das 10h00 às 18h00, de 2.ª a 6.ª-feira, será possível visitar a Reitoria da ULisboa para aprender mais sobre a presença das mulheres nas artes plásticas. Tem como objetivo “evocar e celebrar os direitos e conquistas da Mulher e o seu papel ativo e fundamental na História e na Sociedade”, como diz o curador da exposição, José Manuel Simões.

Espaço Cultural

FIMFA Lx24 (Festival Internacional de Marionetas e Formas Animadas)

Terá lugar no Teatro São Luiz a 24.ª edição do FIMFA e proporcionará “a oportunidade de mergulhar na diversidade das práticas contemporâneas da marioneta e na sua relação com as outras artes”, como está escrito no *site* do teatro. Desde a criação deste festival que têm sido descobertos pelo público artistas talentosíssimos, mestres de uma arte muitas vezes esquecida e desvalorizada, como é o teatro de marionetas. Realizar-se-á nas salas Luís Miguel Cintra, Mário Viegas e Bernardo Sasseti de 11 de maio a 2 de junho e será divulgado pela *Antena 2*. Mais detalhes no *site* do São Luiz Teatro Municipal.



IndieLisboa'24



Este festival clama pelos apreciadores do cinema independente. De entre dezenas de filmes, curtas-metragens, animações e documentários, esta será verdadeiramente uma celebração dos criadores independentes da sétima arte. Será exibida uma programação de filmes recentes, divididos em secções ou temas, e obras inéditas que não poderão ser vistas de outra forma. Há ainda uma secção exclusiva dedicada aos mais novos, Indie Júnior, com filmes, *workshops*, *ateliers* e uma festa com muita diversão e jogos para miúdos de todas as idades. Terá lugar no Cinema São Jorge e acontecerá entre os dias 23 de maio e 2 de junho. Para mais informações poderás visitar o *site* da IndieLisboa.

50×2 - Celebração dos 50 anos do 25 de abril

“Celebramos 50×2, porque celebramos duas vezes – 50 anos do 25 de Abril e 50 anos de Democracia. Celebramos 50×Todos, porque todos são chamados a participar.” Recordar e partilhar, aprender e ensinar, pensar e debater e celebrar, é o que nos é sugerido pela Comissão Comemorativa dos 50 anos do 25 de abril. Foi há 50 anos que algo que nos deve encher o peito de orgulho aconteceu, algo que parece ter saído diretamente de um filme. Mas não foi fantasia, nem foi inventado. Foi algo real e que pede para ser lembrado e celebrado. A Democracia é um direito que todos nós ganhamos e pelo qual devemos lutar, recordando quem o fez acontecer. Portanto, celebre-se a cultura e educação livres neste dia tão simbólico para o nosso país através de centenas de conferências, exposições, espetáculos, entre outros eventos com datas até 2025. Toda a agenda encontra-se disponível no *site* 50anos25abril.pt.



CIÊNCIA EM PERSPETIVA

Isadora Guimarães e Teresa Antunes

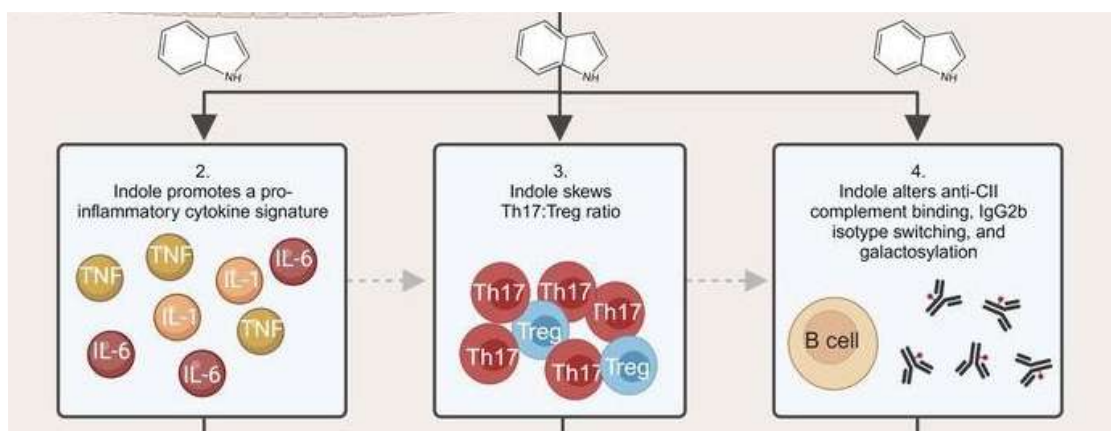
No “Ciência em Perspetiva” apresentamos o resumo de um artigo científico, para enriquecer o teu conhecimento. Se quiseres aprofundar mais o tema, podes sempre encontrar o respetivo artigo seguindo as referências!

Descoberta uma conexão inusitada entre um dos aminoácidos mais importantes da nossa dieta e o desenvolvimento de doenças de caráter inflamatório, como a artrite reumatoide.

O triptofano é um aminoácido essencial na síntese de neurotransmissores e na formação e manutenção do tecido muscular, sendo empregado no combate à depressão e no tratamento de distúrbios como a insónia. Este aminoácido não é sintetizado pelo corpo humano, sendo maioritariamente adquirido através da ingestão de alimentos ricos em proteína animal, frutos secos e leguminosas.

O microbioma humano intestinal degrada o triptofano em dois tipos de produtos: substâncias anti-inflamatórias e indol. Verificou-se, num estudo realizado em ratinhos pelo Departamento de Medicina da Universidade do Colorado, que, quando há a presença de indol, o organismo produz uma maior quantidade de *T-cells* auto-reativas, com caráter inflamatório, e uma menor quantidade de células que contribuem ativamente para o equilíbrio do sistema imunitário. A acumulação de *T-cells* auto-reativas acaba por levar ao desenvolvimento de doenças de cunho inflamatório como a artrite reumatoide – uma doença crónica que afeta as articulações, provocando dor, inchaço e até mesmo deformação, constituindo um fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardíacas.

A descoberta de uma maneira de manipular o microbioma intestinal, de modo a direcionar o triptofano para a via que leva à formação de substâncias anti-inflamatórias em vez da que leva à formação de indol, pode vir a constituir uma ferramenta engenhosa de combate a doenças como a artrite reumatoide.



Seymour, B. J., Trent, B., Allen, B. E., Berlinberg, A. J., Tangchittsumran, J., Jubair, W. K., Chriswell, M. E., Liu, S., Ornelas, A., Stahly, A., Alexeev, E. E., Dowdell, A. S., Sneed, S. L., Fechtner, S., Kofonow, J. M., Robertson, C. E., Dillon, S. M., Wilson, C. C., Anthony, R. M., & Frank, D. N. (2024). Microbiota-dependent indole production stimulates the development of collagen-induced arthritis in mice. *The Journal of Clinical Investigation*, 134(4). <https://doi.org/10.1172/JCI167671>

TAKE A BREAK!

Sugestões

Seleção exclusiva do melhor entretenimento para te acompanhar este mês!



Em **28**, a críptica artista **S280F** guia-nos numa jornada por uma densa floresta alienígena. O álbum começa com uma delicada composição de piano, complementada com alguns sintetizadores e sons meditativos, mas rapidamente percebemos que nesta floresta há algo misterioso, a espreitar pelos cantos mais sombrios... Estarás pronto para desbravar estes territórios desconhecidos?

Henrique Alves



Quando Leah regressa de uma misteriosa missão nas profundezas do mar, a sua mulher Miri é obrigada a lidar com tudo o que mudou. **Our Wives Under The Sea** dá-nos a sensação de falta de ar em todas as páginas e só nos deixa respirar uns dias depois de o fechar. Este livro irá certamente fazer-te refletir sobre o amor e a perda através da escrita envolvente de **Julia Armfield**.

Maria Paixão



One Day é uma série que acompanha a história de Emma e Dexter. Tudo começa no dia 15 de julho de 1988, quando se conhecem. Apesar de um encontro intenso, no dia seguinte cada um segue o seu caminho. Onde estarão nesse mesmo dia no ano seguinte, ou no próximo, ou em todos os outros 20 anos? É o que descobrimos durante cada episódio, pois a data continua a mesma, mas os anos passam e vemos a evolução de cada um dos protagonistas no decorrer da sua vida adulta.

Ana Carolina Helena



Hunter x Hunter não é um *shounen* comum. Este *anime* segue a história de Gon, um rapaz de 12 anos que procura o seu pai que o abandonou. Para tal, ele terá de se tornar um *Hunter*, uma posição de grande prestígio que só os humanos mais fortes e resilientes conseguem obter. É uma aventura cheia de momentos impactantes, personagens inesquecíveis e um mundo misterioso e aliciante... quando começares a ver não conseguirás parar.

Gonçalo Ribeiro



Das comédias mais conhecidas, **Friends** é uma série que retrata a vida de seis amigos em Nova York, destacando as suas relações familiares, românticas e, principalmente, de amizade. Quantas vezes já sentiste que precisavas de uma curta pausa de estudo mas não sabes bem o que fazer? **Friends** é a solução ideal para isso, melhora rapidamente o humor e faz-nos refletir acerca do significado verdadeiro de amizade.

Catarina Matos



Nesta série cómica espanhola da Netflix, acompanhamos quatro homens na casa dos quarenta que começam a notar que o seu privilégio masculino está a desaparecer devido às mudanças sociais e ao movimento feminista. Eles vão ser forçados a adaptar-se e desconstruir a sua masculinidade tóxica... cada um à sua maneira.

Diogo Velez

Review

Helena Ramalho

Hayao Miyazaki - O Rapaz e a Garça

O mais recente filme de Hayao Miyazaki, *O Rapaz e a Garça*, foi premiado com o Oscar de melhor filme de animação no passado mês de março. Este foi o segundo Oscar do criador desde a sua primeira vitória com *A Viagem de Chihiro* de 2001. O filme estreou no Japão sem qualquer estratégia de *marketing* prévia, para além de um póster e o título. No resto do mundo foi tomada a decisão de seguir os passos das campanhas usuais. Independentemente desta escolha, o retorno de Miyazaki, após uma década sem lançar nenhuma animação de longa-metragem, revelou ser um dos seus maiores sucessos. Conjeturou-se até este ser o seu último filme – boato que já foi revelado ser falso pelo cofundador do *Studio Ghibli*, Toshio Suzuki – o que provavelmente também contribuiu para a grande antecipação por parte dos fãs.

“Como é que vives”, o verdadeiro nome do filme *O Rapaz e a Garça*, segue uma aparente estrutura de fábula que é facilmente desconstruída por Miyazaki quando toma a decisão de contar a história de Mahito através de uma espécie de sonho febril. A jornada de Mahito começa com o lamento pela sua falecida mãe durante a guerra. Assim, Mahito é obrigado a mudar-se para uma nova casa no campo com o seu pai e a sua madrasta e, simultaneamente, a ruminar a morte da sua mãe nos seus encontros com uma garça.



Nestes encontros, de trilha sonora inquietante composta por Joe Hisaishi, a garça diz a Mahito que a sua mãe está viva e oferece-se para guiá-lo até ela. Esta afirmação, para Mahito, é uma mentira; no entanto, carrega alguma verdade, já que o propósito da garça ao convidá-lo para entrar numa misteriosa torre é guiá-lo até Natsuko, a sua madrasta, que para lá tinha fugido por lamentar a sua incapacidade de acolhê-lo como seu filho. Ao mesmo tempo, Mahito questiona o seu apego por Natsuko (em detrimento da perda da sua verdadeira mãe), gerando um grande conflito interno. Quando Mahito entra na torre, depara-se com estas duas possibilidades: encontrar Natsuko e encontrar sua mãe (como prometido pela garça). Estas mesmas possibilidades acabarão por tornar-se numa só.

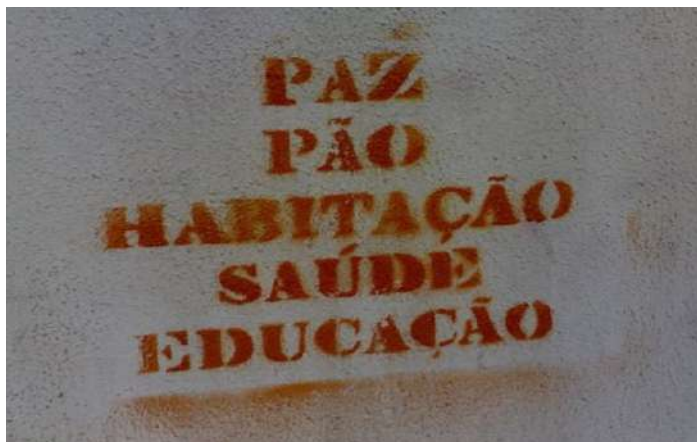
Mahito, ao entrar naquela torre, pagará o preço de uma morte simbólica: depois de atravessar a Ilha dos Mortos e conhecer as criaturas *warawara* (almas humanas por renascer), começa a entender que a morte neste novo mundo conduz ao renascimento (ideia reforçada pela trilha sonora desta cena, intitulada "Reencarnação") e, por isso, luta para encontrar a sua falecida mãe (Himi). A resistência oferecida a Mahito, por parte do excêntrico reino de periquitos, para chegar até Himi, reflete o seu inicial conflito interno e a sua resistência ao acolhimento por Natsuko. Himi leva Mahito até à câmara de nascimento (um túmulo) onde encontra Natsuko e este assume que Natsuko dará à luz um irmão mais novo. Mas, na verdade, a câmara de nascimento será onde ela simbolicamente dará à luz Mahito, onde ele a aceitará como sua mãe. Aceitar o nascimento intrinsecamente significa aceitar a morte, tal como aceitar um novo apego significa aceitar uma perda. Mahito toma essa decisão conscientemente, apoiando a decisão de Himi de seguir em frente, mesmo sabendo que esta morrerá.

DEITA CÁ P'RA FORA

Ana Carolina Helena

A música: Um grito de liberdade

É inevitável pensar em abril e não pensar em liberdade. E é impossível não questioná-la. Vivemos em tempos de grande instabilidade política, no entanto, acho que não questionamos tanto os limites da nossa liberdade como deveríamos. A arte, na minha opinião, tem um papel belo neste questionamento, por isso acho que precisamos de olhar para o passado e para as grandes canções de abril.



A música não é apenas um conjunto de estrofes bonitas com versos que por vezes rimam, muito menos apenas melodia, ritmo e harmonia. Por vezes, a música pode ser um puro e belo ato político. Muitas foram as canções de abril e a sua importância vigora até hoje. Não é em vão que todo o povo português conhece Grândola, Vila Morena ou que já ouviu pelo menos uma vez canções como: Liberdade de Sérgio Godinho, Venham Mais Cinco de Zeca Afonso, A cantiga é uma arma de José Mário Branco... Não foi por mero acaso a tamanha censura discográfica nos tempos da ditadura: a música faz-nos pensar, refletir e desprender de limites anteriormente impostos. A ditadura tentou, mas nunca conseguiu restringir o poeta de se rebelar com o auxílio de consoantes e vogais - daí tantas músicas terem sido publicadas logo após a revolução.

Isto tudo faz-me pensar no conteúdo raso das músicas atuais. Não estou a dizer que todas têm de ser reflexões extremamente poéticas, existem outras funções para a música, no entanto, sinto que é difícil encontrar alguma que me faça refletir sobre assuntos profundos. Não tenho dúvidas que existam grandes artistas à espera do seu momento, mas creio que, numa sociedade conformada com a inocente crença da garantia de que sempre será livre, este tipo de conteúdo revolucionário deixou de ser apelativo. Mas por vezes questiono-me: como podemos ter essa garantia? Porque todos sabemos que existem pessoas que não têm onde dormir, outras que vivem em constante alarme no meio de guerras ou conflitos, ou que não têm acesso a cuidados de saúde, um número vergonhoso de pessoas que passam fome e tantas outras que não tiveram a oportunidade de ter uma educação justa.

Como pode então haver liberdade se falta a paz, o pão, habitação, saúde, educação? E porquê fechar os olhos para as mais maldosas desigualdades? A música pode não ser a maior arma, mas não deixa de ser uma delas, nem que seja para dar visão ao cego.

SEM DESTINATÁRIO

Maria Paixão

Palavras sobre flores

Há uma certa beleza no ato de dar o nome de uma flor a um filho. Todos nós conhecemos alguém assim batizado, seja a avó Rosa ou a nossa *bestie* Margarida, curiosamente nunca um rapaz. Existe o “Narciso”, mas tal não parece um nome de bom presságio, pelo que nunca o vi fora da breve pesquisa que fiz no *Google*. As flores simbolizam frequentemente a beleza e a fertilidade, que são frequentemente relativas ao feminino mas que, a meu ver, podem também ser associadas ao masculino. Então por que não um bebé chamado Girassol, Lírio ou Jarro? No início pode parecer estranho, e “Jarro” não seria a minha primeira opção, mas já viram os nomes das filhas de Luciana Abreu, atriz de Floribella?

Saindo do tema da antroponímia, sempre me fascinou o quão bem a minha avó sabe tratar de flores, não aquelas já cortadas, mas na terra, que na minha opinião fazem bastante mais sentido como oferta. Sinto que nunca teria capacidade para cuidar de um ser vivo ali tão caladinho e pacífico sem me esquecer completamente da sua existência. Para quem não tem mãos tão verdes quanto as da minha avó, as flores são algo bem mais delicado, efêmero e até frágil, coadunando-se mais uma vez com a percepção feminina que temos das mesmas. Há quem considere que esta momentaneidade seja em si mesma a fonte de beleza das flores e, generalizando, de toda a vida.

Tenho de discordar desta ideia, o encanto das flores é precisamente a sua capacidade de resistir, renovando-se permanentemente, já há 130 milhões de anos. Se tudo o que é bom acaba, isto não se aplica às flores. Há algo que preserva até hoje estas estruturas, a racional irracionalidade da evolução. Há flores, e ideias, que se irão preservar indefinidamente, talvez não por milhares de milhões de anos, mas durante tempo suficiente para que à nossa escala temporal sejam eternas. No fundo este texto semi-aleatório e muito pouco coeso serviu apenas para chegar a este ponto. Nós e as flores somos seres semi-eternos que se reproduzem por aí, que são frágeis e que de vez em quando partilham os mesmos nomes. Uma das minhas flores preferidas é o cravo vermelho, mas não me vou aventurar numa bela e poética descrição, que não tenho jeito. Gostava apenas de saber como é que alguém pode contribuir para a sua homenagem, e decidi que qualquer menção conta. É necessário contribuir para que esta viva sempre não só na nossa memória mas na forma como respiramos, como nos relacionamos e principalmente no quanto podemos sonhar. Todos nós podemos responsabilizar-nos um bocadinho por ela todos os dias. Todos podemos plantar algo de bom no nosso dia a dia. Todos temos algo que nos conecta e isso pode ser algo tão bonito quanto uma flor.



JOGO DO MÊS

Gonçalo Ribeiro

O Feitissapo, o Guerraxinim e o Pingenheiro foram passear no site do NEB, mas perderam-se lá. Vais ter de ir ao site e procurá-los!



DICAS FANTABULÁSTICAS

Diogo Velez e Gonçalo Ribeiro

Os Mestres decidiram participar na Eurovisão! Agora estão a praticar e querem mais uma vez partilhar convosco os seus métodos.



Abril já finda e está a chegar a Eurovisão! Os amados Mestres treinam para ganharem uma vez mais, mas mesmo cantando do fundo do coração não os ajudam as suas cordas vocais.



Para o teu cantar melhorar, nada melhor que mel num bom cházinho. Mantém sempre o bico molhadinho, mas cuidado que está a esquentar!



SHIUUU!!! Estragar a voz com infrutíferos discursos e afazeres seria irremediável e atroz. Manter a boca fechada por 53 dias para melhor cantor seres.



“Sinto-te muito tenso” **POW** – um soco no estômago o nosso mestre levou. Foi bastante intenso (talvez precise de um penso) mas ao menos o seu diafragma relaxou.



Para a perfeição só um passo mais... às musas e deuses debes agradecer. Para eterna fama ficar nos murais, a mascote do NEB terá de sacrificar.



A demanda ao fim chegou e todo o esforço compensou! Não será um espanto descobrir que ascenderam a deuses do canto – e agora nenhuma alternativa terão, senão para casa levar o troféu da Eurovisão.