

## Entre livros e citações

António Pedro Graça

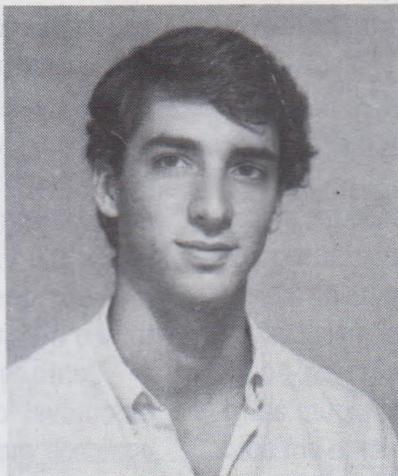
**E**m tempos, um dos meus escritores preferidos, ao abrir a sua biblioteca pessoal ao público, escreveu assim: «Un libro es una cosa entre las cosas, un volumen perdido entre los volúmenes que pueblan el indiferente universo, hasta que da con su lector, con el hombre destinado a sus símbolos. Ocorre entonces la emoción singular llamada belleza, ese misterio hermoso que no descifran ni la psicología ni la retórica».

Ao longo destes últimos doze meses muito daquilo que se escreveu nesta página foi inspirado na leitura de vários livros. Porque o engenho de respirar sobre um livro não me deu o consentimento para extrair o que de mais belo e revelador eles continham, aqui fica a morada de alguns. Se assim o desejarem, que tenham bom proveito.

**Nenhuma medalha vale a saúde de uma criança.** Jacques Personne. Livros Horizonte. Antigo atleta e treinador, Jacques Personne é um conceituado estudioso do fenómeno desportivo. Independente face às hierarquias profissionais e ao poder político, denuncia neste livro, grande parte da elite do desporto francês. Aponta o dedo e apresenta provas dos crimes feitos em nome da especialização desportiva precoce. Em Portugal também são muitas as crianças que vão ficando pelo caminho vítimas de problemas ósseos, musculares e psicológicos, à mão de treinadores entusiastas e pais ambiciosos. A anorexia nervosa, essa vontade obsessiva de ser magro, ataca cada vez mais ginastas. Os recintos desportivos subaproveitados durante o dia, transbordam entre as 19 e 23 horas, obrigando milhares de crianças a refeições desequilibradas em quaisquer cafés de esquina, longe do ambiente familiar.

Os clubes continuam a não investir em médicos e nutricionistas para acompanhar os jovens.

Quem disse que o desporto e a



saúde se relacionavam harmoniosamente?

**A alimentação saudável,** Emílio Peres. Caminho.

Emílio Peres quase dispensa apresentações, é das pessoas que mais sabe de nutrição em Portugal e certamente aquele que com mais facilidade se exprime. Desde há vários anos vem defendendo a alimentação tradicional portuguesa e os seus alimentos nobres, o pão de qualidade, o azeite, e o que vem da horta e do pomar. Professor universitário, mistura de forma bem humorada a linguagem popular e os seus conhecimentos «culinários» com rigor científico. Razões mais do que suficientes para se lerem as 241 páginas deste seu novo êxito de uma só garfada.

**The complete baby and toddler meal planner.** Annabel Karmel. Ebury Press. London.

A partir dos 4 - 6 meses de vida a criança começa a se relacionar com os diversos alimentos. Eles serão em parte responsáveis pela maneira como ela vai apreender o mundo e construir a sua saúde. A alimentação nesta fase da vida é pois de primordial importância. Mas... se somarmos a ansiedade dos pais à pouca disponibilidade dos médicos para responderem aos detalhes que surgem constantemente... fica um vazio enorme. Annabel Karmel responde neste livro de belíssimas ilustrações a perguntas simples e apresenta 200 saudáveis receitas de raspar o tacho e chorar por mais. Único mas talvez grande senão é o facto de

apenas estar disponível em língua inglesa.

**Livro de cozinha da Infanta D. Maria.** Giacinto Manuppella e Salvador Dias Arnaut. I.N.C.M.

Razões de Estado e não do coração levaram D. Maria de Portugal, neta do rei D. Manuel I a sair do país aos 27 anos para se casar com o Duque de Parma. Senhora de uma cultura excepcional (dominava as línguas clássicas, a matemática, a filosofia e ainda a poesia) leva na sua bagagem, diversos livros e manuscritos através dos quais pretendia atenuar a distância que a separava do seu Portugal. Um deles, um velho livro de receitas familiares veio à luz do dia e é hoje considerado o mais antigo manuscrito culinário português. Dividido em 4 cadernos, «dos manjares de carne», «dos manjares de ovos», «dos manjares de leite» e «das cousas de conserva», este documento ilustra bem os devaneios gastronómicos da Casa Real Portuguesa que para sorte das gerações vindouras não vieram a ser seguidos pela maioria da população. São 139 páginas de receitas, de puro recreio palatal, mas também uma aventura singular para quem ousar recuar no tempo e provar sabores que remontam aos confins do séc. XV.

**Sonhos de sonhos.** António Tabucchi. Quetzal editores.

Numa nota introdutória o autor escreve «Tive muitas vezes o desejo de conhecer os sonhos dos artistas que amei. Infelizmente, aqueles de quem falo aqui não deixaram os percursos nocturnos dos seus espíritos» Foi assim, num tom que me fez lembrar os enigmas de Borges e Schwob, que conheci os sonhos de homens como Rimbaud, poeta e vagabundo, Toulouse-Lautrec, pintor e homem infeliz e também de Rabelais, criador de Pantagruel, rei da comida e do vinho.

Até breve