



## **A CALMA É A RESPOSTA**

Em uma pequena cidade, situada em algum ponto da Itália, vivia Maria, uma menina tímida, de cabelos negros como a noite e olhos tão verdes quanto esmeraldas. Maria era uma jovem bondosa e tranquila, embora possuísse uma mente constantemente inquieta e uma imaginação sem limites.

Certo dia, ao chegar à escola, Maria recebeu a notícia de que deveria apresentar um trabalho diante de toda a turma. No instante em que as palavras chegaram aos seus ouvidos, instalou-se um turbilhão de pensamentos confusos. Em sua mente, as emoções se agitavam: o medo tomava a dianteira, a tristeza insinuava-se silenciosa, a raiva ameaçava explodir e a alegria esforçava-se para manter a serenidade.

Quando se colocou diante da turma, ao pronunciar as primeiras palavras, Maria gaguejou e, pouco depois, começou a suar nervosamente. Em sua mente, a raiva gritava, prestes a transbordar; o medo se encolhia, a tristeza intensificava-se, e, incapaz de conter a pressão, Maria começou a chorar.

Percebendo a situação, a alegria tomou a iniciativa e interveio:

— Chega! Estão apenas intimidando a garota. Respire fundo, acalme-se! Vamos nos concentrar no conteúdo e falar com tranquilidade. Subitamente, Maria sentiu-se mais serena e conseguiu concluir sua apresentação, compreendendo que a calma era a verdadeira chave para enfrentar qualquer desafio.

Catarina Jachowicz da Silva

9º ano / Itajaí Centro

2025