

GTA | Guião de Trabalho Autónomo n.º 9

Português 12.º ANO

Tema 2: Pessoa Ortónimo Subtema 4: Sonho e realidade



PORQUÊ APRENDER SOBRE...?



O QUE VOU APRENDER?



COMO VOU APRENDER?



O QUE APRENDI?



COMO POSSO COMPLEMENTAR A
APRENDIZAGEM?



PORQUÊ APRENDER SOBRE...?

A temática do Sonho e Realidade na poesia ortónima de Fernando Pessoa permite refletir sobre a forma como a percepção do mundo influencia a construção da identidade e a experiência do eu. O confronto entre o real e o sonho no poema *Não sei se é sonho, se realidade* revela uma inquietação que ultrapassa a esfera literária e que se liga a questões universais da condição humana, como a busca de sentido e a fuga perante a dor da existência. Explorar esta questão ajuda a compreender como a literatura expressa dilemas existenciais intemporais, permitindo aos alunos desenvolver o pensamento crítico e interpretar as tensões entre consciência e evasão, elementos fundamentais não só na poesia de Pessoa, mas também na experiência contemporânea.



O QUE VOU APRENDER?

NO DOMÍNIO DA ORALIDADE:

- Sintetizar o discurso escutado a partir do registo de informação relevante quanto ao tema e à estrutura.
- Expressar, com fundamentação, pontos de vista suscitados por leituras diversas.
- Fazer apresentações orais para apresentação de sínteses e de temas escolhidos autonomamente ou requeridos por outros.

NO DOMÍNIO DA LEITURA:

- Interpretar o texto, com especificação do sentido global e da intencionalidade comunicativa.
- Clarificar tema(s), subtemas, ideias principais, pontos de vista.
- Utilizar criteriosamente procedimentos adequados ao registo e tratamento da informação.
- Expressar, com fundamentação, pontos de vista suscitados por leituras diversas.

NO DOMÍNIO DA EDUCAÇÃO LITERÁRIA:

- Interpretar obras literárias portuguesas de diferentes autores e géneros, produzidas no século XX.
- Mobilizar para a interpretação textual os conhecimentos adquiridos sobre os elementos constitutivos do texto poético e do texto narrativo.
- Reconhecer valores culturais, éticos e estéticos manifestados nos textos.
- Comparar textos de diferentes épocas em função dos temas, ideias, valores e marcos históricos e culturais.

NO DOMÍNIO DA ESCRITA:

- Escrever textos de opinião, apreciações críticas, exposições sobre um tema.
- Planificar os textos a escrever, após pesquisa e seleção de informação relevante.
- Redigir com desenvoltura, consistência, adequação e correção os textos planificados.



COMO VOU APRENDER?

GTA 9: *Não sei se é sonho, se realidade* ou a procura incessante do eu

GTA 10: *Entre o Sono e o Sonho* ou a diluição das fronteiras da consciência

Tema 2: Pessoa Ortónimo

Subtema 4: Sonho e realidade

GTA 9: *Não sei se é sonho, se realidade* ou a procura incessante do eu**Objetivos:**

- Analisar a dualidade entre sonho e realidade como uma expressão da incerteza existencial no poema *Não sei se é sonho, se realidade*.
- Compreender a inquietação do sujeito poético perante a indefinição entre o real e o ilusório.
- Refletir sobre o sonho como forma de evasão face à angústia e ao sofrimento que a consciência da realidade provoca.
- Explorar a influência do pensamento e da dúvida na fragmentação da experiência humana na poesia de Pessoa.
- Investigar o desejo de fuga e a impossibilidade de encontrar uma verdade absoluta na oscilação entre sonho e realidade.

Modalidade de trabalho: pequenos grupos e individual.

Recursos e materiais: manual, cadernos e *internet*.

**ETAPA 1: Reflexão introdutória – O paradoxo de Zhuangzi**

Imagem 1: *O sonho e a borboleta* DALL.E

Zhuangzi foi um influente filósofo taoista chinês do século IV a.C., cujas reflexões sobre sonho e realidade ainda hoje desafiam o nosso entendimento da consciência e da percepção.

"Certa vez, Zhuangzi sonhou que era uma borboleta, voando feliz, despreocupada e inconsciente de ser Zhuangzi. Subitamente, acordou e percebeu com surpresa que era Zhuangzi. Mas então surgiu a dúvida: seria ele Zhuangzi que sonhara ser uma borboleta, ou seria uma borboleta agora sonhando ser Zhuangzi?"

- **Lê** o paradoxo de Zhuangzi apresentado acima. A seguir, **reflete** sobre as seguintes questões:



1. Como podemos ter certeza do que é sonho e do que é realidade? Existirá uma fronteira clara entre estes dois estados?

2. **Observa** estas três afirmações e **escolhe** aquela que mais se aproxima da tua opinião:

- "A realidade é objetiva e clara; os sonhos são apenas produtos da imaginação."
- "A realidade e os sonhos são ambos construções da mente, igualmente válidos como experiências."
- "Não é possível determinar com certeza o que é sonho e o que é realidade."

3. **Considera**: Se descobrisses que toda a tua vida até agora foi apenas um sonho, o que isso mudaria na forma como vês o mundo?

4. **Partilha** as tuas reflexões com os colegas num diálogo aberto, **escutando** as diferentes perspetivas sobre este paradoxo.

ETAPA 2: Interpretação de um poema

Ouve a música *Canção Longínqua: Não sei se é sonho, se realidade*, de Fernando Lopes-Graça, baseada no poema de Fernando Pessoa, com a interpretação de Nuno Vieira de Almeida, Ana Maria Pinto e João Rodrigues



[Canção Longínqua: Não sei se é sonho, se realidade de Fernando Lopes Graça](#)

De seguida, **lê** o poema e **atenta** nas seguintes propostas de interpretação para cada uma das estrofes do poema.

Estrofe 1

Não sei se é sonho, se realidade,
Se uma mistura de sonho e vida,
Aquele terra de suavidade
Que na ilha extrema do sul se olvida.
É a que ansiamos. Ali, ali
A vida é jovem e o amor sorri.

v.1: Tema clássico de Pessoa: a incerteza entre o real e o ilusório. Questionamento sobre a própria natureza da existência.

v.2: A fusão entre o imaginário e o real cria uma sensação de evasão e desejo por algo indefinido.

vv. 3-4: Imagem de um paraíso distante, esquecido, talvez inalcançável. A "ilha extrema do sul" pode simbolizar o desconhecido ou o ideal perdido.

vv. 5-6: Construção de um espaço utópico, onde o tempo e o amor parecem eternos. O desejo por uma felicidade plena e imutável.



Estrofe 2

Talvez palmares inexistentes,
Áreas longínquas sem poder ser,
Sombra ou sossego deem aos crentes
De que essa terra se pode ter.
Felizes, nós? Ali, talvez, talvez,
Naquela terra, daquela vez.

Estrofe 3

Mas já sonhada se desvirtua,
Só de pensá-la cansou pensar;
Sob os palmares, à luz da lua,
Sente-se o frio de haver luar
Ah, nesta terra também, também
O mal não cessa, não dura o bem.

Estrofe 4

Não é com ilhas do fim do mundo,
Nem com palmares de sonho ou não,
Que cura a alma seu mal profundo,
Que o bem nos entra no coração.
É em nós que é tudo. É ali, ali,
Que a vida é jovem e o amor sorri.

v.7: O advérbio "talvez" reforça a incerteza - seria essa terra real ou apenas fruto da imaginação?

v.8: "Sem poder ser" reforça o caráter inalcançável desse lugar. As "áreas" remetem para caminhos sombreados, refúgios do espírito.

vv. 9-10: Mesmo sem ser real, essa terra pode oferecer algum conforto àqueles que nela acreditam, evocando a fé na ilusão.

vv. 11-12: A felicidade é colocada em dúvida. A repetição de *talvez* acentua a incerteza e a felicidade parece efêmera, ligada a um momento específico.

v.13: O sonho perde o encanto ao ser pensado demais. A idealização desfaz a própria beleza do desejo.

v.14: Reflexão sobre o esgotamento da imaginação. Sonhar demasiado pode tornar a fantasia pesada, desgastante.

vv. 15-16: Imagem paradoxal: a luz da lua, que deveria ser bela, traz frieza. Sugere um desencanto com o próprio sonho.

vv. 17-18: A impossibilidade de um paraíso perfeito. Mesmo no sonho, a condição humana prevalece: o mal persiste e o bem é passageiro

vv.19-20: Pessoa rejeita a utopia. A solução não está num lugar distante ou em fantasias, mas dentro do próprio indivíduo.

vv.21-22: A cura do sofrimento não vem de um refúgio externo, mas de um trabalho interno, de uma transformação interior.

vv. 23-24: O verdadeiro paraíso não é um lugar físico, mas um estado de espírito. A repetição de *ali* sugere uma mudança de perspectiva - o que se busca sempre esteve dentro de nós.



Reflete agora sobre os seguintes tópicos, **respondendo** às seguintes questões, no teu caderno, com base na leitura e análise do poema:

1. A dualidade sonho/realidade

Como é que o poeta expressa a sua incerteza entre o que é sonho e o que é realidade?

De que forma a expressão "terra de suavidade" pode ser interpretada como uma metáfora dessa dualidade?

2. O espaço utópico

Que características apresenta a "ilha extrema do sul" descrita no poema?

De que maneira esta terra idealizada se relaciona com o desejo e a esperança humana?

3. A questão da felicidade

Qual é a visão do poeta sobre a possibilidade de alcançar a felicidade?

Como interpretas o verso "Felizes, nós? Ali, talvez, talvez"?

4. A repetição e a dúvida

Que efeito produzem as repetições no poema ("Ali, ali", "talvez, talvez")?

Como se relacionam estas repetições com o tema da incerteza entre sonho e realidade?

ETAPA 3: As Nossas *Ilhas Extremas do Sul*

Começa por refletir brevemente sobre a metáfora das "ilhas extremas do sul" como representação dos nossos desejos, sonhos e idealizações.

Atividade 1: A Cartografia dos Sonhos (10 minutos)

Preparação individual:

- **Identifica** a tua própria "ilha extrema do sul" – um sonho, desejo ou idealização que carregas contigo.
- Em notas breves, **deverás registar**:
 1. Uma descrição dessa "ilha" (o que é este sonho/desejo);
 2. O que te atrai para essa "ilha";
 3. O que fazes no teu dia a dia influenciado por esse sonho/desejo;
 4. Uma reflexão: esta idealização é uma bússola ou uma distração na tua vida?



Atividade 2: Diálogos cruzados

Em pares:

- Partilha a tua "ilha extrema" com um colega.
- O colega que te ouve deve:
 1. Fazer pelo menos duas perguntas de aprofundamento.
 2. Identificar se considera esta idealização como algo construtivo ou limitador para ti, justificando.

Troca de papéis: Após a partilha e *feedback*, troca de papel com o teu colega.

Atividade 3: O monólogo poético

Preparação individual:

- De seguida, vais preparar um breve monólogo poético, com a duração de aproximadamente 2 minutos, respondendo à questão: "Se pudesse dialogar com a minha ilha extrema do sul, o que lhe diria? "
- O monólogo deve incluir:
 1. Uma metáfora original sobre a relação entre sonho e realidade;
 2. Um trecho que expressa emoções conflitantes sobre esta idealização;
 3. Uma conclusão pessoal sobre o valor desta "ilha" na tua vida;

Apresentação:

- De seguida, apresenta o teu monólogo em voz alta para a turma;
- A tua turma avaliará a tua apresentação com base na sua originalidade, expressividade emocional e profundidade de reflexão.



PROPOSTA DE RESOLUÇÃO

Proposta de Resolução – Etapa 1, Exercício 1

1 - A questão da distinção entre sonho e realidade é fascinante precisamente porque desafia as nossas certezas mais básicas. Tradicionalmente, distinguimos o sonho da realidade através de critérios como coerência, continuidade e consenso intersubjetivo - a realidade parece seguir regras consistentes, tem sequência temporal lógica e é confirmada por outros seres. No entanto, estes critérios não são infalíveis. Os sonhos podem parecer extraordinariamente coerentes enquanto os vivenciamos e, apenas ao despertar, percebemos as suas inconsistências. A fronteira entre os dois estados revela-se mais porosa quando consideramos fenómenos como sonhos lúcidos, em que temos consciência de estar a sonhar, ou experiências místicas e estados alterados de consciência que desafiam a nossa perceção convencional.



2 - Esta posição reconhece que toda a experiência humana é mediada pela mente e pelos seus processos interpretativos. Tanto a realidade quanto os sonhos existem como experiências conscientes, e nesse sentido fenomenológico, ambos possuem validade existencial. O que chamamos "realidade" pode ser simplesmente um consenso intersubjetivo mais estável e consistente que o sonho, mas isso não o torna necessariamente mais "real" em sentido absoluto.

3 - Esta revelação implicaria um profundo reexame de valores e significados. Inicialmente, poderia provocar uma crise existencial - se tudo foi um sonho, qual o valor das minhas conquistas, relacionamentos e aprendizagens? Após a crise inicial, porém, perceberia que o significado dessas experiências não desaparece simplesmente por terem ocorrido num "sonho". O impacto emocional, o crescimento pessoal e o conhecimento adquirido permanecem significativos, independentemente do estatuto ontológico das experiências. Esta descoberta poderia levar-me a uma postura mais livre e experimental perante a vida, reconhecendo que o valor das experiências não depende da sua "realidade objetiva", mas do significado que lhes atribuímos e como nos transformam.

Proposta de Resolução – Etapa 2, Exercício 1

A dualidade sonho/realidade

O poeta expressa a sua incerteza logo no título e no primeiro verso do poema, "Não sei se é sonho, se realidade", estabelecendo desde início a dúvida fundamental que percorre toda a composição. Esta incerteza é reforçada através de expressões como "mistura de sonho e vida", "talvez" (repetido várias vezes), "palmares inexistentes" e "áreas longínquas sem poder ser". O poeta oscila constantemente entre a possibilidade de esta terra ideal existir realmente ou ser apenas uma construção da sua imaginação, nunca chegando a uma conclusão definitiva, o que amplifica a sensação de ambiguidade.

A expressão "terra de suavidade" funciona como uma metáfora perfeita para esta dualidade, pois situa-se num espaço indefinido entre o tangível e o inacessível. A "suavidade" evoca uma sensação física e concreta, algo que se pode sentir, mas simultaneamente remete para algo etéreo e impalpável. Esta terra é descrita como estando na "ilha extrema do sul", um lugar geograficamente remoto e quase mítico, sugerindo que se encontra no limiar entre o possível e o impossível, entre o que pode ser real e o que só pode existir no domínio do sonho.



O espaço utópico

A "ilha extrema do sul" é caracterizada como um lugar de "suavidade", onde "a vida é jovem e o amor sorri". É um espaço com "palmares" e "áreas longínquas", iluminado pela "luz da lua", sugerindo uma paisagem exótica, serena e bela. É descrita como um lugar onde, potencialmente, existe felicidade e onde as preocupações parecem não ter lugar. Contudo, estas características são apresentadas de forma ambígua e incerta, como se o poeta estivesse a tentar recordar um sonho ou a imaginar um lugar que nunca viu.

Esta terra idealizada representa o anseio humano por um lugar de perfeição e felicidade absoluta. O poeta afirma explicitamente "É a que ansiamos", estabelecendo uma ligação direta entre este espaço e o desejo humano universal. Representa a esperança de encontrar um lugar onde as dificuldades da vida não existam, onde o amor seja pleno e onde a juventude perdure. É uma manifestação do desejo de evasão e de um espaço utópico que ofereça "sombra ou sossego" aos "crentes" - aqueles que acreditam que tal perfeição possa existir ou ser alcançada.

A questão da felicidade

O poeta apresenta uma visão complexa e ambivalente sobre a possibilidade de alcançar a felicidade. Inicialmente, parece sugerir que esta poderia ser encontrada num lugar distante e idealizado, a "ilha extrema do sul". Contudo, na terceira estrofe, reconhece que este sonho se "desvirtua" apenas por ser pensado, e que mesmo neste lugar ideal "sente-se o frio de haver luar". Na última estrofe, o poeta conclui que não é em lugares externos ou idealizados que se encontra a felicidade, mas sim dentro de nós mesmos: "É em nós que é tudo. É ali, ali, / Que a vida é jovem e o amor sorri." Assim, a sua visão evolui de uma busca externa para uma descoberta interna da felicidade.

Este verso expressa uma profunda dúvida e hesitação quanto à possibilidade de alcançar a felicidade mesmo neste espaço idealizado. A interrogação "Felizes, nós?" revela uma incerteza fundamental sobre a capacidade humana para a felicidade. A repetição de "talvez, talvez" intensifica esta dúvida, sugerindo que mesmo num lugar perfeito ("Ali"), a felicidade permanece como uma possibilidade incerta e não uma garantia. O verso transmite uma melancolia subjacente, como se o poeta reconhecesse que a felicidade plena é sempre fugaz e talvez inatingível, mesmo nas condições mais favoráveis.



A repetição e a dúvida

As repetições no poema criam um efeito de intensificação emocional e de insistência, como se o poeta estivesse a tentar convencer-se a si mesmo de algo. Produzem também um ritmo cadenciado, quase hipnótico, que reforça a atmosfera de sonho e de incerteza. Estas repetições transmitem uma sensação de hesitação, de procura e de anseio não resolvido. Além disso, criam uma estrutura circular no poema, onde certas ideias e expressões reaparecem, à semelhança de pensamentos recorrentes ou obsessivos.

Estas repetições refletem diretamente o tema central da incerteza entre sonho e realidade, pois exprimem a vacilação constante do poeta entre estes dois estados. A repetição de "Ali, ali" sugere uma tentativa de localizar ou fixar um lugar que pode ser apenas imaginário. Similarmente, a repetição de "talvez, talvez" enfatiza a dúvida fundamental sobre a natureza da realidade e a possibilidade de distinguir entre o que é real e o que é sonhado. Na última estrofe, a repetição de "É ali, ali" e "também, também" reforça a conclusão paradoxal do poema: que o lugar idealizado que procuramos no exterior talvez esteja, afinal, dentro de nós mesmos, dissolvendo assim a fronteira entre o sonho e a realidade.

Proposta de Resolução – Etapa 3, Exercício 1

Reflexão sobre a metáfora

As "ilhas extremas do sul" representam aqueles lugares idealizados que habitam a nossa imaginação - sonhos distantes que, tal como no poema de Fernando Pessoa, tanto podem inspirar-nos como iludir-nos. São espaços mentais nos quais projetamos a perfeição que não encontramos na realidade quotidiana.

A Minha Ilha Extrema do Sul (Exemplo)

Descrição

A minha ilha extrema do sul é tornar-me um escritor reconhecido, capaz de publicar obras que combinem profundidade filosófica com narrativas envolventes, criando histórias que perdurem no tempo e toquem as pessoas.

Reflexão

Esta idealização funciona principalmente como uma bússola na minha vida, orientando escolhas e oferecendo propósito aos meus dias. Não é uma simples distração, pois os hábitos que desenvolvo na sua perseguição (disciplina, observação, reflexão) enriquecem a minha existência presente, independentemente de algum dia atingir plenamente este sonho. Contudo, devo estar vigilante para não transformar este sonho em escapismo ou em motivo para desvalorizar pequenas conquistas reais.

Diálogo com a Minha Ilha Extrema do Sul

*Tu, que brilhas no horizonte como um manuscrito por escrever,
Páginas em branco onde desenho mapas de sonhos,
És como uma árvore cujas raízes crescem no meu presente,
Mas cujos frutos só amadurecem num futuro incerto.*

*Por vezes, quando te procuro, és miragem que recua,
Cada passo que dou em tua direção parece afastar-te mais.
És o paradoxo da escrita: quanto mais te persigo,
Mais descobrimos que há novos territórios por explorar.*

*Quantas vezes te amaldiçoei, ilha dos meus desejos,
Por me fazeres sentir pequeno nos dias em que não avanço!
Por cada tarde em que as palavras se negam a fluir,
Por cada noite de dúvida sobre se alguma vez te alcançarei.*

*Contudo, és tu que me despertas nas manhãs frias,
És tu que me fazes ver beleza na banalidade do quotidiano,
És tu que transformas conversas em personagens,
E acontecimentos em capítulos que aguardam ser escritos.*

*Se hoje dialogássemos, dir-te-ia:
Não me importa se és real ou apenas sonho,
És o farol que ilumina o meu caminho,
O sussurro constante que dá sentido aos meus dias.*

*Talvez nunca te alcance por completo,
Talvez sejas como o próprio horizonte, sempre presente, nunca tocável.
Mas a viagem que faço em tua direção
É, em si mesma, a história que valeu a pena viver.*



O QUE APRENDI?

Ficaste com uma ideia clara sobre os temas centrais do poema "Não sei se é sonho, se realidade" e a forma como Fernando Pessoa explora a dualidade entre sonho e realidade?

És capaz de...

- ✓ **Compreender** como o poeta expressa a sua incerteza entre o que é sonho e o que é realidade, questionando os limites entre estes dois estados?
- ✓ **Explicar** de que forma a "ilha extrema do sul" representa um espaço utópico e idealizado, simbolizando os desejos e esperanças humanas?
- ✓ **Refletir** sobre a visão do poeta quanto à possibilidade de alcançar a felicidade e como esta evolui ao longo do poema?
- ✓ **Refletir** sobre o papel da imaginação e do sonho como formas de evasão ou refúgio face às limitações da realidade quotidiana?
- ✓ **Analisar** criticamente como a busca por lugares ou estados idealizados revela uma insatisfação permanente com a condição humana?



COMO POSSO COMPLEMENTAR A APRENDIZAGEM?

Para aprofundares a tua compreensão sobre a temática do sonho e da realidade na poesia de Fernando Pessoa, sugiro que assistas ao filme *Inception* (2010), realizado por Christopher Nolan.

Este filme explora de forma direta a fronteira entre sonho e realidade, apresentando um mundo em que é possível entrar nos sonhos de outras pessoas. A narrativa questiona constantemente o que é real e o que é sonhado, criando camadas de realidade que se sobrepõem e confundem, tal como a "terra de suavidade" que Pessoa descreve no seu poema.

A famosa cena final do filme, em que o protagonista questiona se regressou à realidade ou permanece num sonho, espelha perfeitamente a dúvida expressa por Pessoa: *Não sei se é sonho, se realidade*. Esta obra cinematográfica permite-te refletir sobre como a incerteza entre o real e o imaginário afeta a nossa perceção do mundo e a nossa busca por felicidade e significado.



[Inception de Christopher Nolan, 2010](#)