

## JOÃO E O PÉ DE FEIJÃO: CULTIVANDO A NUTRIÇÃO

Tânia Luíza Ribeiro de Cerqueira<sup>1</sup>

### I

Era uma vez um guri  
Conhecido por João  
A mãe lhe dava carinho  
Vivia em casa de chão  
Era na zona rural  
As coisas iam bem mal  
Faltava até o pão.



### II

Só lhes restaram a vaca  
Que o João tinha apreço,  
Mas sua mãe sem opção,  
Não sabia qual o preço  
- Filho, vende esse bicho!  
Falando-lhe num cochicho,  
Já era um bom começo.



### III

João bem triste botou  
A vaquinha para vender  
Chegou a um certo senhor  
Essa vaca oferecer.  
Seu José, o comprador  
Era desesperador  
Pagou sem nem responder.

---

<sup>1</sup> Mestra pelo Programa de Mestrado Profissional - PROFLETRAS da Universidade do Estado da Bahia (UNEB). Graduada em Letras Vernáculas pela Universidade Católica do Salvador (UCSAL). Especialista em Gestão e Metodologia do Ensino pela Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS). Professora da Secretaria de Educação do Estado da Bahia.

**IV**

Porém o homem pagou  
Com feijões que eram mágicos  
E sem ter o que comer,  
O João ficou nostálgico.  
Sua mãe enraivecida  
Ficou toda estarecida  
Por esse contexto trágico.



**V**

Deixou João de castigo  
A noite toda a chorar  
E sem ter o que fazer  
Começou logo a sonhar.  
Enquanto sua genitora  
Mesmo sendo protetora  
Continuava a reclamar.

**VI**

Sua mãe com muita raiva  
No outro dia, ao acordar,  
Jogou todos os grãos fora  
Não dava pra cozinhar.  
Um imenso pé de feijão  
No quintal cresceu então  
João foi averiguar.



**VII**

Subiu e logo notou  
Um castelo encantado  
Muito rico e luxuoso.  
Ficou logo admirado  
Viu uma senhora legal  
A esposa do cara mau,  
Um homem bem desvairado.



### VIII

A senhora o recebeu  
Com um café delicioso  
Tinham frutas, coisas boas...  
Um doce maravilhoso  
Bolo feito de maçã,  
Chips semente, avelã  
Tudo muito saboroso.

### IX

O João nunca na vida  
Havia comido assim  
E logo teve uma ideia:  
“Vou fazer também pra mim!  
Não preciso mais gastar,  
Tudo vou reaproveitar  
Da natureza, enfim”.

### X

Então chegou o gigante  
Relutante em repartir.  
Seu segredo secular  
Não queria dividir  
Alimentos tão saudáveis  
Muito bons e formidáveis,  
Não queria difundir.

### XI

A esposa do gigante  
Retrucou com o marido,  
Homem por demais maldoso.  
Mas João era bem-vindo  
Ensinou-lhe a aproveitar  
Fruta, verdura a ficar  
No processo intervindo.



**XII**

João desceu bem contente  
Falando à sua genitora:  
“Os problemas terminaram!  
Uma dama detentora  
Do saber me ensinou:  
Reaproveite, mencionou,  
Essa moça benfeitora”.



**XIII**

João teimoso queria  
Aprender coisas legais.  
Subiu até o castelo  
Querendo aprender mais  
Viu a esposa do gigante  
Que, de modo relevante,  
Ajudou ele demais.



**XIV**

O gigante vendo aquilo  
Ficou muito furioso  
Mas a senhora impediu  
E João bem afrontoso  
Aprende a cultivar  
Para se alimentar.  
Que menino ambicioso!



**XV**

Muito tempo se passou.  
Agora, bem sucedido,  
Ao castelo ele voltou.  
Viu o gigante aguerrido,  
Dormindo bem sossegado  
E agora mais delicado  
Com um jeito comedido.

**XVI**

Entendeu de uma vez:  
Só queria cultivar  
Os alimentos saudáveis  
Pra a família alimentar  
Esse gesto tão incrível  
Foi o que tornou possível  
Um amigo conquistar.

**\*Ilustração:** Josenilto Andrade Reis e Valmira dos Santos Almeida