

The background of the cover is a detailed illustration. On the left, a large, weathered stone statue of a woman in classical attire stands on a pedestal, holding a sprig of rosemary. In the center-right, a young woman with long dark hair, wearing a simple white dress, is bent over a stone basin, pouring water from a brown earthenware jug. Water flows from a small spout in the basin into a larger pool below. The setting is a sun-drenched forest with tall trees and autumn-colored leaves. In the background, a stone building with a tiled roof is partially visible.

CRÔNICAS DO POVO DO MAR

A BENZEDEIRA DA FONTE SAGRADA

CONTO II

AUTORA
Laura Guimarães

CRÓNICAS DO POVO DO MAR

CONTO II

*A BENZEDEIRA
DA FONTE SAGRADA*

LAURA GUIMARÃES

Título: Crónicas do Povo do Mar

Conto II – A Benzedeira da Fonte Sagrada ©

Autora: Laura Guimarães

1ª edição 2026

Edição de autor | Não é permitida a reprodução parcial ou total da obra sem autorização do autor DL n.º 63/85, de 14 de Março

Composição gráfica: Laura Guimarães

Email: lauraguimaraesautora@gmail.com

Website: lauraguimaraes.com

Prefácio

Muito antes de sermos uma nação com fronteiras definidas, aquele que é hoje o território português, foi habitado por vários povos. Portugal era a última paragem dos que vinham para a Europa por terra e também daqueles que vinham por mar, através do mediterrâneo e do mar do norte.

Por aqui passaram os Fenícios e Cartagineses que dominavam as rotas marítimas, os Visigodos e Suevos que forjaram as espadas de ferro invencíveis, os Tartessos que desapareceram envoltos em mistério, os Celtas que inspiraram o culto à natureza, os Mouros que nos deixaram as lendas de encantamento, entre tantos outros.

Fomos porto de abrigo dos que estiveram ancorados de passagem, mas também daqueles que decidiram ficar. O mar moldou a alma daqueles que viviam das rotas marítimas do comércio e fomos ponto de partida para naus e caravelas que atravessaram oceanos na Era dos Descobrimentos. E foi assim que permaneceu um legado histórico e cultural que está no nosso ADN até aos dias de hoje.

Inspirada por este legado, criei as “Crónicas do Povo do Mar”, uma série contos inspirados no misticismo deixado pelos povos que aqui passaram.

Conto II – A Benzedeira da Fonte Sagrada

Flora é uma menina com o destino traçado por uma promessa de família, mas uma caminhada até à colina para ver o mar, vai mudar a sua vida. Ela é mordida por uma cobra e é ajudada por uma anciã, que lhe revela o dom das benzedeadas.

O conto, “A Benzedeira da Fonte Sagrada”, é inspirado nas tradições ancestrais dos celtas em que eram utilizadas ervas para curar maleitas. Mais tarde, com a chegada do catolicismo, foram adicionadas preces e rezas à prática já existente. Apesar de ser uma tradição que se está a perder, ainda se consegue encontrar benzedeadas ou rezadeiras nas zonas rurais de Portugal.

A Benzedeira da Fonte Sagrada

Flora nasceu nas montanhas, numa família em que a tradição ditava que os homens tinham que ser carpinteiros. Diz-se, que tinha sido uma promessa feita por um antepassado, que quase morreu devido à queda de uma árvore. Como forma de agradecer ter sobrevivido, ele prometeu à floresta que a partir daquele dia, todos os seus descendentes iam dedicar-se à profissão de carpinteiros, mas respeitando sempre os ciclos da natureza. Dizem que ele nunca mais comprou madeira a estranhos e começou a comprar terrenos florestais para a sua família tirar daí o que precisava para os trabalhos de carpintaria. Nunca mais fez trabalhos que não fossem encomendados, para que não fossem cortadas árvores sem um destino e o que sobrava dos cortes, era transformado em lenha para aquecer a casa no inverno.

Muitos anos se passaram e ninguém na família teve a coragem de quebrar a promessa, pois diziam que havia uma maldição para quem não a cumprisse. Sempre que um homem da família morria ainda jovem ou ficava

doente, a promessa vinha à conversa e dizia-se que era vingança do antepassado carpinteiro.

Na família de Flora, enquanto os homens se dedicavam a transformar a madeira das árvores em barcos de pesca ou peças de mobiliário, as mulheres limpavam os terrenos e plantavam novas árvores. Era assim há várias gerações e desde a infância todos eram educados para cumprir este destino.

Flora cresceu a brincar com os pequenos pedaços de madeira que encontrava no chão da carpintaria. Ela e o irmão Artur, construíam casas em miniatura, bonecas e tudo o que a imaginação lhes permitia idealizar. Já adolescentes, Artur começou a acompanhar os homens no corte de árvores e Flora ajudava as mulheres na sua plantação. Desde cedo perceberam que era preciso respeitar a floresta e cuidar dela, pois era graças às árvores que os pescadores podiam ir para o mar, que as pessoas tinham mesas e cadeiras onde se sentar e que eles ganhavam dinheiro para ter comida na mesa.

Um dia, Flora afastou-se um pouco da família e decidiu explorar um caminho que levava à colina. Era uma subida íngreme, mas ela estava determinada em ver a vista do alto, pois tinham-lhe dito que em dias de céu limpo era possível ver o mar.

Ao chegar ao topo da colina, estava tão maravilhada com a vista, que não se apercebeu de uma cobra a aproximar-se e ao dar um passo em frente, pisou-a e foi mordida numa perna. A dor foi lancinante e Flora gritou por ajuda, mas estava demasiado distante da família para que alguém a ouvisse.

Tentou regressar a casa, mas começou a sentir-se muito cansada e com dormência na perna. Sentou-se numa pedra já sem forças e foi quando viu

uma anciã a aproximar-se. A mulher percebeu de imediato o que tinha acontecido e pediu-lhe para ela não se mexer. Pegou no cantil com água que trazia consigo e verteu um pouco sobre o local da mordedura, depois abriu um saco que trazia à cintura e tirou um punhado de ervas que Flora desconhecia. Amassou as ervas entre as suas mãos e colocou-as na ferida.

- Não te preocupes. Vais ficar bem. – Disse a anciã sorrindo.

- Obrigada por me ajudar. – Disse Flora aliviada por ter alguém próximo para a socorrer.

A anciã sorriu e deu-lhe um pouco de água do cantil para ela beber. Flora nunca tinha bebido uma água tão fresca e gole atrás de gole, bebeu quase tudo. Em pouco tempo recuperou a força na perna e o cansaço desapareceu.

- Já podes voltar para casa. – Disse a anciã enquanto colhia umas flores que encontrara na vegetação.

- Para que serve o seu saquinho com ervas? – Perguntou Flora curiosa, sem saber que aquele dia mudaria a sua vida para sempre.

A anciã disse a Flora que era benzedeira e que precisava daquelas ervas para ajudar as pessoas em algumas maleitas, tal como tinha acontecido com a mordedura de cobra na sua perna. A anciã foi tirando as ervas que tinha na bolsa e explicando a Flora para que servia cada uma delas.

- Como aprendeu isso tudo? – Perguntou Flora curiosa, pois nunca lhe tinham ensinado que as plantas podiam ajudar as pessoas.

- Foi a minha avó que me ensinou. Ela também era benzedeira. – Respondeu carinhosamente a anciã.

- E eu também posso fazer isso e ser benzedeira? – Perguntou Flora com o entusiasmo de uma adolescente.

- Podes, mas tens que aprender. – Disse a anciã sorrindo ao ver o seu interesse.

- E tu ensinas-me? – Perguntou Flora com a inocência característica da idade.

- Ensino, mas tens que ir à minha casa do outro lado da colina.

- Eu vou. – Disse Flora prontamente, com o desejo de aprender tudo naquele momento.

- Hoje não. A noite está a chegar e precisas de voltar para casa. A tua família deve estar preocupada. – Disse a anciã sorrindo e passando a mão na cabeça de Flora para acalmar o seu entusiasmo.

- Tens razão. Mas, eu volto. – Disse Flora determinada.

Ao chegar a casa, a sua família estava dispersa à sua procura e levou um raspanete tão grande por ter desaparecido, que durante anos não permitiram que ela voltasse à colina.

Flora não esqueceu a anciã e lembrava-se dela várias vezes. Como não podia aprender para que servissem as ervas e plantas, começou a aprender os seus nomes. Perguntava às mulheres da família quando trabalhavam na floresta e eles foram-lhe ensinando.

Cada novo nome que aprendia, ela colhia uma pequena folha ou flor e guardava cuidadosamente numa bolsa em pano que ela mesma tinha costurado. Ao chegar a casa, colava-as nas páginas de um caderno e escrevia o nome. Na sua mente ela estava a aprender a ser benzedeira.

Ainda não sabia para que serviam as plantas, mas estava a conhecê-las pelo nome e um dia ia encontrar a anciã para ela lhe ensinar tudo.

Na aldeia onde vivia, às vezes ouvia as pessoas comentarem que a anciã tinha ajudado alguém e nesses momentos apeteia-lhe correr em direção à colina para a ver, mas sabia que tinha que esperar o momento certo para o fazer.

Quando fez dezoito anos, Flora pediu aos pais para voltar à colina e eles concordaram, desde que ela continuasse a cumprir com a sua obrigação de ajudar a família. Ela deu um pulo de alegria e no primeiro domingo livre, caminhou até ao outro lado da colina para encontrar a anciã. Levava consigo o seu caderno e a bolsa com algumas folhas que ninguém sabia o seu nome.

Quando alcançou o topo da colina, ficou novamente maravilhada com a vista para o mar e sonhou que um dia havia de mergulhar nas suas águas. Logo que começou a descer a colina, viu em baixo uma casa redonda feita em pedra, com um telhado de palha e a anciã a transportar lenha. Deu uma corrida para a ajudar e assim que a anciã a viu sorriu.

- Estava à tua espera!

- Demorei um pouco, mas estou aqui. – Disse Flora piscando o olho à anciã.

As duas entraram dentro da casa simples e Flora ficou encantada com o que viu e com os potes de barro que conservavam as plantas. Ela abriu o seu caderno e foi identificando as plantas, enquanto a anciã lhe dizia para que

serviam. Em cada página, Flora escreveu o que aprendeu e assim fez todos os domingos durante vários anos.

Um dia, a anciã disse a Flora que ela estava pronta para ser benzedeira, mas precisava de fazer um teste final. Tinha que ter a aprovação da “Benzedeira da Fonte Sagrada”.

A anciã levou Flora para o interior da floresta e só pararam junto a uma fonte. Ao lado, estava uma estátua em pedra de uma benzedeira que segurava um ramo de alecrim. A anciã explicou a Flora, que aquela estátua tinha sido esculpida há muitos anos atrás, em homenagem à primeira benzedeira que habitou a região. Era ela quem protegia a fonte e que tinha sido aquela a água, que a ela bebeu para recuperar da mordedura da cobra. Depois disse a Flora algo que ela não estava à espera.

- O que distingue as verdadeiras benzedeiras das conhecedoras das plantas é o coração. Só as mulheres puras de coração, conseguem ajudar verdadeiramente os males do corpo e do espírito.

- Então eu só sou uma conhecedora de plantas?

- Sim. Para te tornares benzedeira, tens que ter a aprovação da “Benzedeira da Fonte Sagrada”. Depois de passares o teste que ela tem para ti, tens que assumir o compromisso de vir aqui todos os dias beber a água, para que o teu dom se mantenha puro. – Disse a anciã segurando as duas mãos de Flora.

- Posso fazer o teste hoje? – Perguntou Flora entusiasmada.

- A Benzedeira da Fonte Sagrada é que vai decidir. Vou deixar-vos a sós e espero por ti em minha casa.

Flora ficou em pé em frente à fonte e aguardou para ver o que acontecia. Olhou fixamente a estátua e observou os olhos, o cabelo, as mãos, os pés, tudo tinha sido esculpido ao mínimo detalhe. Depois olhou à sua volta e percebeu que havia um silêncio estranho, não sentia o vento, não ouvia os pássaros e o cheiro da vegetação tinha desaparecido. A água da fonte deixou de correr, como se tivesse secado naquele instante e Flora começou a sentir a terra a tremer. Assustada, abraçou a estátua, pois pensou que era um tremor de terra e no momento em que o fez, a “Benzedeira da Fonte Sagrada” retribuiu o abraço e puxou Flora para o interior da fonte.

A terra continuou a tremer e Flora aterrorizada, agarrou a estátua ainda com mais força. A seguir foi puxada por uma corrente de água que a levou ao fundo de um rio e ela, sem conseguir respirar, quase se afogou. Subitamente o rio é invadido por uma corrente de lava e Flora é puxada para uma vegetação a arder. Rodeada por chamas e em pânico, ela fica imóvel e sem reação. Um vento forte sopra e lava-a pelo ar e ela perde completamente o controle do corpo, como se estivesse dentro de um furacão. Flora desmaia com a emoção e quando acorda, está junto à fonte e uma voz soa nos seus ouvidos, “Ainda não estás pronta. Volta quando estiveres de coração aberto”.

Ainda atordoada com tudo o que aconteceu, ela vai até casa da anciã e conta o que aconteceu. A anciã dá-lhe água da fonte para ela beber e tranquiliza-a, dizendo que acontece o mesmo a todas as benzedeiros, que encontram a “Benzedeira da Fonte Sagrada” pela primeira vez.

- Vai para casa e volta no próximo domingo. – Disse a anciã.

Na semana seguinte, Flora mal conseguiu dormir. Tinha pesadelos em que estava a ser engolida por areias movediças, em que estava rodeada por chamas e não conseguia fugir, em que era levada por ondas enormes do oceano e em que caía do alto de penhascos. Nesses dias, o cansaço instalou-se no seu corpo e ela quase não conseguia sair da cama. Toda a comida que metia à boca a enjoava e tinha tanta sede, que bebia vários litros de água por dia.

Quando voltou a casa da anciã no domingo seguinte, estava sem forças e foi com dificuldade que chegou ao topo da colina. A anciã quando a viu, reconheceu-se naquela imagem, pois também ela tinha passado pelo mesmo na juventude.

- Posso tentar outra vez? – Perguntou Flora.

- Podes. – Respondeu a anciã.

Flora voltou à fonte e tudo se repetiu novamente. Frustrada, ela sentou-se no chão e chorou compulsivamente. Não entendia onde estava a falhar e o que precisava de fazer para passar no teste. Foi então que as palavras “...volta quando estiveres de coração aberto”, ecoaram na sua mente. Ela lembrou-se da anciã, que esteve sempre de coração aberto para si, ajudou-a quando foi mordida pela cobra sem a conhecer, abriu-lhe a porta de casa e confiou-lhe o seu conhecimento sobre as ervas. Confiou-lhe ainda o segredo mais precioso das benzedadeiras, o poder da água da fonte sagrada.

Nesse momento Flora entendeu que tinha que confiar no processo. Tinha que abraçar a estátua da benzedeira e deixar-se levar sem medo.

Levantou-se, enxugou as lágrimas, abraçou a estátua e disse em segredo à benzedeira: “Estou pronta”.

A terra começou a tremer e desta vez Flora não teve medo. No seu peito, começou a sentir um calor intenso e quando foi sugada para dentro da terra, estava calma e tranquila, só a observar os acontecimentos. Deixou-se levar pela corrente forte do rio, mas agora conseguia nadar e nunca sentiu que se podia afogar. A lava aproximou-se e ela contornou-a, enquanto a via solidificar em contacto com a água. Viu a vegetação a arder e colheu ramos caídos no chão para apagar o fogo e abrir uma passagem. O vento soprou forte e Flora deixou-se levar como se tivesse ganhado asas para voar. Como uma ave, pousou suavemente em frente à estátua da “Benzedeira da Fonte Sagrada” e sorriu.

Nesse instante, os seus olhos veem a estátua a mover-se e a entregar-lhe um pingente com a forma de um coração. Nos seus ouvidos ouviu: “Para que te lembres de benzer sempre com o coração”. Flora ficou radiante! Tinha conseguido superar os seus medos e agora era uma benzedeira. Correu para a casa da anciã para lhe dar a novidade e as duas abraçaram-se, e festejaram a chegada de uma nova benzedeira à colina.

Até que chegou a pergunta à qual Flora tinha que dar resposta:

- O que vais fazer agora? A tua família não vai aceitar que te dediques a tempo inteiro a ajudar quem precisa.

Flora sorriu e respondeu:

- Não vou fazer nada. A minha família não me deixou vir para a colina e eu aprendi o nome das plantas até poder voltar. Agora vou estar de

coração aberto e confiar que tudo vai acontecer naturalmente e no momento certo.

A anciã comoveu-se com as palavras de Flora e lágrimas de alegria correram pelo seu rosto. A menina frágil, que ela tinha conhecido no topo da colina, tinha-se transformado numa benzedeira e o seu legado continuava na próxima geração.

Fim

Sobre a autora

Laura Guimarães, nasceu na cidade do Porto, em Portugal. Desde criança que as histórias de fantasia a fascinaram e isso dava asas à sua imaginação criando mundos encantados que nunca passariam para o papel. Após uma mudança súbita na sua vida, deu início a uma viagem profunda de auto-descoberta e a escrita surgiu naturalmente neste processo.

Livros Publicados | Ficção

- O 8º Portal – A Profecia (2017)
- O Grito de Kyra (2023)
- O Retrato de Júlia (2024)

Livros Publicados | Reflexões

- 57 Segredos da Minha Melhor Amiga (2025)

Contos Publicados

- Crónicas do Povo do Mar - O Manuscrito Escondido (2026)
- Crónicas do Povo do Mar - A Benzedeira da Fonte Sagrada (2026)