

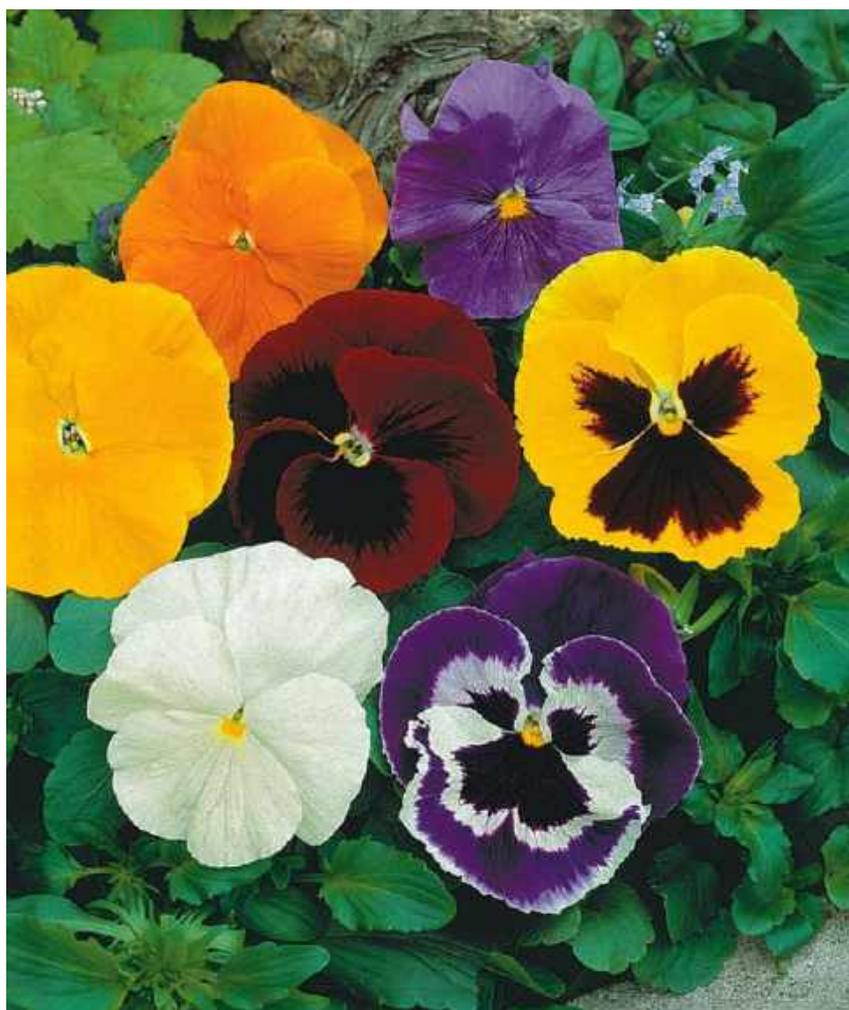
ano  
2018/19



# domus nostra

2 pétalas

Residência de estudantes universitárias



# a flor

19 maio 2019





Índice	pág.
Editorial   <i>Maria Joana</i>	3
Existe uma Flor...   <i>Madalena Lopes</i>	4
Alguém melhor   <i>Catarina Negrão</i>	7
Tens tudo para dar!   <i>Joana Abrantes</i>	9
Há casas que contam mais de nós do que nós delas   <i>Inês Macedo</i>	11
Memórias   <i>Adelaide Cortes Espadinha</i>	12
Domus Casa   <i>Laura Ferreira</i>	13
Casa no coração   <i>Rosa Aparício</i>	14
CAPÍTULO V – Aventura Licenciatura   <i>Ana Sofia Pereira</i>	15
E agora? Agora sim!   <i>Luciana Costa</i>	16
Arquitetura da Domus   <i>Rita Oliveira</i>	17
Querida Domus   <i>Inês Rocha</i>	19
Afinal o sol brilha em Lisboa   <i>Helena Baltazar</i>	20
Uma futura veterinária por Lisboa   <i>Francisca Santos</i>	21
Mais que Uma Residência <i>Adelaide Espadinha, Marta Branco, Beatriz Fernandes</i>	22
Domus Nostra 30 Anos 1989 / 2019   <i>Isabel Negrão – Mãe Catarina</i>	23
Domus Vostra   <i>Pais de Adelaide e Daniela Espadinha</i>	24
Uma Marca para a vida!   <i>Ana Cristina</i>	25
Deus escreve direito   <i>Sophia de Mello Breyner Andresen</i>	27



## Editorial

[Assim], nem o que planta nem o que rega é alguma coisa, mas só Deus, que faz crescer.

1 Cor 3, 7

*AQUI*, no *Domus Nostra*, onde se dá vida à fé, o impossível não tem lugar!

Porque da Fé, da Esperança e do Amor nascem gestos que trazem em si a força da semente.

Talvez a FLOR, símbolo que as finalistas escolheram para dizer o que aqui vivem (e todas as caloiras, híbridas, do terceiro ano, do quarto ano, ...), nos mostre [também] como é existir: ser semente, morrer, brotar, crescer e florir. A flor não começa flor e não acaba flor. Nem sequer é mais importante quando é flor. Ela existe perfeitamente em cada uma das suas fases.

*AQUI*, no *Domus Nostra*, possamos nós fazer com que a nossa existência sirva a nossa essência e assim vivamos, perfeitamente, como uma flor.

*AQUI*, no *Domus Nostra*, em cada gesto expressamo-nos e criamo-nos. Porque há palavras que libertam... e sorrisos que salvam... e abraços que recriam...

*AQUI*, no *Domus Nostra*, conhecer o coração das pessoas é muito mais importante do que saber tudo sobre matemática, arquitetura, ciências farmacêuticas, contabilidade, enfermagem, gestão, direito, história, informática, literatura, medicina, psicologia, ... A única verdade que importa para a felicidade não é a das coisas, mas a das pessoas.

*AQUI*, no *Domus Nostra*, há gente cuja vida é um lugar aberto, imenso, lugar de chegada e de partida, há gente cuja vida é um lugar de encontro e de comunhão, há gente cuja vida é um lugar onde podemos descansar, há gente cuja vida é um lugar...

*AQUI*, no *Domus Nostra*, há momentos maiores que instantes. O acolhimento às caloiras, a Eucaristia e a festa que assinalam o início do ano letivo, a Eucaristia e a ceia de Natal, a Eucaristia e a Festa da Família. Os encontros de oração. Os jantares partilhados, os chás e as bolachinhas, as noitadas de estudo, e também as de diversão, as conversas no terraço, ...

*AQUI*, no *Domus Nostra*, o mais importante é a marca que deixamos na vida das outras, o mais importante é a marca que deixam na nossa vida.

Obrigada a cada universitária, a cada colaborador da *Domus Nostra*, a cada Filha do Coração de Maria, pelo quanto plantou e regou, e planta e rega, pelo que é, e se dá e se entrega.

Obrigada aos pais por confiarem em nós.

*AQUI*, no *Domus Nostra*, Deus, faz creScer.

Maria Joana





**“Existe uma FLOR... Eu creio que ela me cativou...”**

*Antoine de Saint-Exupéry*

*Esta mensagem, que lemos no livro, O Príncipezinho, é real,  
quando a convivência perdura,  
quando a dedicação e a escuta são oportunidades,  
quando a coexistência é uma presença ativa, ainda que silenciosa.*

*E, é por isso, sim, que muitas flores foram aparecendo no meu caminho, que eu creio que elas me cativaram.*

*Maio de 2019, no dia 19, são 11 as finalistas, que eu lembro com especial afeição como as flores da Domus, que eu creio que elas me cativaram.*

*Neste final do vosso trajeto académico, antes de qualquer outra palavra gostava de vos expressar o meu muito OBRIGADA pela interação comigo, enquanto diretora nos últimos anos, antes da Joana.*

*Segunda palavra é dar-vos os PARABENS pela coragem de se terem metido ao caminho académico e terminá-lo para enfrentar novos desafios.*

*Tendo como pano de fundo a alegoria do Príncipezinho, gostava de vos devolver o que me faz crer que cada uma de vós me cativou.*

***Seguindo a ordem alfabética,***

***A Adelaide Espadinha*** pelo seu jeito natural de ajudar, de se fazer presente nos momentos de maior azafama e colocar mãos à obra. Constância e descrição nas responsabilidades assumidas. Pelo seu empenho de modo determinado na defesa dos seus valores e trabalho para o sucesso das causas em que se revê e acredita.

***A Ana Sofia Pereira*** pelo seu nome, que é composto pela junção de dois nomes de origens diferentes, Ana e Sofia. Ana tem origem no hebraico Hannah, evoluindo para o latim Anna, que quer dizer "cheia de graça". Alguns estudiosos aprontam também para o significado "aquela que se levantará novamente".

*Não perde as oportunidades de afirmação, o que a revela leal e também com sentido crítico, ainda que de forma velada.*

***A Carolina Cornara***, no seu ar distante como quem dorme de pé, não perdera a oportunidade da afirmação corajosa.

*Aos poucos, faz crer numa criatividade que lhe é própria, resiliência e persistência nos seus propósitos e trabalhos.*



*Embora se entregue mais ao isolamento, não perde oportunidades de amizades fortes.*

*Foi compensador ver a Carolina ir ganhando em autoconfiança, talvez lhe devamos o incentivo, o reconhecimento das suas conquistas.*

*A **Catarina Negrão** cativa sempre pelas suas gargalhadas, pelos seus “laços de todas as cores” e também pela sua rebeldia. Mas é uma pessoa inquieta, com um lado forte da racionalidade, mais do que da paixão.*

*De personalidade firme, com os pés bem assentes na terra. A sua luta incansável para alcançar objetivos bem definidos é surpreendente.*

*É cativante a maneira como assume os compromissos com seriedade e lealdade.*

*A **Inês Macedo** pela sua sensibilidade junto das colegas necessitadas da mão “da saúde” com muita descrição. Lembro os momentos em que se revelou pela sua capacidade de reflexão e maturação de ideias. Devolve ao ambiente calma, ponderação e segurança.*

*A **Joana Abrantes**, a agraciada por Deus, é o que o seu nome significa. O seu jeito silencioso, mas ao mesmo tempo próxima e célere. A Joana é uma pessoa de trato fácil.*

*Empenha-se de modo determinado na defesa dos seus valores e trabalha, motivada pelas causas em que se revê e acredita.*

*Diante de regras que se lhe afiguram limitadoras também é capaz de tomar atitudes de desobediência e ir em frente inconsequentemente.*

*A **Laura Ferreira**, construtora de ideias e situações. É uma pessoa que guarda tanto a proximidade quanto a distância, se percebe que há algo de fundamental a salvaguardar. A sua atitude de trabalho incansável, a sua tenacidade e teimosia dá-lhe um jeito único, tendo de acarretar com o incómodo das diferenças.*

*O cultivo do mistério e a busca pela verdade parecem estar sempre na sua mira. Luta pelos seus ideais e dificilmente desiste dos seus propósitos.*

*Valoriza o bem-estar, a justiça e a verdade. Por isto é capaz de perder relações anteriormente estabelecidas.*

***Luciana Costa** significa Luz. É compreensível e gentil. Adapta-se facilmente a diversas situações.*

---

*Gosta de se sentir livre. Parece ser ponderada na escolha das pessoas da sua convivência, sem exigir que sejam perfeitas.*

*Tem o seu lado misterioso, deixando sempre em aberto o que vem por ali.*



*A **Marta Lamy** pela sua preocupação em estabelecer boas relações com os seus vizinhos e conhecidos, embora nem sempre tenha sucesso.*

*Faz parte do seu jeito a alegria e simpatia, o que lhe permite que as conquistas ocorram naturalmente.*

*Busca segurança, compreensão e afeto e quando isto lhe falta é capaz do despiste verbal.*

*Trabalha bem para atingir os objetivos que se propõe realizar.*

*A **Rita Oliveira** cativou pela sua prontidão e disponibilidade para expor a concurso anual os seus postais do Natal, por ela realizados. É pão pão, queijo queijo, à mistura com uma boa pitadinha de sensibilidade e generosidade. Sábia quando se impõe.*

*A sua criatividade e originalidade deixa na expectativa o meio envolvente. Afirma o seu “eu” mediante a expressão artística e pela forma muito própria de se posicionar face às questões práticas da vida.*

*A **Rosa** é o nome de uma flor.*

*A sua descrição, ternura e mansidão aparecem associadas à assertividade nas suas escolhas nas amizades e penso que no curso.*

*Tal como a rosa, a Rosa empenha-se para a sua originalidade e beleza natural, assim é a sua voz e a sua música.*

*É cativante o perfume da paz e da tranquilidade desta Rosa, não obstante os espinhos que lhe acarreta o duro trabalho do curso, Ciências Farmacêuticas.*

*Isto é o pouco, que eu creio suficiente para estas flores me cativarem.*

*Mais cativante é o mistério que cada uma encerra na sua vida. Não parem até o desvendar até ao fim. Vale apenas esta maratona.*

*Desejo de horizontes felizes para cada uma,*

*Madalena Lopes (ex-diretora)*



## Alguém melhor

Sei que não sabes quem sou eu, nem porque te escrevo, mas lê-me, é importante.

Houve um tempo em que também eu não sabia quem era, em que eu não sabia o que fazia aqui, porque tinha de abdicar de tudo o que eu mais gostava para “construir o futuro”, porque tinha de deixar a família, o “pôr a mesa do jantar” e o “ir à da avó buscar o pão”. Porque tinha de estar numa casa onde não conhecia ninguém, numa faculdade



onde os nomes se repetiam em tantas caras diferentes, onde havia tantas salas com tantos nomes de “pessoas importantes” que eu não conhecia.

Houve um tempo (longo) em que eu me quis ir embora, deixar tudo, baixar os braços ao que tinha sido O sonho, acreditando que me tinha enganado no sonho, e que havia outros sonhos que podiam substituir este sonho.

Houve um tempo em que eu esperei ansiosamente que o fim-de-semana chegasse, que o Natal chegasse, que a Páscoa chegasse... ah e que finalmente fosse verão.

Agora, agora eu só queria poder parar o tempo... em mil dos momentos que estes 6 anos guardam. O 1º exame, o triunfo pós-1ª oral de anatomia, a 1ª festa da família. Aquela gala. Aquele jantar de curso. As vezes em que não houve aula e ficámos a falar da vida. As missas da 5ª feira no Hospital. A janela que se partiu. As conversas depois do jantar. Os *stalkings* e as pipocas. Os arranhões na porta e os assobios. As panelas com água que se puseram a ferver para depois ser só chegar e pôr a massa a cozer. A poncha e os licores. Os jesuítas e as bolachas de gengibre. Os amendoins e as conversas que não tinham fim.

Agora eu não quero que o verão chegue, não quero fazer as malas e partir de vez, sabendo que cumpri o sonho. Agora quero ficar, eu quero jantar com esta família, eu quero chegar a esta casa, eu quero entrar na cozinha e dizer: “Mães, hoje não façam jantar para mim, janto fora!”, hoje eu quero ficar deitada no terraço e lembrar-me das intermináveis lágrimas que ali derramei – eras tão tonta, Catarina!

Agora... agora queria que tu vivesses por mim aquilo que eu não vivi com pressa que chegasse o fim. Por isso peço-te que me leias, que aproveites estes teus anos, por ti, porque vais querer reviver tudo de novo no dia que o fim chegar... não acreditas? Um dia logo te lembras de mim, mesmo que nunca me tenhas conhecido.



Não posso voltar atrás e reviver tudo com a certeza que hoje me enche o coração de que estes foram dos melhores tempos da minha vida.

Por isso agradeço-te. A Ti que estiveste sempre comigo. A vocês que foram o meu farol nos dias incertos, que foram o meu trevo de quatro folhas e a minha velinha nos dias de conquistas, que foram as Manas que jantaram comigo e que leram no que eu não disse o que eu queria dizer.

A vocês que nunca me falharam e remaram comigo e fizeram desta travessia uma viagem tão louca e tão cheia de tesouros. A vocês que me ajudaram a aguentar as chuvas, a esperar o Sol e a descobrir o tesouro no arco-íris.

Quanto a ti, que ficas ou que ainda agora chegaste, acredita que aqui vais aprender, que:

- não precisas de mapa, porque vais ter ao teu lado aqueles que sabem ajustar as velas consoante o que Destino trouxe para enfrentar,
- não precisas de âncoras, porque somos feitos de partidas e não temos porto fixo numa maré de correntes tão imprevisíveis,
- não precisas de bóias de salvamento porque os marinheiros que quiseram embarcar contigo terão sempre uma solução para não deixar o barco naufragar.

Vais aprender a gerir as saudades, a ouvir num telefonema uma lágrima e vais ouvir na voz um sorriso de orgulho. Vais aprender que as coisas mudam muito, naquilo que tu vais achar “tão pouco tempo”, vais aprender que a distância às vezes não é assim tão inocente e faz as suas mossas (e mais tarde vais perceber que eram necessárias, e vais agradecê-las!). Vais perder alguém, para a doença, para o céu, para outro alguém. Mas vais ganhar tudo aquilo a que te propuseres, sobretudo vais aprender a conhecer-te, a superar-te, e vais sair daqui outro alguém, e eu acredito que serás um Alguém melhor.

Por isto e por tudo o que nunca disse: OBRIGADA DOMUS NOSTRA E OBRIGADA FMUL. Obrigada SÃO BRÁS DE ALPORTEL. Obrigada FAMÍLIA por todo o apoio, fé e miminhos. Obrigada a todos os que cruzaram a minha vida para me ensinar como ser e como não ser, aos que me ajudaram a descobrir quem sou, de quem e do que gosto, e do que nem tolero.

Obrigada a Todos, aos de sempre, aos que foram, aos vieram e aos que ficaram, a todos!



Aos melhores: eis-me aqui! São vocês as melhores memórias destes 6 anos, são os gelados da meia noite, são as cunhas para o polvo à lagareiro e para o arroz de pato, são os abraços que nos reconstroem, são os olhares que tudo compreendem, são as palavras e são os silêncios, são o que foi dito e o que ficou por dizer.



E se um dia eu chorei por ter de vir para Lisboa, acredita que hoje choro 6 vezes mais por ter de partir. Que o aperto no coração é bem maior, e que no dia em que a porta da Domus se fechar atrás de mim, eu saberei que NÃO PODIA PEDIR NEM MAIS NEM MELHOR!

UM ETERNO, UM INFINITO, UM PARA SEMPRE OBRIGADA LISBOA!

Catarina Negrão, uma Domus Nostra de partida  
Finalista de Medicina

**Tens tudo para dar!**

É tarde. Ouves o ressoar do silêncio.

- É tarde, mas continuo a escrever.

Primeiro inquieta, depois com mais confiança, aqui onde tudo parece às escuras, excepto este quartinho, onde às vezes o assobio do elevador, a porta bem fechada, o vento ou a falta dele, trazem um som quase de silêncio. É tudo bem diferente quando propõem o atrevimento de balanço. Certo que sempre parece romper a hora na qual algo chega ao fim. Podem até dizer que se insistirmos em permanecer, o brilho, o tão aclamado “sentido” pode ir ficando para trás. Capítulos, portas, ciclos, etapas.... Concordo ao discordar que talvez seja mais um livro, uma casa, um ano, uma tour...



- Agora, de repente, pareceu-me ouvir os carvalhos da Beira Alta.

Quiçá um suspirozinho leve.

Talvez houvesse um tempo em que eu podia ter vivido sem o que aprendi aqui, mas acho que o hábito tem a mania cruel de se transformar em necessidade, pelo que continuarei a alimentar as amizades fantásticas, os conhecimentos, os “sabias que?” que não importam a ninguém, e até as regras... Pode parecer até um pouco egoísta, mas quando me mostram algo que não sabia que precisava e descubro que não consigo viver sem, vou torná-lo meu.

- Está na hora!

É cedo. Tens o mundo inteiro, tens tudo para dar!

Obrigada,

Joana Abrantes  
Finalista Mestrado Integrado Ciências Farmacêuticas



## Há casas que contam mais de nós do que nós delas

Estávamos no fim de novembro e os dias cada vez mais eram noites, lá fora e cá dentro. Eu carregava no peito a solidão de um sem-abrigo, de quem casa não é cá nem é lá, nem em lado nenhum.

Naquele dia não havia ponta de céu que não fosse de um cinzento gloriosamente deprimente. Eram sete da tarde e eu esperava a Luísa no hospital, num banco que ainda hoje se aguenta firme na sua decrepitude. Com uma filha num poço sem grande luz, achei que tinha a obrigação de, pelo menos, tentar acalmar o pobre coração em permanente sobressalto da minha mãe, e então, cética até à medula, lá aceitei visitar (mais) uma residência. Segui a Luísa e, no fim do caminho que me iria conhecer os passos de cor seis anos volvidos, entrei, a medo, na Domus.

Nas Laranjeiras, onde vivi os três primeiros meses do curso, ainda que fôssemos seis para uma casa-de-banho minúscula e os utensílios de cozinha não abundassem particularmente, ainda assim eu tinha um quarto só meu onde me podia recolher na minha concha de desesperança. Por isso mesmo, ainda hoje me escapa como é que o meu eu de dezanove anos achou boa ideia ir dividir um quarto com duas desconhecidas numa casa com mais oitenta; se foi divino ou psiquiátrico, eu não sei, mas a Domus salvou-me.

Há casas que contam mais de nós do que nós delas. Se a quinhentos quilómetros a norte as paredes que me viram crescer contam histórias de como os ossos se me alongaram e uma personalidade meia toska se foi assentando em mim, aqui em Lisboa as paredes desta contam como me construíram o carácter, como me definiram os princípios e como me cimentaram os valores. Os tetos da Domus já viram mais de mim do que eu própria: viram-me as noites em desespero e os dias de euforia, os corações partidos e renascidos e partidos novamente, as amizades em forma de abraço e as conversas madrugada adentro. O chão da Domus amparou-me quedas, confortou-me choros e dançou comigo mesmo quando a vida teimava em prender-me os pés.

Não sei muito bem para onde foram estes seis anos. Muitos dias passei-os numa lentidão exasperante, de respiração sustida entre exames, orais, apresentações, histórias clínicas e estágios. E agora, a poucas semanas de acabar a vida que conheço, olho para trás e penso: caramba, os dias foram lentos, mas os anos, esses, nem os vi passar.

Da Domus, levo duas certezas absolutas: a certeza de que a minha casa são as pessoas, e de que as pessoas levo-as comigo.

Inês Macedo  
Finalista de Medicina



## Memórias

A primeira vez que chegamos à faculdade e conhecemos outros lugares, outras pessoas, parece que chegámos a um mundo completamente novo, cheio de coisas para descobrir, experimentar, explorar. Porém, à medida que o tempo passa, estabelece-se uma rotina que envolve estudos, faculdade e poucas vezes tentamos fugir do mesmo padrão que se repete uma e outra vez. A minha fuga, foi a Domus Nostra. A casa que me acolheu e que durante 5 anos foi mais que o meu lar, foi o meu porto de refúgio do stress dos estudos, foi o lugar de encontro com amigas que aí conheci, foi a fonte de carinho e apoio por parte de todas as que aí vivem e trabalham, foi e ainda é semente das muitas memórias que levo. Desde as sessões de estudo em conjunto às noites de conversa nos quartos, das saídas para almoçar aos jantares em grupo no refeitório, das pessoas que passaram por esta casa e que deixaram um pouco de si às amizades que duram anos.



As memórias de todo este tempo, passado dentro e fora desta casa, serão guardadas num lugar bem especial do nosso coração. Dizem que estes anos que passaram são “os melhores anos das nossas vidas”. Então cabe-nos a nós fazer destes e dos próximos momentos algo ainda melhor. Assim, esses “melhores anos” nunca acabarão.

Adelaide Cortes Espadinha  
Finalista de Ciências Farmacêuticas



## Domus Casa

O início de uma nova etapa começou em 2014. O início da vida adulta com novos objetivos, numa cidade nova, e com a curiosidade de experienciar da melhor forma os 5 anos que tinha pela frente.

A Domus Nostra foi a casa escolhida para começar esta fase. Não vinha com nenhuma ideia predefinida do que seria viver numa residência: a gestão do espaço, o convívio, os horários. Os primeiros dias foram importantes para conhecer as outras residentes, caloiras como



eu e veteranas, ambientar ao espaço e às regras. Desde esses dias, apesar de marcados pela novidade de tudo, a Domus passou a ser uma casa e não apenas um espaço para estudar e descansar ao final do dia. Tão casa ficou, que mesmo no 1º ano conseguia passar várias semanas seguidas aqui: a companhia e conforto desta casa assim o permitiam.

Ao longo dos 5 anos, muito se alterou: entrei sem noção do que era ser farmacêutico e saio com vontade de iniciar esta profissão; vinha reticente de viver numa residência e hoje agradeço pela experiência; criei amizades que, entretanto, se transformaram noutras; era ainda adolescente nas minhas atitudes e agora estou mais ponderada.

Como finalista de curso e da Domus, sei que todas as experiências passadas poderiam ter deixado uma marca diferente se não fosse por algumas pessoas a quem gostaria de agradecer: aos meus pais e família por me terem sugerido viver nesta residência e pelo apoio incondicional de sempre e em especial nestes 5 anos; às amigas da Domus que ficam, em especial às amigas do “Dinner Club”, pelas gargalhadas, choros, conversas, saídas, idas ao cinema, e todas as memórias boas e más com as quais aprendemos algo; às funcionárias da Domus Nostra pelo trabalho diário, paciência e amizade que deixam; D. Madalena, D. Laura, D. Maximina, Cristina e D. Joana, pela direção e gestão desta casa de acordo com os valores das Filhas do Coração de Maria.



Laura Ferreira  
Finalista de Ciências Farmacêuticas



## Casa no coração

Há cinco anos à Domus cheguei  
Vinha de longe e de coração apertado  
Mas sem dúvida agora sei  
Que bom foi ter aqui ficado

De caloirinha aqui entrei  
No 401, o melhor quarto!  
Amizades incríveis encontrei  
E de lágrima no olho agora parto

No coração levo esta grande casa  
E esta família que tão bem me acolheu  
Tudo é efêmero, tudo passa  
Mas fica a saudade de quem aqui viveu

A nostalgia de poder recordar  
Todos os momentos bons que aqui vivi  
No meu coração irei sempre levar  
A amizade e o carinho que recebi

Depois de muitas noites de estudo  
Brincadeiras e muita animação  
Só me resta agradecer por tudo  
À minha Domus de coração



Rosa Aparício  
Finalista de Ciências Farmacêuticas



## CAPÍTULO V – Aventura Licenciatura

Recordo como eu estava há quatro anos a entrar neste edifício, juntamente com os meus pais e irmã, a lidar com um turbilhão de dúvidas que se levantavam na minha cabeça e um turbilhão de sentimentos. Em mim, reinava a dúvida e a incerteza; normal no início de um capítulo em que nada conhecemos, em que nos encontramos completamente fora da nossa zona de conforto. Para além disso, de mãos dadas caminhavam também a expectativa e a curiosidade: como serão os parágrafos deste capítulo? Carregados de que tipo de narrativa? Drama, suspense, comédia, ironia, aventura?

A caneta foi deslizando, as páginas foram-se virando, e, como se num piscar de olhos, escreveram-se inúmeras palavras, parágrafos e páginas.



Entrei cheia de expectativa e dúvidas sobre o futuro, sobre aquilo que seria escrito e vivido neste capítulo. Estando agora no fim, se tivesse que escolher as suas palavras chave, escolheria as palavras amizade, dedicação, superação, aventura e crescimento.

A narrativa dos meus quatro anos de licenciatura foi extremamente variada. Tive a oportunidade de me cruzar com pessoas novas, diferentes, que tocaram e marcaram a minha vida à sua maneira. Ajudaram-me a crescer e considero que, juntas, fomos capazes de ultrapassar coisas que não conseguiríamos de outra forma. Algumas dessas pessoas conheci aqui nesta residência, foi a Domus que nos juntou, daí nos apelidarmos carinhosamente como a Domitiva. A Domitiva é um grupo de amigas que, acima de tudo, se aceita como é e que acredita que na vida a prioridade é o riso e o sorriso.

Para além das pessoas, vivi também diferentes aventuras e experiências que me permitiram crescer e ver o mundo de perspetivas diferentes, dando ênfase ao que realmente importa: o ser-se feliz, aproveitar tudo o que a vida oferece e aproveitar todas as oportunidades para crescermos e sermos mais e melhor.

Recordo com carinho todos os momentos que vivi nesta residência, uma segunda casa para mim. Muitos foram os jantares de grupo descontraídos na véspera de frequências, as conversas sérias no meio de canecas de chá e bolachas, os risos genuínos nos diferentes quartos dos diferentes andares e os suspiros no terraço ao som dos aviões.

Volto agora ao presente e dou conta de que estão a ser escritos os últimos parágrafos deste que será, com certeza, um dos melhores capítulos da minha vida. Dou por mim a sentir o sabor agridoce da despedida... Mas este não é o fim. Um capítulo está a ser encerrado, mas a tinta da caneta ainda não acabou. Muitas aventuras estão por vir, muitos risos estão para ser dados, muitas lágrimas estão para escorrer, muitos momentos ainda estão para ser vividos!!

Ana Sofia Pereira  
Finalista de Enfermagem



## E agora? Agora sim!

E agora? 4 anos já se passaram... Parece que ainda ontem era uma mera calouira. Dizer isto parece aquele clichê básico que os nossos pais e avós dizem e voltam a dizer “Aproveita, aproveita que o tempo passa rápido!” e a verdade é que é isso que estou a sentir na pele neste momento.



Por um lado não queria que passasse tão rápido, por outro percebo que a vida é uma escadaria em que é necessário subir degraus, palavra esta que nos induz para algo gradual e evolutivo. Continuando com esta metáfora em exemplos práticos, neste momento sinto que estou com o pé esquerdo no degrau da vida académica e com o pé direito a transitar para o degrau da vida de enfermeira. Agora pergunto, será que estás preparada para o que aí vem, Luciana? Pois bem, adoraria dizer que sim, no entanto há sempre aquela incerteza e medo que nos acompanham, mas também aquela vontade de saber o que há para lá e é isso que torna tudo mais interessante.



Agora sim, no final deste tempo, posso dizer que a vida na Domus Nostra contribuiu em muito para o meu crescimento enquanto pessoa e só tenho a agradecer as amigas incríveis que tive o prazer de construir e os hilariantes momentos que vivenciei, pois decerto que as levarei para a vida e me lembrarei com muita nostalgia.

Imensamente grata,

Luciana Costa  
Finalista de Enfermagem

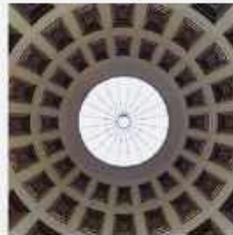


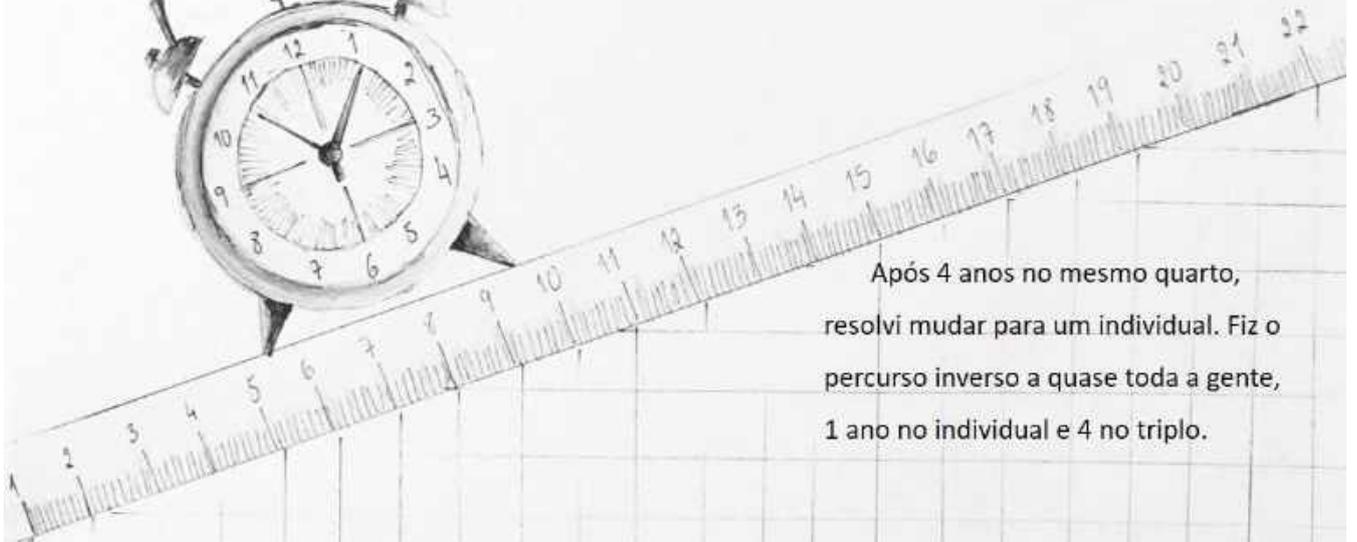


No segundo fim de semana de Setembro de 2014, cheguei à Domus, para o quarto 401.

Escolhi a minha cama, a mais longe da entrada, das janelas e das outras camas. Com a secretária e o armário do lado direito, tudo muito próximo de mim para não ter de me "misturar" com as outras duas colegas que não conhecia.

Mas até correu bem, este primeiro ano, tão bem que resolvi ficar mais 3. Com muitas gargalhadas, algumas partidas, ... discussões, reuniões, noite de jogos, filmes e etc.





Após 4 anos no mesmo quarto, resolvi mudar para um individual. Fiz o percurso inverso a quase toda a gente, 1 ano no individual e 4 no triplo.

Foram 5 anos muito divertidos, todos os dias aprendi algo novo, principalmente de farmácia. Mas também já esqueci!

Gostei muito destes anos que passei na Domus, levo amigas, muitas gargalhadas e novas formas de ver a vida.



Rita Oliveira  
Finalista de Arquitetura



Querida Domus,

Quando aqui cheguei já tinha completado metade da minha caminhada universitária. Nem por isso me entreguei menos a ti. De forma entusiasta, saí de Setúbal num domingo à tarde para em ti pernoitar pela primeira vez no 205, no andar mais perto do Céu. Mal sabia eu que, tempos mais tarde, iria ter a minha vizinha Mariana Dores, cujo riso alto se propaga no seu eixo sagital de superior para inferior. A amiga que sempre esteve comigo.

Lembro-me de não pregar olho até saber a frequência e o horário noturno do tráfego aéreo. Afinal, o aeroporto é já ali. Se eu quisesse sonhar bastava subir ao terraço e ver os aviões passar.

Voltei a ser caloira, agora da magnífica Residência Domus Nostra, e comprometi-me com esta casa que aqui seria feliz. Na faculdade, cantarolava as nossas músicas com orgulho para à noite estar preparada para a praxe. A Serenata “Amar pelos 3” aproximava-se e a Adelaide não queria que nada falhasse. Chegado o famoso dia, a Catarina Martins deu azo à sua imaginação ao maquilhar-me e a Carolina Daniel arranjou a indumentária. As novatas donzelas receberam o Colégio do Pio com “Nunca ouvi ninguém desafinar assim” e, estes não tardaram a dirigir-se para a Rufus, residência paredes meia contigo.

Depois da apresentação aos cantos da casa, a aventura começou e a Maria João disponibilizou-se prontamente a integrar-me. Não tivesse eu entrado aqui pela primeira vez como sua convidada. E, quando menos esperei, a Catarina Negrão surpreendeu-me ao tornar esta casa ainda mais familiar.

Daqui em diante, fui crescendo em ti, juntamente com as minhas amigas e colegas de casa. Cruzaste no meu caminho pessoas que guardarei no meu coração. Ajudaste-me a tornar mais autónoma e mais proactiva. Permitiste que pela primeira vez me sentisse acolhida pela cidade que sempre esteve de braços abertos, Lisboa. Contigo, aprendi a relevar os momentos em família, aquela que Deus escolheu para mim e a que eu escolhi.

Em ti, encontrei sempre o conforto que desejava no final do dia, aquele que aconchega a minha alma e o meu estômago. Haverá algo melhor do que as tuas refeições cozinhadas com amor? Fez-me recordar os almoços que com carinho a minha avó preparava para mim depois de um dia escolar intenso.

Aqui fui muito feliz.

Obrigada.



Inês Rocha  
Medicina



## Afinal o sol brilha em Lisboa

Às vezes pensamos que somos  
Do tamanho do que queremos ser  
Mas só somos o que pensamos  
Quando damos ao sonho asas para crescer.

E assim começam muitas histórias  
Metaforizadas em mim  
Mas que representam cada uma de nós  
Deixar a família sozinha,  
Chegou a hora, vamos ficar sós.

Pedi um raio de luz ao sol,  
Para embalar com carinho,  
E continuando a sonhar,  
Segui o meu caminho.

Porque o sol que me aquecia o coração  
Era o abraço da mãe e o beijinho do irmão,  
Mas lá longe, em Lisboa,  
Quem vai matar a solidão?

Mas Deus programou  
E preparou tudo com cuidado,  
E assim me trouxe à Domus  
Sem nada planeado.

Recebida com amor,  
Integrada com carinho,  
Os dias vão passando  
E as amizades crescem devagarinho.

É uma casa de sentimentos,  
Que não me deixa abrir  
A gaveta da solidão,  
Que me invade o contentamento,  
E me faz esquecer a dor e o sentimento.

Porque a cada degrau das escadas  
Há um bom dia de alguém,  
Há uma palavra de apoio,  
Que já não consigo viver sem.

São pessoas que se conhecem,  
São pessoas que nos marcam,  
E que nos unem à sua vida,  
É mesmo uma casa,  
Que vale a pena ser vivida.

Se amizade é sentimento,  
E preconceito contradição,  
O primeiro nasce na Domus,  
O segundo aqui não há, atenção!

À hora do jantar estamos,  
Todas juntas em comunhão,  
É tão bom sentir,  
Que com apenas as palavras damos a mão.

Hoje não é preciso chorar  
Não é preciso trabalhar as mágoas  
Nem a tristeza ou a solidão,  
Porque aqui na Domus,  
Há sempre alguém para nos aquecer o coração.

Deixei de pedir ao sol,  
Que mandasse um raio  
Para me iluminar,  
A luz que agora tinha,  
Era da casa que me via sonhar.

E a Domus me mostrou  
Que amizade também se cria,  
E nos aquece o coração,  
Dá força ao nosso sonho,  
E nos encaminha para a imensidão.

Helena Baltazar  
Medicina



## Uma futura veterinária por Lisboa

Já desde pequenina que sempre tive o sonho de ajudar os animais e de poder dar-lhes uma vida melhor, por isso veterinária era o curso que iria satisfazer este grande sonho de criança. Infelizmente (ou felizmente), para tal acontecer tive que tomar a decisão de deixar a minha casa nos Açores e vir para Lisboa viver e estudar. Se foi fácil? Claro que não, quem é que, aos dezoito anos, está pronto para deixar a sua família e todos os confortos que tinha... mas vale a pena? Passando a citar, sem cair em cliché, “tudo vale a pena quando a alma não é pequena”.

Grandes recompensas demandam grandes sacrifícios. O primeiro desafio: encontrar um sítio decente que satisfizesse as necessidades básicas e em condições, de preferência, para uma aluna universitária e a um preço razoável, se possível? Quase impossível! Já em Junho, antes de sequer fazer os exames e ter a absoluta certeza para onde iria, mesmo dentro das opções que existiam, a minha mãe andava a stressar e passávamos horas a procurar quartos, casas, apartamentos, residências. No entanto, havia sempre um problema: ou era muito caro e não valia o preço, ou a mãezinha não gostava, ou era a bom preço mas sem condições nenhuma.

Bem, chegando a Setembro e com entrada na Faculdade de Medicina Veterinária confirmada, ainda não tínhamos decidido um sítio; logo, fomos vê-los uma semana antes de começarem as aulas. Acabei por ficar a viver com uma senhora na casa dos 50 anos, arquiteta, com bom aspeto, inteligente e disse que tinha um cão felpudo? Bónus! Triste, ao fim do primeiro semestre (sem contar com Dezembro), não nos demos muito bem e quase fui expulsa porque não passava tempo nenhum com a “tia”, sim era o que ela gostava que lhe chamasse. Enfim, no segundo semestre arranjamos outra casa partilhada com estudantes de Erasmus e/ou trabalhadores, confortável, mas ninguém comunicava entre si o que não era muito agradável, na minha opinião.

Foi então que no 1º semestre do 2º ano, a minha tia falou da sua experiência que tinha tido no Domus Nostra e que tinha gostado bastante, pois foi lá que criou laços com várias pessoas de todos os cantos do país. Fiquei curiosa. Ao fim destes últimos 6 meses, concordo com ela, partilho o quarto com duas raparigas, fiz amigas, tornei-me mais “aberta”, superando alguns medos e receios iniciais, claro, mas fiquei melhor aqui, sem dúvida. Obrigada ☺

Francisca Santos  
2º Ano Medicina Veterinária



## ***Mais que Uma Residência***

Ao entrar na Domus Nostra podemos pensar que esta é apenas mais uma residência de estudantes, uma casa como outra qualquer para a qual voltamos no final do dia para dormir. Mas não, a Domus é bem mais que isso. Entre a azáfama de cada dia, conseguimos encontrar neste sítio a oportunidade de fazer coisas novas, coisas diferentes. Para isso temos as atividades da Domus.

Uma destas atividades, que envolve tanto as residentes que acabaram de chegar como aquelas que já estão há algum tempo é a Praxe. Nas palavras de uma caloiira: “Os dias de Praxe na Domus foram indescritíveis, com ela crescemos e vivemos momentos incríveis, cada momento valeu por tudo! As atividades realizadas, como o exame de admissão, os ensaios, a serenata, a Gala do Pio XII, o tribunal e a festa final permitiram o desenvolvimento de um espírito de interajuda, solidariedade, felicidade, criatividade e respeito. A Praxe permitiu uma melhor adaptação à residência bem como construir laços e amizades que pretendemos guardar para toda a vida.” Já para as Híbridas e Veteranas: “A praxe permitiu-nos conhecer as pessoas que chegavam pela primeira vez, ajudá-las e orientá-las nesta nova etapa que começavam, seja nesta casa, seja fora dela.”

Um outro acontecimento que se dá no início é a Missa de Abertura do Ano Letivo, um momento de reflexão, confraternização, convívio e sobretudo celebração do início de mais um ano nesta casa. Mais tarde, realiza-se ainda a Missa de Natal seguida de uma pequena festa onde entre bolos e chocolate quente, reafirmamos os laços que fomos construindo ao longo do primeiro semestre.



Podíamos mencionar muitas outras atividades, como os Momentos de Oração e Reflexão, oferecidas pela Domus para nos enriquecer não só como estudantes, mas também como pessoas, porém passaríamos o tempo a falar e o melhor a fazer neste tempo é realmente experimentar viver a Domus Nostra.

Adelaide Espadinha (5º ano), Marta Branco (2º ano), Beatriz Fernandes (1º ano)



## Domus Nostra 30 Anos 1989 / 2019

2019 - trinta anos depois do meu 1989.

Hoje, volto com o mesmo propósito – só que desta vez não sou eu que trajo, é a minha filha Catarina.

Hoje, volto à nossa casa, à Domus Nostra, que nos acolheu, a mim e a ti, quando iniciámos uma nova etapa – a nossa vida académica.

2019, trinta anos depois, o que é que mudou? Tudo e nada.

Já cá não está o Sr. Padre Carrilho que tanto gostávamos de ouvir e que tinha sempre um sorriso.

Já cá não está a Maria Adelaide nem a Marilda... incansáveis, solícitas e bondosas mas sempre atentas às nossas traquinices!

Já não há os “bilhetes com recados” – “Telefonou a sua mãe, três vezes!... Ah, e também já ligou para cá aquele rapaz!”

Já não há paredes dos quartos pintadas à vontade de cada uma – vermelhos, castanhos, ... enfim!

Já não é preciso esperar pelo padeiro para entrar com o raiar do sol. Benditos cartões que vos deixam entrar em casa a qualquer hora.

Já não precisam de almoçar no Gemini, aos sábados e aos domingos. Agora têm uma cozinha e os congeladores cheios de tupperwares das mães!

Já não precisam de pedir à dona Ermelinda que vos lave e passe os lençóis. Agora têm máquina de lavar: Um luxo!

E por falar em máquinas... máquina de café? Não sabem como era bom, depois do jantar, ir ao café do senhor Rodrigues e da dona Catarina!

Salas de Estudo? Sortudas!... mas nós tínhamos um ginásio! Ah... e uma cabine telefónica, no segundo andar, que funcionava com moedas de vinte e cinco tostões... a fila que fazíamos... e eu que só queria telefonar ao tal rapaz que já tinha ligado!!!

Mas nada disto importa.

2019, trinta anos depois, o que é que mudou? Nada.

A Tina, a Cristina, a dona Maximina, a dona Júlia, a dona Angelina (que entretanto já se reformou), ... ah e o bacalhau à Brás, o arroz de pato e mais um sem fim de iguarias, que ainda recordo... estão na mesma.

Os elevadores continuam a pregar-nos/vos sustos de quando em quando.



A sala de jantar, igual a si mesma. A sala da televisão, a entrada, o PBX e o caderninho onde anotávamos “n.d.”...

E a nossa capela, onde tantas vezes nos sentávamos e pedíamos uma luzinha para nos guiar.

O amor, o carinho e a amizade que se respira nesta casa são os mesmos. A Domus não mudou.

Trinta anos passados, as saudades que eu ainda tenho!

Abraços e beijinhos e carinhos sem ter fim!

P.S. - Não tarda, volto para te vir buscar a ti, filha Beatriz, e sei que tudo continuará igual!

Isabel Negrão  
(Mãe da Catarina Negrão)  
19 maio 2019

## ***Domus Vostra***

**D**omus Nostra, a vossa casa

**O** lugar mais acolhedor

**M**uito simples e familiar

**U**m espaço de partilha e criatividade

**S**empre repleto de felicidade.

**N**esta nossa/vossa casa

**O**rgulhosa de vos ter cá.

**S**abedoria, amor e fé

**T**ransportem no coração

**R**eflexos deste aprender,

**A**mizades que vencerão.



Pais de Adelaide e Daniela Espadinha  
Maio de 2019



## Uma Marca para a vida!

A Domus Nostra marca a minha vida desde pequenina, por essa razão costumo dizer que também sou desta casa!

A Domus representou uma época para esta comunidade, para este pacato bairro de Lisboa, para muitas crianças, muitas famílias.

Para mim, representava a casa onde se assistia à missa, na sua pequena Capela, mas cheia de luz, muito simples na sua arquitectura, o Sr. Padre António Carrilho (actualmente, D. António Carrilho, Bispo emérito do Funchal) com a sua figura solene, muito sereno e de sorriso tranquilo.

A casa da catequese:



Para mim e para muitas crianças, esta casa não era uma residência de estudantes mas sim a casa da catequese e das Irmãs, para mim nas pessoas da D. Filomena e da Belém.

Depois da escola (em frente), era aqui que assistíamos à catequese onde recebíamos umas folhas com o tema do dia contendo uma frase e um desenho que nós pintávamos com lápis de cor (uma felicidade!!), ainda hoje existem estas folhas que dão muito jeito na recepção!!

Além da missa e da catequese, as irmãs prestavam ainda outro notável serviço à comunidade: a ida à praia. Todos os anos, na 1ª quinzena de Julho, com a ajuda das catequistas, do grupo de jovens e algumas mães como a minha (monitora dos bebés – muito difícil e muito trabalho!!) lá íamos nós todos os dias até à Costa da Caparica.

O grupo de jovens reunia-se no ginásio da Domus, no 1º piso, onde existia um palco e um espaldar, entre outras actividades ensaiavam as músicas e os cânticos para a missa; por essa razão, a minha mãe ofereceu-me uma viola e foi também nesta casa que aprendi a tocar.



Mais tarde, e já crescida, passei pela biblioteca da Domus, era necessário organizar as fichas de todos artigos presentes.

Entretanto, a minha mãe já fazia parte da equipa da recepção ou PBX que naquele tempo era uma central manual onde se recebia e fazia muitas chamadas telefónicas.

Lembro-me de passar por cá depois das aulas e o salão da entrada estar cheio de pessoas - as residentes, os amigos que esperavam ou simplesmente aqui se encontravam. Não existiam telemóveis ou computadores e, como tal, era ali que ficavam depois do jantar, a conversar, havia muita risota, esperavam-se telefonemas ou pedia-se para ligar (D. Júlia, preciso que me faça uma chamada...) um PBX sempre com movimento; tocava-se para os quartos à procura das meninas para passar os telefonemas; de quando em quando, interrompia-se as chamadas porque estavam muito tempo a ocupar a linha. Os pais e amigos deixavam recados que eram escritos e deixados no espigão (estava sempre cheio) e quando chegavam a casa iam sempre à procura de uma mensagem!!

Habituei-me a ouvir a minha mãe a contar as histórias e peripécias que aqui aconteciam, brincadeiras e partidas que lhe pregavam, como no Carnaval em que havia sempre alguém a mascarar-se e a pregar sustos a toda a gente! A festa do Natal e a troca de presentes da amiga mistério!

Fui sempre acompanhando a história da Domus e há mães das actuais residentes que se lembram de mim (somos da mesma geração); também conheci algumas directoras da Domus, algumas enquanto estudantes e residentes como a Eva Santos ou a Joana Cordeiro, muito novinha com o seu ar de menina.

Finalmente, a Domus Nostra volta a marcar a minha vida, pois num momento particularmente difícil, foi aqui que, numa feliz coincidência, encontrei uma porta aberta, fui recebida com muito carinho e apoio pela Madalena Lopes, a D. Laura Marques, a D. Maximina, todas as irmãs da Comunidade, todas as colegas (grandes colaboradoras da Domus), a Tina, sempre organizada e a ensinar como se deve fazer para que tudo funcione bem, a Joana, com quem troco lembranças do antigamente.

Esta casa continua a ser uma Marca e um lugar de serenidade, paz e tranquilidade.

Ana Cristina  
Maio 2019

# Deus escreve direito

Deus escreve direito por linhas tortas  
E a vida não vive em linha recta  
Em cada célula do homem estão inscritas  
A cor dos olhos e a argúcia do olhar  
O desenho dos ossos e o contorno da boca  
Por isso te olhas ao espelho:  
E no espelho te buscas para te reconhecer  
Porém em cada célula desde o início  
Foi inscrito o signo veemente da tua liberdade  
Pois foste criado e tens de ser real  
Por isso não percas nunca teu fervor mais austero  
Tua exigência de ti e por entre  
Espelhos deformantes e desastres e desvios  
Nem um momento só podes perder  
A linha musical do encantamento  
Que é teu sol tua luz teu alimento

Sophia de Mello Breyner Andresen, in Búzio de Cós

