

O B S A H

Gente	7
Uma chávena de chá	10
Parábola	12
Afinal, os génios	15
As orelhas do abade	17
Beethoven	20
Coimbra	23
A lenda de Santa Galo	26
O telefone em Portugal	30
Televisão	34
O oiro negro	38
Leninegrado	43
A chuva	47
O homem é a medida de todas as coisas?	52
Os Jogos Olímpicos	57
Conhece-te a ti mesmo	61
Um bom conselho	64
Lenda das amendoeiras do Algarve	70
Exageração	74
Do sonho à realidade	79
O detective perdeu o guarda-chuva	83
O pano subiu	91
O segredo do êxito	94
Antes da escrita	100
Precauções a tomar pelos banhistas e nadadores	103
FÁBULAS	106
A mulher ambiciosa	107
O gato e os ratos	108
Os viajantes e o plátano	109
O cão ambicioso	111
A raposa e o bode	112
POESIAS	113
Amor é um fogo (Luís de Camões)	113
Liberdade (Fernando Pessoa)	114
Mar Português (Fernando Pessoa)	116
Autopsicografia (Fernando Pessoa)	117
Tenho uma grande constipação (Fernando Pessoa)	118
Depus a máscara (Fernando Pessoa)	119

Lisboa (Sophia de Mello Breyner Andresen)	120
Entre Março e Abril (Eugénio de Andrade)	121
Lisboa (Eugénio de Andrade)	122
Aguarela (Miguel Torga)	123
Lição (Miguel Torga)	124
Bucólica (Miguel Torga)	125
Romance do Menino-Deus	126
CONHEÇA PORTUGAL, A TERRA, OS HOMENS, A COZINHA	
Porto	128
A vida activa do Porto	129
O portuense	131
Tripas à moda do Porto	132
Canção do vinho do Porto	134
Folar de Trás-os-Montes	135
Os caçadores (canção)	136
Coimbra	137
O Mondego	137
Os ambientes conimbricenses	139
Endechas do rio Mondego (Afonso Lopes Vieira)	140
Marcha de Lisboa (canção)	141
Arroz-doce	142
Lisboa (As origens do nome Lisboa)	143
Lisboa - inícios da sua história e expansão	144
Alentejo	147
Serão (Miguel Torga)	148
Teresinha (canção)	149
Açores - escala na rota oceânica	150
Açores	152
Descoberta dos Açores	152
Madeira	154
O Funchal	156
Descoberta de Porto Santo	157
Organização da Ilha da Madeira	157
Bolo de mel da Madeira	158