

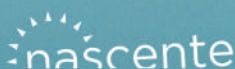
O bestseller que está a comover o mundo

# 25 Gramas de Felicidade

Como um minúsculo ouriço-cacheiro  
pode mudar uma vida



Massimo Vacchetta  
com Antonella Tomaselli

nascente

# Introdução

As páginas que vos esperam relatam uma história verdadeira até à medula. A história do Massimo Vacchetta e dos seus ouriços. Encontrei o Massimo por acaso — mas talvez nada aconteça por acaso — e tive logo uma enorme vontade de escrever sobre ele. Sobre o seu mundo de ouriços e do Centro «La Ninna». Escrevi sobre ele num jornal semanário com o qual colaboro: *Confidenze tra amiche* (Mondadori).

Resumi a sua história em duas páginas. E foi muito bem recebida pela crítica e leitores.

Depois, chegou a proposta da Sperling & Kupfer: «Escrevemos um livro sobre o tema?» E aqui está ele. O Massimo contou-me tudo, em horas, dias, semanas, meses de telefonemas. E eu ouvia. Enquanto falava, ocupava-se dos seus ouriços. Sim, porque não tinha muito tempo livre. Eu apenas ouvia. Atentamente. Para não perder nada. Inclusive as palavras não verbalizadas. E, sobretudo, as emoções, positivas e negativas, ansiando por transmiti-las depois a quem iria ler. Tentando não usar, nem mesmo inconscientemente, qualquer filtro. Embora não seja cem por cento possível: por vezes, o coração — às escondidas — escreve sozinho. E não te apercebes.

Desde pequena que também adoro animais. O meu marido e o meu filho igualmente. Temos quatro cães: *Luna*, *Mare*,

*Blu e Mostrilla*. E um gato cor-de-rosa que nos visita todos os dias. E fica connosco. Fascinados, recebemo-lo sempre de braços abertos. Chama-se *Pinky*. Temos também cerca de 15 peixes vermelhos, num pequeno lago fabricado propositadamente para eles. Aí também vivem rãs. Com o seu coaxar, preenchem o ambiente durante o verão.

Contudo, nunca vimos ouriços no nosso jardim, mas sabemos que vagueiam por aqui durante a noite.

Mas voltemos ao Massimo. Todos os habitantes desta terra são únicos. Na verdade, o Massimo é ainda mais especial. Entre uma história e outra, dou por mim a pensar que ele jamais envelhecerá. Porque tem uma alma de poeta com o olhar de uma criança. Por isso, consegue ver beleza mesmo onde os outros não a veem. Ele é assim, como irão ler. Sentimental e sonhador. Com os seus erros e as suas fraquezas, que não esconde. Com os seus tormentos. Com as suas dores. Com as suas alegrias. Com as suas inseguranças e com as suas certezas. E com a sua vontade de fazer e de dar, que é incontestável. Pelo menos enquanto um ouriço esquecido por todos precisar dele. Pelo menos enquanto houver vida.

*Antonella Tomaselli*

# 1

Maio de 2013. Iniciava-se uma primavera maravilhosa. Que, porém, me passava ao lado. Ou, um pouco esbatida nas cores e nos perfumes, parecia caminhar por outros lados. Não a via, imerso nas minhas inquietações.

Dentro de mim, ardia uma urgência de mudança. A vontade de concretizar sonhos ainda não se dissipara. Apesar de tudo. Não obstante as feridas infligidas e as batalhas perdidas.

Afastei o cabelo da testa, como se afastasse os maus pensamentos, e entrei no *closet*. Escolhi, combinando as cores com extremo cuidado, um par de calças, um pulôver de gola alta, um casaco sem forro, sapatos, meias. Tudo apumado, olhei-me ao espelho. Ao maior. Tudo perfeito, mesmo nos pormenores. Entrei na sala. Ela, a Greta, estava ali. Aconchegada no sofá. Desviou o olhar do *tablet*.

— Estás muito bem — exclamou, satisfeita.

Enquanto olhava para mim, dissolveu-se a sua expressão suave.

— Mas os teus olhos transmitem melancolia. Mesmo quando sorris... — continuou quase num sussurro.

Esbocei um meio suspiro, como resposta.

— Não me demoro — referi e, agarrando nas chaves do carro, saí. Guiei calmamente pelo trânsito, enquanto na minha

mente se alternavam de novo e se misturavam sensações e reflexões. Estava insatisfeito com o meu trabalho e com a minha vida. Parecia que vagueava por uma escuridão vazia, sem nenhuma orientação. Precisava de algo que me entusiasmasse. Que me desse aquela vontade de viver de que tanto gostava. A Greta motivava-me, acreditando ajudar-me. Mas não queria seguir o caminho que ela me sugeria. Era o caminho dela. Não o meu.

Quando acabei o secundário — nessa altura ainda não a conhecia —, decidi que queria ser veterinário. Pareceu uma escolha ao acaso a todas as pessoas à minha volta — inclusive a mim. Mas não foi. Apenas mais tarde me apercebi de que tinha raízes longínquas. Na minha infância. Ou talvez o desejo de ajudar os animais tivesse nascido comigo. Talvez.

Contudo, após anos de trabalho, encontrava-me ali, com algo de que já não gostava. Com algo que me faltava. Uma grande ausência da qual pressentia o peso sem conhecer o nome.

Pragmática, a Greta insistia:

— Tenta fazer outra coisa. Por exemplo, poderias interessar-te por animais pequenos. Cães, gatos. Todos os animais domésticos. Sabes que irias ganhar muito mais? É que tens de pensar na reforma. Uma reforma que te dê garantias. Ou um seguro.

Parecia o meu pai a falar: faz isto, faz aquilo. Mas não era para mim, não sou assim. Sou o oposto das pessoas que programam a vida. Não era o meu estilo. Não me via fechado numa clínica entre vacinas e *microchips*. Estava habituado a situações variadas, inclusive mais extremas.

Mas.

Mas, pressionado por ela, começara a trabalhar em duas clínicas para animais de pequeno porte. Apenas duas vezes por semana. Estava a dirigir-me precisamente para uma. Tinha de

substituir Andrea, o proprietário, durante o fim de semana. Quando cheguei, após os cumprimentos, deu-se início à passagem de testemunho, enquanto trocávamos piadas sobre nós e sobre o trabalho. Antes das despedidas, mostrou-me uma caixa. Lá dentro estava um pequeno animal. Era muito pequeno.

— É uma cria de ouriço — disse-me.

Observava com curiosidade aquele ser minúsculo.

— Foi encontrado por uma senhora. No jardim. É um órfão. Trouxe-mo, porque não sabia como cuidar dele — continuou o Andrea.

O ouriço ainda tinha os olhos fechados. E a pele completamente rosa, sem pelos. Os espinhos eram brancos e macios, um pouco desorganizados. Levantavam-se precisamente por detrás das suas pequenas orelhas e cobriam todo o dorso.

— Talvez tenha nascido há dois ou três dias, pesa apenas 25 gramas — precisou o Andrea.

— Mas vinte e cinco gramas não é praticamente nada... — comentei.

— É verdade... Terás de lhe dar comida várias vezes.

— Que tipo de leite se deve dar em substituição do leite materno?

— Aconselharam-me o leite de cabra. O leite de vaca não é bom, porque tem um elevado conteúdo de lactose, um açúcar que os ouriços não suportam. Terá de ser dado com uma seringa. Gota a gota.

— É um caso clínico muito especial!

Agarrei no ouriço e pu-lo na palma da minha mão, para o observar melhor. Detive o olhar durante um momento nas patas da frente: os dedos finos pareciam minúsculas mãos. Emocionou-me a semelhança, mas, restabelecida a emoção que me invadia, propus a Andrea, sorrindo:

— Vamos tirar-lhe algumas fotografias e depois publicamos no *Facebook*.

Tirámos várias *selfies* com os *smartphones*. Eu, ele e o ouriço. Eu e o ouriço. Ele e o ouriço. Escolhemos as melhores para publicar. Despedimo-nos. E regresssei a casa, onde me esperava a Greta.

Na manhã seguinte, arranjei-me com o habitual e minucioso cuidado. Vesti umas calças de ganga e uma camisa azul de linho. Examinei os casacos e escolhi um informal, mas de corte perfeito. Cor havana-claro. Combinei com calçado desportivo. Aprontei-me cuidadosamente em frente do espelho. Dava muita importância ao meu aspeto físico, estava consciente de ter alguma beleza e evidenciava-a.

Como combinado com o Andrea, fui até ao seu consultório. Em primeiro lugar queria cuidar do ouriço. Aquele animalzinho curioso tinha-me dado uma certa pena no dia anterior. Abri a porta e ali estava ele, imóvel. Ouvira um lamento. Um pequeno pranto, ténue. Como de um pintainho. Ou de um passarinho. Minúsculos e contínuos gemidos, intervalados por pequenas pausas. Atingiam o coração. Dilacerando-o. Fazia-me sentir mal. Sons ténues, mas agudos, em forma de lágrima.

O ouriço pedia ajuda.

Aproximei-me da caixa, repleta de serradura, onde ele se encontrava. Agarrei no animalzinho e coloquei-o na mesa ao lado.

O ouriço estava frio. O gelo da vida que se dissolve, para dar lugar à morte. Tive uma enorme pena daquele pequeno animal. Fui invadido por emoções conhecidas, mas novas, como se acordasse de um momento de letargia em que as havia ocultado, ou aprisionado, durante muito tempo. Não gostava de ver um animal sofrer, infelizmente. Criara um escudo de proteção que me permitia algum distanciamento. Um escudo que de repente se quebrou perante aquela criaturinha.

Olhei para a cria de outra forma. Vi a sua condição de órfão. Imaginei a sua mãe atropelada por um carro, enquanto procurava comida. Talvez esmagada na estrada. Ou então impossibilitada de regressar à sua toca. Imaginei-o a esperar em vão pela sua mãe. E o seu medo. Provavelmente, desesperado, saía do seu ninho. Para procurar a mãe. E, num instante, como um lampejo, senti a sua solidão. Total. Absoluta. Reconheci-a. Era como a minha, como a minha em pequeno.



## 2

Os meus avós maternos fizeram parte da minha infância. Viviam no campo, eram agricultores. Duas pessoas pacatas, tranquilas. Braços para me refugiar.

Passava muito tempo com eles, sobretudo durante as férias escolares, porque os meus pais trabalhavam. A avó Caterina era uma pessoa simples. Transparente como o vidro. Ela era a bondade em pessoa. Uma cultura limitada e algum grau de analfabetismo, misturados com a mentalidade da época e daqueles sítios, não ofuscavam a sua gentileza e beleza. Por vezes, levava-me aos estábulos com ela. Era pequeno pelo que me levava numa cesta. Sentava-se a meu lado e tricotava, enquanto me contava histórias. Eu ouvia. E observava vacas e vitelos. E andorinhas que ali faziam os seus ninhos. Em grande quantidade.

Quando era mais velho, acompanhava-a no trabalho nos campos, tentando ajudá-la. Depois, íamos até uma fileira de árvores no final do prado. Sentávamo-nos na erva, à sombra. Ela retirava o almoço ou o lanche de um cesto que levava consigo. Comíamos. Abraçados pelo perfume do feno. E estava tudo em silêncio. Por vezes, dormitávamos ali, com a coluna de som de grilos e cigarras, orientando os nossos ritmos lentos do campo, daqueles dias, daquela estação.

O avô era uma personagem extraordinária. Nunca levantava a voz. Mas era rígido, inclusive, por vezes, severo. Homem de campo, muito íntegro e com inteligência apurada. Todos podiam perder a cabeça, mas ele mantinha-a bem presa ao pescoço. E punha-a a funcionar. Calmíssimo por dentro e dinâmico por fora. Ativo. Tinha um problema de asma. A sua respiração era sempre acompanhada de um sibilo. Continuamente. Dava três passos e tinha de parar por um instante, como se recuperasse o fôlego. Ele aguentava-o com um enorme desconforto. Mas não se deixava condicionar demasiado por essa situação. O meu pai, que era obcecado por medicina, estava sempre a fazer-lhe aerossóis, a cuidar dele. Dizia:

— Assim prolongo-lhe a vida.

E era verdade: ajudou-o bastante. Em casa dos avós vivia o Osvaldo, o irmão mais novo da minha mãe. Mais do que o meu tio, era um irmão para mim. O irmão mais velho. No final do verão voltava para casa com a mãe e o pai. As despedidas pareciam um funeral. A avó chorava. Também eu chorava.

Contudo, em casa dos meus avós também conheci a solidão. A ausência. O meu pai e a minha mãe faziam-me uma curta visita à noite. Eu esperava por eles. Ao entardecer, plantava-me junto à janela da cozinha. Quase imóvel. Ansioso, seguia com o olhar os faróis dos carros que se aproximavam. Ficava em silêncio. Sentia saudades da minha mãe. Muitas.

No outono, quando regressava a casa, ia para a escola. Frequentava um colégio gerido por freiras. Ao som do sino, todas as crianças se iam embora, estrilhando e rindo. Apenas eu ficava. Longas, intermináveis tardes. Até às quatro e meia ou cinco, quando a minha mãe me ia buscar. Também na escola esperava junto a uma janela. Horas infinitas. Completamente sozinho. Muitas vezes desenhava. A irmã Francesca dizia-me que era muito bom. Sempre que via os meus desenhos estampava um *oh* de maravilha no rosto.

Se estivesse bom tempo, tinha autorização para ir até ao pátio do colégio. Gostava mais. Até porque havia um jardim e andava de bicicleta. Para trás e para a frente. E também às voltas. Para trás e para a frente, e às voltas. Por vezes, parava, um pé apoiado no chão, o outro ainda no pedal, para observar uma borboleta. Ou, então, largava a bicicleta e seguia um lagarto. Observava formigas e outros insetos de que não conhecia o nome. Todos os dias se repetia a mesma angústia. O medo de que a minha mãe não viesse. Nunca mais. Depois, ela chegava. E eu corria ao seu encontro. Ela sorria. Abraçava-me. Punha-me no selim da sua bicicleta e conduzia-a. Regressávamos assim a casa. Enquanto falávamos do nosso dia. Em junho, terminava a escola. Mas os meus pais não me levavam logo para os meus avós. Eu ficava naquele colégio até que realmente fechasse para férias. Era a única criança que ali ficava. As voltas no pátio com a minha bicicleta BMX duravam todo o dia. Para trás e para a frente e à volta dos castanheiros.

Sempre com o medo de a perder, a minha mãe. Herdara-o do meu pai: era hipocondríaco, e as suas conversas eram muitas vezes sobre doenças e morte. Todos os dias inventava uma doença nova.

— Tenho cancro. Dificilmente vou chegar aos 30 anos — sentenciava.

Eu era pequeno. Com o tempo, fui-me apercebendo da sua doença. Na altura não. Acreditava que morreria antes dos 30 anos. Ficava muito triste. Respirava a todo o momento as suas ansiedades. Que inevitavelmente se tornavam minhas e que se projetavam na figura da minha mãe. Aliás, o meu pai e a minha mãe estavam sempre em desacordo. Ameaçavam separar-se. E essa ameaça era terrível para mim. Receava perdê-los. Sim, iria perdê-los, porque se iriam separar ou porque ficariam doentes. Uma das duas situações. Não havia como escapar. E o meu coração de menino estava muito assustado. A minha

infância foi acompanhada por este medo de abandono. Pela ausência. Pela solidão.

Aqui estou eu, no consultório do Andrea, num sábado de manhã, a observar o pequeno ouriço que chora; compreendo de imediato os seus medos, o seu desespero. Porque os conheço.

### 3

Aquele animalzinho já não tinha mais ninguém no mundo. Só eu o podia ajudar. Pela primeira vez na minha vida, dei por mim a falar com um ouriço:

— Não te vou abandonar, pequenino. Não te deixarei aqui, nesta caixa a morrer de frio e de fome. Farei o possível para te salvar.

Tinha de pensar rapidamente. Primeiro, era urgente ganhar um pouco de calor e, por isso, pus a seu lado um bule de água morna. Depois, fui rapidamente ligar o meu computador portátil: queria informações concretas. Não sabia nada sobre ouriços, excetuando as quatro ou cinco noções comuns. Comecei a pesquisar. Entrei num fórum dedicado ao assunto. A administradora era a Giulia. Telefonei-lhe, mas não respondia. Uma, duas, três vezes. Nada. Fiquei ansioso.

Finalmente atendeu. Inundei-a com um monte de palavras rápidas, umas atrás das outras, quase sem respirar:

— Giulia, chamo-me Massimo e tenho um pequeno ouriço que pesa 25 gramas e foi encontrado ontem, estamos a dar-lhe leite de cabra, mas tenho a impressão de que não está a correr bem. — Pequena pausa para respirar. — Agora o pequenino parece-me frio e acho que precisa de tratamentos, mas não sei quais são, ajuda-me, por favor.

A sua voz doce e o tom sereno pareciam adequados para aplacar as minhas angústias. Começou tranquila, mas precisa:

— Pois, a tua impressão está correta: o leite de cabra não é o ideal. Sim, hidrata-o, mas não o alimenta o suficiente. A mãe ouriço tem um leite muito mais concentrado, riquíssimo em proteínas e em gorduras, quase sem açúcar. Tens de dar leite em pó para cachorros. Não pode ser um qualquer. Existem apenas dois que são adequados. Embora não sejam o mesmo que o leite da mãe, são melhores do que o leite de cabra. Escolhe um entre os indicados.

— E onde os encontro?

— Em várias lojas que vendem artigos para animais. E também em algumas farmácias.

— Está bem, e como devo dar-lhe? Com uma seringa? Com um pequeno biberão?

— A seringa é uma boa opção. Tens de estar muito atento para que o leite não escorra na vertical. O pequenote poderia morrer de pneumonia por aspiração. Tens de ir dando devagar. Depois, tens de massajar a zona genital para estimular a defecação. Seria assim que faria a sua mãe. Deverás tratar dele como se fosses a mãe dele. Mas como não és um ouriço... — interrompeu por soltar uma gargalhada. — Com um pedaço de tecido suave, ou, melhor ainda, um disco de algodão hidrófilo, que as mulheres usam para se maquilhar. Embebe-o com um pouco de óleo de amêndoas doces, envolvendo-o com um dedo e massajando suavemente. É uma ação fulcral. Nas primeiras três semanas de vida, os ouriços não conseguem expelir sozinho as fezes e a urina, pelo que se não forem ajudados poderão formar-se perigosos blocos.

A Giulia continuou até esgotar a lista de todas as principais informações. Foi a única vez em que falámos. A seguir, os nossos contactos, embora intensos, foram apenas via e-mail e SMS.

Quando nos despedimos, comecei a procurar na Internet lojas para animais, armazéns, farmácias. Fiz um número infinito de telefonemas, mas o leite em pó para cachorros que me indicara a Giulia não consegui encontrar. Algumas das pessoas que contactei nem sequer sabiam da sua existência. Finalmente, um fornecedor florentino disse-me que podia encomendar, mas não iria chegar antes da quarta-feira seguinte.

— Não é possível conseguir mais cedo? — implorei.

— É sábado, não posso fazer o pedido antes de segunda-feira de manhã. Enviá-lo-ei por estafeta. Mais do que isso não consigo... — respondeu.

Resignei-me, só me restava esperar.

Entretanto, iria continuar a dar leite de cabra, talvez aumentando um pouco o número de refeições.

Agarrei no pequeno ouriço e levei-o para minha casa. A Greta recebeu-me curiosa.

Enquanto lhe contava todas as aventuras, andei à procura de uma caixa de cartão, coloquei no fundo uma suave toalha de algodão e pousei o pequeno ouriço. Contudo, voltei a pesá-lo: continuava com 25 gramas. Bem, pelo menos não perdera peso! Pus a seu lado um novo bule de água quente. Queria pôr-lhe uma coberta por cima, mas a Greta opôs-se:

— Não, isso já é um exagero! Assim sufoca-lo!

Dei-lhe razão. Não podia perder tempo: tinha de dar um pouco de leite à criatura. Agarrei numa *butterfly* — uma daquelas agulhas em forma de borboleta que se usam na terapia intravenosa — e cortei, cerca de um centímetro, a borrachinha que vai do topo da seringa até à agulha. Assim reproduzia uma espécie de mama. Uma maminha minúscula. Introduzi-a na seringa de insulina, à qual retirara a agulha, e enchi-a com o leite.

A Giulia explicara-me como segurar no ouriço, enquanto lhe dava a comida. Coloquei-o na mesa, segurando-o com a mão

esquerda, para que mantivesse as patas da frente estendidas e as patas traseiras fletidas.

— Como a posição de um cão deitado, com a cabeça esticada. Só para te dar um exemplo — precisara ela.

Apoiei delicadamente dois dedos nas laterais da nuca, para impedir que se mexesse. Com a mão direita aproximei a seringa da boca. Dei-lhe o leite gota a gota, seguindo o seu ritmo, com extremo cuidado: uma gota, para que conseguisse deglutir, e mais uma gota. Não queria que escorresse transversalmente. Também estava consciente do perigo de uma pneumonia por aspiração. É tão grave que pode ser fatal. Empurrava muito devagar o leite da seringa, fazendo sair apenas 1 centilitro de cada vez. Não devia ser fácil para o pequeno ouriço ter um tubinho de borracha na boca e não o mamilo da mãe. Mas eu também estava a ter dificuldade: as minhas mãos eram avessas a animais pequenos e a seringas de cinquenta e cem mililitros.

Precisava de uns bons vinte minutos para lhe dar de comer. Continuei a tratar dele, seguindo escrupulosamente os conselhos da Giulia, enquanto a Greta observava, surpreendida. Também ela comovida e fascinada com aquele invulgar e frágil animalzinho.

Depois, voltei ao consultório do Andrea, para terminar o trabalho de substituição. Contudo, intervalava o meu trabalho com maratonas a casa, para tratar do ouriço. O dia passou num instante. Esperava-me uma noite invulgar: teria de pôr o despertador de duas em duas horas, ou de três em três horas, porque com crias assim tão pequenas deve seguir-se esta cadência para as alimentar.

No domingo de manhã, por volta das oito, após ter subministrado a enésima seringa de leite de cabra ao ouriço, reparei que não me sentia assim tão cansado, apesar de ter passado a noite praticamente em branco. Talvez o meu desejo de ajudar aquele pequenino fosse tão grande que anulava sono e cansaço.



Um duche e saí: retomei o ziguezague de casa ao consultório do Andrea. Na primeira tarde pesei o pequenino: 24 gramas. Tinha emagrecido. Um grama. Apesar dos esforços.

Senti-me tão dececionado e impotente. Estava muito preocupado. Comecei a pesá-lo antes e depois de cada refeição. A ansiedade transformava-se em obsessão. Receava pela sua vida. Passei outra noite agitada. Pouco depois das três, adormeci de repente, um sono pesado. Às seis, quando tocou o despertador, fiquei com a impressão de ter fechado os olhos apenas por um momento. No entanto, haviam passado quase três horas. De novo: pesar, leite de cabra, voltar a pesar, massagens, bule. Gostaria de voltar para a cama, mas era segunda-feira. Recomecei o trabalho. Quando concluí a licenciatura, decidira cuidar de bovinos. Ginecologia e obstetrícia eram os meus pontos fortes, a minha paixão.

E, durante aqueles dias, havia tantos vitelinhos que queriam nascer. Como poderia cuidar de uma vaca parturiente e, simultaneamente, dar de comer de três em três horas ao ouriço? Nem sequer podia contar com a ajuda da Greta: havia passado apenas o fim de semana comigo, depois voltara para a sua casa e para o seu trabalho. Pus-me debaixo do duche. A água que corria pelo meu corpo deixou-me completamente acordado. Vesti-me apressada e furiosamente com a primeira roupa que me apareceu — não era meu costume! — e corri para o consultório. Nem sequer parei para me ver ao espelho. Recebi um telefonema de um agricultor, meu cliente. O que receava estava a acontecer: uma vaca em dificuldades com o parto. A vários quilómetros de distância.

## Uma deliciosa história destinada a emocionar todos os que adoram animais.

Este livro é sobre um ouriço e sobre o veterinário que decidiu cuidar dele. Mas é também sobre o amor, a felicidade e uma imensa vontade de viver. Massimo Vacchetta conta a sua ligação extraordinária com um animal tão pequeno e especial, e de que forma esta o ajudou a sair de um período sombrio com um novo objetivo de vida: criar um centro de recuperação para ouriços.

Mais do que um relato sobre os problemas que afetam tantas espécies em risco de extinção, *25 Gramas de Felicidade* é uma sensível e emotiva descrição dos laços de um veterinário com um pequeno ouriço, e é um daqueles livros que nos elevam a alma e nos deixam com um sorriso na cara.



- Um animal selvagem precisa de viver livremente para ser feliz. Tens de deixá-lo ir.
- Já tentei, uma vez. Mas não se foi embora. Ficou à minha espera. Na verdade... afeiçoei-me demasiado...

 **nascente**  
o curso da sua vida

20|20 editora

ISBN 978-989-8873-27-9



9 789898 873279

Desenvolvimento Pessoal