

 <https://doi.org/10.47456/simbitica.v11i1.39752>

## Mude-se

**Maria Goretti Sousa Lameira**

Universidade do Estado do Pará

**M**ude-se...  
Do lugar que não te acomoda  
Do ambiente que não te conforta  
Do espaço que não te acolhe.

Mude-se do óbvio  
Do imaginado provável  
Do traçado e planejado  
Mude-se...  
Ao sentir-se incomodado.

Mude-se quando não houver mais palavras  
A toda recorrência que esgota  
E a qualquer forma de maltrato.

Mostre-se...  
Saia do anonimato  
Troque roupas e sapatos  
Ande para o desconhecido  
Atravesse para o outro lado  
Sinta-se convidado a partir  
Sempre que desejar estar em outro espaço.

Mude-se...  
se te faltar afago e afeto  
Mude-se...  
Ao amor blasfemado  
E a toda falta de entusiasmo  
Marasmo demasiado.



Mude-se quando te faltar respeito  
Aos rótulos e preconceitos  
Quando for negligenciado.

Mude-se na ausência de cuidados  
A solidão acompanhada  
Ingratidão e desamor.

Permita-se nessa caminhada...  
ir e voltar  
ir e ficar  
estar  
(se) transformar  
mais amar.

Ame-se  
Mostre-se  
Permita-se  
Escute-se  
Sinta-se  
Mude-se!

*Recebido em 16-02-2023*

*Modificado em 12-04-2023*

*Aceito para publicação em 30-04-2023*

*Maria Goretti Sousa Lameira*

 <https://orcid.org/0000-0002-0304-9403>

 <http://lattes.cnpq.br/5222496497306711>

Mestrado em Comunicação, Linguagens e Cultura (UNAMA). Professora da Universidade do Estado do Pará (Campus XIII-Tucuruí/Pa) nos cursos de Ed. Física, Enfermagem e Licenciatura Intercultural Indígena. Contista e Poeta. E-mail: [msousalameira@gmail.com](mailto:msousalameira@gmail.com)