



Não se acostume com o que não o faz feliz, revolte-se quando julgar necessário.  
Alague seu coração de esperanças, mas não deixe que ele se afogue nelas.  
Se achar que precisa voltar, volte!  
Se perceber que precisa seguir, siga!  
Se estiver tudo errado, comece novamente.  
Se estiver tudo certo, continue.  
Se sentir saudades, mate-a.  
Se perder um amor, não se perca!  
Se o achar, segure-o!

[Fernando Pessoa](#)

Há um tempo em que é preciso abandonar as roupas usadas, que já tem a forma do nosso corpo, e esquecer os nossos caminhos, que nos levam sempre aos mesmos lugares. É o tempo da travessia: e, se não ousarmos fazê-la, teremos ficado, para sempre, à margem de nós mesmos.

[Fernando Pessoa](#)

Atualmente, estou fazendo algumas mudanças em minha vida. Caso você não ouça mais falar de mim, você provavelmente é uma delas.

[Tati Bernardi](#)

O mundo não está ameaçado pelas pessoas más, e sim por aquelas que permitem a maldade.

[Albert Einstein](#)

Podemos acreditar que tudo que a vida nos oferecerá no futuro é repetir o que fizemos ontem e hoje. Mas, se prestarmos atenção, vamos nos dar conta de que nenhum dia é igual a outro. Cada manhã traz uma benção escondida; uma benção que só serve para esse dia e que não se pode guardar nem desaproveitar.  
Se não usamos este milagre hoje, ele vai se perder.  
Este milagre está nos detalhes do cotidiano; é preciso viver cada minuto porque ali encontramos a saída de nossas confusões, a alegria de nossos bons momentos, a pista correta para a decisão que tomaremos.  
Nunca podemos deixar que cada dia pareça igual ao anterior porque todos os dias são diferentes, porque estamos em constante processo de mudança.

[Paulo Coelho](#)

Faleceu ontem a pessoa que atrapalhava sua vida...

Um dia, quando os funcionários chegaram para trabalhar, encontraram na portaria um cartaz enorme, no qual estava escrito:

"Faleceu ontem a pessoa que atrapalhava sua vida na Empresa. Você está convidado para o velório na quadra de esportes".

No início, todos se entristeceram com a morte de alguém, mas depois de algum tempo, ficaram curiosos para saber quem estava atrapalhando sua vida e bloqueando seu crescimento na empresa. A agitação na quadra de esportes era tão grande, que foi preciso chamar os seguranças para organizar a fila do velório. Conforme as pessoas iam se aproximando do caixão, a excitação aumentava:

- Quem será que estava atrapalhando o meu progresso ?
- Ainda bem que esse infeliz morreu !

Um a um, os funcionários, agitados, se aproximavam do caixão, olhavam pelo visor do caixão a fim de reconhecer o defunto, engoliam em seco e saíam de cabeça abaixada, sem nada falar uns com os outros. Ficavam no mais absoluto silêncio, como se tivessem sido atingidos no fundo da alma e dirigiam-se para suas salas. Todos, muito curiosos mantinham-se na fila até chegar a sua vez de verificar quem estava no caixão e que tinha atrapalhado tanto a cada um deles.

A pergunta ecoava na mente de todos: "Quem está nesse caixão"?

No visor do caixão havia um espelho e cada um via a si mesmo... Só existe uma pessoa capaz de limitar seu crescimento: VOCÊ MESMO! Você é a única pessoa que pode fazer a revolução de sua vida. Você é a única pessoa que pode prejudicar a sua vida. Você é a única pessoa que pode ajudar a si mesmo. "SUA VIDA NÃO MUDA QUANDO SEU CHEFE MUDA, QUANDO SUA EMPRESA MUDA, QUANDO SEUS PAIS MUDAM, QUANDO SEU(SUA) NAMORADO(A) MUDA. SUA VIDA MUDA... QUANDO VOCÊ MUDA! VOCÊ É O ÚNICO RESPONSÁVEL POR ELA."

O mundo é como um espelho que devolve a cada pessoa o reflexo de seus próprios pensamentos e seus atos. A maneira como você encara a vida é que faz toda diferença. A vida muda, quando "você muda".

[Luís Fernando Veríssimo](#)

Sempre é preciso saber  
quando uma etapa chega ao final.

Se insistirmos em permanecer nela  
mais do que o tempo necessário,  
perdemos a alegria  
e o sentido  
das outras etapas que precisamos viver.

Encerrando ciclos,  
fechando portas,  
terminando capítulos,  
não importa o nome que damos.  
O que importa é deixar no passado  
os momentos da vida que já se acabaram.

Foi despedido do trabalho?  
Terminou uma relação?  
Deixou a casa dos pais?  
Partiu para viver em outro país?  
A amizade tão longamente cultivada  
desapareceu sem explicações?  
Você pode passar muito tempo  
se perguntando por que isso aconteceu.  
Pode dizer para si mesmo  
que não dará mais um passo  
enquanto não entender as razões  
que levaram certas coisas,  
que eram tão importantes e sólidas em sua vida,  
serem subitamente transformadas em pó.

Mas tal atitude  
será um desgaste imenso para todos:  
seus pais, seu marido ou sua esposa,  
seus amigos, seus filhos, sua irmã...

Todos estarão encerrando capítulos,  
virando a folha,  
seguindo adiante,  
e todos sofrerão ao ver que você está parado.

Ninguém pode estar ao mesmo tempo  
no presente e no passado,  
nem mesmo quando tentamos  
entender as coisas que acontecem conosco.

O que passou não voltará:  
não podemos ser eternamente meninos,  
adolescentes tardios,  
filhos que se sentem culpados  
ou rancorosos com os pais,  
amantes que revivem  
noite e dia  
uma ligação com quem já foi embora  
e não tem a menor intenção de voltar.

As coisas passam  
e o melhor que fazemos  
é deixar que elas realmente possam ir embora.

Por isso é tão importante  
(por mais doloroso que seja!)  
destruir recordações,  
mudar de casa,  
dar muitas coisas para orfanatos,  
vender ou doar os livros que tem.

Tudo neste mundo visível  
é uma manifestação do mundo invisível,  
do que está acontecendo em nosso coração  
e o desfazer-se de certas lembranças  
significa também abrir espaço  
para que outras tomem o seu lugar.  
Deixar ir embora.  
Soltar.  
Desprender-se.  
Ninguém está jogando  
nesta vida com cartas marcadas.  
Portanto, às vezes ganhamos e às vezes perdemos.

Não espere que devolvam algo,  
não espere que reconheçam seu esforço,  
que descubram seu gênio,  
que entendam seu amor.

Pare de ligar sua televisão emocional  
e assistir sempre ao mesmo programa,  
que mostra como você sofreu com determinada perda:  
isso o estará apenas envenenando  
e nada mais.

Não há nada mais perigoso  
que rompimentos amorosos que não são aceitos,  
promessas de emprego

que não têm data marcada para começar,  
decisões que sempre são adiadas  
em nome do "momento ideal".

Antes de começar um capítulo novo  
é preciso terminar o antigo:  
diga a si mesmo que o que passou,  
jamais voltará.

Lembre-se de que houve uma época  
em que podia viver sem aquilo,  
sem aquela pessoa...  
Nada é insubstituível,  
um hábito não é uma necessidade.

Pode parecer óbvio,  
pode mesmo ser difícil,  
mas é muito importante.

Encerrando ciclos.  
Não por causa do orgulho,  
por incapacidade, ou por soberba.  
Mas porque simplesmente  
aquilo já não se encaixa mais na sua vida.

Feche a porta,  
mude o disco,  
limpe a casa,  
sacuda a poeira.

Deixe de ser quem era, e se transforme em quem é.

[Paulo Coelho](#)

"A mudança é a lei da vida. E aqueles que apenas olham para o passado ou para o presente irão com certeza perder o futuro"

[John Kennedy](#)

Fim de ano, a gente pensa em mudanças...  
A vida vive pedindo pra gente mudar.  
Você sabe bem disso!  
Vamos... Ceda às forças internas que pedem para você mudar sem resistir.  
Afinal, toda mudança é para melhor, sabia?  
Olhe para trás e veja as fases de sua vida. Nem sempre foi confortável, né? Especialmente para pessoas com maneiras e idéias muito cristalizadas.  
Mas é preciso estar disposto a jogar fora gradualmente as idéias que parecem boas, confortáveis e seguras.  
E quando estiver completamente livre e aberto para receber idéias novas e revolucionárias, as mudanças vão acontecer em sua vida...  
Pare de esperar a felicidade sem esforços.  
Pare de exigir das pessoas aquilo que muitas vezes nem você conseguiu conquistar.  
E, definitivamente, deixe de ser crítico e trabalhe mais pra você, para a sua felicidade e para o mundo, sem se esquecer de agradecer.  
Agradeça a tudo que você tem na vida.  
Tudo sem exceção!  
Inclusive aquilo que você chama de dor.  
Nossa compreensão de mundo, é muito reduzida para julgar os outros...  
Encare a mudança como um degrau para revelações ainda maiores e mais maravilhosas que estão aguardando lugar em você para poderem se manifestar.  
Você não pode avançar para o novo se ainda está obstruído e contaminado pelo velho. Deixe-o para trás.

E tem mais...  
Mude enquanto você tem o poder de fazer isso.  
Pela dor ou pelo amor, você pode mudar!  
Vamos! Coragem! Você pode! Você é capaz! Supere-se!  
A razão da sua vida é você mesmo!!!

[Luiz Carlos Mazzini](#)

Tudo muda (ou não)

São poucas as certezas de que temos na vida, se é que podemos dizer que existe alguma. Das coisas que já vivi sei apenas que tudo passa e dificilmente uma situação vai se repetir em nossas trajetórias. Sejam bons ou ruins, nossos momentos não acontecem duas vezes.

Pode ser que meses ou anos mais tarde estejamos diante dos mesmos personagens e cenários do passado. Mas garanto que o friozinho que vai percorrer ou não nossos corpos será totalmente diferente. Não são apenas as silhuetas e roupas que mudam, circunstâncias, sentimentos, olhares e sorrisos nunca se repetem. O coração sempre altera o compasso, assim como nós desviamos nosso rumo e evoluímos caindo, levantando, aprendendo.

A cada silêncio, cada palavra, cada conversa, as escolhas que tomamos definem o nosso futuro. Aquela frase que ficou entalada na garganta ou a que sai quase sem querer quando estamos nervosos, o 'eu te amo' que deixamos de dizer ou demonstrar, aquela agonia de saber que não tentamos todas as possibilidades, que já é tarde demais para consertar o que passou. São importantes e rápidos detalhes que não podemos voltar e viver novamente. Não da mesma forma.

De repente eu me pego medrosa, insegura, boba. Não tenho medo de mudanças, mas não quero que nada mude. Percebo que a vida que eu lutei tanto para transformar era exatamente a que eu queria ter. Aquele era o meu jeito de ser feliz.

Ao mesmo tempo em que penso que não aproveitei o quanto deveria, fico imensamente feliz por ter vivido tantos momentos especiais. Aqueles que nada além das nossas memórias registram, mas que deixam marcas e feridas eternas em nós.

Compreendo que o que passou não possa voltar. Talvez quem inventou esse mundo tão dinâmico tenha razão, que chato seria se pudéssemos retornar e colocar cada palavra dita ou ocultada no seu devido lugar. Por outro lado, que ruim aprender com nossos erros e não pôr logo em prática as lições.

Não quero só olhar para trás e lembrar com carinho de tudo que vivi. Quero rir de cada situação patética, doce, vergonhosa, alegre e até triste. Porém, sem deixar nenhuma vivência pela metade. Não quero pensar no que poderia ter sido e ficou inacabado. Da certeza de que nada pode ser igual, resta-nos apenas o consolo de que tudo que está por vir pode ser ainda melhor do que o que um dia foi.

Nesse universo de constantes transformações a única garantia que posso dar é a de que eu sou o que sou. Meu caráter, minha personalidade, meus sentimentos não vão mudar jamais. Portanto, se você me aceita e ama desse jeitinho estabonado, criança, louquinho e carinhoso de ser, isso será para sempre. Eu sei.

[Márcia Duarte](#)

Quando um certo alguém aparece em nossa vida, muda rotina, tira a calma, ocupa a mente, a gente esquece...

Esquece que em alguns momentos, tudo parece ser contra, tudo apenas parece...  
momentos felizes são frações de segundos intensos e a todo instante algo pode ser...

Os dias e momentos seus passam, eles não voltam e eles não vão.

Mágoas, saudades, amores, angústias, culpas, medos e receios... até a letra.  
Quando se deixa esquecer, um dia a gente esquece.

A gente sempre esquece que esquecer, é uma questão de querer.  
Até lições que não deveríamos esquecer.

Mas um dia se esquece...

Mesmo o que agora pensamos, sentimos ser impossível esquecer  
é, a gente sempre esquece...  
(que queria esquecer)

Esqueça...

[Dona Geo](#)

Não perca sua essência

Sou o que sou e ninguém vai mudar esse meu jeito intenso de viver a vida.  
Estou sempre aberta a crescer e aprender com as pessoas mas minha essência...  
ahhh essa não consigo mudar meesmo.

Sou extremamente verdadeira e não sei fingir o que não sou só pra agradar alguém, não espere um sorriso falso de mim pois isso você jamais vai receber.  
Não vivo de aparências, me amo como sou e espero o mesmo das pessoas que se aproximam de mim. Afinal não se escolhem pessoas pela sua aparência ou pelas suas atitudes, por trás delas estão pessoas maravilhosas e com um grande caráter.

Tenho poucos e bons amigos, não cultivo milhões de amigos simplesmente pra dizer que tenho... se algum dia eu disse que gosto de você é porque realmente gosto se não...  
não diria nada!!  
Entendo que sou uma pessoa difícil de entender, nem eu mesma me entendo! Mas isso não é um defeito isso me facilita entender você e respeitar seus defeitos porque também não sou perfeita!

De tanto errar, aprendi muito nessa vida, e vivo como acho certo sempre tentando entender e respeitar o outro, é... às vezes também perco a noção do que é certo mas faz parte, somos todos seres humanos imperfeitos em busca da perfeição que não existe. O que nos resta é perdoar e compreender as pessoas, e ter humildade para admitir que também erramos, ao invés de julgar e condenar os erros alheios.

Cultive o que realmente importa pra você, não crie estereótipos de beleza, não faça o que os outros fazem, não cultive pessoas que não lhe fazem bem, não diga que gosta de alguém só pra agradar, seja verdadeiro com as pessoas e com você mesmo e tenha humildade em tudo que você faz.

Seja flexível, mude pra melhor... mas nunca deixe de ser você!  
Ame-se como você é, com seus defeitos e tudo mais que possa te desagradar.  
Você é um ser único, não irá encontrar no mundo alguém igual a você...  
Sinta-se feliz por isso...  
E nunca, nunca mesmo perca a sua essência.

[Janaina Machado](#)

Encerrando Ciclos

Sempre é preciso saber quando uma etapa chega ao final. Se insistirmos em permanecer nela mais do que o tempo necessário, perdemos a alegria e o sentido das outras etapas que precisamos viver. Encerrando ciclos, fechando portas, terminando capítulos - não importa o nome que damos, o que importa é deixar no passado os momentos da vida que já se acabaram.

Foi despedido do trabalho? Terminou uma relação?  
Deixou a casa dos pais? Partiu para viver em outro país?  
A amizade tão longamente cultivada desapareceu sem explicações?

Você pode passar muito tempo se perguntando por que isso aconteceu. Pode dizer para si mesmo que não dará mais um passo enquanto não entender as razões que levaram certas coisas, que eram tão importantes e sólidas em sua vida, serem subitamente transformadas em pó. Mas tal atitude será um desgaste imenso para todos: seus pais, seu

marido ou sua esposa, seus amigos, seus filhos, sua irmã, todos estarão encerrando capítulos, virando a folha, seguindo adiante, e todos sofrerão ao ver que você está parado.

Ninguém pode estar ao mesmo tempo no presente e no passado, nem mesmo quando tentamos entender as coisas que acontecem conosco. O que passou não voltará: não podemos ser eternamente meninos, adolescentes tardios, filhos que se sentem culpados ou rancorosos com os pais, amantes que revivem noite e dia uma ligação com quem já foi embora e não tem a menor intenção de voltar.

As coisas passam, e o melhor que fazemos é deixar que elas realmente possam ir embora. Por isso é tão importante (por mais doloroso que seja!) destruir recordações, mudar de casa, dar muitas coisas para orfanatos, vender ou doar os livros que tem. Tudo neste mundo visível é uma manifestação do mundo invisível, do que está acontecendo em nosso coração - e o desfazer-se de certas lembranças significa também abrir espaço para que outras tomem o seu lugar.

Deixar ir embora. Soltar. Desprender-se.

Ninguém está jogando nesta vida com cartas marcadas, portanto às vezes ganhamos, e às vezes perdemos. Não espere que devolvam algo, não espere que reconheçam seu esforço, que descubram seu gênio, que entendam seu amor. Pare de ligar sua televisão emocional e assistir sempre ao mesmo programa, que mostra como você sofreu com determinada perda: isso o estará apenas envenenando, e nada mais.

Não há nada mais perigoso que rompimentos amorosos que não são aceitos, promessas de emprego que não têm data marcada para começar, decisões que sempre são adiadas em nome do “momento ideal”. Antes de começar um capítulo novo, é preciso terminar o antigo: diga a si mesmo que o que passou, jamais voltará.

Lembre-se de que houve uma época em que podia viver sem aquilo, sem aquela pessoa - nada é insubstituível, um hábito não é uma necessidade. Pode parecer óbvio, pode mesmo ser difícil, mas é muito importante. Encerrando ciclos. Não por causa do orgulho, por incapacidade, ou por soberba, mas porque simplesmente aquilo já não se encaixa mais na sua vida. Feche a porta, mude o disco, limpe a casa, sacuda a poeira. Deixe de ser quem era, e se transforme em quem é.

(Nota: o texto Encerrando Ciclos não é de Fernando Pessoa ou de Paulo Coelho)

[Gloria Hurtado](#)

E tudo mudou...

O rouge virou blush  
O pó-de-arroz virou pó-compacto  
O brilho virou gloss

O rímel virou máscara incolor  
A Lycra virou stretch  
Anabela virou plataforma  
O corpete virou porta-seios  
Que virou sutiã  
Que virou lib  
Que virou silicone

A peruca virou aplique, interlace, megahair, alongamento  
A escova virou chapinha  
"Problemas de moça" viraram TPM  
Confete virou MM

A crise de nervos virou estresse  
A chita virou viscose.  
A purpurina virou gliter  
A brilhantina virou mousse

Os halteres viraram bomba

A ergométrica virou spinning  
A tanga virou fio dental  
E o fio dental virou anti-séptico bucal

Ninguém mais vê...

Ping-Pong virou Babaloo  
O a-la-carte virou self-service

A tristeza, depressão  
O espaguete virou Miojo pronto  
A paquera virou pegação  
A gafieira virou dança de salão

O que era praça virou shopping  
A areia virou ringue  
A caneta virou teclado  
O long play virou CD

A fita de vídeo é DVD  
O CD já é MP3  
É um filho onde éramos seis  
O álbum de fotos agora é mostrado por email

O namoro agora é virtual  
A cantada virou torpedo  
E do "não" não se tem medo  
O break virou street

O samba, pagode  
O carnaval de rua virou Sapucaí  
O folclore brasileiro, halloween  
O piano agora é teclado, também

O forró de sanfona ficou eletrônico  
Fortificante não é mais Biotônico  
Bicicleta virou Bis  
Polícia e ladrão virou counter strike

Folhetins são novelas de TV  
Fauna e flora a desaparecer  
Lobato virou Paulo Coelho  
Caetano virou um chato

Chico sumiu da FM e TV  
Baby se converteu  
RPM desapareceu  
Elis ressuscitou em Maria Rita?  
Gal virou fênix  
Raul e Renato,  
Cássia e Cazuza,  
Lennon e Elvis,  
Todos anjos  
Agora só tocam lira...

A AIDS virou gripe  
A bala antes encontrada agora é perdida  
A violência está coisa maldita!



A maconha é calmante  
O professor é agora o facilitador  
As lições já não importam mais  
A guerra superou a paz  
E a sociedade ficou incapaz...

... De tudo.

Inclusive de notar essas diferenças

[Luis Fernando Veríssimo](#)

Mude

Mas comece devagar, porque a direção  
é mais importante que a velocidade.  
Mude de caminho, ande por outras ruas,  
observando os lugares por onde você passa.  
Veja o mundo de outras perspectivas.  
Descubra novos horizontes.

Não faça do hábito um estilo de vida.

Ame a novidade.  
Tente o novo todo dia.  
O novo lado, o novo método, o novo sabor,  
o novo jeito, o novo prazer, o novo amor.  
Busque novos amigos, tente novos amores.  
Faça novas relações.  
Experimente a gostosura da surpresa.  
Troque esse monte de medo por um pouco de vida.  
Ame muito, cada vez mais, e de modos diferentes.  
Troque de bolsa, de carteira, de malas, de atitude.

Mude.  
Dê uma chance ao inesperado.  
Abraça a gostosura da Surpresa.

Sonhe só o sonho certo e realize-o todo dia.

Lembre-se de que a Vida é uma só,  
e decida-se por arrumar um outro emprego,  
uma nova ocupação, um trabalho mais prazeroso,  
mais digno, mais humano.  
Abra seu coração de dentro para fora.

Se você não encontrar razões para ser livre, invente-as.

Exagere na criatividade.  
E aproveite para fazer uma viagem longa,  
se possível sem destino.  
Experimente coisas diferentes, troque novamente.  
Mude, de novo.  
Experimente outra vez.  
Você conhecerá coisas melhores e coisas piores,  
mas não é isso o que importa.  
O mais importante é a mudança,  
o movimento, a energia, o entusiasmo.

Só o que está morto não muda !

(Não é de Pedro Bial nem de Clarice Lispector)

#### Edson Marques

E de uma hora pra outra entra alguém na nossa vida que muda qualquer sentimento ruim que possa existir. Mas não é alguém que vai aparecer de um dia para o outro, é devagar, com cuidado, quando você menos esperar. Vai chegar alguém que quer te ver sorrindo, que quer colocar um sorriso no seu rosto e mesmo sem querer, ela sempre vai conseguir fazer você se sentir melhor. Alguém que vai segurar a sua mão sem ter explicação de alguns dos seus erros. Que vai te abraçar quanto tudo estiver difícil, que sempre vai te dizer como todo amor do mundo “eu sempre vou estar aqui”. Que vai te fazer sentir falta quando estiver longe, que vai te fazer sorrir quando te abraçar. Alguém que não vai te mudar, alguém que vai te amar do seu jeito.

#### Desconhecido

As coisas mudam...

Depois de um tempo você começa a perceber que nada nessa vida é pra sempre e que tudo pode de alguma forma ser mudado, percebe também que as pessoas mudam, que os pensamentos mudam, e que se você não mudar, a vida muda você, porque tudo o que fazemos, sentimos ou queremos nem sempre são do jeito que havíamos planejado. Basta olhar ao redor pra notar que nada é do jeito que você quis, não foi feito igual ao imaginado, vai ser sempre diferente, sempre de outra forma, vai ver que é modificado, vai querer fazer de novo, e vai mais uma vez se surpreender.

Percebi hoje que eu tenho planos, mais que não dependem eles somente de mim, mais sim de um destino... destino este que nem eu nem você e nem ninguém tem idéia de como vai ser, pois a cada segundo que passa, tudo esta diferente do que já foi e nunca mais vai ser de novo igual como a esse momento. Quero então deixar acontecer, claro que se necessário vou dar uma força pras coisas ficarem parecidas do jeito que imaginei, do jeitinho que eu esperava que fosse, me assusto comigo o tempo todo, pois tenho sonhos, desejos, vontades, e principalmente atitudes que não estavam marcados, planejadas, ou esperadas.

Já me peguei pensando em você quando disse que nunca mais isso ia acontecer,

ja jurei de mentira, já briguei pra valer e segundos depois me arrependi e chorei de soluçar, já disse nunca mais ... e nunca mais vou dizer isso de novo, porque eu me conheço, “não”, não posso dizer que me conheço que estaria mentindo pra mim mesma, eu não sei quem sou, não sei como vou estar daqui 5 minutos , não sei como vou acordar amanhã, nem sei se vou ter paciência de escrever isso, ta bem vou tentar... Sofro de ansiedade, odeio esperar, detesto ter que ficar sentada esperando alguém.

Mas como as coisas são engraçadas, da mesma forma que eu odeio esperar, também adoro ser esperada, saber que tem alguém la fora me aguardando ansioso, na expectativa de me ver, de quando eu sair me olhar e me achar linda, esse é você , esse é o homem que eu desejei conhecer, nem sei se ainda existem os tais cavalheiros, ou se já existiram em alguma época da história mas quando você segura meu braço, abre a porta do carro, depois fecha pra mim, me protege com teu abraço quando eu digo estar sentindo frio é maravilhoso a maneira como me protege em teu colo e me aquece, esse teu jeito, tuas ,maneiras, esse é você , esse é o cara que eu perdi, mais que pode voltar, o cara que não me atende, mas que ainda pensa em mim, ainda me deseja, e mesmo que tenha outras mulheres, vez ou outra vai se lembrar dessa maluca que sou, dessa mulher com jeito de menina, dessa louca com sorriso de anjo, nunca vai esquecer que um dia me conheceu, porque quando eu estiver apagada da tua memória, vai encontrar comigo por aí, em algum canto da cidade, em uma rua qualquer, no meio de uma festa, dentre a multidão talvez, vai nessa hora perceber que estou diferente, mais que o meu olhar e o meu sorriso continua igual, talvez vai desejar me ter em teus braços outra vez, vai querer nesse dia ouvir minha voz, sentir meu perfume, ou mesmo somente minha companhia pra bebermos aquele vinho que nós dois tanto gostamos, e lembrar das coisas que eu te dizia e você ria muito do meu jeito de contar piadinhas sem graça, gostava do meu medo quando eu pedia pra você não furar o sinal, quando eu com jeito bobo te mandei flores o dia todo, e você desde a primeira já sabia que era eu... e que por mais que me esqueça vai lembrar que eu era apaixonada por você, e quando acontecer de me encontrar por aí vai ver que eu já não fico trêmula por te encontrar, e dessa vez vou sorrir naturalmente e te dar aquele "oi" sem mágoas, e vai sentir que de mim nada conheceu , vai sentir vontade de falar comigo, mas dessa vez estarei sem tempo pra ti, vai sentir medo, o mesmo medo que eu senti quando eu te perdi...vou continuar a ser eu mesma, mas diferente daquela que já chorou por você, porque já me livreí desse sentimento que tanto me fez sofrer. E vou ser feliz enquanto você procura um jeito de me reconquistar, infelizmente vai ser em vão, eu já estou curada dessa dor, e por amor não sofro mais, porque as coisas mudam, a vida muda e eu mudei...agora mude você também.

#### Dani Z

## Mudanças.

Tem momentos na vida que você se depara com um “fim”. Um fim de uma vontade, de um sonho, de um amor, de uma carreira, de um amigo e até mesmo da vida. Você não acha mais tanta graça no dia-a-dia e muito menos em si. As pessoas já não têm aquele diálogo que lhe atrai, o lugar onde vivenciamos se tornou preto e branco. Para isso é necessária a mudança: mudança de hábito, fim da rotina, da monotonia, das amizades antigas e até de diversões ultrapassadas. Ir para uma festa de 15 anos ultimamente se tornou clichê, ir ao shopping todo domingo é como uma dor de cabeça sem aquela aspirina e se conectar à internet é mais tedioso do que resolver equações de álgebras. Por tanto parei de esperar que algo aconteça, desisti de me obrigar a me apaixonar por alguém, só deixo de ler um bom livro se o motivo for de fins lucrativos e interessantes, showzinho só se for com músicas antigas e MPB, festa só se tive como tema “a única regra é que não há regras” e a única rotina que sigo de hoje em diante é a da felicidade.

### Raphael Torres

Um belo dia resolvi mudar e fazer tudo que eu queria fazer, me libertei daquela vida vulgar e em tudo que eu faço existe um porquê... eu sei que eu nasci pra saber.

Eu sinto prazer em ser quem eu sou...minha saúde não é de ferro, mas meus nervos são de aço, pra pedir silêncio eu berro, pra fazer barulho eu mesma faço... Aqui dentro do meu sangue vermelho me acostumei com você sempre reclamando da vida, me ferindo e me curando.

Eu sou uma grande mulher, porém LOUCA, para mim nada disso importa, vou abrir a porta pra você entrar, venha me ver amanhã, pra variar aqui quem fala é da Terra.

Você não imagina a loucura de uma pessoa comum, um filho de Deus, nessa canoa furada, remando contra a maré, mas eu gosto de andar na beira arriscando minha vida por um pouco de emoção, dizem que sou louca por viver assim, mas louco é quem diz “já estou no céu”.... sim sou

MUITO LOUCA, não vou me curar, eu não fumo, não bebo.... então qual é a sua?

Talvez você não me entenda... eu sou a luz das estrelas, sou a cor do luar, sou o medo de amar, a força da imaginação, eu sou a vela que acende, sou a luz que se apaga, sou o tudo e o nada...

Perguntas não vão lhe mostrar que eu sou feita da terra, do fogo da água e do ar.

DESCULPE EU NÃO QUERIA MAGOAR VOCÊ! Mas a noite é um criança distraída, e como é estranho ser humano, este mundo não é sério...gosto de sombra e água fresca e não a nada melhor do que não fazer nada só pra deitar e rolar.

Meu Deus ..... quanto tempo eu passei sem saber???

Mas apesar dos pesares do mundo.... VOU SEGURAR ESSA BARRA.

### Rita Lee por Ana Pollyanna

Gosto de perceber que cresci. Percebo atualmente, que os últimos dois anos mudaram a minha vida e, principalmente mudaram-me a mim enquanto ser individual. Talvez tenha sido o trabalho, a família, os acontecimentos ou simplesmente as pessoas que se cruzaram no meu caminho e que, irremediavelmente, foram deixando cunhos impossíveis de apagar. Umas pela positiva e tantas outras pela negativa.

Todas essas figuras tiveram uma função fundamental no aspecto como afronto o mundo, na maneira como olho os meus semelhantes ou as situações próprias.

Os amigos, esses são os de sempre, os imprescindíveis. A família em nada muda, nas horas boas e nas más acompanham-me e nunca me deixam cair. Os acontecimentos, esses fizeram-me crescer, amadurecer, encarar a vida como um trilho com obstáculos que cada um ultrapassa ao seu melhor gênero, no ritmo que deseja e com a força que possui.

Agora as pessoas... essas sim, difíceis de perceber, talvez o maior óbice de ultrapassar. Tantas mentiras, falsificações de boas índoles e sentimentos autênticos, também felicidade e deleite de reconhecer o real sentido da amizade.

Nunca estamos inabaláveis quando conduzimos alguém para um universo que é próprio. Jamais podemos ter a convicção absoluta que elegemos um sujeito genuíno para declarar silêncio do espírito, para contar histórias da nossa existência, para repartir sentimentos. Por vezes, com buena-dicha e alguma reciprocidade, atingimos o ponto exacto e adquirimos aliados para a vida. Em outras descobrimo-nos frustrados, abatemo-nos num alvéolo sem desfecho e mortificamos o denodo por um ser benquisto, mas disperso para a eternidade.

Estes dois anos envelhecidos, mas não antigos, que com tanto grado rememoro, onde faço analogias absurdas entre o antes e o depois. Estes anos esplêndidos que inovaram a minha individualidade, que reformularam a minha alma e a minha retrospectiva do mundo. Estes foram anos de combate, flagelo, êxito, memórias inesquecíveis, pessoas que falsearam, que me amaram, que choraram comigo, que partilharam fábulas imaginárias e que me fizeram feliz e infeliz mas que... obrigada, fizeram-me engrandecer!

Agora, por fim, encontrei o fragmento da mestria, a chave que desfechou o meu carácter e que acalenta o meu ser. Sempre me senti com a sensibilidade de dever cumprido, mas ele faz-me ter a certeza e, próxima dele sou admiravelmente feliz. Actualmente não necessito de mais nada para ser afortunada. Sou eu, ele, os meus amigos e a minha família, o meu desporto e o meu trabalho. Juntos fazemos um só na idealização da minha existência exemplar.

Obrigada meu amor por me amares, por fazeres da nossa ligação uma função tão prazerosa e, ao mesmo tempo, tão enigmática.

Que muitos mais pares de anos se passem igualmente. No equilíbrio do bom e do mau que ainda tento descobrir em mim.

[Paula Fernandes e Sousa](#)