

A photograph of a wooden sign in a dense forest. The sign is made of two horizontal wooden planks. The top plank has the text 'TRILHA DO JOÃO CAVALHEIRO' in a stylized, hand-painted font. The bottom plank has the text 'Extensão 250 metros' in a similar font. The sign is supported by two vertical wooden posts. The background is a lush green forest with many trees and undergrowth.

TRILHA DO JOÃO CAVALHEIRO
Extensão 250 metros

Cecília Maria Pontarolo de Camargo Kohler^{1*}

^{1*} Estudante do IFSC. E-mail: cecilia.mp24@aluno.ifsc.edu.br

ME.....

Já me perguntaram, com você consegue se você?

Como não ser o que os outros espera de você? Foi o que me perguntei

Quando era moça, me deixei ser controlada pelo medo de ser quem sou, pelo que as pessoas queriam de mim.

Me deixei ser controlada pela vergonha de mim, pelo medo de ser julgada.

Me magoei pra não magoar.

Me calei pra não calar.

Agora faço outra pergunta, se não me cuidar quem vai cuidar me?

Se eu não me amar, quem vai amar me?

Se eu não me der voz, quem vai deixar eu me expressar?

Vou me respeitar pra lhe respeitar.

Tirei de mim o medo, a solidão, o silêncio, o normal.

Me dei a voz, a companhia, o barulho, a anormalidade.

Se hoje sou quem me tornei, foi porque um dia me calei.

Se hoje sou quem me tornei, foi porque me libertei, me despadronizei

Não culpo os outros, me culpo por um dia ter me deixado.