

# MUDE

1

Mas comece devagar,  
porque a direção é mais importante  
que a velocidade.

Sente-se em outra cadeira,  
no outro lado da mesa.

Mais tarde, mude de mesa.

Quando sair,

procure andar pelo outro lado da rua.

Depois, mude de caminho,

ande por outras ruas,

calmamente,

observando com atenção

os lugares por onde você passa.

Tome outros ônibus.

Mude por uns tempos o estilo das  
roupas.

Dê os teus sapatos velhos.

Procure andar descalço alguns dias.

Tire uma tarde inteira

para passear livremente na praia,

ou no parque,

e ouvir o canto dos passarinhos.

Veja o mundo de outras perspectivas.

Abra e feche as gavetas  
e portas com a mão esquerda.

Durma no outro lado da cama.

Depois, procure dormir em outras camas.

Assista a outros programas de tv,  
compre outros jornais,  
leia outros livros,

2

Viva outros romances!

Não faça do hábito um estilo de vida.

Ame a novidade.

Durma mais tarde.

Durma mais cedo.

Aprenda uma palavra nova por dia  
numa outra língua.

Corrija a postura.

Coma um pouco menos,  
escolha comidas diferentes,  
novos temperos, novas cores,  
novas delícias.

Tente o novo todo dia. O novo lado,

o novo método,

o novo sabor,

o novo jeito,

o novo prazer,

o novo amor.

A nova vida.

Tente.

Busque novos amigos.

Tente novos amores.

Faça novas relações.

Almoce em outros locais,  
vá a outros restaurantes,  
tome outro tipo de bebida  
compre pão em outra padaria.

Almoce mais cedo,

jante mais tarde, ou vice-versa.

Escolha outro mercado,  
outra marca de sabonete,  
outro creme dental.

**3** Tome banho em novos horários.

Use canetas de outras cores.

Vá passear em outros lugares.

Ame muito,  
cada vez mais,  
de modos diferentes.

Troque de bolsa,  
de carteira,  
de malas.

Troque de carro.

Compre novos óculos,  
escreva outras poesias.

Jogue os velhos relógios,  
quebre delicadamente  
esses horrorosos despertadores.

Abra conta em outro banco.

Vá a outros cinemas,  
outros cabeleireiros,

outros teatros,

visite novos museus.

Mude.

Lembre-se de que a Vida é uma só.

Arrume um outro emprego,

uma nova ocupação,

um trabalho mais light,

mais prazeroso,

mais digno,

mais humano.

Se você não encontrar razões para ser

livre,

invente-as.

**4**

Seja criativo.

E aproveite para fazer uma viagem

despretensiosa,  
longa, se possível sem destino.

Experimente coisas novas.

Troque novamente.

Mude, de novo.

Experimente outra vez.

Você certamente conhecerá coisas

melhores

e coisas piores,  
mas não é isso o que importa.

O mais importante é a mudança,

o movimento,

o dinamismo,

a energia.

Só o que está morto não muda!

**Edson Marques.**

Se você não encontrar razões para ser

livre,

invente-as.