



Sou o que prefiro não escrever  
Sou o que te deixo conhecer  
Sou o que te deixo concluir  
Sou o que me apresento a você.  
Paola eu me chamo, tenho vinte e dois anos  
de encanto, tenho ainda tempo para estu-  
dar, muitas coisas a conquistar! A dança em  
primeiro lugar e tenho outros planos para  
me sustentar! Prazer!



paola  
melo





## Tenho estado inquieta

E sem saber o que fazer  
Os tempos são difíceis  
E não tem pra onde correr.  
O desemprego já assola...  
O desespero de ter que ficar também.  
Ficar num lugar  
Que te suga  
E te impede de caminhar,  
Rumo aos seus sonhos realizar.  
Tenho andado com medo  
Medo de piorar  
Medo de sair  
E não conseguir mais comida comprar.  
Esse governo tem colocado  
“Cada coisa em seu lugar”  
Os ricos a crescer  
Os pobres e pretos com medo de arriscar  
De sair do lugar  
Que estão predestinados a ocupar.  
Querem que eu me conforme  
Em servir e conseguir morar  
Me tiraram da universidade  
Porque lá não era meu lugar  
Agora sou garçõete  
Insatisfeita...  
Mas com medo de arriscar.  
Tenho vontade de estudar  
Mas esse governo veio pra me fazer estagnar  
2016... 2017...  
Me vejo com a faca no pescoço  
Entre o sonho que tenho



*E a necessidade de me alimentar.*

*Eu tenho uma sinhá  
Disfarçada de patroa!  
Eu tenho uma patroa  
Disfarçada de sinhá!  
Não sei quando o sistema mudou ...  
Ou quando ele se transformou  
Em algo que dá para nos culpar.  
O maior crime queimado  
Dichavado e apagado  
A quem a própria culpa  
Não quer enfrentar!  
Vamos assinar a abolição  
Deixar os negros à própria sorte então  
Sem nem teto pra morar.  
Mas ai já é demais  
Se a liberdade já se tráz  
A si próprio tem que sustentar.  
O maior crime já cometido  
Os negros de outros lugares trazidos  
Comprados e vendidos.  
De suas terras arrancados  
E tudo sem nenhum reparo  
E ainda querem nos responsabilizar  
Pelo sucesso não alcançado  
Pelo emprego não conquistado  
Pelo corpo marginalizado  
E pelas ruas habitar.  
Agora vem o trabalho terceirizado  
Sem direitos  
Sem reparos  
Que novamente uma casta preta e pobre vai ocupar.  
Assim nós vivemos*

E nesse contexto não entendo  
O que tanto mudou de lá pra cá?  
A dívida não se apaga  
E por mais que foi queimada  
A nossa história viva está!  
Mulheres negras tomem a frente  
Vocês são a semente  
Que faz a força germinar!  
Mestiças uni-vos  
Não usem de seus artifícios  
Para por cima de outras passar!  
Nunca deixe de falar  
Por maior situação de conforto que venha se  
[encontrar  
Lembra das irmãs que nem essa porta consegue  
[adentrar.  
Use de seus “privilégios” para protestar!  
E jogar na cara esse sistema racista  
Que te permite entrar  
Mas a sua irmã preta somente para o chão limpar.  
Não se esqueça do ditado:  
“Branca pra casar  
Mulata pra fornicar  
Preta pra trabalhar”  
Não se iluda e não seja mesquinha  
A ponto de as outras  
Em prol de um ilusório privilegio  
As costas virar!  
Tome ciência que és latina  
Dessa terra nascida  
Com todas as misturas que há!



sandra  
chagas





*Sou natural de Vitória-ES, poetiza, atriz, artesã, aderista, cenógrafa, preparadora de elenco com ênfase em atuação para cinema, professora de artes cênicas, licenciada pela UVV - ES, artista híbrida, dialogo com os mais variados segmentos das artes e suas estratégias de transmissão. Acredito que a poesia seja um divisor de águas em minha vida. Minha relação com as questões humanas e suas inquietudes e as infinitas possibilidades de reinvenção se manifestaram desde adolescência. Iniciei-me no teatro na década de 1980, no curso de teatro ofertado pelo extinto Departamento Estadual de Cultura. Desenvolvo um projeto que tem como motor a sustentabilidade e economia criativa, no bairro Grande Vitória, onde resido.*

## **Eu conto... Um conto... Meu conto**

2006 - 12:00 - sábado - Hospital Meridional  
Cirurgia - Revascularização do miocárdio -  
incisão às 10:00hs

Perfusionista - Leva ela pra fazer o prova,  
doutor?! (Gargalhadas na sala de cirurgia)

Cirurgião Cardíaco - Você vai ser o que?...  
"Comunicóloga".

Sandra Mara dos Santos Chagas - Instru-  
mentadora Cirúrgica - Chegada às 06:00hs, em  
jejum, para a montagem da mesa. Prova mar-  
cada para as 13:00hs em uma faculdade parti-  
cular no São Pedro. Curso de Comunicação So-  
cial.

Sandra - O Senhor não acha que eu mereço  
um pouco de respeito! Há anos que estou enclau-  
surada nessa redoma de vidro, que é a minha  
própria vida! Casa... Hospital... Hospital... Casa...  
Um bom dia, boa tarde, ou boa noite aos meus  
vizinhos, isso quando é possível! Estou enterrada  
viva! Dentro de mim há uma inquietude que me  
atormenta a cada segundo, e... Como falar com  
alguém uma vez que... Problemas todo mundo  
tem! E mais, minha vida, é "uma vida perfeita,"  
trabalho, carro, casa própria, em construção, é  
claro, isso desde os vinte e poucos anos de idade,  
sim por que... Quando se é expulsa do lugar onde  
deveria ser o seu porto seguro porque você não  
está no projeto de vida de ninguém! O primeiro  
pensamento é... Preciso ter casa! Ah! Agora só



me falta entrar para uma dessas “assembléias,” onde se cometem as piores atrocidades em nome de Deus e ir para o tão desejado “céu, cobijado pela grande maioria dos habitantes da terra! Céu de pessoas egoístas e mesquinhas”. É... É por isso que a vida aqui na terra está banalizada a ponto de virar essa prostituição cotidiana, onde no jogo de interesse, vence quem tem o maior lance!

“Quando eu nasci, não sei se foi um anjo torto, ou o que toca trombetas... Sussurrou alguma coisa no meu ouvido... Acho que era pra ser feliz! Como eu não entendi direito, traduziram pra mim o contrário, então assumi o lugar na vida onde só tinha deveres e obrigações, e nesse lugar só era permitido... Cuidar, ver, ouvir... E calar!”

2007 - Agora que me dei conta... Está tudo tão mudado! Acho que eu não tenho mais tempo! E agora... Como viver num mundo que é seu, mas que não te pertence... Onde você não tem o direito de questionar a vida... Sim porque “todo mundo sabe muito e... Defende suas verdades com discursos mentirosos!”

Pensamento certo ao fechar os olhos: Frustração... Fracasso... Desista!

Aí você... Se fecha... Olha pra dentro de si...

Vê pelas frestas, a vida... E volta a ser um embrião... No ventre do universo!

QUANDO A MORTE SE APRESENTA... É AÍ QUE COMEÇA A VIDA!

## O “tratamento” de Délia

Todo exame realizado deu negativo e o tratamento do herpes foi suspenso, pois não havia mais sintoma ou manifestação que justificasse o uso das drogas. No entanto, a consulta resultou em um tratamento radical por iniciativa da própria paciente com base no ocorrido na consulta: a explicitação de sua “doença”. Simultaneamente, Délia e o companheiro procuraram também um advogado e, na Justiça, ela conseguiu reaver seu direito de ter contato com a filha. A relação entre as duas se estreitou, Délia conseguiu se perdoar por sua negligência como mãe no passado. Com ajuda do marido se alimentava regularmente, recuperou peso, não fez mais o quadro de sintomas graves e não mais desmaiou. Teve uma recuperação rápida e ficou muito agradecida à médica e a nós que a levamos para a consulta. Sempre repete as frases da médica que ficaram como um marco em sua história de vida. Quanto à médica, apenas comentou ter sido esse um caso típico de doença psicossomática.

Fui apresentada ao Caso Délia em 2013 quando cursava o segundo período no Curso de de Artes Cênicas em Vila Velha no Espírito Santo, a proposta do projeto era por uma medicina mais humanizada, relação médico\paciente.

Quantas Délias estão morrendo em nossas periferias, excluídas do convívio social por serem



diferentes dos padrões de comportamentos hipócritas e mentirosos? O que tenho em comum com Délia é a vivência em comunidade onde na maioria das vezes os valores estão camuflados em uma fé recheada de preconceitos, onde sua conduta é medida por valores em Reais”:

Quantas Délias deprimidas estão medicadas e preferem dormir do que ter que encarar os olhares de desprezo, indiferença, machismo e intolerância religiosa?

Sou Délia em minha periferia.

Vencendo obstáculos

Rompendo barreiras

Pela vida

Em nome da Arte.



angela  
diniz





*Sou atriz formada pela FAFI e atualmente estou no curso de Qualificação Profissional em Dança Afro. Sou integrante da Afronta – Cia de Expressões Artísticas de Mulheres Negras, minha experiência com a escrita iniciou na infância, não como profissional, mas como forma de expulsar as ideias que surgiam transformando-as em poesia. Além disso, fiz oficinas de dramaturgia e poesia.*

## Calvário

Rasgaram minhas vestes diante do opressor,  
seguí o caminho em silêncio,  
passos tímidos, cabisbaixo.

Sangrei antes de ouvir o primeiro zunido,  
o chicote de nylon me tocava,  
chorei lágrimas de orvalho.

Cantei os salmos dos Orixás,  
pedindo proteção as divindades,  
mas, sem desistir dos olhos de quem me feria.

Ele viu, ele sabe  
que com minha carne rasgada e ferida  
me torno mais frágil e febril.

E sem dar resultados, sem voz e sem pão  
deixou-me de lado até me tornar  
um bicho vazio sem vida e sem alma..

## *Pele escura, Carne dura*

*Tenho veia africana que vem da ancestralidade  
Sou frágil, de alma pura.*

*Pregam que a vida é uma coisa divina,  
Mas já me criticavam desde menina,  
Estranhavam minha pele escura  
Diziam que minha cor era muito diferente.*

*A diferença eu mesma enxergava e era simples  
[de explicar*

*Mas a escola mascarava a etnia dos fatos.  
Minha pele escura é resultado de um ato,  
Uma mistura, um contato.*

*Minha cor escura, envolvente, pertinente  
Embeleza meu ser,  
Tenho carne dura, resistente que não  
Me deixa envelhecer.*

*Possuo melanina de essência jovial,  
É que sou negra, e que mal há nisso;  
Sou negra, negritude, africanidade,  
Afro-brasileira, afrodescendente.  
Sou negra, negra  
Negra valiosa, negra virtuosa,  
Negra com bravura, negra com atitude!*





Nasci mulher, negra no morro do centro da cidade de Vitória, no dia em que a cidade comemora aniversário. O ano era 1957. Me tornei mãe de quatro filhos e avó de cinco netos. Em busca de um novo começo, entrei na Universidade aos 51 anos. Então comecei a registrar e a expor minhas ideias e pensamentos sobre o meu cotidiano. Formei-me em Serviço Social pela UFES, em 2012, e sou amante da cultura tendo como meta recontar minha história e identidade de bisneta de uma alforriada na lei do Ventre Livre. Me identifico como uma perfeita aprendiz da vida, em busca de inspiração para registrar as minhas angústias, alegrias e acontecimentos.

The image features a vibrant yellow background with a black, swirling, paisley-like pattern. Overlaid on this are several stylized, graphic elements in shades of olive green, white, and pink. In the upper left, there is a sun-like flower with a green center and a red dot. To its right is a stylized eye with a green iris and a red pupil. Below these, the name 'angela dionizio' is written in a white, lowercase, sans-serif font, set against a black, cloud-like shape. At the bottom center, a large, stylized flower with a pink eye-like center and a yellow dot is prominent. The entire composition is framed by a dark olive green border. On the right side of this border, there is a vertical row of five colored dots: purple, pink, purple, purple, and black.

angela  
dionizio



## Filhos da terra

Vim de lá de cumbé  
Com meus irmãos malungos a me acompanhar.  
No porão dos negreiros  
Ainda ouvindo o som da milonga.  
Lembrando ainda do jeguedê.  
Tento a quizília esconder.  
Colocaram-me neste mocambo, me tornei esta  
[muxiba.

Que só da dó de ver.  
Apenas na sombra da mulunga, tomando minha  
[jeribata, tento esquecer.  
Fico neste banzar tentando minha quizília esconder.  
No sorriso da mulata, tento o chicote esquecer.  
Vai ser minha pretinha a me comover.  
E não me deixar perecer.  
De saudade da minha terra ao entardecer.

## Filha de Nagô.

Negra como a noite eu nasci.  
No barro de fazer panela, fui moldada.  
Batinga amassada e forjada.  
Sou herança da minha memória.  
Sou negro sem bandeira, que aqui aportou.  
Sou vida em harmonia.  
Sou vidas de vitórias.  
Sou colibri sou beija-flor.  
Sou congo e folia.  
Sou preta Nagô.  
Filha de Nanã.  
Sou roda de ciranda.  
Sou quizomba ou reisado.  
Sou batuque dos negros.  
Sou jongo e capoeira.  
Sou samba duro de roda.  
Dançado no terreiro batido.  
Sou quem levanta a poeira do chão.  
Sou protegida de São Jorge.  
Xangó, Ogum, Oxossi, Todo o povo dos astros.  
Sou grito calado à noite.  
Sou canto entoado ao dia.  
Sou acalanto dentro da noite.  
Sou filha da Virgem Maria.  
Sou pedra, pedreira, penhasco.  
Sou Capixaba da gema sim senhor.  
Sou toda do Espírito Santo.  
Agraciada por Deus Nosso Senhor.



Me dedico às expressões artísticas desde a infância, comecei com a dança, depois experimentei teatro e música de forma simultânea. A literatura sempre me acompanhou como um registro íntimo, não divulgava meus escritos. Até que em 2015, passei a integrar a Afronta - Cia de Expressões Artísticas de Mulheres Negras, onde me sinto bem à vontade para experimentar e mostrar as variadas formas de arte pelas quais me interesso.



cinthia  
caetano

## Privilégios

Quando é você que come outras, é só um tesãozinho.  
Quando é ela que dá por aí, ela é puta,  
promíscua, vagabunda.

Quando é pra transar sem camisinha, é porque a  
[capa incomoda no pau.

Quando ela engravida é porque ela é irresponsável  
[e devia ter se entupido de remédio.

Quando é pra dividir as tarefas da casa, você tá  
[ocupado com coisas importantes.

Quando ela se demora a cuidar da casa e só está  
[cansada, ela é preguiçosa, relaxada.

Quando você mente, diz que é pro bem dela.

Quando ela mente é porque cansou de não ser  
[ouvida. Prefere dizer tá tudo bem. Ou tchau.

Quando ela sai, ela tem medo de não voltar.  
[De ser levada. Tocada. Roubada.

Quando você sai, não precisa se preocupar. Só  
precisa decidir se volta ou se deixa ela esperando.

## Nem puta, nem santa

Nem puta, nem santa

Eu tenho esperança, minha própria vontade

De poder seguir

Sem ser perseguida, caçada, calada, castrada,

[casada, em casa calada.

Amaldiçoada,

Só faço o que quero, não me dê permissão

Sua imagem de mim, é só ilusão

Quem chega primeiro, só chega sozinho

Prefiro juntinho, traçar um caminho

E se for separado, que também seja bom

Não é falta de tato. É amor sem paixão.

O romantismo, amor, não tem coração.





lucy silva







Sou Lucy Silva, tenho 72 anos, fui alfabetizada a partir dos 59 anos e a poesia *Negra Mulher* foi escrita quando estava no 4º ano do ensino fundamental.

## Negra Mulher

As mais discriminadas  
São as mulheres que aos olhos da sociedade  
Não cabem em lugar nenhum.  
Essas mesmas mulheres na atual conjuntura,  
Ainda vivem à margem nesse país,  
Tiveram que fazer tais coisas,  
Transformando-as em profissão  
Por falta de opção.

Quem são estas mulheres?  
São mulheres que catavam café e faziam pão.  
Que tinham que dormir com o patrão,  
E não podiam dizer não para defender o seu  
[próprio pão.  
São mulheres feridas, mulheres machucadas  
Que trabalhando na lida acabaram sem nada.

E assim continuou a discriminação  
Das mulheres dessa profissão,  
Tanto na cidade como no sertão.

Pois, as mulheres da cidade não catavam café  
E nem faziam o pão.  
Mas, misturavam-se com o povão  
E por falta de opção