

REVISTA

PROJETO

Auto Estima

Nº 12 abril/2021

ISSN: 2675-4541

Distribuição Gratuita

www.revistaprojeautoestima.blogspot.com



CONFIRA ENTREVISTA COM

CAROL CAPEL

YOUTUBER DE UM DOS MAIORES CANAIS DE
MISTÉRIOS DO SOBRENATURAL

VIVA BEM
VIVA COM SAÚDE



SUMÁRIO

ABRIL DE 2021

Editorial: por Elenir Alves, pág. 03
Entrevista com a youtuber Carol Capel, pág. 05
Dicas para leitura, pág. 11
Poema: por Alberto dos Anjos Costa, pág. 12
Entrevista com o escritor Alberto dos Anjos Costa, pág. 23
Entrevista com a escritora Maria Eduarda Ferrari Gazola, pág. 31
Entrevista com a escritora Renata da Costa, pág. 35
Entrevista com o escritor Augusto Filipe Gonçalves, pág. 37
Entrevista com a escritora Elessandra Marisa Ferrari Gasola, pág. 40
Entrevista com o escritor Roberto Schima, pág. 43
Entrevista com escritor Saul Cabral Gomes Junior, pág. 48
Artigo: Excelentes razões para incluir a vitamina C no cuidado diário com a pele, por Dra Mariana Paixão, pág. 51
Crônica: Casaco de lã, por Pamela Meneses la Cava Marquezeli, pág. 54
Artigo: Jovem escritor cita próprio livro em Redação do ENEM e tira 980, pág. 56
Saiba como divulgar, anunciar, patrocinar ou publicar na próxima edição da Revista Projeto AutoEstima, pág. 59

EXPEDIENTE

Elenir Alves - Editora-Chefe - elenir@cranik.com

Ademir Pascale - Layout da capa, arte e diagramação - ademirpascale@gmail.com

Periódico Mensal - ISSN: 2675-4541

A Revista Projeto AutoEstima é uma produção independente e livre de quaisquer vínculos políticos, comerciais e religiosos. Os textos publicados aqui são de inteira responsabilidade de seus respectivos autores e não dizem respeito à opinião do editor e seus conselheiros, isentos de toda e qualquer informação que tenha sido apresentada de maneira equivocada por parte dos autores aqui publicados.

Para baixar nossas edições, acesse:

<https://revistaprojetoautoestima.blogspot.com/p/edicoes-anteriores.html>

Para ler nossas matérias diariamente, acesse:

www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com

Para saber como publicar, anunciar, divulgar o seu trabalho, ser entrevistado ou patrocinar a próxima edição da Revista Projeto AutoEstima: clique aqui.

Para entrar em contato:

c/ Elenir Alves - Editora-Chefe

elenir@cranik.com

- SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS -

Blog: www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com

Instagram: [@revistaprojetoautoestima](https://www.instagram.com/revistaprojetoautoestima)

Fanpage: [@projetoautoestima](https://www.facebook.com/projetoautoestima)

E-mail: elenir@cranik.com

Editorial

Fechamos a edição de nº 12 da Revista Projeto AutoEstima com uma entrevista exclusiva com a youtuber Carol Capel e ainda entrevistas de alguns autores que participaram das antologias *Versos Soltos*, *Sonhos poéticos*, *Poemas e café*, *Sensibilidade e sonhos*, *Penso, Logo Escrevo*, *Concurso de Poemas* e *Concurso Literário Reflexão da Pandemia*, além de outros textos excelentes para você apreciar. Minha gratidão a todos os participantes e envolvidos neste trabalho do qual me orgulho tanto! Desejo uma excelente leitura à todos.

Para publicar crônicas, resenhas, poemas ou divulgar seu negócio, projeto, loja, livros, etc., na próxima edição da nossa revista: clique aqui.

www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com

REVISTA

PROJETO

— *Auto Estima* —

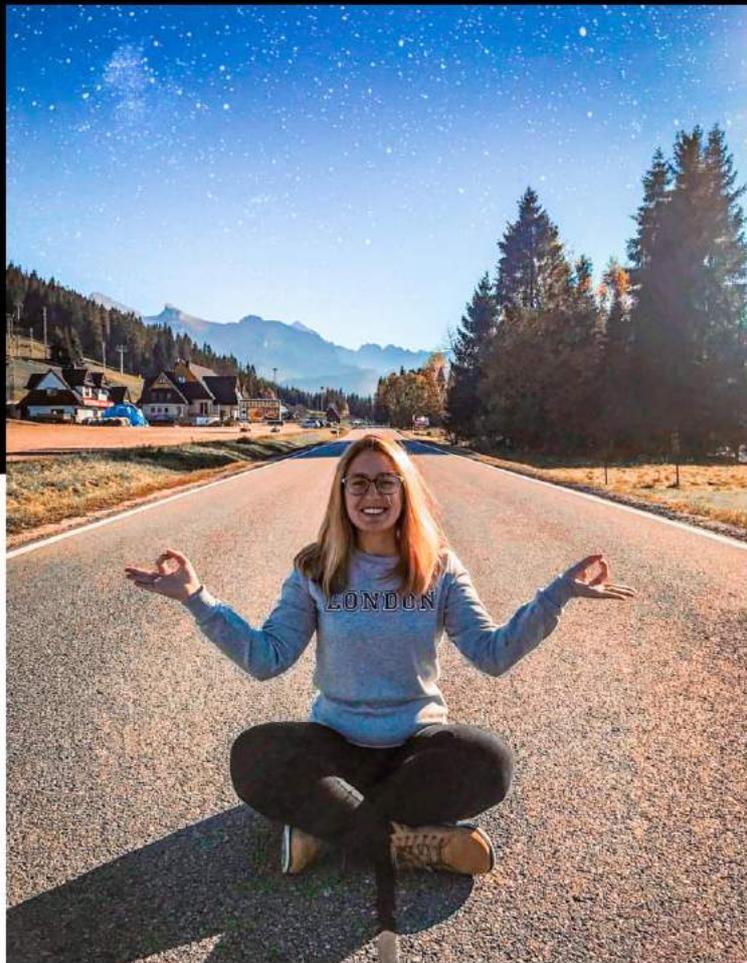


Elenir Alves
Editora-chefe



“DEPOIS DE TER VIVIDO NA ITÁLIA E EM UMA CIDADE DE PRATICAMENTE 50 HABITANTES, NO TOPO DE UMA MONTANHA, VÁRIOS FENÔMENOS, PRINCIPALMENTE O OVNI (OBJETO VOADOR NÃO IDENTIFICADO), COMEÇARAM A ACONTECER, NÃO SÓ NA MINHA VIDA, MAS TAMBÉM NA DO MEU MARIDO. “
— CAROL CAPEL





CAROL CAPEL - TATRA, FRONTEIRA COM A ESLOVAQUIA

ENTREVISTA COM CAROL CAPEL, YOUTUBER DE UM DOS MAIORES CANAIS DE MISTÉRIOS DO SOBRENATURAL

Com cerca de dois milhões de inscritos no seu canal do YouTube e quase 500 mil seguidores no Instagram, a empresária e produtora de conteúdo, Carol Capel é um sucesso nas redes sociais. Formada em administração de finanças, seu verdadeiro amor sempre foi estudar inglês. Assistindo às séries de TV e acompanhando os livros que a mãe usava para aprender o idioma, aos 16 anos, já tinha fluência na língua estrangeira. "Quando fiz meu primeiro teste para um curso de verdade, já fui direto para o nível mais avançado, e logo que peguei o diploma, comecei a dar aulas", conta. "Comecei ajudando aos amigos, no intervalo do trabalho, e foi aí que todos disseram que eu tinha uma didática diferente, e que poderia investir naquilo", lembra Carol, que também fez MBA em finanças e pós-graduação em marketing.

Em 2015, foi transferida pela empresa em que trabalhava para assumir o departamento financeiro e morar nos Estados Unidos, na cidade de Sanford, na Flórida. Ao aceitar o convite, mal sabia Carol que, seu hobby nas horas vagas, seu canal recém-criado no YouTube, mudaria por completo a sua vida. Aproveitando o sucesso do canal, criou o curso "Carol me ensina inglês", com uma metodologia própria e que, hoje, conta com cerca de três mil alunos ativos. "Sempre gosto de ressaltar a importância de aprender o

idioma. Com certeza, sem MBA e inglês, nada disso teria acontecido. Meu método é baseado nos moldes da Universidade de Cambridge (gramaticalmente), aonde sou certificada, mas o objetivo sempre foi levar aos meus alunos o inglês da 'vida real', aquele que você realmente usa morando fora do Brasil" conta a brasileira explicando ainda que o curso também possui um preparatório 100% gratuito para quem vai prestar exames internacionais, como o IELTS (International English Language Testing System).

Depois de três anos nos Estados Unidos, Carol decidiu se mudar para a Europa. Como já tinha cidadania italiana, desembarcou na Itália, aonde viveu por sete meses, e desde 2018, fixou residência em Cracóvia, na Polônia, lugar que se apaixonou após uma viagem, e vive até hoje. O canal não parou de crescer, e os conteúdos são diversos, de dicas de viagens a casos misteriosos e sobrenaturais que geram milhares de visualizações. "Sempre fui interessada nesses assuntos, então juntei algo que já gostava, que era o sobrenatural, e comecei a mostrar os fenômenos que vivenciei", revela.

Mesmo longe do Brasil há mais de cinco anos, Carol abraça no país a causa dos animais, outra paixão da sua vida. "Ajudo a uma protetora independente, na Vila Califórnia, em São Paulo, que cuida de 70 animais abandonados e vítimas de maus-tratos, resgatados da rua. Também adotei, ainda nos Estados Unidos, um vira-lata, o Aladin. Procuo conscientizar às pessoas da importância da adoção", completa ela, que também faz palestras online contando toda a sua experiência de vida.

ENTREVISTA:

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como surgiu o seu interesse por assuntos sobrenaturais?

Carol Capel: Sempre gostei do tema, mas tinha muito medo. Depois de ter vivido na Itália e em uma cidade de praticamente 50 habitantes, no topo de uma montanha, vários fenômenos, principalmente o Ovni (objeto voador não identificado), começaram a acontecer, não só na minha vida, mas também na do meu marido. Então, eu juntei algo que eu já gostava, que era o sobrenatural, com os materiais e as coisas que aconteciam comigo.

Revista Projeto AutoEstima: Quando foi que surgiu o canal Carol Capel: <https://www.youtube.com/user/ccapel3?>

Carol Capel: Surgiu no final de 2014, início de 2015. Eu estava trabalhando para a TV Globo e queria fazer algo de diferente da vida. Aconselhada pelos meus colegas de trabalho, decidi abrir um canal para falar de coisas que eles diziam que eu era boa. Falar de Disney. Todo mundo que ia viajar para a Disney me pedia dicas e eles diziam que a viagem tinha sido muito boa. Na época, o assunto estava muito em alta e então, eu juntei

minhas experiências de já ter sido funcionária da Disney, com o conhecimento dos Parques de Orlando que eu obtive em uma viagem e abri um canal.

Revista Projeto AutoEstima: Hoje o seu canal tem mais de dois milhões de seguidores, em algum momento você pensou que isso poderia acontecer? Como você se sentiu, qual foi a sua sensação?

Carol Capel: O crescimento de um canal do YouTube é geralmente tão lento, que nem tem tanta graça assim quando atinge o número redondo. A minha maior felicidade com o canal é saber que os assuntos tratados lá dentro realmente ajudam a transformar a vida das pessoas. Abrir os olhos e trazer um significado para aquilo que antes era generalizado como loucura.

Revista Projeto AutoEstima: Qual o caso mais misterioso e incrível que você comentou em seu canal?

Carol Capel: A grande maioria dos assuntos que eu trato no canal são pouco críveis pela sociedade, mas aos poucos, as coisas estão se revelando como elas são e cada dia está mais claro para as pessoas. Os assuntos que eu trato no canal, hoje em dia, estão se tornando o cotidiano de muita gente. O caso mais misterioso que eu tratei foi sobre a abdução de uma moça brasileira, residente na região central do Brasil. Ela tem tanto medo das coisas que aconteceram com ela, que não me autoriza a revelar o nome.

Mas ela foi abduzida por aliens (espero eu) juntamente com sua filha e depois desse fato, elas desenvolveram uma espécie de membrana nos olhos que elas conseguem controlar. Por incrível que pareça, essa membrana fez com que ela conseguisse enxergar melhor, enxergar no escuro e os médicos não sabem explicar o que aconteceu.

Por causa disso, ela parou de procurar médicos e começou a procurar respostas no sobrenatural e encontrou em casos de abdução similares aos delas.



Revista Projeto AutoEstima: Em 2015, você foi transferida pela empresa em que trabalhava para assumir o departamento financeiro e morar nos Estados Unidos, na cidade de Sanford, na Flórida. Poderia comentar? Como foi a experiência nos Estados Unidos?

Carol Capel: A experiência parece ser incrível aos olhos dos outros, mas para mim foi péssima. Eu engordei 25 quilos, adoeci e tive crises horríveis de síndrome do pânico, com

depressão, chegando a se tornar fibromialgia e eu não conseguia nem levantar um caderno de tanta dor.

A pressão psicológica no trabalho era algo realmente desgastante. Eu era constantemente ameaçada de não renovarem meu visto e outras coisas mais loucas ainda se eu não fizesse as coisas andarem na empresa.

Assumi uma equipe financeira, com todos os funcionários americanos, americanos, inclusive, que não precisavam de visto para poderem residir nos Estados Unidos. Então, todo mundo largava o trabalho todo nas minhas mãos. Afinal, eu era a única dali que precisava do emprego para poder continuar morando nos Estados Unidos.

Depois de muito ficar doente, eu decidi que não iria deixar que ninguém mais me manipulasse daquela forma por nada. Então, comecei a empreender lá nos Estados Unidos mesmo. Abri três empresas e duas deram muito certo.

Ao me mudar para a Europa, eu consolidei essas empresas em uma só e é a que estou tocando até hoje.

Revista Projeto AutoEstima: É verdade que você já presenciou fenômenos sobrenaturais? Quais?

Carol Capel: Muitos! Vou contar alguns...

Morava em Gignese, uma cidade de praticamente 50 habitantes, no topo de uma montanha, bem ao norte da Itália. Decidi ir a Milão, uma hora e meia de trem de onde vivia, passar um fim de semana e gravar matérias para o meu blog. Do local onde morava até lá. No dia, eu e meu marido acordamos super cedo, às 5h, e os fenômenos sobrenaturais começaram já no início do dia. No ponto de ônibus que nos levaria a estação de trem, nós começamos a ver no céu umas luzes estranhas, três bolas que se mexiam, portanto, não eram estrelas. Ficamos olhando por uns cinco minutos, quando as luzes da cidade, de repente, se apagaram e ficamos apenas com essas luzes diferentes.

Assim que desembarcamos na estação Porta Garibaldi, em Milão, que ficava numa área bem chique da cidade, com lojas de marcas famosas e muitos restaurantes, conhecida como Corso Como. Assim que saímos, já comecei a gravar para meu blog e meu marido foi me conduzindo, quando de repente, me puxou para o lado e disse: "Cuidado com a bicicleta". Vinha um homem com ela em nossa direção. Continuamos a gravar e percebemos que o homem que passou por nós e falou algo, sumiu! Estávamos num lugar que tinha um ferro que dividia o gramado e a calçada. Não tinha como ele ir para outro lugar a não ser continuar na calçada.

Editei meu vídeo, subi para o blog e muita gente mandou mensagem falando: "Carol, você viu que o cara da bicicleta sumiu?" Para quem não sabe, Milão e Turim são as duas cidades mais mal assombradas da Itália.

Uma vez, fui convidada para fazer uma simulação do Harry Potter num castelo na Polônia, que fica a cinco horas de onde moro. Como conhecia a produtora, ela me deixou dar uma volta por todo o castelo. Eu e meu marido andamos por conta própria por todo o local. Paramos na torre, que era muito estranha, com barulhos diferentes, tinha caveira,

osso de verdade. No calabouço, já na entrada, sentimos o cheiro de sangue. Lá também tinha um gato, que começou a perseguir, ir com a gente para todos os lugares, como se estivesse fazendo uma proteção espiritual. O castelo tinha várias passagens secretas. Não me senti bem no local e acabei não ficando porque percebi que o castelo era estranho e cheio de coisas paranormais.

Em dezembro de 2017, quando ainda morávamos na Itália, eu e meu marido saímos para jantar e fomos de ônibus até uma cidade vizinha chamada Arona, estava muito frio e nevava não montanha, cerca de 2 graus negativos. Demoramos cerca de 3 horas e na volta, nós reparamos que no nosso quintal, dentro de casa, haviam pegadas enormes na neve (filmamos tudo e tem vídeo no canal sobre).

Eram pegadas humanas, mas de um sapato de tamanho muito maior do que o convencional. Um pé gigantesco. As pegadas começavam no meio da neve e terminavam no meio da neve. Como se fosse uma pessoa que tivesse aparecido do nada e do nada tivesse sumido. Ficamos com medo e chamamos a polícia. Eles olharam a casa toda e a floresta toda que tem em volta da casa e não havia nada. Mas ficamos horrorizados porque era dentro da nossa casa e foi muito assustador. Até hoje não sabemos o que houve e nem o que esteve lá.



Revista Projeto AutoEstima: Você coleciona *souvenirs*? Fale mais sobre a sua coleção?

Carol Capel: Eu coleciono miniaturas, gosto bastante. Sempre que viajo, trago alguma miniatura do local que eu fui visitar.

Tenho algumas peças da Disney (que comprei quando morava nos Estados Unidos), mas a minha paixão são miniaturas e colecionáveis de Games. Tenho alguns.

Revista Projeto AutoEstima: Você abraçou e adotou a causa dos animais uma das suas paixões, é verdade que você ajuda a uma protetora independente, na Vila Califórnia, em São Paulo, que cuida de 70 animais abandonados e vítimas de maus-tratos, resgatados das ruas? Pode comentar?

Carol Capel: Sim, ajudo uma protetora independente, em São Paulo, que cuida de 70 animais abandonados e vítimas de maus-tratos, resgatados da rua. Também adotei um vira-lata, o Aladin, quando ainda morava nos Estados Unidos.

Perguntas rápidas:

Um livro: The Code of The Extraordinary Mind - Vishen Lakhiani

Um (a) autor (a): Graciliano Ramos

Um ator ou atriz: Tom Hanks

Um filme: Podem ser 2? Forest Gump e Interestelar

Um dia especial: todos os dias são especiais

Uma cor predileta: azul

Uma frase marcante: a mediocridade é a arte de não ter inimigos (Sofocleto)

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?



Carol Capel: Criei o curso "Carol me ensina inglês", que chegou ao primeiro lugar em popularidade na plataforma Hotmart. Por conta de problemas financeiros, muitos acabam não fechando e foi nesse momento, que vi uma possibilidade de ajudar a quem está na busca de um novo emprego ou de uma recolocação e decidi por dar aulas básicas e gratuitas de inglês no aplicativo Sparkle, que fica dentro da plataforma Hotmart. Aprendi a língua inglesa, assistindo às séries de TV e acompanhando os livros que a mãe usava para

aprender o idioma, e aos 16 anos, já era fluente. Sou um exemplo de que só é possível aprender sozinho, imagina com um curso online! Mas para atingir o objetivo, é preciso ser disciplinado e persistente. O estudo precisa se tornar um hábito.

VISITE E INSCREVA-SE NO CANAL DA CAROL CAPEL

<https://www.youtube.com/c/CarolCapel/channels>

DICAS PARA LEITURA



Seja o amor da sua vida
Guilherme Pinto

Acesse



Idosos & Espiritualidade
Lígia Posser

Acesse



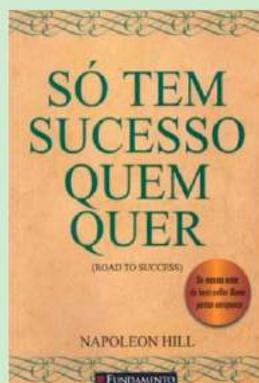
Autismo e Mediação
Isabelle Orrado e Jean-Michel V.

Acesse



Coragem de Existir
Matheus Jacob

Acesse



Só tem sucesso quem quer
Napoleon Hill

Acesse



O líder de A a Z
Marcelo Simonato

Acesse

“Realização é quando você consegue atravessar a porta do medo para enfrentar o mundo e alcançar os seus sonhos.” – Elenir Alves

CINTILAR DE EMOÇÕES

Por Alberto dos Anjos Costa

Somos os versos dessa poesia,
irradiando vida por sensações!
Somos almas em agonia,
adornando o mundo por emoções!

Somos tudo;
somos nada;
somos a insipiência absorvida;
somos a escravidão sendo castigada;
somos a verve declinada;
somos a estamina reprimida.

Somos vulcões adormecidos;
somos o amor em ciúme;
somos espíritos carcomidos;
somos a rebeldia em queixume.

Somos a orgia se inflamando;
somos a cocaína sendo inalada;
somos o vício inspirando,
a sodomia depravada.

Somos frutos do nosso tempo e lugar,
alternando posições em movimento,
pensamentos constantes a nos perguntar,
porque estamos aqui neste momento!

Somos a injustiça nauseabunda;
somos a moralidade a desfalecer;
somos a demagogia bem profunda;
somos a hipocrisia a recrudescer.

Somos detalhes;
somos requintes;
somos o minaz a romper;
somos o desconexo em acinte,

pondo o óbvio para morrer.

Somos o Sol da meia-noite;
somos a lua indo embora;
somos a filosofia fomentando açoites,
pervertendo as ideias ditas agora.

O Sol brilha para nosso planeta viver,
seus raios fúlgidos consolida a existência,
edifica a esperança de um lindo amanhecer!

Somos a juventude a envelhecer,
sentindo o fel , perdendo o lume;
somos o fim a antever,
a fragrância sem perfume.

Somos tudo;
somos nada;
somos a pérola partida;
somos riqueza abandonada;
somos a esperança demitida.

Somos anjos carentes;
somos o malefício empreendedor;
somos a inquisição penitente;
somos o vendaval destruidor.

Somos a certeza de lágrimas;
somos a misteriosa maré;
somos a inquietude magna;
somos o firmamento em fé.

Não temos no presente respostas concretas,
nesta efêmera passagem inebriante e secreta,
misteriosa vida fomentando o intrigante,
sabedoria que conhece o quão somos ignorantes.

Somos orgasmos;

somos pecados;
somos sentimentos a entorpecer;
somos a vida sem marasmos;
somos a metáfora do prazer.

Somos a força oprimida;
somos vontades a falecer;
somos as drogas consumidas;
somos o medo de vencer.

Somos o virtual edificado,
manipulando mentes fragilizadas;
somos computadores contaminados,
pela consciência martirizada.

Nossa íntima natureza nos revela:
Nosso ego, nosso pior inimigo!
Uma fraude que nos engana!
Alimentamos monstros e damos abrigo,
a demônios em nossa mente insana!

Somos a fantasia impura;
somos o cio em sobejo;
somos o sexo em estrutura;
somos o amor sempre em desejo.

Somos a miragem do deserto;
somos a gota no oceano;
somos a inspiração do arquiteto;
somos o porvir em desengano.

Viver por viver, quiçá seja a solução,
a natureza é suscetível, bela, divina e violenta,
viçosas florestas adornam a imensidão,
terra abençoada e preciosa que a todos assenta.

Somos estrelas cadentes;
somos a poesia lancinante;

somos a insciência inclemente;
somos o sofrimento torturante.

Somos a interação de cosmos e estrelas?
Ou vida incompleta que irradia a ilusão!
Somos os eleitos com a inteligência traiçoeira?
Ou a semente que constrói que lança a destruição!

Somos o embate virulento;
somos a rocha fragmentada;
somos o pássaro luculento;
somos a liberdade enclausurada.

Somos mentiras;
somos verdades;
somos segredos de fraquezas;
somos monges em simplicidade;
somos a marca da torpeza.

Somos a água em correnteza;
somos a candura prostituída;
somos a hipocrisia em franqueza;
somos a desrazão enaltecida.

O mar é magnífico mundo inexplorado,
dádiva que provê o alimento consagrado,
oceanos que lançam périplos em devaneios,
alteroso alto-mar navegando aventureiros,
águas impetuosas criando ondas ao vento,
melodiosas águas firmando romantismo luculento,
alvas ondas que enlevam entoado cantar,
salgadas águas magnificentes ancorando o sonhar.

Somos o aborto ocultado;
somos a desonra em companhia;
somos o incesto generalizado;
somos o feto em arritmia.

Somos a bomba hedionda;
somos a inexatidão dos sentidos;
somos o ferimento com a sonda;
somos a fome dos desvalidos.

Somos a verdade que não existe;
somos a dissimulação perpetrada;
somos o dogma que insiste,
em mentiras reveladas.

Nossa íntima natureza nos revela:
Somos com um computador cheio de vírus!
Somos como uma máquina defeituosa!
Somos a inteligência nos destruindo!
Somos a maldade vergonhosa!

Vivemos em conflitos e frustrações,
semeando o caos angustiante!
Deslealdades em nossas ações!
Mentiras amiúde a qualquer instante!

Somos a vergonha do sucesso;
somos errantes navegadores;
somos culpados pelo progresso;
somos humildes sonhadores.

Somos o esperma ejaculado;
somos a magia em comunhão;
somos o espermatozoide fecundado;
somos mutantes em conspurcação.

Somos a energia enfraquecida;
somos o trovão cuspidor de fogo;
somos a criança em estesia;
somos o destino em malogro.

Estamos num paraíso de exuberante natureza,
o inclemente progresso despreza sua beleza,

maltrata, açoita e conspurca um plangente futuro,
corrói, polui e desmata cingindo o céu em tom escuro.

Somos a transgressão dos costumes;
somos o poder transcendente;
somos a metafísica em negrume;
somos a irreflexão clarividente.

Somos o desalento da pobreza;
somos a anemia homicida;
somos eremitas em tristeza;
somos a pílula fratricida.

Somos a dialética excitante;
somos a retórica dissimulada;
somos a ignorância flagelante;
somos a plêiade alcoolizada.

O que somos afinal?
Bênção divina florindo o jardim!
A erva daninha que usurpa seu igual!
O aleatório começo que conhece o seu fim!

Somos a virgem desvirginada;
somos a paixão em ciúme;
somos a estátua despedaçada;
somos o casamento em azedume.

Somos suicidas em potencial,
com sofrimentos ferindo forte!
Somos o paradoxo enaltecendo o mal,
Um sopro jogado à própria sorte!

A vida é uma odisseia,
de revezes e de conquistas!
É uma sombra que passa!
É uma estrela cadente!
É uma vitória temporária!

É uma chuva complacente!
É uma gota no oceano!
É um grão de areia do deserto!
É um meteoro que vagueia,
sabendo que o seu fim é certo!

Somos a obra escatológica;
somos a política mercenária;
somos a imunidade da escória;
somos a traição incendiária.

O que somos afinal?
Paradoxos em dicotomia!
Corações em arritmia!
Mentes em despautério!
Espíritos em deletério!
Animais em desrazão!
Sensibilidade em extinção!
Almas trilhando errantes!
Incastos seres beligerantes!

Somos o estupro abominável,
fixando trauma e aflição;
somos a pedofilia execrável,
deixando almas em prostração.

Somos a chuva laureada;
somos a terra em alegria;
somos palavras interpretadas;
somos momentos de utopia.

Ventos que cantam e sopram o ar em poesia,
brisa acarinhando nossos sentidos em estesia,
ventania que mostra sua energia pujante,
atmosfera benquista, benigna e relevante.

Somos a serpente escamoteada,
assentando ódios bem profundos;

somos a raça eleita estigmatizada,
patrocinando mortes neste mundo.

O que queremos afinal?
Se desprezamos o importante!
Se nossas guerras são constantes!
Se a religião consolida fanáticos!
Se as bandeiras irrompem lunáticos!
Se a raça é discriminada!
Se a cor é estigmatizada!
Se a política é corrupta!
Se a mídia é estulta!
Se a polícia é violenta e mata!
Se a criminalidade nos maltrata!
Se traficantes conhecem a impunidade!
Se a droga já faz parte da menoridade!
Se pedófilos sempre existiram!
Se crianças sucumbiram!
Se as armas são lucro certo!
Se potências fomentam o retrocesso!
Se a fome ainda acontece!
Se a desigualdade recrudesce!
Se a prostituição ficou aceita!
Se a fidelidade foi desfeita!
Se bombas estão sendo armadas!
Se invasões são arquitetadas!
Se a maldade é defendida!
Se a bondade é enfraquecida!
Se a equidade é assassinada!
Se a injustiça é fortificada!
Se a fraternidade está morrendo!
Se o egoísmo está vencendo!
Se a cidade está doente!
Se psicopatas não estão ausentes!
Se o amor é marginalizado!
Se o afeto é pulverizado!

Somos o que desejamos ser;

**selvagens domesticados,
que matam a bel-prazer.**

**Nossas derrotas e vitórias!
Nossas bondades e maldades!
A vida é misteriosa história,
que se escrevem por nossas vontades!**

**Como podemos nos sentir envergonhados,
se o sistema cria em nós o desonrado!
Como podemos nos achar tão imperfeitos!
se nossas boas ações mostram nosso respeito.**

**Somos a consciência em aflição,
com incertezas e castigos em nosso viver!
Afã de fazer injustiças com as próprias mãos!
A inexorável certeza é que vamos morrer!**

**Oh, vida!
De tantos caminhos e atalhos!
Muitas vezes nos desviamos,
por interesses salafrários.**

**Como podemos ter inspirações e vontades,
se o tempo passa sem descobrirmos o que é a verdade!
Como podemos não nos sentirmos desiludidos,
se quem amamos partem para um frio jazigo!**

**Esperanças que não devem ser sepultadas!
Humanidade de boas ações exaltadas!
Otimismo que não pode ser esquecido!
Um mundo que não deve ser embrutecido!**

**Somos também o efusivo amor,
cintilando ígneas emoções,
vivenciando átimos de esplendor,
pela bondade em corações!**

**Ah! O amor!
Que sucumbe rancores!
Que professa o perdão!
Que abraça pecadores,
pela misericórdia e compaixão!**

**Ah! O amor!
O sempre verdadeiro e sincero amor!
Esquecido! Desprezado! Olvidado!
A percepção é de que escolhemos a dor,
para um mundo que hoje é tão vilipendiado!**

**Estamos nesta odisseia,
em que o tempo nos vê passar;
vivemos e não temos ideia,
de quando o fim irá chegar!**

**Oh morte!
De inefável mistérios e tétrica comoção!
Transforma em nada o que era crível e relevante!
Suprime encantos expulsa castigos e enterra a emoção!
Quinta-essência quebradiça pulverizada num instante!**

**De mãos vazias viemos!
Com as mãos vazias partiremos!
A vida foi um mar de ilusões!
Grãos de areia levadas pelo vento,
que sentiram lindos momentos,
que experimentaram sofrimentos,
que conheceram frustrações.**

Alberto dos Anjos Costa, é paulistano do bairro da Moóca na cidade de São Paulo/Capital. É Jornalista, Bacharel em Direito e Escritor com vários livros de poesias publicados. Todas as suas publicações possuem código ISBN e são registrados na Câmara Brasileira do Livro dignificando suas obras. Destaca sua ventura e júbilo pelas dezenas de premiações de seus trabalhos poéticos em Concursos Literários. Enfatiza o autor, que estes renomados títulos em distinção, não significariam nada se não houvesse em sua essência o munificente sentimento e a proeminente dignidade para enaltecê-lo como homem.

REVISTA projeto AUTOESTIMA

“Sucesso não é status ou ter dinheiro, é chegar no topo depois de enfrentar estradas árduas com uma bagagem de coragem.”

— Elenir Alves

ENTREVISTA COM O ESCRITOR ALBERTO DOS ANJOS COSTA

POR ELENIR ALVES



Alberto dos Anjos Costa, é paulistano do bairro da Moóca na cidade de São Paulo/Capital. É Jornalista, Bacharel em Direito e Escritor com vários livros de poesias publicados. Todas as suas publicações possuem código ISBN e são registrados na Câmara Brasileira do Livro dignificando suas obras. Destaca sua ventura e júbilo pelas dezenas de premiações de seus trabalhos poéticos em Concursos Literários. Enfatiza o autor, que estes renomados títulos em distinção, não significariam nada se não houvesse em sua essência o munificente sentimento e a proeminente dignidade para enaltecê-lo como homem.

ENTREVISTA:

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como foi o seu início no meio literário?

Alberto dos Anjos Costa: Era o ano entre 1992 e 1993, eu trabalhava em São Paulo sendo o chefe da SIP-Seção de Identificação Profissional, órgão do Ministério do Trabalho. A repartição ficava na Praça Nina Rodrigues – Glicério – SP. Como chefe desejava tornar a seção muito agradável para o querido público trabalhador que nos procurava para a obtenção da Carteira de Trabalho. Atendíamos por volta de 500 pessoas todos os dias. Em minha sala, com o escopo de torná-la agradável, descontraída e simpática para com o público que atendia, resolvi colar cartazes que eu havia escrito, com adágios, aforismos e provérbios; muitos que se encontravam em livros e desconhecidos do público, e outros que eu havia com minha criatividade elaborado. Notei que depois que eu atendia as pessoas, muitas delas pediam permissão para mim se elas podiam copiar algumas frases. Naquela época, não existiam os aparelhos celulares de hoje, que faz com que não precise copiar, pois uma simples foto resolve o problema para que não precise copiar. Prestava atenção de como o público se interessava pelas frases de efeito, que continham ingente percepção e sabedoria em suas sucintas frases. Atendia dignos trabalhadores humildes, mas notava também que os atendimentos em minha sala, com médicos, advogados, engenheiros, e outras pessoas com alto nível cultural, também ficavam encantados pelas frases, e que muitos deles também copiavam determinados adágios que os fascinavam. Cada dia, afixava mais cartazes em minha sala com diversos provérbios; muitos que eu pesquisava e outros de minha lavra. Minha sala estava repleta de cartazes nas divisórias e

paredes, e o sucesso era imenso. Todos que adentravam à sala ficavam contemplando as frases de efeito. Com o tempo fui anotando todas as frases em caderno, e ao lidar com as palavras, comecei a fazer pequenos versos que depois se transformariam em estrofes e posteriormente em poesia. Meu entusiasmo criativo fez com que eu desenvolvesse poesias sobre o cotidiano; sobre a vida, com suas vitórias e derrotas; com suas verdades e mentiras; com suas alegrias e tristezas. E o que me incentivava a falar sobre a vida, além de ter em meu âmago a inerente sensibilidade, também eram as histórias de suas vidas que o público me contava. Enquanto eu preenchia a Carteira de Trabalho, a pessoa que eu estava atendendo, falava um pouco de si, mencionando azares e sorte em seu trilhar. Como sempre dei muita atenção e carinho para o público, descobri que saber ouvir é uma virtude, e muitos dos que contavam a sua história de vida, encontravam em mim a confiança, consideração e generosidade por ouvi-los. Era como um desabafo, como não encontravam lá fora essa particularidade em atenção, encontravam em mim a empatia revestida de uma aura em energia positiva, irradiando positividade depois que concluíam suas falas. Recebiam de mim palavras de conforto, de resignação, de compreensão, o que fazia com que saíssem satisfeitos pelo atendimento realizado e pela atenção em respeito que o chefe Alberto havia dado. Foi assim que comecei a pensar em escrever poesias; a criar estrofes e a desenvolver pequenas histórias com suas frases em rima. Aliado a isso existia de mim pela gratidão filial, a vontade de homenagear os meus adoráveis pais. E nesta seara, plantou-se a semente que faria com que eu desenvolvesse a vontade de escrever o meu primeiro livro. Na época era como algo impossível, mas a minha obstinação fez com que eu não desistisse da concretização de um sonho. Já estávamos no ano de 1993. A Internet apenas engatinhava, era totalmente desconhecida ainda. Celulares eram só para ricos e era um produto sofisticado, em que somente os mais abastecidos financeiramente possuíam. As gráficas não tinham a tecnologia atual, suas impressoras rotativas eram máquinas caríssimas, grande maioria importadas da Alemanha, e por indicação de uma adorável amiga poetisa Gioconda Labecca, e com algumas das minhas anotações em mãos, tive o primeiro contato com a Editora Pannartz, que tinha uma gráfica no Brás em São Paulo, lembro que estava em companhia de meu grande amigo José Paulo Vieira, quando adentrei na gráfica para conversar com o Sr. Getúlio, dono da Editora, da viabilidade de como editar meu primeiro livro *Filosofias Poéticas*, onde constariam poesias, adágios e provérbios. O preço para a elaboração do trabalho era altíssimo para mim. Naquela época poucos conseguiam editar um livro. Hoje com todas as tecnologias desenvolvidas criou-se uma facilidade tão imensa que qualquer pessoa consegue publicar o seu livro, com um preço acessível e de forma rápida. Mas naquela época tive que lutar com todas as adversidades e obstáculos para conseguir a publicação de *Filosofias Poéticas*.

Alberto dos Anjos Costa julga ser um singelo artesão de palavras que com ingente vontade, abnegação, sacrifício e precípua dedicação conseguiu consolidar o seu ideal. Para alcançar o seu escopo na edição de suas obras, o autor salienta as dificuldades encontradas. Primeiramente enfatiza que teve que recorrer a empréstimos financeiros, auxílio de inesquecíveis amigos e venda de alguns bens para editar tais obras; a revisão, capa e divulgação, foram feitas pelo próprio autor, para não inviabilizar o seu projeto da edição de suas obras. Era o ano de 1994, e naquela época não se dispunha da facilidade,

capacidade e tecnologias editoriais que se tem hoje. Era praticamente impossível editar um livro de forma independente. Era muito caro; caríssimo para os padrões da época. O que sei é que para conseguir editar o meu livro, tive que dispor de valores que naquela época daria para comprar um carro zero quilômetro. Vejam e sintam o hercúleo esforço que tive que ter para realizar um sonho. Por um ideal as forças se multiplicam; somente um idealista obstinado e que acredita em seu trabalho poderia ter investido tudo o que tinha em sua obra; faz do impossível o possível para a realização cultural e o afã de levar uma mensagem de esperança, de otimismo, de gratidão, de reflexão e alento aos seus leitores, sem o propósito de almejar lucros financeiros, pois suas obras ainda são vendidas a preço de custo para repor seus gastos; existe até uma parte de sua obra que é reservada para doações para centros de cultura, bibliotecas, centros de leitura e estudos e para a maioria das escolas públicas de São Paulo. É paradoxal que toda esta vitalidade cultural do autor exista num país que na maioria das vezes desprestigia e não valoriza de forma assaz os escritores anônimos que iniciam neste dedicado ofício, esquecendo seus incipientes talentos, ainda não temos a tradição e consciência da grandiosidade poética ao olvidarmos nossos promissores autores poéticos. Acredito que num futuro não muito distante haverá a globalização cultural que incutirá em cada povo a necessidade da cultura, correndo o risco do povo que não acompanhar este desenvolvimento simplesmente perecer culturalmente, sepultando aprendizados e restringindo a sua evolução. Ciente que a unanimidade não existe e que a crítica construtiva fomenta alento para o aperfeiçoamento da obra, o autor ressalta o seu júbilo pela ressonância positiva de seu trabalho, pois, os leitores conseguiram captar a aura de lirismo que o autor procurou transmitir em suas poesias, motivo de imensurável satisfação pela identificação do leitor para com a obra e de grande incentivo para o aprimoramento e continuidade de seu trabalho. O autor adscreeve que o escritor que não exalta em seus pensamentos traços autênticos de seu caráter e personalidade, de seu eu interior, com certeza sua obra estará predestinada à superficialidade. Sem máscaras e sem pedantismo, mas revestido da magnânima humildade, o autor Alberto dos Anjos Costa adita que o viver vitorioso é feito de discernir o livre-arbítrio de maneira construtiva, obedecendo a ponderação consciente, pois, se este caminho que seguimos é feito de escolhas, temos que ter a paciência e virtude do aprendiz que estamos dispostos a respeitar e que procurei nestes trabalhos poéticos emanar esmero, acuidade, empatia e a vontade de me aperfeiçoar como ser humano, com pesquisas e respeito às idiosincrasias de todos nós, para que o leitor sinta o prazer em apreciar o labor na emoção poética que despretensiosamente será ofertada à posteridade, pois, como dizem os exímios escritores, o homem só é eterno quando o seu trabalho permanece.

Revista Projeto AutoEstima: Você participou da antologia (e-book) "Sonhos Poéticos" da Revista Projeto AutoEstima. Poderia comentar?

Alberto dos Anjos Costa: Sim, tive a grata satisfação de participar com minhas poesias, Opróbrios e Vida Pulsante. Poesias estas envoltas por sublime sentimento e revestidas de visceral autenticidade.

Revista Projeto AutoEstima: Conte mais sobre a sua experiência em participar desta antologia.

Alberto dos Anjos Costa: Enfatizo que um escritor não revela nada em sua obra se não se revela a si mesmo. Destarte, posso dizer que a experiência foi super positiva, pois extravasei com sinceridade os meus sentimentos. É inenarrável o júbilo e ventura quando você, com dedicação, abnegação e desprendimento; e focado em fazer o seu melhor, consegue finalizar uma poesia e depois, lê-la e falar para você mesmo: sensacional, show, maravilha. Sou muito crítico comigo mesmo, e chego a ser estóico e um tanto perfeccionista; e isto é extremamente estressante e desgastante mentalmente. Muitas vezes acordava de madrugada para anotar frases em rima, para não esquecer. Além de na elaboração das poesias, ficar totalmente concentrado a ponto de varar a noite. Isso mesmo, você fica tão compenetrado no trabalho, na pesquisa em livros sobre os temas e nas consultas aos dicionários para definições de palavras, às quais formarão as frases, e consequentemente os versos em rimas, que tornarão proeminente a sua poesia, que será lida pelo público; que simplesmente você esquece do necessário a você: de se alimentar, de dormir, de fazer qualquer outra coisa, (mas a satisfação em prazer faz com que você não reclame), e isso é um problema, pois, o ideal seria ter o controle e equilíbrio para elaborá-la por partes, e de forma pausada e intermitente. Mas isso é peculiaridade minha, pois sempre fui assim, mesmo não tendo curso de pintura, consegui pintar algumas telas em que as pessoas as admiravam. Sou um autodidata, e já em minhas pinturas de 1977 e 1978, eu absorvido pelo trabalho, seguia a madrugada adentro, até a aurora aparecer e eu ter que tomar banho para ir trabalhar. Coisa de jovem com sua rutilante energia e fascinante desejo. A inspiração te deixa inebriado e absorvido pela elaboração de seu trabalho, e isso é espetacular. Mas como cada um tem suas idiosincrasias; sua individualidade, para mim, eu me entrego de corpo e alma; me entrego de forma impetuosa e dedicada. Acredito que quando você faz algo vindo do coração, você sente ígneo prazer em fazê-lo. Como diz o ditado: Correr com gosto não se cansa. Mas todo esse estresse e desgaste se torna prolífico em gratidão, ao ver o seu trabalho concluído, o que nos enche de satisfação, por ter completado as relevantes etapas, do começo, meio e fim, pois, muitos começam e diante das adversidades, obstáculos, fadiga e esgotamento, não terminam o que se propuseram a fazer. É extremamente prazeroso ver seu trabalho consolidado. Filosoficamente subentendido que todo projeto de construção do ser humano carrega paradoxalmente a semente da destruição, é alentador e admirável ver que o tempo empregado para a realização das poesias foram para construir algo e não destruir; edificando frases e rimas que com cáldio sentimento, fomentarão elogios; quiçá críticas, pois minhas poesias são contundentes, objetivas, reflexivas e muitas vezes polêmicas pela sinceridade e autenticidade nas estrofes, o que impacta muitos leitores, haja vista, que não estão acostumados em suas leituras frequentes, encontrar tanta objetividade e franqueza em palavras, versos e estrofes. Gosto de escrever de maneira livre, leve e solto, sem os grilhões que cerceiam a naturalidade do autor; haja vista, que esse cerceamento faz com que a obra se torne superficial e insípida; sendo desprezada pelos olhos críticos e atentos do leitor.

Revista Projeto AutoEstima: Poderia destacar um trecho do seu texto desta antologia especialmente para os nossos leitores?

Alberto dos Anjos Costa: Claro com prazer. Na poesia classificada titulada Opróbrios, transcrevo duas estrofes:

“ Por que tu entristeces Brasil?
Por ver um Judiciário corrompido,
com salários aviltantes!
Deputados prostituídos,
e um Senado de farsantes! “

“ Oh, Brasil!
Em que a formação da pobreza,
é dissimulação arquitetada!
Os ricos para garantir sua riqueza,
fomentam a mão de obra escrava! “

“ Por que te decepionas Brasil?
Por ver um presidente terraplanista,
que entroniza o armamento,
que se abraça com a milícia,
que tem práticas extremistas,
deixando a nação em constrangimento! “

Já na poesia classificada Vida Pulsante, transcrevo duas estrofes:

“ Por que amar?
Porque beijos são energias em sensações,
galvanizam e regozijam corações,
carícias em comunhão de corpos ardentes,
explodindo em orgasmos felizes e contentes. “

“Neste virtuoso e laureado beneplácito climático litorâneo, impõe-se exíguas indumentárias, as quais fazem vicejar e recrescer impetuosos sentimentos e lauta sensualidade, pela inebriante e noviça mocidade, que refulge e exalta poesia e encanto; – divinizadas ninfas esculturais sugerem pensamentos voluptuosos, libidinosos e lascivos; envoltos em terna tentações e benquista luxúria; resplandecido pelo cálido prazer concupiscente em corpos torneados pela inspiração e alento divino; engendrado pela vontade dos Deuses, extasiados pelo júbilo da estesia e do etéreo amor.

Desponta nessa juventude bela e sedutora, a feminilidade, entreabrindo por decotes sumários o vislumbrar afrodisíaco de robustecidos seios de aroma virginal, que rutilam a libido e ensejam devaneios em carícias, beijos e afagos, que quiçá pelo magnetismo de auras cósmicas, convida-os à sucção de aréolas e de mamilos em eminência, enrijecidos

pelo aprazer que a vida lateja em seus corpos e fazem-se sentir no despertar de latentes emoções. “

“ Viva! Deveras!
 acredite em você!
 Teu pulsar é relevante!
 És estrela cintilante!
 Faça o dia resplandecer! “

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores que desejam participar de concursos literários?

Alberto dos Anjos Costa: O ser humano desconhece o valiosíssimo potencial que se encontra em seu âmago. Para despertar esse lado de escritor, a pessoa tem que ter em mente que o desejo mede os obstáculos, a vontade os vence. Abnegação, Desprendimento, Foco, Vontade, são preciosos. Podemos metaforicamente dizer que cinquenta por cento para se elaborar uma obra vem de inspiração e os outros cinquenta vem da transpiração, e entender que a unanimidade não existe, e o consenso absoluto é inexistente, portanto, a confiança naquilo que você escrever é imprescindível, faça com sentimento, com emoção, com o coração, pois elogios virão e críticas também, haja vista, que sempre se ouvirão vozes em discordância, expressando oposição sem alternativa, descobrindo o errado e nunca o certo, encontrando escuridão em toda parte e procurando exercer influência sem aceitar responsabilidade. O autor terá que deixar de lado perniciosas vaidades, subtrair o narcisismo e desinflar o seu ego, uma vez que entender que os mais talentosos escritores são geralmente envoltos por magnânima humildade. Fazer por fazer tornará uma obra insípida. Todo o autor no início é temeroso em sua obra, pois, dá muito valor ao que os outros vão pensar; a insegurança é natural e a confiança vem com a prática; com o tempo, haja vista, que você inicia como uma pedra bruta, que com o seu aperfeiçoamento em evolução, você de uma pedra sem muito valor, será lapidado, tornando-se uma pedra de admirável beleza. Não se deve esquecer das pesquisas que são necessárias para determinados assuntos, pois deve-se ter compreensão e entendimento sobre o que se fala; palavras com seus sinônimos deverão de ser investigadas para que não ocorram muitas palavras repetidas na obra. O público leitor sempre estará atento aos mínimos detalhes. No meu curso de Oratória na Universidade, aprendi que se você pesquisar 05 palavras no dicionário, que você viu, leu, não entendeu e desconhecia; no final de um mês, você terá 150 palavras que a maioria das pessoas não entenderão, mas que você hoje entende; é muito prazeroso quando você escuta ou lê uma palavra e consegue entender o seu significado, chamemos a isso de percepção em sabedoria. Todo o trabalho desenvolvido deverá ter a peculiaridade do autor; seja você; o seu eu deve vir à superfície, o que trará à obra a autenticidade que se espera. Todo o sentimento entregue em seu trabalho, produzirá uma aura invisível, uma energia envolta por seu sentimento, e isso fará com que o público possa sentir um trabalho elogiável, ou um trabalho medíocre, pois tudo que é feito com amor é sentido e absorvido por outras pessoas de grande sensibilidade.

Revista Projeto AutoEstima: Como o leitor interessado deverá proceder para saber mais sobre você e o seu trabalho literário?

Alberto dos Anjos Costa: Meus livros estão nas melhores livrarias online do Brasil. Estão também no Clube de Autores, como livros impressos e ebooks.

Meus trabalhos poéticos estão postados nos seguintes sites:

www.clubedeautores.com.br

www.efuturo.com.br

www.agbook.com.br

www.recantodasletras.com.br

www.meuladopoetico.com

www.autores.com.br

www.google.com.br

www.facebook.com.br

Rádio Tudo Praia Grande e Litoral

Podcasts de poesias declamadas: Toma aí um poema

Declamação pelo YouTube da poesia Cálido Sentir, do autor Alberto dos Anjos Costa.

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Alberto dos Anjos Costa: Sim, estou reestruturando o meu livro Odisseias Poéticas, com nova capa, nova diagramação, novas poesias, novo ISBN e também está sendo editado o quinto livro que tem o título de Ápices Poéticos. Todo esse trabalho minucioso será feito com o prestigiado e premiado editor e amigo Sidhney Boreas, que além de Editor, Designer Gráfico e Pesquisador Acadêmico, é também Escritor, com vários livros premiados, e Filósofo, graduado em Filosofia pela Universidade Federal de Sergipe; é também diretor da Voc3 Editora. Portanto, nota-se radiante a proficiência, excelência, proatividade e talento de Sidhney Boreas, editor em sua segunda fase, dos livros do autor Alberto dos Anjos Costa.

Perguntas rápidas:

Um livro: À Beira do Além

Um (a) autor (a): Sidhney Boreas

Um ator ou atriz: Kevin Spacey

Um filme: 2001 Uma Odisseia no Espaço

Uma recordação em especial: Meus amados pais Arlindo e Idalina, que já partiram e que sempre estarão em minhas afetuosas lembranças. Devo dizer que foram meus inolvidáveis inspiradores para que eu conseguisse elaborar o meu primeiro livro, pois a ideia de homenageá-los na dedicatória de Filosofias Poéticas, meu primeiro livro, foi o grande incentivo para que eu conseguisse, (diante de tantas dificuldades que expressei no início), editá-lo, publicá-lo, e distribuí-lo na livraria Saraiva na época. E jamais esquecerei o orgulho que papai e mamãe sentiram quando eu diante do primeiro livro Filosofias

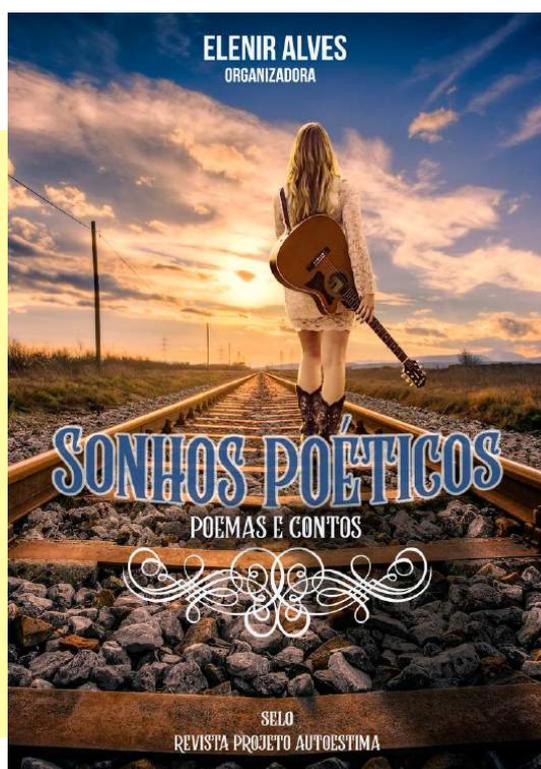
Poéticas em mãos, declamei a dedicatória que havia feito para homenageá-los, e que escrevo agora:

Ao meu pai, Arlindo da Costa,
poeta, incentivador e amigo;
À minha mãe Idalina, heroica,
na missão do educar;
À minha família,
minha homenagem, estima e carinho.

Lembro-me que naquela noite ao terminar de declamar a dedicatória para o meu pai e mãe; olhei para papai e vi em seu rosto um reluzente olhar de admiração; ao dirigir o meu olhar para mamãe, notei naquela alma santa, em sua meiga face rósea, duas lágrimas que rolavam pela emoção em júbilo.

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Alberto dos Anjos Costa: Quero aqui expressar os meus agradecimentos à talentosa e competente Elenir Alves, Editora-Chefe da Revista Projeto AutoEstima, e enfatizar sua enaltecida sensibilidade e conspícua empatia, pela atenção, afetuosidade e magnificente acolhida para com o autor Alberto dos Anjos Costa, o qual a elogia e deseja-lhe o merecido sucesso. Aos incipientes, neófitos e promissores autores que buscam a Revista Projeto AutoEstima para espargir em versos os seus sentimentos, digo-lhes que edifiquem sua vontade, seu talento, sua dedicação para belas estrofes, que se destacarão pelo viço exuberante que se irradia auspicioso, pelo esplendoroso encanto em sua verve ativa.



ENTREVISTA COM A ESCRITORA

MARIA EDUARDA FERRARI GAZOLA

POR ELENIR ALVES



Maria Eduarda é uma estudante que está cursando a faculdade de Farmácia; tem o sonho de fazer um intercâmbio e de ter uma biblioteca como a de A Bela e a Fera. Romances clichês, livros, música, super-heróis e poesia, fazem parte de seu dia a dia e de seus devaneios.

ENTREVISTA:

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como foi o seu início no meio literário?

Maria Eduarda Ferrari Gazola: Quando tinha 7 anos, minha tia era proprietária de uma livraria que ficava próxima à casa de minha avó, sempre dava uma escapadinha para a livraria e ficava a tarde toda lendo gibis, sentada num banquinho que tinha no cantinho da loja. Aos 8 anos comecei a escrever alguns poemas e continuo até hoje. Passando o tempo, comecei a ler os livros que a escola solicitava, mas não era um sacrifício pra mim, era algo que eu gostava de fazer; por volta dos 14 anos recebi, de uma amiga, a indicação de uma série de livros e a partir disso comecei a ler e não parei mais: livros de fantasia, romances clichês, mistérios, mitologia grega, clássicos da literatura e muitos outros. Na escola adorava as aulas de literatura, era algo que me encantava: Machado de Assis, Aluísio de Azevedo, João Guimarães Rosa, etc. Atualmente não consigo me imaginar sem um livro ao meu lado.

Revista Projeto AutoEstima: Você participou da antologia (e-book) "Penso, Logo Escrevo" da Revista Projeto AutoEstima. Poderia comentar?

Maria Eduarda Ferrari Gazola: No dia que iria mandar o poema para a antologia era comemorado o dia internacional da mulher, eu queria escrever um novo poema ao invés de buscar em meu acervo pessoal, o tema que escolhi foi sobre a mulher, queria mostrar que muitas vezes o que ela sente não é possível enxergar e que ela é muito mais do que o mundo fala, que a mulher é forte e é uma guerreira.

Revista Projeto AutoEstima: Conte mais sobre a sua experiência em participar desta antologia.

Maria Eduarda Ferrari Gazola: Desde os 8 anos escrevia poemas, atualmente tenho 18 anos e eu nunca publiquei algum poema em nenhum lugar, sempre deixava eles em meu caderno, meus pais liam, mas nunca passou disso. Poder mostra meu trabalho e ter um livro cheio de poesias onde uma delas é a minha, é algo que realmente me deixou muito feliz.

Revista Projeto AutoEstima: Poderia destacar um trecho do seu texto desta antologia especialmente para os nossos leitores?

Maria Eduarda Ferrari Gazola: “Mulher, feita de flores e espinhos/ Feita de lágrimas e de coragem/ Nos seus olhos carrega brilho e dureza/ Guerreira por inteira tem determinação”. Escolhi esse trecho pois nele tentei descrever o contraste que é a mulher e sua luta diária: embora muitas vezes queira desabar ela é forte e enfrenta seus problemas.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores que desejam participar de concursos literários?

Maria Eduarda Ferrari Gazola: Que tentem. Sonhar é uma coisa maravilhosa e se nunca tentarem nunca irão saber o que poderia ter acontecido. Deixo aqui duas frases de livros que li e que com certeza nos motiva a nos arriscarmos: “O mundo será salvo e refeito pelos sonhadores” (Saga Trono de Vidro, Império de Tempestades-Sarah J. Maas); “Você não pode evitar novos desafios ou esconder-se do amor porque talvez não esteja aqui para realizar seus sonhos. No fim terá tantos arrependimentos” (Saga Os Bridgertons, O Visconde que me amava- Julia Quinn).

Revista Projeto AutoEstima: Como o leitor interessado deverá proceder para saber mais sobre você e o seu trabalho literário?

Maria Eduarda Ferrari Gazola: Tenho o Instagram: mariaeduardaferraigazola e o Gmail: mariaeduardaferraigazola@gmail.com; mas tenho em mente criar em breve uma conta no Instagram apenas para postar meus trabalhos literários.

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Maria Eduarda Ferrari Gazola: Estou constantemente escrevendo poemas, além disso tenho em andamento um conto de suspense.

Perguntas rápidas:

Um livro: Amor e Gelato

Um (a) autor (a): Agatha Christie

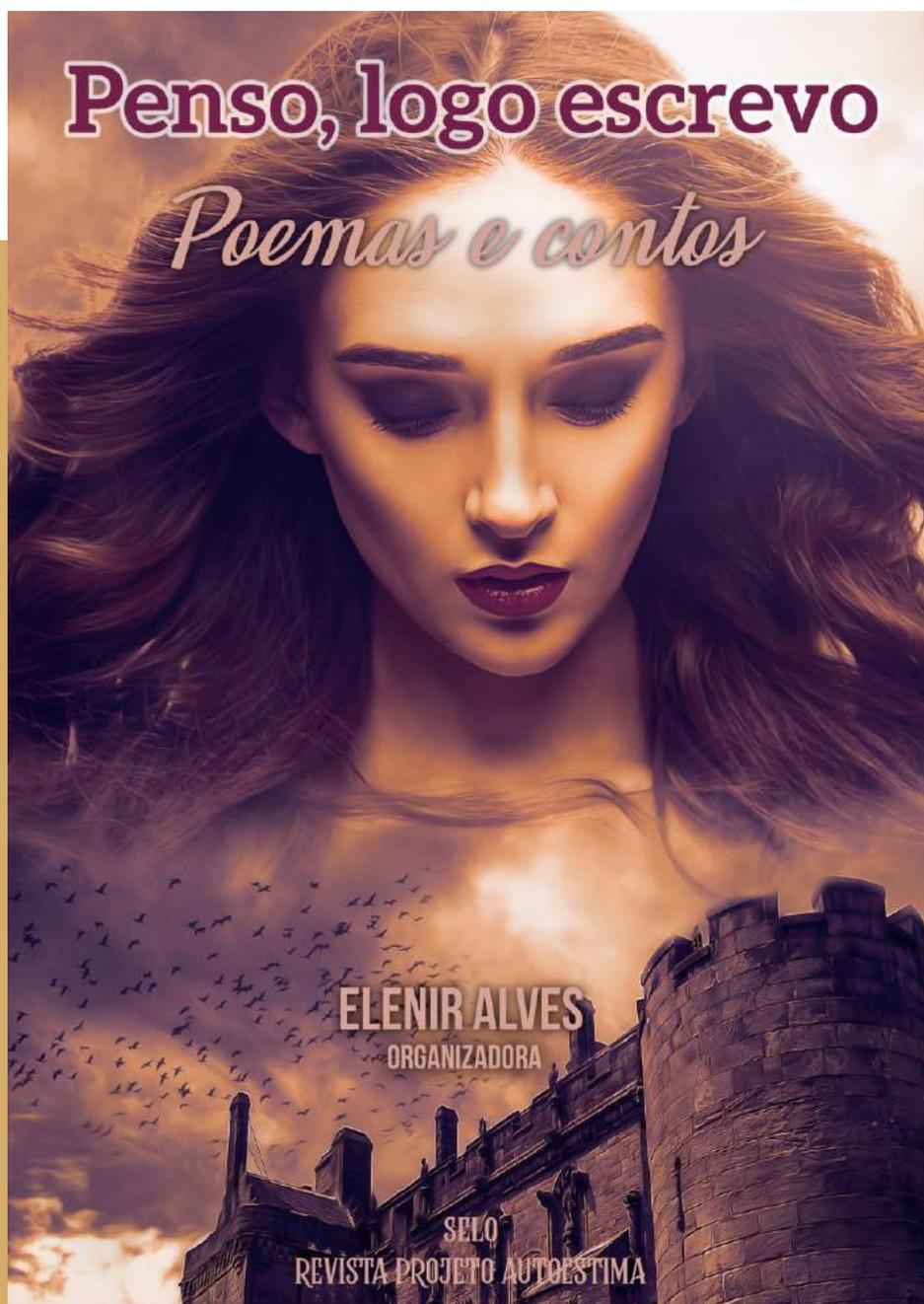
Um ator ou atriz: Gal Gadot

Um filme: Vingadores Ultimato

Uma recordação em especial: As tardes em que ficava na livraria com minha tia lendo, não saía de lá até que minha mãe fosse me chamar ou me arrastar...

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Maria Eduarda Ferrari Gazola: Eu apenas gostaria agradecer a Revista Projeto AutoEstima pela oportunidade de participar dessa entrevista e deixar mais uma frase que nos mostra que um livro pode ser muitas vezes a melhor companhia que podemos ter: (Sobre os livros) “Me dera a companhia silenciosa e constante daquelas personagens, os quais não existiam e jamais existiram, mas, de alguma forma, me faziam sentir menos... sozinha.” (Saga Corte de Espinhos e Rosas- Sarah J. Maas)



Revista

PROJETO AUTOESTIMA

WWW.REVISTAPROJETOAUTOESTIMA.BLOGSPOT.COM

PORQUE TER **AUTOESTIMA** FAZ TODA A DIFERENÇA

A Revista Projeto AutoEstima foi criada em maio de 2020 pela publicitária Elenir Alves. As edições da revista são digitais e a periodicidade é mensal, abordando textos sobre incentivo, motivação, autoajuda, gastronomia, cultura, lazer, cinema, beleza, saúde, psicologia, bem estar e muito mais.

Saiba como publicar, anunciar ou divulgar na próxima edição da revista digital Projeto AutoEstima.

Escreva para: elenir@cranik.com - c/ Elenir Alves



**100%
ENERGIA**

NASCIDA PARA O
BEM ESTAR DOS LEITORES

MOTIVAÇÃO

Venha **conhecer**
a **nossa** revista

www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com

ENTREVISTA COM A ESCRITORA RENATA DA COSTA

POR ELENIR ALVES



Renata da Costa é de Goiânia-Goiás, professora, escritora, atriz, produtora executiva, artesã, fotografa, mãe e autista/TTDAT com altas habilidades. Membro da Academia Internacional de Literatura Brasileira. Ama escrever desde os 12 anos e faz da escrita o seu porto seguro. Autora das obras *Meu Pequeno Grande Mundo* e *O banho de banheira* que falam sobre seu filho autista e também escritor, autor da obra *I love you Mamma*. Já escreveu poesia, conto, teatro, paródia e infantis. Possui poemas e contos publicados em várias antologias Nacionais e Internacionais. Faz serviços voluntários dando suporte para mais de 90 famílias com crianças e adultos no espectro autista no Brasil e nos EUA. Atualmente mora nos EUA com seu filho.

ENTREVISTA:

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como foi o seu início no meio literário?

Renata da Costa: Eu comecei a escrever poemas desde os 12 anos de idade, bem, aos 8 eu escrevi um teatro Épico. Escrevi ativamente até os 26 anos depois parei e entrei num casulo. E agora aos 39 a borboleta saiu, estou na ativa novamente escrevendo livros infantis, contos e poemas.

Revista Projeto AutoEstima: Você participou da antologia (e-book) "Poemas e Café" da Revista Projeto AutoEstima. Poderia comentar?

Renata da Costa: Sim participei confesso que amei o tema afinal amo café e com Poema então foi o par perfeito. E meus poemas foram escritos especialmente para essa antologia e com direito a café quentinho do lado. (risos)

Revista Projeto AutoEstima: Conte mais sobre a sua experiência em participar desta antologia.

Renata da Costa: Foi fácil escrever sobre duas coisas que você gosta, então os versos saem naturalmente.

Revista Projeto AutoEstima: Poderia destacar um trecho do seu texto desta antologia especialmente para os nossos leitores?

Renata da Costa: Sim claro.
Café com poema
Vai com rima ou sem rima
Parodeando, cantando ou encabulando
É quentinho, é gostoso
É fruto de amor proibido.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores que desejam participar de concursos literários?

Renata da Costa: Escreva e submeta seus textos, não tenha medo, o não você já tem vai que recebi um sim. Eu faço isso comigo.

Revista Projeto AutoEstima: Como o leitor interessado deverá proceder para saber mais sobre você e o seu trabalho literário?

Renata da Costa: Poderão me seguir pelo Instagram @renatacosta1981, lá eu posto muitas coisas e podem me mandar mensagens também.

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Renata da Costa: Projetos nunca faltam nessa minha cabeça. Estarei lançando um livro infantil creio que mês que vem só falta o registro dele, seria O banho de banheira. Em abril lanço também uma Antologia Talentos por trás do autismo composta apenas por autistas como eu e meu filho. E fora esses tenho mais 4 livros infantis pra ilustrar e 8 livros de poemas pra publicar(risos) e ainda estou escrevendo e tendo ideia pra mais. Fora as antologia.

Perguntas rápidas:

Um livro: I love you Mamma

Um (a) autor (a): Meu filho Raphael da Costa

Um ator ou atriz: não tenho

Um filme: The Miracle worker

Uma recordação em especial: Quando meu filho nasceu. Choro até hoje e olha que já são 11 anos.

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Renata da Costa: Jamais deixem de sonhar e de correr atrás dos seus sonhos.



ENTREVISTA COM O ESCRITOR AUGUSTO FILIPE GONÇALVES

POR ELENIR ALVES



Augusto Filipe Gonçalves, natural e residente em Penafiel (Portugal).

Tenho 36 anos, sou jurista, licenciado em direito e mestre em ciências jurídicas, internacionais e europeias pela Universidade Lusíada do Porto.

Comecei a minha carreira literária ao participar como co-autor na Antologia de Poesia Livre Liberdade, seguindo-se a Antologia de Poesia Portuguesa Entre o Sono e o Sonho. A 2 de Novembro de 2019 lancei o meu primeiro livro intitulado Sofia, A Visão Poética Filosófica.

Desde aí tenho participado e sido premiado em diversos concursos a nível nacional e internacional e na vossa mui nobre Revista Projeto AutoEstima.

ENTREVISTA:

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como foi o seu início no meio literário?

Augusto Filipe Gonçalves: Eu fui sempre uma pessoa apreciadora de poesia, porém, com vergonha em assumir tal gosto literário, em virtude de ser muito específico.

Estávamos no ano de 2019 e vi na internet que a editora Chiado estava a criar uma antologia sobre a Liberdade e, resolvi concorrer.

Passado um tempo recebi um e-mail a dizer que o meu texto fora selecionado para integrar a Antologia de Poesia Livre Liberdade. Fiquei imensamente feliz. Afinal, o meu talento estava a ser reconhecido. Entretanto comecei a ficar mais atento, e ganhei o «bichinho» dos concursos literários, que me acompanha até hoje.

Revista Projeto AutoEstima: Você participou da antologia (e-book) "Penso, Logo Escrevo" da Revista Projeto AutoEstima. Poderia comentar?

Augusto Filipe Gonçalves: É um orgulho enorme, poder participar e ser reconhecido fora de portas, e ver que o meu gosto se torna talento, pois vejo que é apreciado por um número considerável de pessoas.

Revista Projeto AutoEstima: Conte mais sobre a sua experiência em participar desta antologia.

Augusto Filipe Gonçalves: É uma experiência para mim muito especial. Sempre me aventurei na escrita poética. Porém, penso ter chegado o momento de também abraçar a prosa e comecei pela variante do conto, o que me deixou bastante feliz, em perceber que a minha versatilidade literária está em crescimento. Afinal, sendo enquanto humano um ser inacabado, o crescimento é algo que me acompanhará constantemente, pois apesar de nunca poder saber tudo, tenho sempre mais vontade de culmar as minhas lacunas.

Revista Projeto AutoEstima: Poderia destacar um trecho do seu texto desta antologia especialmente para os nossos leitores?

Augusto Filipe Gonçalves: Era uma vez uma rapariga chamada Sara que gostava muito de jogar futebol. Porém, todos a olhavam com alguma estranheza, pois normalmente, quem gosta de futebol são os rapazes.

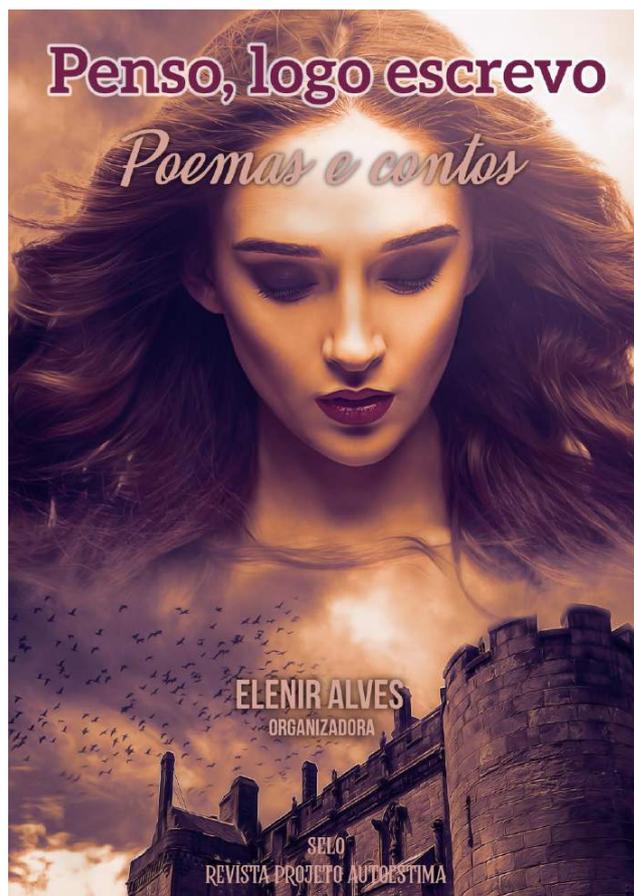
Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores que desejam participar de concursos literários?

Augusto Filipe Gonçalves: Digo que se atrevam, arrisquem, sem medo, pois se têm textos sejam em poesia ou prosa, quando guardados numa gaveta, sua imensidão fica reprimida e oprimida, quando o talento, seja em que área for, é para ser publicitado.

Revista Projeto AutoEstima: Como o leitor interessado deverá proceder para saber mais sobre você e o seu trabalho literário?

Augusto Filipe Gonçalves: O leitor que estiver interessado na minha obra, pode sempre seguir a minha página Augusto Filipe Gonçalves – autor, na qual têm uma série de poemas da minha autoria, de forma a que conheçam um pouco de mim.

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?



Augusto Filipe Gonçalves: Relativamente a novos projetos, posso adiantar que já tenho um novo trabalho literário em mente, o qual ainda não se materializou em virtude da COVID-19, que de uma forma ou de outra, com maior ou menor intensidade, afetou a todos de modo transversal e não pelos melhores motivos.

Perguntas rápidas:

Um livro: Sociedade do Cansaso

Um (a) autor (a): Byung Chul Han

Um ator ou atriz: Jackie Chan

Um filme: Mamma Mia

Uma recordação em especial: Tempos do Externato

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Augusto Filipe Gonçalves: Quero agradecer esta entrevista de modo escrito, que a vossa distinta revista proporcias aos autores, de forma a conhecer um pouco melhor sobre os mesmos.

Um bem haja à vossa iniciativa, que enquanto autor, me sinto encarinhado.



ENTREVISTA COM A ESCRITORA

ELESSANDRA MARISA FERRARI GAZOLA

POR ELENIR ALVES



Elessandra é professora de Educação Infantil, Pedagoga, Psicopedagoga, Pós-graduanda em gestão Escolar. É extremamente emotiva e tem procurado adestrar o olhar para as dádivas do cotidiano, buscando assim inspiração para seus escritos.

A arte de ser educadora com certeza contribuiu muito para aflorar a poesia, pois os pequenos transbordam autenticidade, beleza e cumplicidade, temperos que busca para suas criações.

ENTREVISTA:

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como foi o seu início no meio literário?

Elessandra Marisa Ferrari Gazola: Na escola, na faculdade sempre tive facilidade para registrar os trabalhos ou entregar um relato, era sempre eu que escrevia, me oferecia, pois, tinha prazer em organizar as ideias e pensamentos. Com o passar do tempo, como educadora e mãe fui armazenando momentos, palavras e frases que significavam muito para mim e comecei a ter coragem de escrever e tornar público o que sentia. Especialmente o ano de 2020, foram se tornando mais frequentes a produção de textos, poesias, contos e histórias infantis. Iniciei então a procura por meios de torná-los públicos, através de seleções literárias. Estou, no momento, planejando o lançamento de um livro infantil “É uma bruxa?”, Será que é uma bruxa? Ou uma fada? Também um trabalho que representa minhas buscas interiores, apesar de ser direcionado ao público infantil, rende uma boa reflexão para nós adultos.

Revista Projeto AutoEstima: Você participou da antologia (e-book) "Penso, Logo Escrevo" da Revista Projeto AutoEstima. Poderia comentar?

Elessandra Marisa Ferrari Gazola: O e-book “Penso, Logo Escrevo” foi muito sugestivo para mim, na verdade me define, pois como já citei, meus escritos se baseiam em fatos reais, em reações e descobertas que a vida traz de presente. Penso sobre a vida e nela e por ela escrevo; a inspiração vem desde um pôr-do-sol até roupas balançando ao vento em um varal, tudo reage, tudo modifica, tudo nos toca.

Revista Projeto AutoEstima: Conte mais sobre a sua experiência em participar desta antologia.

Elessandra Marisa Ferrari Gazola: Para a seleção desta antologia enviei uma poesia e um conto. Ambos refletem o tema da existência, do pensar e agir. O conto Sombras, em especial, retrata este existir, um viver que não faz sentido para o outro mas para si mesmo, pois para outros somos apenas sombras...Acima de tudo é muito bom ter um canal que oportuniza a divulgação dos escritos, mesmo sabendo que tenho muito a crescer e aprender neste universo literário, me sinto incentivada a continuar.

Revista Projeto AutoEstima: Poderia destacar um trecho do seu texto desta antologia especialmente para os nossos leitores?

Elessandra Marisa Ferrari Gazola: “...Atrás de cada sombra existe alguém que sonha, que sofre, se alegra. Pessoas não são apenas contornos...”

Gosto muito desta parte em especial, somos seres cheios de tantas coisas, boas ou ruins e ambas merecem nossa atenção, as boas para serem espalhadas e as ruins podem ser melhoradas.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores que desejam participar de concursos literários?

Elessandra Marisa Ferrari Gazola: Acreditar no que se escreve, buscar no coração a sua verdade para construir os escritos. Buscar alimentar-se com outras produções mas identificar seu próprio estilo, sem comparações desanimadoras. Mesmo que não for selecionado, tentar novamente, pois se isso acontecer não significa que seu trabalho não tenha valor, da mesma forma que existem inúmeros autores, existem gostos e olhares diferentes.

Revista Projeto AutoEstima: Como o leitor interessado deverá proceder para saber mais sobre você e o seu trabalho literário?

Elessandra Marisa Ferrari Gazola: Algumas de minhas poesias estão publicadas em antologias organizadas pela Revista Projeto AutoEstima (e-book Poemas e café e a atual Penso, Logo Escrevo). Também alguns trabalhos estão publicados Revista Conexão Literatura (e-book antologias Poesias ao vento II, Poesias ao Luar, Legado de Florbela Espanca). Outros trabalhos estão sendo analisados por editoras, pois como disse as seleções de escritos são incentivadores para nós iniciantes.

Contatos: <https://www.facebook.com/elessandra.ferrarigazola.3>
<https://www.instagram.com/ferrarigazola>

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Elessandra Marisa Ferrari Gazola: Sim, como já citei, o lançamento de um livro infantil, alguns trabalhos enviados para editoras e aguardando resposta sobre as seleções. Tenho outras histórias já escritas aguardando o momento oportuno financeiro ou de interesse de

editoras para serem idealizadas. No mais, vou observando, sentindo e escrevendo, coletando e produzindo o que minha alma me diz, para um dia publicar uma coletânea de sentimentos.

Perguntas rápidas:

Um livro: A semente da verdade (conto folclórico Oriental) / A paixão de conhecer o mundo (Madalena Freire)

Um (a) autor (a): Cora Coralina

Um ator ou atriz: Charles Chaplin

Um filme: A noiva rebelde

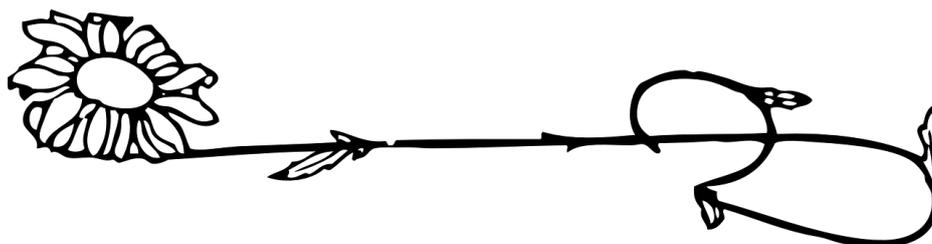
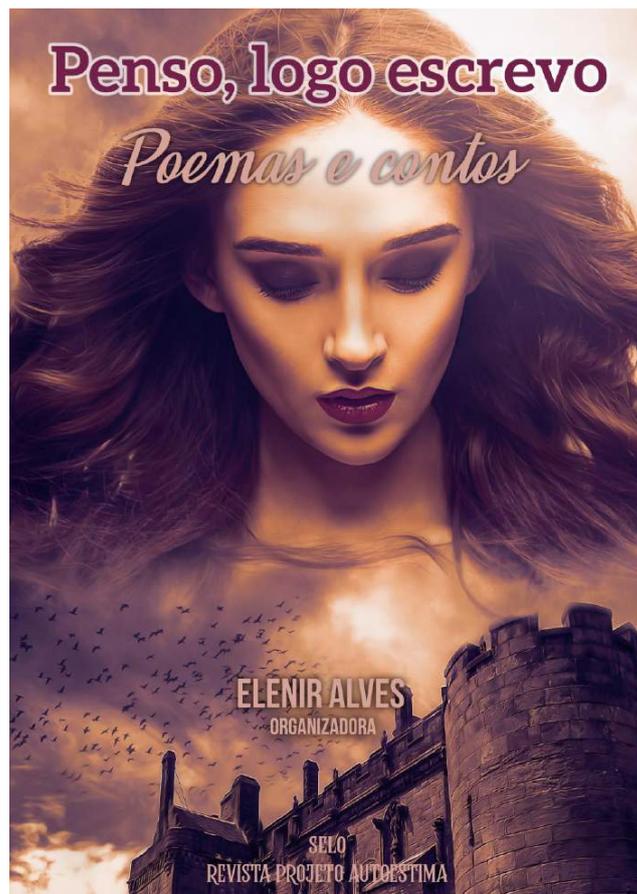
Uma recordação em especial: Éramos em 5 irmãos, minha irmã mais velha nos contava histórias à noite, eram contos, cada noite era diferente, era um momento muito esperado e mágico, lembro com saudade até hoje, era um livro grosso, sem capa, com folhas meio soltas. Era um tesouro!

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Elessandra Marisa Ferrari Gazola: Em primeiro lugar gostaria de agradecer a Deus que me concedeu a vida, minha família e meus pais. Desejo que a revista AutoEstima continue com muito sucesso este trabalho que abre sonhos para escritores que buscam mostrar suas produções. Em um país que ainda trilha o caminho de valorização literária, acredito que canais como este da revista favorecem e oferecem boas leituras.

Participando das antologias percebi o quanto tenho a avançar, compartilhando a proposta com outros autores, vi a riqueza que brota de cada ser humano.

Gratidão!



ENTREVISTA COM O ESCRITOR

ROBERTO SCHIMA

POR ELENIR ALVES



Paulistano e neto de japoneses, nascido em 01/02/1961. Agraciado com o "Prêmio Jerônimo Monteiro", promovido pela "Isaac Asimov Magazine" (Ed. Record), com a história "Como a Neve de Maio". Contemplado nos concursos: "Os Viajantes do Tempo" e "Os Três Melhores Contos", ambos pela revista digital "Conexão Literatura", com a qual passou a colaborar a partir do nº 37. Contemplado no "Concurso Literário de Poemas da revista Projeto AutoEstima" com o texto "Comece a se Amar". O conto "Ao Teu Dispor" foi premiado como conto destaque na antologia "Crocitar de Lenore" (Ed. Morse). Participou de mais de sessenta antologias, incluindo "Sonhos Poéticos - Poemas e Contos" e "Penso, Logo Escrevo", ambos pela revista Projeto AutoEstima. Escreveu: "Limbographia", "Sob as Folhas do Ocaso", "Cinza no Céu" etc.

ENTREVISTA:

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como foi o seu início no meio literário?

Roberto Schima: Embora gostasse de escrever desde garoto, meu início "de verdade" foi um tanto tardio, por volta dos vinte e sete anos, quando tive em mim despertado o desejo de publicar um livro de contos. Naquela época não havia a Internet. Meus originais eram datilografados. Precisava tirar cópias em xerox. Utilizava os serviços dos Correios. Acabei reunindo algumas histórias e, sob o cacófono título de "Pequenas Portas do Eu", publiquei-o via produção independente através da editora Scortecci em 1987. No ano seguinte, descobri o CLFC (Clube de Leitores de Ficção Científica) através de um panfleto pendurado em um sebo da capital paulista. A partir daí, comecei a exercitar a escrita através de seu fanzine, Somnium, e, por tabela, em outros fanzines que exploravam esse gênero literário.

Revista Projeto AutoEstima: Você participou da antologia (e-book) "Sonhos Poéticos" da Revista Projeto AutoEstima. Poderia comentar?

Roberto Schima: A princípio, confesso, fiquei um tanto intimidado. Por quê? Não sou poeta! Embora eu me aventure a escrever versos em momentos de maior introspecção, raros são os textos que, para o meu gosto pessoal, sobrevivem a releituras posteriores. E, mesmo assim, ao escrevê-los, são em geral curtos, flashes de um instante, alguma

divagação específica, uma recordação. Não me via com cacife para participar da antologia com um poema de até quatro páginas. Podia ser menos, bem sei, todavia, aí entra em cena uma idiosincrasia minha. Se eu tinha a disposição até quatro páginas, não me via enviando um poema de poucas estrofes. Precisava escrever mais! Simultaneamente, como escrever uma poesia longa? O que me animou foi a aceitação de contos. Todavia... Um momento! Um conto que tivesse algo de lírico em suas linhas para fazer jus a sua participação na antologia. Felizmente, em se tratando de prosa poética, eu encontrava maior facilidade e aptidão, apreciador que sou dos contos de Ray Bradbury e para não deixar de mencionar o conto “Sonata”, de Érico Veríssimo. Com isso em mente, sobre o quê escrever? Temos vivido momentos difíceis em razão da pandemia e eu me sentia um tanto pessimista, cético, desgostoso com tudo o que percebia ao redor. Eu não desejava escrever algo nesse tom cinzento e pantanoso. Queria que fosse algo bonito, liberador, melancólico, mas não mal-humorado! De repente, veio-me a lembrança um conto que eu escrevera, ambientado no norte do Canadá, do qual eu gostara muito, intitulado “A Floresta das Almas Perdidas”, publicado no nº 39 da revista digital “Conexão Literatura” (http://www.fabricadeebbooks.com.br/conexao_literatura39.pdf). Quis reencontrar aquele cenário de coníferas, neve e auroras boreais. Para isso, muito contribuíu assistir aos belíssimos vídeos da YouTuber sueca Jonna Jinton, ambientados em regiões inóspitas de seu país. Assim, inspirado na figura dela, surgiu o texto “A Princesa da Neve”, que integrou a antologia “Sonhos Poéticos”. Um adendo: desculpe-me pela extensão desta resposta. Eu não disse que sou de escrever bastante?

Revista Projeto AutoEstima: Conte mais sobre a sua experiência em participar desta antologia.

Roberto Schima: Foi motivo de muita satisfação, seja pelo esmero gráfico da diagramação que eu já conhecia de trabalhos anteriores de Ademir Pascale, seja pela oportunidade em poder divulgar meu trabalho para um público diferente, mas – e principalmente – pela consideração e estima que sinto pelo Ademir e a editora da revista Projeto AutoEstima, Elenir Alves. Ei, vocês dois, é muito chato escrever desse jeito, formal... Abração bem grande, gente!

Revista Projeto AutoEstima: Poderia destacar um trecho do seu texto desta antologia especialmente para os nossos leitores?

Roberto Schima: Gosto dessas linhas iniciais, que, espero, trazem a magia e esplendor do Grande Norte.

Em minha cabana de madeira, pergunto-me até hoje se aquilo que aconteceu foi real ou fruto de uma mente solitária. Sei alguma coisa sobre a realidade, porém, nada entendo sobre sonhos e o diáfano esplendor do etéreo.

Mas no Grande Norte, tudo parece estar envolto por uma aura de irrealidade, isso eu reconheço.

Sei muito pouco, quase nada, a respeito dela. Isso me frustra, mas o mistério faz parte da magia

(...)

Ela surgiu mansamente entre os cristais de gelo, a bruma branca, a brisa ártica e o primeiro arrepião do outono. E tão silenciosa quanto (...)

Não me recordo de seu nome. O som era como o soprar do vento entre os pinheiros, ciprestes e abetos. Fosse como fosse, não importava. Para mim, ela sempre seria conhecida pelo apelido que lhe dei: A Princesa da Neve. E, assim, sempre seria para mim.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores que desejam participar de concursos literários?

Roberto Schima: A princípio, devo dizer que não me considero a altura de dar conselhos sobre como alguém poderia proceder para ter êxito em concursos literários. Não creio que exista uma fórmula para isso. Fui afortunado em relação àqueles nos quais fui contemplado. Entrementes, há coisas básicas que tento seguir. Por exemplo, ficar atento à gramática. Ah, mas que ninguém se iluda: detestava Português nos tempos de escola: Surpresa? Sim, é algo paradoxal vindo de um contista. Mas isso aconteceu e acompanhou-me por muito tempo. Tive que caminhar sobre pedras e continuo a ter inúmeras falhas. E elas me acompanharão até o fim. Faz parte da riqueza, complexidade e beleza de nosso enlouquecedor idioma. Hoje, posso dizer que fiz as pazes, embora saia no tapa às vezes. Procuro amenizar os erros consultando a Internet sempre que estou escrevendo. Outra coisa é atentar à leitura, buscar livros cujos autores aprecie, seja pela maneira que escreve, os enredos, o gênero literário. No início dessa entrevista, mencionei o conto “Sonata” de Érico Veríssimo. A história é de uma elegância ímpar, misteriosa e mágica. Uma verdadeira aula. E, por fim, uma revelação: não sou fã de concursos... Chocado(a)? Participei de mais de sessenta antologias, mas em relação a concursos, foram menos do que os dedos de uma única mão. Por quê? Eu escrevo por puro deleite, porque eu gosto, para agradar a mim próprio. De tudo o que falei acima, isso é o que considero fundamental. Minha realização não é o voto majoritário do júri, mas terminar uma história e sentir que valeu a pena. Se outros apreciarem, melhor ainda, é claro, todavia isso jamais será o alicerce sob o qual escrevo. Ser aprovado em um concurso faz bem para o ego e pode até abrir algumas portas, porém, ter a liberdade de dar vida e amar um mundo ao qual criou faz bem para a alma.

Revista Projeto AutoEstima: Como o leitor interessado deverá proceder para saber mais sobre você e o seu trabalho literário?

Roberto Schima: Tenho cerca de duas dezenas de textos no Wattpad. Colaboro com a revista digital “Conexão Literatura” desde o seu nº 37 (atualmente está no nº 69) e participei da maior parte das antologias que ela lançou. Também participei de algumas edições das revistas “Projeto AutoEstima” e “LiteraLivre”. Meus livros estão disponíveis na Amazon, Clube de Autores, agBook e Uiclap. Quanto as antologias, informações podem ser obtidas pesquisando-se meu nome no Google, sendo que algumas delas estão disponíveis nas já mencionadas Amazon e Uiclap. Meu e-mail é rschima@bol.com.br e o Instagram é @robertoschima.

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Roberto Schima: Continuarei a participar de antologias e revistas digitais. Oportunamente, espero reunir meus contos esparsos em antologias solas, a exemplo do que fiz em “Limbographia”, “Sob as Folhas do Ocaso” e “Cinza no Céu”.

Perguntas rápidas:

Um livro: “Os Frutos Dourados do Sol”, Ray Bradbury

Um (a) autor (a): Érico Veríssimo

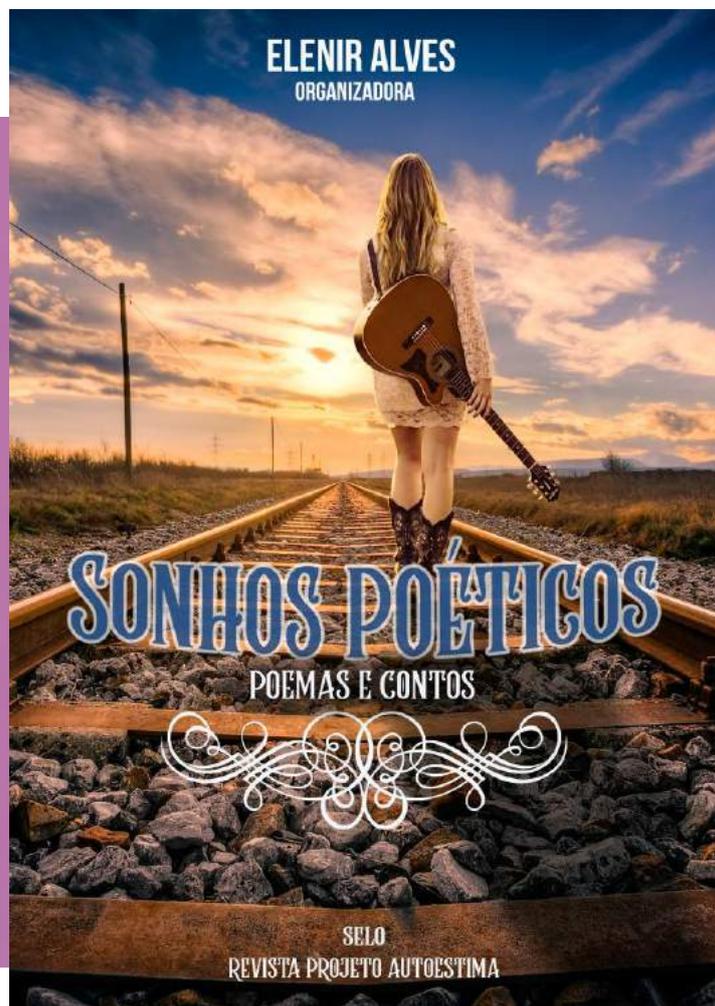
Um ator ou atriz: Anthony Quinn

Um filme: “A Ponte de Waterloo” (Waterloo Bridge, 1940, Mervyn LeRoy)

Uma recordação em especial: Quando nossa filhote peluda, Loba, partiu.

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Roberto Schima: Agradeço a oportunidade em participar da antologia “Sonhos Poéticos”. Espero que tenha sido do agrado do(a) leitor(a). Pessoalmente, foi gratificante poder imergir naquele universo gelado, deixar-me envolver por sua imensidão, seu silêncio e os espíritos da neve que vagueiam por seus cenários. Aos que gostam de escrever, desejo inúmeros mergulhos em seus universos interiores. Muitas histórias rondam na escuridão, somente aguardando a oportunidade de vir à luz. Haja luz! Abraço.



CONEXÃO LITERATURA

CONECTANDO AUTORES E LEITORES



Acesse o nosso site e fique por dentro do que acontece no mundo dos livros

WWW.REVISTACONEXAOLITERATURA.COM.BR

Facebook: @conexaoliteratura

Twitter: @ademirpascale

Instagram: @revistaconexaoliteratura

ENTREVISTA COM O ESCRITOR SAUL CABRAL GOMES JUNIOR

POR ELENIR ALVES



Saul Cabral Gomes Júnior nasceu em Belém (PA), no dia 21 de maio de 1980; reside em São Paulo desde março de 2002. Graduou-se em Letras (Licenciatura em Português e Inglês) pela Universidade da Amazônia (2001). Em 1998, obteve o 4º lugar no Concurso Nacional de Contos “Cidade de Araçatuba”. A produção do ensaio *O romance regionalista: do panorama ao perfil* lhe valeu o prêmio “Carlos Nascimento”, concedido pela Academia Paraense de Letras em 2002. Dois anos depois, teve uma poesia classificada no VIII Prêmio Escriba de Poesia. Em 2020, obteve o 11º lugar no Concurso Literário de Poemas da Revista Projeto Autoestima e o 1º lugar no Concurso Poético “Tendência”.

ENTREVISTA:

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como foi o seu início no meio literário?

Saul Cabral Gomes Júnior: Aos 15 anos, escrevi meus primeiros poemas e contos. Quando estava cursando Letras, aos 18 anos, obtive o quarto lugar no Concurso Nacional de Contos “Cidade de Araçatuba”. Estimulado por essa obtenção primordial, passei a escrever regularmente poemas e contos. Nos últimos anos, tornei-me um observador atento das páginas que divulgam concursos literários, que são uma excelente oportunidade para quem deseja ver seus textos publicados.

Revista Projeto AutoEstima: Você participou do "Concurso Literário de Poemas" da Revista Projeto AutoEstima. Poderia comentar?

Saul Cabral Gomes Júnior: Nesse Concurso da Revista Projeto AutoEstima, para mim, o principal atrativo foi o tema: “autoestima”. Achei desafiador escrever sobre autoestima numa época em que há padrões estéticos tão rigidamente estabelecidos e tão arraigados no ideário coletivo.

Revista Projeto AutoEstima: Conte mais sobre a sua experiência em participar do concurso de poemas?

Saul Cabral Gomes Júnior: Quando me defrontei com esse tema desafiador, decidi: vou escrever um poema sobre a autoestima feminina (na minha visão, a rigidez

contemporânea dos padrões estéticos atinge mais incisivamente a autoestima das mulheres). Para escrever esse poema, tive que me dedicar a um exercício de alteridade: me colocar no lugar das mulheres e me indignar – juntamente com elas – contra a preponderância de padrões que tentam uniformizar a coisa mais diversificada que existe: a Beleza. Fiquei MUITO feliz por ter sido um dos autores selecionados para este concurso de poemas em questão. Para mim, isso foi um indicativo de que o meu exercício de alteridade havia sido bem-sucedido.

Revista Projeto AutoEstima: Poderia destacar um trecho do seu texto deste concurso especialmente para os nossos leitores?

Saul Cabral Gomes Júnior: Sim! Destaco o seguinte trecho: “Quero mais do que caminhar tranquilamente no jardim dos preconceitos / Quero que meus olhos de cigana perfurem a crosta das convenções inúteis / Quero que o sol que há em mim derreta os estereótipos de cera / Quero tragar a liberdade das borboletas, essas pequenas mulheres que aprenderam a voar” (Canção da moça que se descobriu bela). Creio que, nesse fragmento, sintetiza-se a mensagem que procurei transmitir às mulheres por meio desse poema: exerçam a liberdade de ser quem são; não se deixem orientar por preconceitos inúteis e não se deixem aprisionar em estereótipos ultrapassados.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores que desejam participar de concursos literários?

Saul Cabral Gomes Júnior: NÃO DESISTAM; persistam; insistam. Há concursos para todos os gostos literários: se o seu texto não agradou a comissão julgadora de determinado concurso, poderá agradar a comissão de outro concurso. Há comissões que prezam determinado tipo de texto; há comissões que dão preferência a outros tipos de produção literária. Um dia, ocorrerá o almejado encontro entre o texto no qual você empregou seu talento e a comissão que deseja lê-lo.

Revista Projeto AutoEstima: Como o leitor interessado deverá proceder para saber mais sobre você e o seu trabalho literário?

Saul Cabral Gomes Júnior: Um meio que utilizo com bastante frequência, para divulgar meus textos, é o Facebook: <https://facebook.com/saul.gomes.374>. É a rede social que possibilita saber mais sobre mim e sobre o que eu escrevo.

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Saul Cabral Gomes Júnior: Sim! Tenho dois projetos de romance e cinco esboços de conto. As narrativas me tomam bastante tempo. Para mim, a construção dos personagens é um processo simultaneamente minucioso e prazeroso.

Perguntas rápidas:

Um livro: Memórias póstumas de Brás Cubas

Um (a) autor (a): Guimarães Rosa

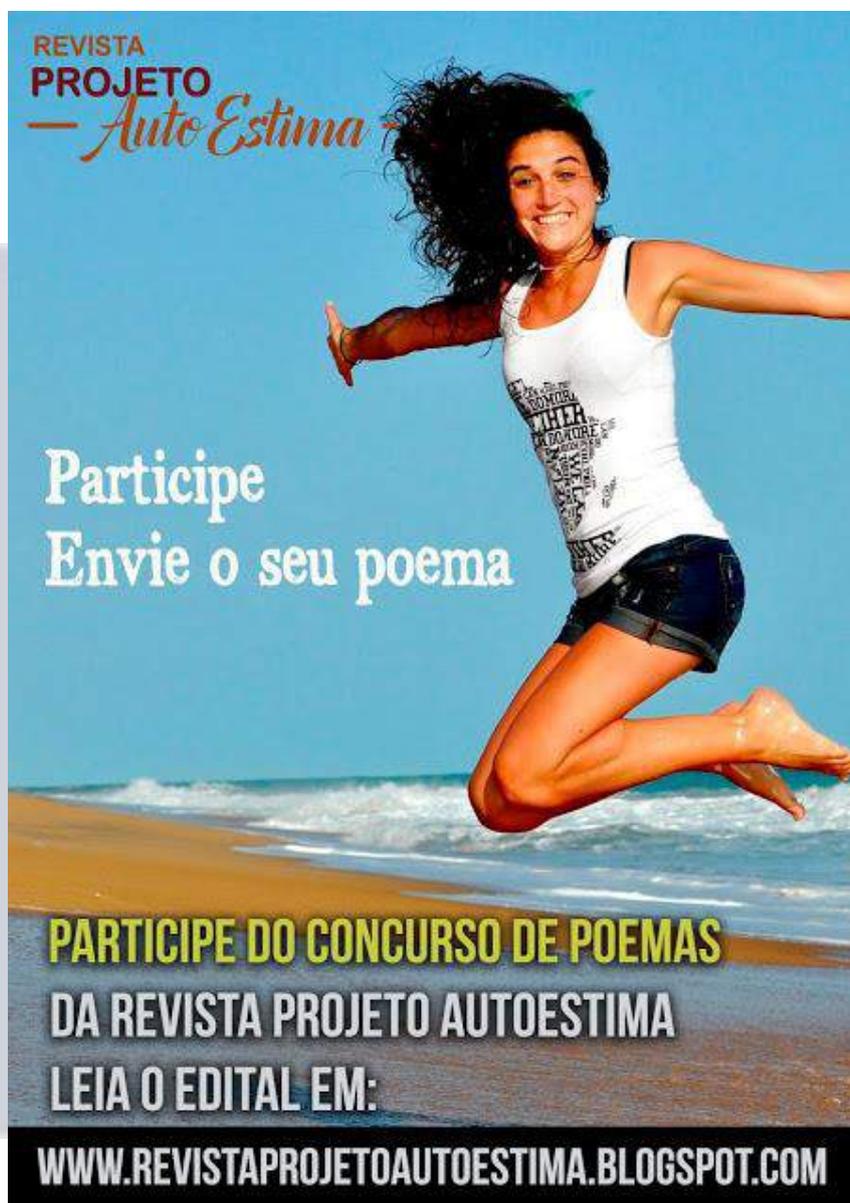
Um ator ou atriz: Fernanda Montenegro

Um filme: “O carteiro e o poeta”

Uma recordação em especial: os nascimentos de minhas filhas: Maria Cecília (que completará três anos no dia 19 de junho) e Isadora (nascida em 17 de dezembro do ano passado).

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Saul Cabral Gomes Júnior: Quero agradecer à Revista Projeto AutoEstima a realização desta entrevista e a concretização de sonhos por meio de suas antologias.



REVISTA
PROJETO
— *Auto Estima* —

Participe
Envie o seu poema

**PARTICIPE DO CONCURSO DE POEMAS
DA REVISTA PROJETO AUTOESTIMA
LEIA O EDITAL EM:**

WWW.REVISTAPROJETOAUTOESTIMA.BLOGSPOT.COM



EXCELENTES RAZÕES PARA INCLUIR A VITAMINA C NO SEU CUIDADO DIÁRIO COM A PELE

POR DRA MARIANA PAIXÃO

Saúde

Você Sabe Dizer Quais As Razões Para O Uso Diário Da Vitamina C No Cuidado Com A Sua Pele?

Apesar de ser muito conhecida e considerada por muitos a “queridinha”, dos cuidados com a pele, pouca gente conhece de fato, os grandes benefícios da Vitamina C.

Para nos contar tudo a respeito, vamos conversar com a Dra. Mariana Paixão, Médica dermatologista, membro da SBD e da SBCD e amante da Vitamina C e de uma rotina de Skincare bem planejada e executada.

“Para começar, um dos benefícios mais importantes, é a sua potente ação antioxidante, ou seja, a ação antienvhecimento, isso porque ela protege as células do efeito do tempo.

Outro benefício é a ação da neocolagênese, que é a produção de novas fibras de colágeno. E além desse auxílio, na formação do colágeno, ela tem uma ação cicatrizante. – Diz a Dra. Mariana Paixão.

Existem, inclusive, estudos que mostram que ela ajuda na cicatrização dos tecidos, entre eles podemos destacar o Instituto de Biologia Molecular e Celular (IBMC) do Porto (Portugal) e da Universidade de Leicester (Reino Unido), comprovando o poder da Vitamina C na regeneração da pele.

A Dra. Mariana explica que a Vitamina C também é responsável pela inibição da melanogênese que faz diminuir as chances de aparecimento de manchas.

Ela também alerta que a Vitamina C, associada ao protetor solar, potencializa a ação protetora do protetor solar, sendo interessante nesse caso, fazer o seu uso pela manhã.

Outro efeito positivo é a hidratação que ela proporciona em nossa pele. E é por isso que diante de todos esses benefícios e outros, que devemos incluir a Vitamina C em nossa rotina de Skincare.

Existem inúmeras opções no mercado para cada pele e para cada rotina de pele. Por isso é muito importante procurar o seu dermatologista. – Alerta a Dra. Mariana Paixão.

E já que estamos falando de Rotina de Skincare, não podemos deixar de fora o uso diário de outros dois importantes antioxidantes! Isso porque eles atuam na pele prevenindo a flacidez, as rugas e outros sinais de envelhecimento.

Além da própria Vitamina C, como já falamos acima, temos a Vitamina E, que proporciona prevenção e redução de rugas, melhora a cicatrização e possui um potente poder de hidratação. Ela também recupera a elasticidade e, claro, protege a pele contra os radicais livres.

E para finalizar, o Resveratrol, que é famoso por estimular a produção de antioxidantes pelo próprio organismo, fazendo aumentar as defesas das células contra as agressões externas, combatendo também o envelhecimento e reparando seus efeitos visíveis.

E então? Pronto para cumprir uma rotina completa de Skincare?

Para entender e saber quais são os oxidantes mais indicados para você, consulte um dermatologista.



CRÉDITOS:

Dra Mariana Paixao é Médica Dermatologista, Membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia, Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica.

CRM 136 803 REEEE 67025

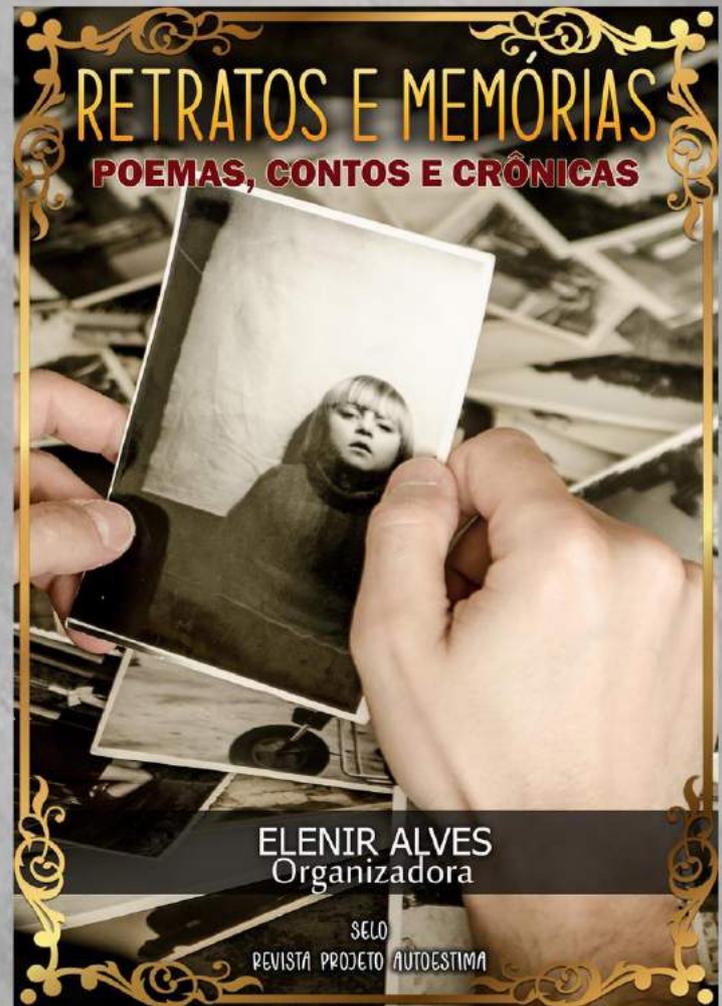
Insta: @dramarianapaixao

www.dramarianapaixao.com.br –

PARTICIPE DAS ANTOLOGIAS DA REVISTA PROJETO AUTOESTIMA



INSCRIÇÕES ATÉ 15/05/21



INSCRIÇÕES ATÉ 09/05/21

**LEIA OS EDITAIS E ENVIE
O SEU CONTO OU POEMA**

**ACESSE:
WWW.REVISTAPROJETOAUTOESTIMA.BLOGSPOT.COM**



CASACO DE LÃ

POR PAMELA MENESES LA CAVA MARQUEZELI

Crônica

Quando bebê eu me vestia com roupas fofinhas, tinha cabelo loirinho e cacheado como cabelo de anjinho, tem fotos em que eu parecia um garoto, mas eu gostava assim. Fui crescendo e virei uma criança, comecei a escolher minhas roupas para ir à escola. Não tinha um gosto muito bom para isso, mas eu achava bonito, eu gostava porque eu tinha escolhido e ninguém opinava. Mas então eu cheguei ao sexto ano, com 11 anos de idade, e eu ainda escolhia as minhas roupas sem ninguém opinar. Naquele dia eu estava com uma sombra rosa nos olhos, usava um casaco de lã rosa com listras brancas, cabelo amarrado, calça preta, brilho labial e um brinco pequeno com um brilhante azul. Eu achava que estava fofa, era isso que eu via, mas uma garota da minha sala chegou a mim e me disse: “Por que você se veste assim? Parece um bebê. Cresce um pouco porque está passando vergonha”.

Eu parei de usar aquela blusa de lã que eu amava tanto e parei de passar sombra rosa por não querer mais ser criticada. Comecei a tentar me vestir como as outras meninas e, no outro dia, essa mesma menina veio até mim e disse que eu estava bem melhor assim, que eu parecia mais crescida. Eu parei de ser eu mesma por anos para ser aceita e passei a

acreditar que eu era assim porque eu queria, mas na realidade eu só estava com medo de que todos me vissem como uma criancinha por mais tempo.

Até os 14 anos eu me enganei desse jeito, me vestindo e agindo como as garotas da minha turma para me sentir bem comigo mesma. Saía de casa com blusa que mostrava a barriga, tentei aprender a dançar funk para me parecer mais com as outras, usava shorts jeans e tênis preto. Entretanto não mudou muita coisa só por eu me vestir diferente. As pessoas ainda me criticavam pelo jeito que eu conversava e ficavam me zoando por eu chorar muito fácil, me chamavam de bebê e de estranha de todo jeito e o pior é que eu acreditava neles.

Mas chegou um dia em 2019 que eu me fiz àquela pergunta “eu sou assim por que eu quero ser assim?” e a resposta veio junto com essas lembranças. E então eu passei a perceber o como eu queria ser de verdade e tornei real. Agora eu sou quem sou e não tive ajuda para notar que quem eu estava sendo não era quem eu sou. Nesse momento eu me sinto feliz de verdade comigo mesma e não apenas por eu estar me vestindo com roupas pretas, moletom de anime, maquiagens neutras, mas também porque agora eu me aceito do jeito que sou sem ligar para opiniões alheias e tenho orgulho disso.

Por isso é bom fazer esse tipo de pergunta, se você esconde seus gostos reais por causa de opiniões alheias, eu só te digo isso: Liberte-se. As outras pessoas não podem decidir quem você é, elas só podem se você der esse poder para elas.



Meu nome é Pamela Meneses La Cava Marquezeli, os próximos me chamam de Pamelinha. Nasci em 15/05/2004 e atualmente tenho 16 anos (em breve terei 17). Estou passando pelo 3º ano do ensino médio e pretendo cursar psicologia e/ou letras na faculdade.

Adoro ler, desenhar, escrever, refletir vendo séries, estudar inglês de noite e cozinhar no meu tempo livre para sempre ter algo para fazer. Me considero muito ambiciosa e quando decido dar o primeiro passo para ir em busca dos meus sonhos nada me faz voltar para trás. Tive um passado conturbado, mas todos os meus traumas e as dores valeram a pena, pois graças a isso sou alguém de quem me orgulho hoje.

E-mail: tomoe2397@gmail.com



UMBERTO MANNARINO - FOTO DIVULGAÇÃO

Jovem escritor cita próprio livro em Redação do ENEM e tira 980

Artigo

Umberto Mannarino possui canal no YouTube com aproximadamente um milhão de segui-dores e citou o próprio livro de fantasia, "Das Cinzas de Onira"

O brasileiro e influenciador digital Umberto Mannarino, que possui canal de educação no YouTube com aproximadamente 1 milhão de seguidores, realizou prova do Enem no começo do ano. A curiosidade é que na redação ele citou livro de sua própria autoria, "Das Cinzas de Onira", lançado no primeiro semestre do ano passado, e alcançou a considerável nota de 980. Ele explica que não foi algo planejado, mas que ao abrir a prova enxergou a oportunidade.

Um dos pontos mais interessantes da redação do ENEM é que a banca exige o uso de repertório sociocultural para a defesa do ponto de vista. O repertório pode ser quase tudo, desde citações filosóficas até referências mais populares, como filmes, livros e séries.

“ Sempre brinquei com os meus amigos que seria divertido caso a Redação cobrasse algum tema explorado no meu livro. Então no dia do ENEM, quando abri a prova e vi o tema ‘Estigmas associados a doenças mentais’, eu abri um sorriso enorme, porque ‘Das Cinzas de Onira’ gira em torno justamente desse eixo temático”, explica. “A história foi inspirada em livros e filmes como Alice no País das Maravilhas, O Labirinto do Fauno e A Viagem de Chihiro, que provocam o leitor a se questionar o que é real e o que é fantasia. Ao concluir a leitura de Onira, a dúvida permanece: ‘Será que tudo foi real ou só fruto de uma alucinação da protagonista? Ela tem mesmo uma doença mental?’. Não poderia haver tema melhor para citar o livro”, complementa.

Em 5 anos prestando Enem, Umberto Mannarino obteve neste ano sua melhor nota. “Meu recorde anterior havia sido 814 no ENEM 2018, mas neste ano fiquei com 836,7. Acertei 87 das 90 questões de Exatas, gabaritei a prova de Matemática e alcancei a nota máxima dessa área no Brasil: 975,0”.

A vista pedagógica da Redação do Enem ainda não foi liberada, mas Umberto procurou em seu rascunho e entre muitos rabiscos conseguiu decifrar o parágrafo de introdução (tema: estigmas associados a doenças mentais no Brasil).

“O livro ‘Das Cinzas de Onira’, de Umberto Mannarino, retrata os efeitos nocivos que doenças mentais não tratadas podem ter na vida das pessoas. Na história, Olívia, de 10 anos, sofre com o fato de a família cortar relações com seu pai, portador de esquizofrenia, sob alegações infundadas de que ele poderia fazer mal à própria filha. Apesar de ficcional, o romance entra em sintonia com a nefasta perpetuação do estigma associado a essas enfermidades no Brasil, já que a ausência de diálogo acerca do assunto com a população e o negacionismo de muitos perante o fato ampliam as consequências perversas que os estereótipos infligem na vida de milhões de brasileiros”.

O ano de 2020 foi de muito aprendizado, trabalho e solidariedade para o jovem. “Em 2020 eu trabalhei como nunca. No início do ano, quando pandemia ainda era algo que só se ouvia falar no noticiário, estruturei um curso completo de Matemática, Física, Química e Biologia para o ENEM. As aulas alcançaram um número enorme de pessoas, então me dediquei ainda mais a produzir conteúdo de estratégias, aulas, macetes e tudo que estivesse ao meu alcance para apoiar quem me acompanha nas redes sociais. É muito satisfatório sentir que seu trabalho contribui para a sociedade. Faz todo o esforço valer a pena”, finaliza.

Link para Canal do youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=ddZHkCUcYRM&feature=youtu.be>

Mais Sobre Umberto Mannarino:

Embora tenha somente 24 anos, já soma muita experiência de vida e, é claro, de estudo. Criou há 9 anos o canal “Exatas Exatas” com a missão de ajudar alunos com dificuldade nas matérias de Exatas, do Ensino Médio. Com o tempo, acabou tomando proporções maiores que o imaginado. Atualmente são quase 1 milhão de inscritos e 50 milhões de visualizações ao total. Hoje, o YouTuber, estudante e empreendedor, se dedica a todo tipo de conteúdo educacional voltado ao público jovem, com foco em Redação e ENEM. Com um estilo descontraído próprio, tem uma relação estreita com o público jovem por transmitir os assuntos de maneira informal e divertida. Sua missão com o canal é educar, entreter e mostrar que todos são capazes de feitos extraordinários quando despertam a paixão pelo conhecimento.

“Já passei por muitos cursos antes de me encontrar. Aos 17 anos, passei em 2º lugar geral na UnB para cursar Química. Fui aceito em um programa de bolsa do governo japonês (Monbukagakusho), e aos 18 anos fui para o outro lado do mundo continuar os estudos de Química. Precisei abrir mão da bolsa e voltar para o Brasil. Fiz então um semestre de Fotografia e 1 ano e meio de Psicologia”, relata Mannarino.

Nesse período também descobriu uma nova paixão: a escrita. Foi então que começou a escrever um livro de ficção. “Imaginei que Jornalismo teria mais a ver com esse lado escritor. Mudei de Brasília para São Paulo para começar Jornalismo, mas logo percebi que o curso tinha um perfil muito mais técnico que realmente artístico, então me transferi para o curso de Publicidade e Propaganda, onde estou até hoje. Acho que depois de 5 cursos eu finalmente me encontrei”.

O início do canal também foi bem inusitado. Umberto sempre gostou de Exatas, e alguns colegas recorriam a ele quando não entendiam algum assunto de Matemática, Física ou Química. “Era incrível poder transmitir o que eu sabia e sentir que eles conseguiam entender com a minha explicação. Isso sempre me deixou feliz.” Foi quando em dezembro de 2012 decidiu criar o canal.

“Era dezembro de 2012 quando criei o ‘Exatas Exatas’, então naturalmente todos já estavam de férias, e não tinha ninguém ao vivo para explicar. Por algum motivo, resolvi comprar uma camerazinha e gravar vídeos de movimento retilíneo uniforme para o YouTube. Isso na véspera de Natal, a propósito. Eram poucos os que gravavam videoaulas na época, então era realmente uma sensação bem estranha a de falar sozinho. Mas por algum motivo eu continuei gravando, e gravando, e gravando. E o canal tomou proporções maiores do que eu imaginaria”.

Umberto acredita que esse interesse do público pelo seu canal seja pelo fato de também ser um estudante, e dessa forma as pessoas acabam desenvolvendo empatia. “Sou tão estudante quanto qualquer um que assista aos meus vídeos. Então eu passo pelas mesmas situações de ter branco, cair em pegadinhas, errar questões... tudo. Mas eu sempre procuro transformar os erros em lições. E o mais importante de tudo é não levar as coisas tão a sério. Eu dou risada de mim mesmo, faço piada, e é assim sempre. Gosto de pensar no canal como uma grande comunidade em que um ajuda o outro e todos aprendem juntos”.

Mannarino é multitarefas, e cuida de tudo relacionado ao canal sozinho. “Gravo, edito, crio as miniaturas, posto... tudo. Cansa, mas é gratificante ver que o vídeo finalizado ficou exatamente como eu imaginava. E o feedback positivo dos inscritos deixa tudo 1000 vezes melhor”.

Canais oficiais:

Youtube: www.youtube.com/channel/UC3KTSc6Ihj3vKI6aaYYpN_A

Instagram: @umberto.mann



E-MAIL: ELENIR@CRANIK.COM

Face: @projetoautoestima
Instagram: @revistaprojetoautoestima

DA EDIÇÃO
#13



REVISTA **Projeto
AutoEstima**

www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com

PUBLIQUE NA PRÓXIMA EDIÇÃO

Participe das edições mensais da Revista Projeto AutoEstima. Nossos leitores são interessados em saúde, gastronomia, cultura, literatura, arte, moda e bem estar.

SOLICITE MAIS INFORMAÇÕES:
elenir@cranik.com - c/ Elenir Alves

Você também poderá anunciar em nossas edições. Solicite nosso Mídia Kit e ofereça o seu produto ou trabalho para nossos leitores.