

REVISTA

PROJETO

— *Auto Estima* —

Nº 17 - Setembro/2021

ISSN: 2675-4541

Distribuição Gratuita

www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com



ENTREVISTA COM

**CÉSAR DABUS**

AUTOR DO LIVRO A LIGA DOS CORAÇÕES PUROS - A CHAMA

VIVA BEM

VIVA COM SAÚDE

CONFIRA:

DICAS DE LIVROS, ARTIGOS E MUITO MAIS



# SUMÁRIO

SETEMBRO DE 2021

Editorial: por Elenir Alves, pág. 03  
Entrevista com o autor César Dabus, pág. 05  
Dicas para leitura, pág. 12  
Sérgio Mamberti, pág. 13  
Entrevista com o autor Dalvilson Policarpo, pág. 16  
Setembro amarelo: quando um mecânico genial tirou sua vida aos 17 anos, por Leila Krüger, pág. 20  
Entrevista com Marcos Junior, criador e treinador do grupo Correr e se divertir, pág. 23  
Escritora pergunta: o que você faria se pudesse recomeçar?, pág. 28  
Entrevista com o autor Leonardo Costa de Oliveira, pág. 31  
Jaguar Parade BH 2021, pág. 36  
Saiba como divulgar, anunciar, patrocinar ou publicar na próxima edição da Revista Projeto AutoEstima, pág. 39

## EXPEDIENTE

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

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

Crédito da foto de capa: arquivo pessoal de César Dabus

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](http://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](mailto:elenir@cranik.com)

**- SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS -**

Blog: [www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com](http://www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com)

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

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

E-mail: [elenir@cranik.com](mailto:elenir@cranik.com)



# Editorial

Chegamos a edição de nº 17, com uma entrevista exclusiva com César Dabus, que é o destaque da capa, autor do livro *A liga dos corações puros - A chama*. Contamos também com excelentes entrevistas, artigos, dicas de livros entre outros textos e seus autores. E queremos também dizer o quanto é prazeroso fazer um trabalho como esse, pois é muito gratificante perceber que a cada edição publicada, sentimos que estamos cada vez mais próximos dos leitores e isso só nos deixa mais fortalecidos e felizes para continuarmos a fazer o nosso trabalho cada vez melhor.

Boa leitura!

Compartilhe ;)

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](http://www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com)

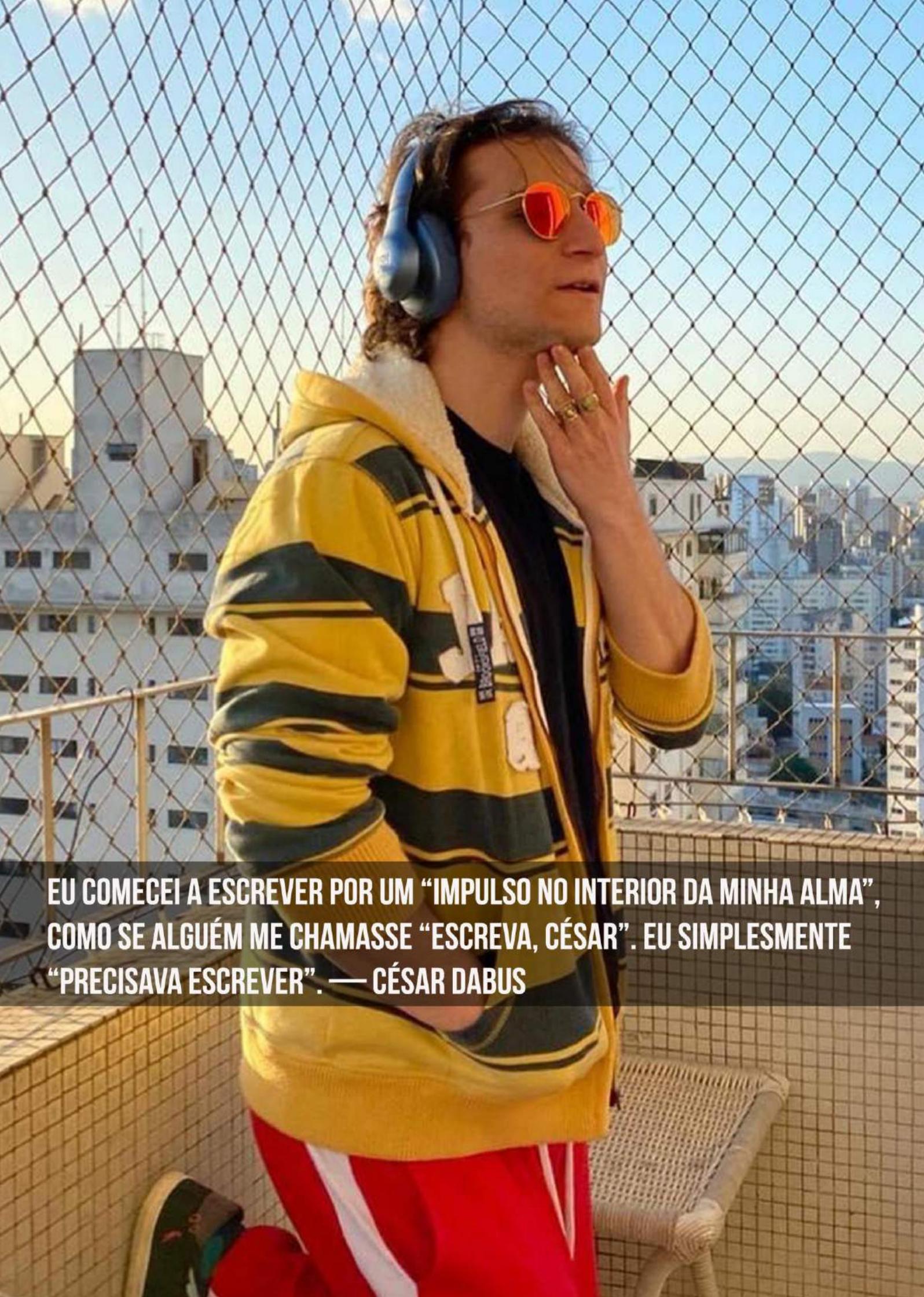
REVISTA

**PROJETO**

— *Auto Estima* —



**Elenir Alves**  
Editora-chefe



**EU COMECEI A ESCREVER POR UM “IMPULSO NO INTERIOR DA MINHA ALMA”,  
COMO SE ALGUÉM ME CHAMASSE “ESCREVA, CÉSAR”. EU SIMPLEMENTE  
“PRECISAVA ESCREVER”. — CÉSAR DABUS**

# ENTREVISTA COM CÉSAR DABUS

POR ELENIR ALVES



CÉSAR DABUS

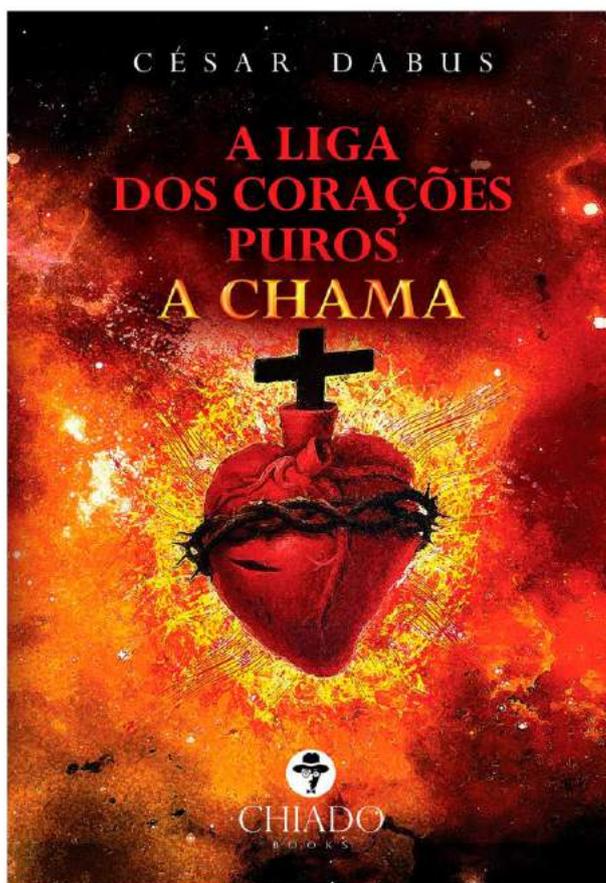
*Nas fronteiras paulistanas, em época capricorniana, César Dabus encarnou. Apesar de ter sido uma criança levada, hiperativa, aos seis anos sua escrita começou. Escrevia sobre quem e o que queria. Aos onze anos, bateria começou a tocar. E na mesma época, rock'n'roll começou a estudar. Estudando sobre sua banda favorita, The Who, César chegou até um guru espiritual indiano chamado Meher Baba, que lhe introduziu na espiritualidade. E assim se formou a Santíssima Trindade de César Dabus: rock'n'roll, literatura e espiritualidade.*

## ENTREVISTA:

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

César Dabus: Foi em 1998. Eu tinha seis anos. Mas foi um tanto estranho, pois as pessoas geralmente se tornam escritoras inspiradas por alguém, o que não foi o meu caso. Eu comecei a escrever por um "impulso no interior da minha alma", como se alguém me chamasse "escreva, César". Eu simplesmente "precisava escrever". Naquela época, eu escrevia reflexões, críticas e desabafos do dia a dia em um caderninho, geralmente falando mal de alguma coisa ou de alguém. "Não gosto de fulano por causa disso, disso e daquilo...", ou "tal situação me irritou de tal forma..." Era um tanto cômico vindo de uma criança de seis anos.

Revista Projeto AutoEstima: Você é autor do livro "A Liga dos Corações Puros - A Chama". Poderia comentar?



"A LIGA DOS CORAÇÕES PUROS É UMA SAGA DE ONZE VOLUMES, BASEADA EM ESPIRITUALIDADE, ALQUIMIA, CHAKRAS, MEDITAÇÃO, DESPERTAR DA CONSCIÊNCIA, AUTOCONHECIMENTO E ROCK'N'ROLL."

César Dabus: A Liga dos Corações Puros é uma saga de onze volumes, baseada em espiritualidade, alquimia, chakras, meditação, despertar da consciência, autoconhecimento e rock'n'roll. E "A Chama", o primeiro volume, conta todo o processo de iluminação espiritual de um garoto chamado Zakzor, que não queria se enquadrar no sistema social robotizante, para viver a sua "verdade interior". Ouvindo o sussurro de sua alma, ele chega à Liga dos Corações Puros, onde é recebido por sete mestres, que o levam numa jornada interior para "transcender o Ego" e atingir a iluminação espiritual. E dentro de si, Zakzor vai lutar contra tudo o que há de ruim. E eis outro ponto interessante desta saga: as armas. Não são armas como machados, espadas, laser etc., mas "armas instrumentais": os próprios instrumentos musicais atiram. As armas fazem analogia aos sete chakras (sete pontos de energia dentro do corpo humano). A bateria representa o chakra básico, pois assim como a bateria representa toda a base da música, o chakra básico representa toda a base energética da iluminação espiritual. O baixo representa o segundo chakra, a guitarra base representa o terceiro chakra – estes três representando a base da música e a base da iluminação espiritual. A guitarra solo representa o chakra cardíaco (o do coração); o microfone representa o quinto chakra, o laríngeo, (o chakra da garganta, da voz, da fala, por isso que ele é o microfone). O teclado representa o sexto chakra, chamado ajna (o terceiro olho). Assim como o teclado cria "visões" na música, ajna também expande a sua visão. E o violino representa o sétimo chakra, o chakra coronário (assim como este chakra capta energias mais sutis, mais elevadas, o violino atinge notas mais agudas, mais elevadas). E assim, há um conflito entre os roqueiros, que atiram "notas musicais", versus os "ruidosos", que atiram ruído, numa analogia entre "harmonia" versus "desarmonia" de consciência, com se fosse uma banda de chakras "alinhados" vs uma banda de chakras "desalinhados". É literalmente Power Rangers do rock'n'roll, os "Rock Rangers".

Revista Projeto AutoEstima: Como é o seu processo de criação? Quais são as suas inspirações?

César Dabus: O meu processo criativo é intenso e sinistro. Apesar de eu ser escritor, minha maior paixão e inspiração sempre foi a música. Eu toco bateria desde os 11 e toquei em banda dos 14 até os 25. Toda vez que escuto música, minha mente cria cenários, personagens e situações baseadas na energia daquela música. E assim eu descrevo nos livros. Por exemplo, quando eu escuto heavy metal, minha mente cria guerra. E assim, descrevo a cena. Eu sou um "literalizador musical". César Dabus, um louco que literaliza música! Óh! Eu embarco em profundas viagens musicais.



CÉSAR DABUS

Revista Projeto AutoEstima: Como foram as suas pesquisas e quanto tempo levou para concluir seu livro?

César Dabus: Estudar a história das bandas, o que me levou à espiritualidade. Por exemplo, os Beatles, os Rolling Stones, o The Who, basearam muitas músicas em conhecimentos místicos. E eu, movido pela curiosidade, embarquei na jornada espiritual, o que se tornou a base de toda a Liga dos Corações Puros. Então, ainda na adolescência, eu comecei a trabalhar / estudar no que iria se tornar a Liga. Mas eu levei cinco anos para concluir o livro. Afinal, juntar as peças do conhecimento espiritual, fazer uma pré-seleção dos assuntos mais fáceis para o grande público, e como colocar isso numa história de aventura, não foi fácil. O livro inteiro foi difícil, eu devo dizer. Não houve nada fácil. Nada. Foi tão difícil que eu recomencei o livro do zero três vezes! Como eu não tinha a ideia totalmente desenvolvida em minha mente, o roteiro ficava mudando toda semana, conforme eu estudava novos assuntos e angariava mais inspiração. Então, fica aí a dica para quem quiser escrever: sentem para escrever quando a ideia estiver totalmente desenvolvida na sua mente.



CÉSAR DABUS

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

César Dabus: Agora, você deve estar pensando: “como é um Exército do Rock’n’roll?” Afinal, um exército precisa de armas... e aqui... tem instrumentos musicais. Bem... esteja sentado quando eu te contar isto, mas aqui as armas eram os próprios instrumentos. Em outras palavras, eram “armas musicais”. Os instrumentos “atiravam notas musicais como metralhadoras” em suas cores respectivas!

Vamos às explicações das armas da Liga dos Corações Puros, o Exército do Rock’n’roll, pois nem todos instrumentos atiram de forma igual. Pois bem, sigam-me.

No caso do baixo, da guitarra base, da

guitarra solo, do teclado, e do violino, o soldado instrumentista deitava o instrumento para a frente e “tocava” (atirava/criava/materializava o Rock’n’roll). E as palhetas das guitarras podiam ser usadas como granadas, na modalidade “palhetas granada”. Os vocalistas atiravam pelo seu próprio canto: cada letra de cada palavra era um tiro que saía de seu microfone. E toda vez que houver batalha, os tiros serão colocados em poesia”.

Então, toda vez que há batalha, há poesia, pois são tiros. Esta é uma das coisas interessantes da LCP. Pela primeira vez colocaram a poesia como um texto de “liderança”, que influencia o epicentro do roteiro, e não sendo apenas um enfeite ou cantoria. “A bateria, no entanto, era uma artilharia. Os bumbos (tum-tum-tum-tum) atiravam morteiros (boom-boom-boom-boom); de seus tambores, tiros, ambos como metralhadora; os pratos eram como discos-lâminas afiados, que voavam em altíssima velocidade e cortavam o inimigo ao meio.”

Revista Projeto AutoEstima: Quais são suas leituras preferidas?

César Dabus: Paulo Coelho, Eduardo Spohr, Raphael Dracon, Machado de Assis. Mas os meus escritores favoritos são internacionais: Tolkien, J. K. Rowling, C. S. Lewis, de literatura fantástica; Manly P. Hall, Helena Blavatsky, Paramahansa Yogananda e Drunvalo Melchizedek, de espiritualidade e biografias e autobiografias de meus ídolos do rock, da ópera e da espiritualidade.

Revista Projeto AutoEstima: Como analisa a questão da leitura no país?

César Dabus: Caótica. Em questão de escritores, o mercado nunca esteve tão fértil: tem um exército de gente escrevendo dia e noite, publicando em blogs, revistas, e-book gratuitos pela amazon, gente sem condições se matando para conseguir bancar uma autopublicação. Em questão de leitores, também! A galera lê. A galera pesquisa. A galera entende. Basta olhar a internet com infinitos sites e blogs com milhares de pessoas comentando sobre milhares de livros novos. Há escritores e há leitores. Um grande problema são os preços abusivos dos livros.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores em início de carreira?

César Dabus:

- 1- Seja um escritor-empresário: além de arte, literatura e cultura, um livro também é um produto. Então, quando for escrevê-lo, pense na viabilidade do mercado; crie um logo, uma marca, uma identidade.
- 2- Crie um produto “multi-adaptável”: escreva um livro que consiga ser expandido para todas as plataformas possíveis: cinema, teatro, ópera, vídeo-games, jogo de tabuleiro, fantasias, material escolar. Já pensou que legal as pessoas irem assistir ao seu livro fantasiadas como os seus personagens?

3- Antes de escrever um livro, entenda profundamente de algum assunto. Mas profundamente mesmo! É isso o que vai te destacar. Conhecimento raso todo o mundo tem. Estudam algo de forma superficial e querem que a própria criatividade faça milagres. Não se engane, o leitor não é tolo: ele sabe discernir uma pessoa que conhece profundamente o assunto abordado da outra que conhece apenas o básico. Estudar o quê? O que você quiser. Estude tudo. Tenha mente aberta e não cultive ideia fixa! Não se apegue a nada, apenas deixe o conhecimento fluir em você, sem julgamento.

4- Dê tempo ao tempo: escreva no seu ritmo, na sua hora, no seu momento. Cada pessoa funciona de uma forma, então respeite a si mesmo. Não precisa ficar se matando para escrever um livro em seis meses. Pode acontecer? Pode. Assim como não pode.



*CÉSAR DABUS*

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

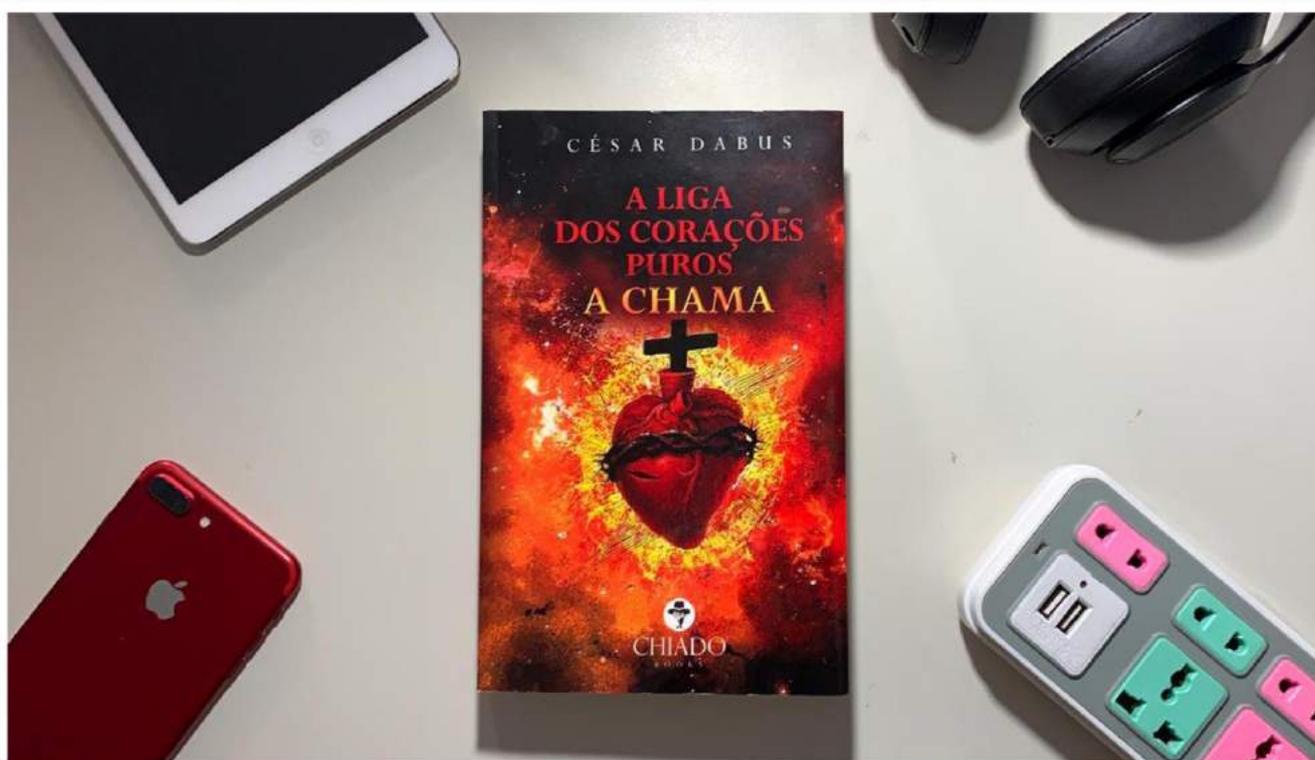
César Dabus: O livro físico está disponível nas livrarias Saraiva, Cultura, Martins Fontes e Amazon, enquanto somente o site da Chiado Editora dispõe o livro tanto em físico como e-book. E para me conhecer melhor, basta seguir-me nas redes sociais (facebook, instagram e twitter), como “cesar-dabus”.

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

César Dabus: Estou compondo uma ópera! A Liga dos Corações Puros é uma “grande saga” subdividida em “pequenas sagas”. Neste momento, estou trabalhando na primeira pequena saga: “A Grande Ópera”, subdividida em sete livros. No primeiro volume, “O Estúdio Alquímico”, retomo a base de roteiro de “A Chama”, contando os processos alquímicos de despertar de consciência do personagem até ele atingir a iluminação. Desta vez farei uma singela mudança no exército de bandas. Em “A Chama”, o exército do Rock’n’roll enfrenta o exército do Ruído. Agora em “O Estúdio Alquímico”, o exército do Rock irá enfrentar o exército do Heavy Metal.

A simbologia é a seguinte: o Rock'n'roll representa o ouro, a iluminação da consciência, enquanto o Heavy Metal - que é a tradução de "metal pesado" - representa o chumbo, o estado de consciência pesado, primitivo e animalesco do ser humano. E o termo "Grande Ópera" tem quatro significados:

- 1- "Grande Operação" alquímica: transmutação do estado de consciência heavy metal para o estado de consciência rock'n'roll do personagem;
- 2- "Grande Operação" militar: conquistar territórios seria a reintegração do inconsciente através da expansão da consciência;
- 3- A palavra "ópera" é uma brincadeira com o Heavy Metal e o Rock'n'roll, já que o roteiro é musical;
- 4- E eu estou literalmente compondo uma ópera! Uma ópera real com música, teatro, personagens, cenário, luzes. No caso seria uma "ópera-rock", já que eu toco bateria e só entendo de rock'n'roll. Os livros de "A Grande Ópera" são uma espécie de libreto operístico.



Perguntas rápidas:

Um livro: A Doutrina Secreta

Um hobby: Estudar espiritualidade ouvindo rock'n'roll e tomando café

Um (a) autor (a): Helena Blavatsky

Um ator ou atriz: Roger Moore

Um filme: 007 contra Octopussy

Uma cor favorita: Azul

Uma recordação em especial: 07/08/2018 – Dia do lançamento do livro A Chama, na Bienal do Livro SP de 2018, tornando-se um best-seller, ao emplacar o terceiro lugar dos

mais vendidos da Chiado Editora.

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

César Dabus: Escutem a intuição de sua alma que não errarão o caminho. Mas fiquem atentos, porque este chamado interior vai te guiar por caminho ilógicos, fora do convencional e você achará que estará indo na direção errada. Todos vão chamar você de louco, mas confie na intuição, porque ela não erra. Apenas confie. Você não precisa de alguém para lhe ditar regras: você tem o seu próprio guia intuitivo interior.



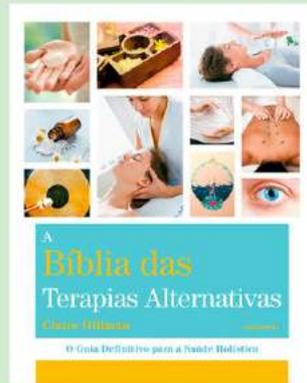
*CÉSAR DABUS*

# DICAS PARA LEITURA



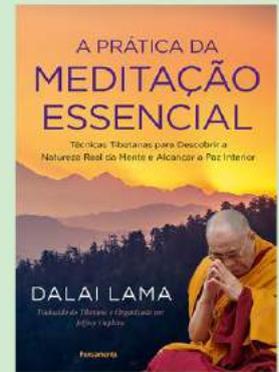
**Criatividade**  
osho

[Acesse](#)



**A Bíblia das terapias  
alternativas**  
Claire Gilman

[Acesse](#)



**A prática da meditação essencial**  
Dalai Lama

[Acesse](#)



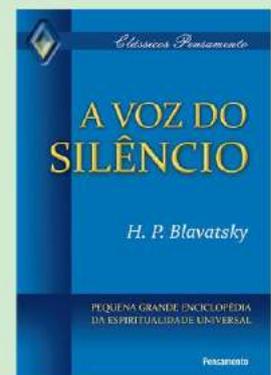
**O valor terapêutico de contar histórias  
para as crianças pelas crianças**  
Margot Sunderland

[Acesse](#)



**A terapia do abraço**  
Katheel Keating

[Acesse](#)



**A voz do silêncio**  
H. P. Blavatsky

[Acesse](#)

“A leitura é o passaporte universal para o conhecimento.”  
– Elenir Alves



Sérgio Mamberti - Foto divulgação/Matheus José Maria

## "A ESPERANÇA ATIVA É UM DESEJO, UM EMPENHO E UM COMPROMISSO DA GENTE", DISSE MAMBERTI EM UMA DE SUAS ÚLTIMAS ENTREVISTAS

Ator foi convidado da série Ato Criativo, da PUCRS Cultura, para falar sobre o seu livro autobiográfico 'Sérgio Mamberti: senhor do meu tempo'

Uma das últimas entrevistas do ator Sérgio Mamberti, que morreu na madrugada de sexta-feira (3), em São Paulo, foi em junho deste ano, à PUCRS Cultura, durante a série Ato Criativo. Um bate-papo mediado pelo professor e diretor do Instituto de Cultura, Ricardo Barberena, reuniu o artista com o escritor Dirceu Alves Jr., com o qual escreveu o livro autobiográfico Sérgio Mamberti: senhor do meu tempo. A conversa foi transmitida pelo canal da PUCRS no YouTube – onde está disponível para acesso. (<https://www.youtube.com/watch?v=dk7yC30powA>) A série Ato Criativo tem como objetivo aproximar o público de pessoas que criam em diversas áreas da cultura, proporcionando espaços de bate-papo com artistas. Na ocasião, quando questionado pelo professor sobre manter a esperança ativa, o artista que construiu sólida carreira nos palcos e na TV, e deu vida ao querido personagem Doutor Vitor, na série 'Castelo Rá-Tim-Bum', da TV Cultura, disse: "A esperança ativa é o que nos alimenta e

nos dá esperança de que vai passar. Não é uma ingenuidade, não é um wishful thinking, mas é um desejo, um empenho e um compromisso da gente".

Já Dirceu, fez questão de mencionar que a esperança foi algo presente durante toda a vida de Mamberti. "A partir da convivência com o Sérgio neste trabalho do livro, vejo o quanto esse homem foi movido por essa esperança ativa. Ele teve grandes momentos, teve muito sucesso, mas ele também teve muitas dificuldades, ele enfrentou muitas perdas, mas sempre acreditou que daqui a pouco, daqui a uma semana, tudo ia ficar muito bem, ele iria superar. E acho que neste momento, ler este livro também diz um pouco sobre essa perspectiva que a gente precisa ter, de acreditar que alguma coisa tem que acontecer", comentou. palcos e na TV, e deu vida ao querido personagem Doutor Vitor, na série 'Castelo Rá-

**“SÉRGIO MAMBERTI FOI UM BATALHADOR PELA CULTURA, PARA A CULTURA, E DEVERÁ SER LEMBRADO COMO UM ATOR, COMO UM ARTISTA, COMO UM CRIADOR QUE NÃO FOGE AO SEU DEVER SOCIAL E QUE DEMONSTRA MUITO BEM A VINCULAÇÃO ENTRE O ÉTICO E ESTÉTICO. NÃO HÁ UMA POSSIBILIDADE DENTRO DA BELÍSSIMA TRAJETÓRIA DO SÉRGIO DE PENSAR A ARTE LONGE DA SOCIEDADE. FARÁ MUITA FALTA E CERTAMENTE DEIXA UM LEGADO BRILHANTE DE LUTA PELA CULTURA COMO UM ELEMENTO FORMADOR DE UMA IDENTIDADE NACIONAL”, DESTACA BARBERENA**

-Tim-Bum', da TV Cultura, disse: "A esperança ativa é o que nos alimenta e nos dá esperança de que vai passar. Não é uma ingenuidade, não é um wishful thinking, mas é um desejo, um empenho e um compromisso da gente".

Já Dirceu, fez questão de mencionar que a esperança foi algo presente durante toda a vida de Mamberti. "A partir da convivência com o Sérgio neste trabalho do livro, vejo o quanto esse homem foi movido por essa esperança ativa. Ele teve grandes momentos, teve muito sucesso, mas ele também teve muitas dificuldades, ele enfrentou muitas perdas, mas sempre acreditou que daqui a pouco, daqui a uma semana, tudo ia ficar muito bem, ele iria superar. E acho que neste momento, ler este livro também diz um pouco sobre essa perspectiva que a gente precisa ter, de acreditar que alguma coisa tem que acontecer", comentou.

Nesta sexta-feira (3/9), após a notícia da partida do ator, o professor Ricardo destacou que a história de Mamberti se confunde com a história da cultura brasileira contemporânea e que sua atividade como ator, diretor e ativista na área das artes, transformou o cenário brasileiro e possibilitou que hoje tenhamos um teatro mais arrojado e contemporâneo.

O professor lembra ainda de momentos marcantes da carreira do ator "Sua atuação em Balcão, de Jean Genet, transformou a história do teatro brasileiro, mas também como não lembrar, afetivamente, de tantas infâncias que foram transformadas pelo 'Castelo Rá-Tim-Bum'? A entrevista com Sérgio foi um raro momento de encontro do humano, do sensível, do afeto, de um gigante da nossa cultura que não perde a simplicidade nos laços humanos e na partilha do sensível".

Para assistir a entrevista completa:

<https://www.youtube.com/watch?v=dk7y-C30powA>

Sobre o ator: Sérgio Duarte Mamberti é ator, diretor, produtor, autor, artista plástico e político brasileiro. Formado pela Escola de Arte Dramática de São Paulo, é dramaturgo há mais de 50 anos. Estreou no teatro profissional com a peça Antígone América, escrita por Carlos Henrique de Escobar, produzida por Ruth Escobar e dirigida por Antônio Abujamra. Na década de 1970, trabalhou na dramaturgia brasileira junto com Beatriz Segall, Regina Duarte e Paulo José. Além disso, atuou em filmes, séries, minisséries e outros especiais. Em sua carreira política, foi secretário de Música e Artes Cênicas, secretário da Identidade e da Diversidade Cultural, presidente da Fundação Nacional de Artes (Funarte) e secretário de Políticas Culturais.

# REVISTA projeto AUTOESTIMA

*“O maior bem transformador de pessoas em seres melhores é o amor.”*  
— Elenir Alves

Fanpage: @projetoautoestima  
Instagram: @revistaprojetoautoestima



57 anos, é Técnico de Meio Ambiente, Graduou-se em Geografia, Professor do Estado e Pós Graduou-se em História da África e Docência Superior. Metroviário por 31 anos, é autor dos livros TRAJETÓRIAS E CAMINHOS DA SEGURANÇA METROVIÁRIA DE SÃO PAULO 1ª edição em português, 2ª edição em Francês, CONEXÕES ALÉM DA FAIXA AMARELA, IDARÁ IBI PEDRA DE XANGÔ NA TERRA DE ÍNDIO, MEU AMO, MEU DONO, MEU SENHOR JÁ FOI O MEU AMOR, e DIALOGANDO COM AS GAVETAS e SOLAVANCOS DA EDUCAÇÃO, em breve, AINDA NOS FALAMOS.

## ENTREVISTA COM O AUTOR DALVILSON POLICARPO

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

Dalvilson Policarpo: Sindicalista, lutava pelos direitos da categoria, onde fui acumulando documentos, pesquisas e formulando projetos, que após um tempo, organizei e transformei no livro TRAJETÓRIAS E CAMINHOS DA SEGURANÇA METROVIÁRIA DE SÃO PAULO, lançado em 2018. Como já escrevia coisas, memórias, contos e poemas, e gostei do resultado do primeiro livro, organizei meus poemas e lancei o CONEXÕES ALÉM DA FAIXA AMARELA, participo de antologias com contos e poemas e o gosto pelas letras vai aumentando. Com o advento da aposentadoria, resolvi me dedicar um pouco mais à escrita.

Revista Projeto AutoEstima: Você é autor do livro "Solavancos da Educação". Poderia comentar?

Dalvilson Policarpo: Sim, escrevi este livro com lágrimas no coração, ao constatar que fomos todos enganados, enredados e engessados por um modelo educacional voltado para o trabalho e para servidão. De tempos em tempos, quando avançamos na melhoria da qualidade do ensino, aparece algum percalço, que nos faz solavancar, atrasando-nos mais uma vez, não nos permitindo progredir, mantendo-nos neste fosso, relegando-nos a posição atual de serviçais, exógenos e endógenos.

Revista Projeto AutoEstima: Como foram as suas pesquisas e quanto tempo levou para concluir seu livro?

Dalvilson Policarpo: Ao finalizar este pensamento de que caminhamos educacionalmente à solavancos, em uma carroça de rodas quadradas, foi relativamente simples buscar os dados para embasar a ideia, pois o histórico desse pensamento vem datado desde que os jesuítas chegaram por aqui, com seus métodos de ensino, que anulavam toda cultura local com seu catequismo. Dê lá para cá, quem conseguir provar o contrário, que se manifeste.

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

Dalvilson Policarpo: A história nos conta que acompanhamos várias tentativas de implementação de modelos diferentes que, quando começam a se encaixar, são abruptamente modificados ou abandonados, dependendo da vontade política do momento ou para servir a algum outro propósito mercantil ou revolucionário de mudança de ventos. Tendo a diferença social como guia e o capital como senhor, a educação se encolhe e assiste as rupturas acontecerem sem ter como se impor, principalmente nos países colonizados, considerados de terceiro mundo.

A educação no Brasil, desde a sua colonização, vem se mostrando, historicamente, uma educação movida a solavancos onde a cada mudança no quadro geral de mandatários, sofre uma ruptura, uma descontinuidade a serviço do mercado. Neste sentido, pretendo, através da pesquisa, navegar pelas ondas do passado e demonstrar como foi forjado o título de país do futuro, que nunca chegará se mantivermos este modelo educacional pois, um país transformado pela falta da educação, do planejamento e visão de futuro nos rebocou até aqui. A história não mente.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores em início de carreira?



Dalvilson Policarpo: Nunca escreva inverdades. As palavras são sementes que devem vingar em solo fértil, se forem boas e verdadeiras, darão bons frutos.

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

Dalvilson Policarpo: Este livro foi publicado na plataforma gratuita da Amazon, então quem quiser adquiri-lo nos formatos, físico ou ebook, basta entrar no site, lembrando que o físico vem de fora do país.

Para me acompanhar:

Dalvilson Policarpo no Facebook

Don Policarpo no Instagram

Don Poli no Blog

Podcast Fala Poli no Spotfy

Amazon.com: SOLAVANCOS DA EDUCAÇÃO (Portuguese Edition) (9798732721508):

POLICARPO, DALVILSON DONIZETE: Books

Amazon Author

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Dalvilson Policarpo:

Perguntas rápidas:

Um livro: A revolução dos bichos

Um (a) autor (a): Florbela Espanca

Um ator ou atriz: Fernanda Montenegro

Um filme: Amistat

Um dia especial: Hoje

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Dalvilson Policarpo: A escrita existe para que o homem, ao registrá-la, plante, em quem ler, uma semente que poderá vingar e dar bons frutos ou não, dependendo somente do terreno e do cultivador.

RESENHAS

ANTOLOGIAS

HQS

ENTREVISTAS

LIVROS

VENHA PARA O LADO CULTO DA FORÇA

# CONEXÃO LITERATURA

[WWW.REVISTACONEXAOLITERATURA.COM.BR](http://WWW.REVISTACONEXAOLITERATURA.COM.BR)

INSTAGRAM: @REVISTACONEXAOLITERATURA | FACEBOOK: @CONEXAOLITERATURA  
E-MAIL: ADEMIRPASCALE@GMAIL.COM

PORQUE AMAMOS LIVROS

Entramos enfim em setembro, mês em que as flores e o sol rebrotam, mas que, infelizmente, é lembrado por uma causa muito preocupante no mundo inteiro: o suicídio. O Setembro Amarelo é o mês de prevenção ao suicídio, que tira a vida da cerca de 12.000 pessoas por ano só no Brasil - não estamos contando os que sobreviveram a tentativas de acabar com sua própria vida.

Por que Setembro Amarelo? Fiquei sabendo por um médico, da Clínica Moreira de reabilitação, dr. Moreira, que é uma "triste homenagem" a Mark, um jovem de 17 anos que, após ter remontado todo um Mustang 1968 - era um mecânico genial - tirou a própria vida no dia 10 de setembro, algum tempo depois.



## Setembro amarelo: quando um

# mecânico genial tirou sua vida aos 17 anos

Por Leila Krüger

Suicídio não tem gênero, idade, local, classe social, sexualidade, aparência física, "tipo de personalidade" para acontecer. Grandes figuras públicas já cometeram suicídio, algumas delas carismáticas e aparentemente felizes. É que, claro, não sabemos o que se passa no interior de uma pessoa, ainda mais em uma sociedade que "exige" que mostremos cada vez mais nossa felicidade e capacidades aos outros, como robôs maximizados nas redes sociais.

Quero, neste pequeno artigo, lembrar a você que a maioria dos suicídios podem - segundo médicos - ser prevenidos, se a possível vítima for ouvida, cuidada, tratada, muitas vezes com remédios e terapia. Existem doenças psiquiátricas com alto índice de suicídio, como Borderline e Transtorno Bipolar, em vários graus: fique atento aos menores sinais em você mesma(o) ou em quem ama, podem ser uma luz amarela ou até vermelha. E nunca, jamais pense que "quem fala que vai se matar só quer chamar a atenção", são avisos de que isso pode acontecer em breve, são pedidos de ajuda, dramáticos, teatrais às vezes, mas verdadeiros, em especial quando a menção de tirar a própria vida é repetida com frequência.

## **“PROCURE PARTICIPAR DE EVENTOS RELACIONADOS AO SETEMBRO AMARELO, E CONSCIENTIZAR AS PESSOAS À SUA VOLTA SOBRE O ASSUNTO.”**

O que é pouco para você suportar, pode ser muito para o outro e vice-versa. Vigie-se. Ao encontrar um desejo de tirar sua própria vida em seu íntimo, ainda que eventual, ou em quem convive com você, peça ou sugira ajuda. Por exemplo: disque 188 para acolhimento emocional em suicidas e atendimento ambulatorial gratuito com psicólogos - caso não haja recursos.

É longa a lista daquelas pessoas que resolveram se suicidar, muitas delas brilhantes, geniais, que mudaram o mundo. Vamos diminuir essa estatística no Brasil e no mundo - exigir menos de nós mesmos e da vida, sorrir mais, amar mais, dar mais valor às coisas simples.

Procure participar de eventos relacionados ao Setembro Amarelo, e conscientizar as pessoas à sua volta sobre o assunto. Aposto que você já conhece alguém que se suicidou, e, se foi em família ou um amigo ou amiga, pior ainda! Uma cicatriz que nunca cura. Um "por que" que nunca é respondido. Por fim, lembremos que há formas diretas e indiretas de suicídio. As indiretas incluem abuso de drogas, como crack, cocaína e anfetaminas, álcool, remédios, comidas danosas, dirigir embriagada(o), não cuidar da saúde, perder seu senso de valor próprio.

Nada vale uma vida! Ela é o maior presente que alguém pode receber: a liberdade de escolher viver e tentar, entre tantos desencantos amar, sorrir e ser feliz, uma luz em um mundo cinzento onde pessoas morrem "por dentro" e literalmente aos montes, sem ser notadas, todo dia. Muitas vezes, todo mundo viu o sorriso forçado, mas ninguém viu a dor no olhar.

Escritora, jornalista, ghost writer, Mestre em Comunicação Social e especialista em Expressão Gráfica PUCRS. "Graduanda em Letras Português/Inglês .  
Autora de obras publicadas no Brasil e em outros países. Idealizadora do podcast Elementar Meu Caro Watson e do projeto feminista Malalas.com.  
Site: leilakruger.net

Revista

# PROJETO AUTOESTIMA

[WWW.REVISTAPROJETOAUTOESTIMA.BLOGSPOT.COM](http://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](mailto: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](http://www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com)

# ENTREVISTA COM **MARCOS JUNIOR**

**CRIADOR E TREINADOR DO GRUPO CORRER E SE DIVERTIR**



Eu já estava desenvolvendo esse método antes da pandemia, com treinos funcionais de 20 minutos, sem equipamentos. Coloquei em meu site e comecei a comercializar. Quando começou a pandemia, coloquei a metodologia no meu canal do YouTube e as coisas foram acontecendo.





## ENTREVISTA

Revista Projeto AutoEstima: Poderia contar para os nossos leitores como surgiu o seu interesse pela Educação Física?

Marcos Junior: Eu sempre falo que não escolhi a Educação Física, foi ela que me escolheu. Desde criança, sempre pratiquei esportes: futsal, natação, futebol de campo e capoeira. A escolha veio naturalmente, nunca me imaginei fazendo outra coisa.

Revista Projeto AutoEstima: Você criou uma metodologia durante a pandemia para fazer os alunos se exercitarem em casa, o que o levou a concorrer a um prêmio nacional. Poderia comentar?

Marcos Junior: Eu já estava desenvolvendo esse método antes da pandemia, com treinos funcionais de 20 minutos, sem equipamentos. Coloquei em meu site e comecei a comercializar. Quando começou a pandemia, coloquei a metodologia no meu canal do YouTube e as coisas foram acontecendo. Comecei a comercializar por uma conta privada no Instagram e batizei de TFMJ 20. Hoje tenho mais de 200 alunos espalhados pelo país e no exterior como EUA, Austrália, Moçambique, Canadá, Dinamarca e Japão, mas, desde o início mais de 300 pessoas já treinaram comigo. Algumas retomaram as atividades presenciais, mas o relato que recebo da maioria foi a importância do impulso e do incentivo justamente em um período em que todos estavam confinados em casa e bastante desorientados com relação ao que poderia ser feito para manter o corpo e a cabeça em ordem.

Revista Projeto AutoEstima: Em 2020 você concorreu ao mesmo prêmio com mais 180 profissionais e ficou em 2º lugar. Poderia comentar como você se sentiu de ter sido con-

templado com o prêmio tão disputado?

Marcos Junior: A diferença de pontuação entre eu e o primeiro e o segundo colocados foi de apenas 1,5 ponto. Analisando o número de participantes e o nível de todos que estavam disputando, só posso encarar como uma grande conquista, o reconhecimento em nível nacional de um trabalho ao qual me dediquei totalmente, pensando principalmente no bem-estar e na qualidade de vida das pessoas que eu já atendia. Além disso, eu estava concorrendo com vários ídolos para mim. Entendi que conquistei o 2º e não perdi o 1º. Até hoje, quando paro para pensar, chego a achar que é surreal estar na “mesma prateleira” de grandes nomes da Educação Física brasileira.

Revista Projeto AutoEstima: Como professor de Educação Física, o ato de se exercitar pode elevar a autoestima de uma pessoa?

Marcos Junior: Sem dúvida, mas isso não pode ser um objetivo, tem que ser uma consequência de uma série de ações como, atividades diárias, alimentação saudável, ingestão correta de água e, o mais importante, se divertir com todo esse processo.

Revista Projeto AutoEstima: Atualmente você ministra aulas para quantos alunos?

Marcos Junior: Contabilizando os alunos das turmas presenciais e online, atualmente são mais de 200 alunos.

Revista Projeto AutoEstima: Como iniciou o processo de incentivar os seus alunos a se exercitarem e desde quando existe o projeto "Correr e Se Divertir"?

Marcos Junior: Desde sempre. Minha carreira é marcada por nadar contra a maré, nunca gostei desse conceito de culto ao corpo perfeito que a mídia impõe. Prefiro mostrar as pessoas que ser saudável é sim, ter prazer pelo movimento diário e que tomar uma cerveja ou vinho com moderação também é saudável. Trabalho com corrida desde 2014, sempre vinculado a alguma academia. Quando conquistei minha independência financeira, montei o grupo com essa proposta, trazer a corrida como mais uma forma de movimento, sem cobranças e obrigações, apenas correr para se divertir. Para que as pessoas que têm vontade de iniciar na prática pudessem contar com uma orientação técnica e um grupo de apoio, para buscar estímulo, rir e até chorar se for o caso.

Revista Projeto AutoEstima: Tem muita diferença a aula de Educação Física presencial para a aula online?

Marcos Junior: Apenas o local, o cuidado, a metodologia é a mesma. A vantagem do online é poder trabalhar em qualquer lugar do mundo.

Revista Projeto AutoEstima: É verdade que o seu projeto já alcançou pessoas de outros países? Quais os países, poderia comentar?

Marcos Junior: Sim e isso me surpreende sempre a cada convite. Hoje tenho alunos nos Estados Unidos, Canadá, Austrália, Moçambique e Japão. Com a questão dos fusos horários, é uma loucura, mas eles me ajudam. As aulas ao vivo acontecem pela manhã e ficam gravadas por 48 horas, até a próxima aula, mas eu sempre começo com “bom dia, boa tarde, boa noite”, pois nunca sei onde as pessoas estão. Além disso, quem não pode fazer ao vivo, faz a aula no horário em que é possível. O importante é a disciplina, reservar aqueles 20 minutos para se manter ativo. É isso que cria o hábito e a disciplina e faz os resultados aparecerem.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas você daria aos nossos leitores que precisam sair do sedentarismo na pandemia? Qual o primeiro passo?

Marcos Junior: Começar, de qualquer forma, caminhar é um movimento natural, diário. Então, podemos começar assim com 15, 20 minutos. Buscar coisas da infância, como jogar bola, andar de bicicleta, qualquer coisa. O que importa é o movimento e não a forma. Depois, busque a orientação de um profissional de Educação Física para te ajudar a evoluir.

Revista Projeto AutoEstima: Como o leitor interessado deverá proceder para saber mais sobre o seu trabalho e ter acesso as suas aulas "Correr e Se Divertir"?

Marcos Junior: Do Correr e se Divertir e do TFMJ 20 pode me chamar diretamente no meu WhatsApp pessoal (41) 984115743 e ter acesso a todas as plataformas que estou pelo meu site [www.marcosjunior.com.br](http://www.marcosjunior.com.br)

Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Marcos Junior: Sempre. Não consigo ficar parado, fisicamente e nem mentalmente. Estou sempre inventando algo novo Em breve lançarei um programa chamado O SALVA VIDAS, onde resumirei e trarei o passo a passo para que as mulheres deixem o sedentarismo de uma forma prazerosa e duradoura, porque uma das coisas que eu percebi foi a grande adesão do público feminino, que nunca encontrava tempo para cuidar de si, sempre tendo que se dividir entre a casa, o trabalho, os filhos e deixando a própria saúde em último plano.

Perguntas rápidas:

Um livro: A semente da vitória

Um hobby: violão

Um (a) autor (a): Nuno cobra

Um ator ou atriz: Robert Downey Jr

Um filme: todos de super-heróis (sou um nerd assumido)

Uma cor favorita: verde

Uma recordação em especial: nascimento dos meus filhos, Joaquim e Maria Júlia

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Marcos Junior: Agradeço a oportunidade de estar mais perto dos leitores da Revista AutoEstima e quero lançar um desafio aqui a todos: pensem como vocês querem estar daqui a um ano? Estão satisfeitos com o corpo, o ritmo, a saúde que têm hoje? Se alguma das respostas for não, é hora de refletir e procurar ajuda. Quanto mais cedo, mais qualidade de vida você terá!

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Marcos Junior: Agradeço a oportunidade de estar mais perto dos leitores da Revista Projeto AutoEstima e quero lançar um desafio aqui a todos: pensem como vocês querem estar daqui a um ano? Estão satisfeitos com o corpo, o ritmo, a saúde que têm hoje? Se alguma das respostas for não, é hora de refletir e procurar ajuda. Quanto mais cedo, mais qualidade de vida você terá!

**ESCRITORA PERGUNTA:**

**O QUE VOCÊ FARIA SE PUDESSE RECOMEÇAR?**

**PUBLICADO NO BRASIL PELA VR EDITORA, ROMANCE CONTEMPORÂNEO DA ARGENTINA LAURA G. MIRANDA LEMBRA MULHERES QUE É POSSÍVEL MUDAR A ROTA QUANDO A VIDA SE TRANSFORMA EM ROTINA E OBRIGAÇÕES**



# UM ROMANCE ENVOLVENTE PARA QUEM PROCURA UMA LEITURA CONTEMPORÂNEA E TAMBÉM UM LEMBRETE QUE É POSSÍVEL RECOMEÇAR EM QUALQUER MOMENTO DA VIDA



Gina, protagonista de Voltar para mim, representa grande parte das mulheres em todo o mundo: profissional, esposa e mãe. É aos 45 anos que se percebe presa em um mundo que não a preenche mais e decide fazer uma viagem que provoca incerteza em todos que ficam. Este é o enredo da escritora argentina Laura G. Miranda, reconhecida e premiada internacionalmente. A obra, publicada no Brasil pela VR Editora, convida cada leitor a questionar a própria realidade conforme as dores da protagonista são apresentadas, como a falta de conexão com o marido depois de anos de relação, a dificuldade de se colocar em primeiro lugar e não saber o que fazer após o crescimento dos filhos.

Gina sabe que inevitavelmente será julgada, porém tem a certeza que precisa seguir em frente e reencontrar a si. Ela quer voltar a ser a pessoa que habita o próprio corpo, se reconectar e se redescobrir. O sentimento de invisibilidade e a falta de sintonia só se confirmam quando a personagem decide, mais uma vez, expor ao marido a realidade que sente.

## FICHA TÉCNICA:

Título: Voltar para mim

Autora: Laura G. Miranda

Editora: VR Editora

ISBN: 978-65-86070-40-8

Páginas: 502 páginas

Formato: 16 x 23 cm

Preço: R\$ 69,90

Links de venda:

<https://vreditoraloja.com.br/produto/ficcao-romantica/romance-para-mulheres-13456/voltar-para-mim-2>

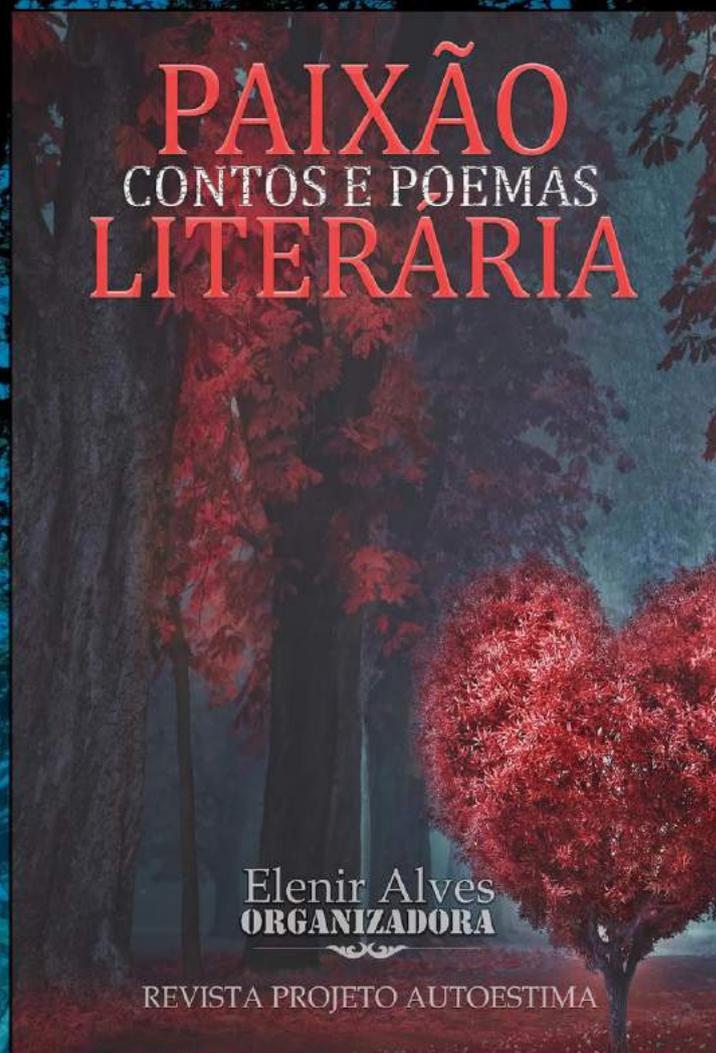
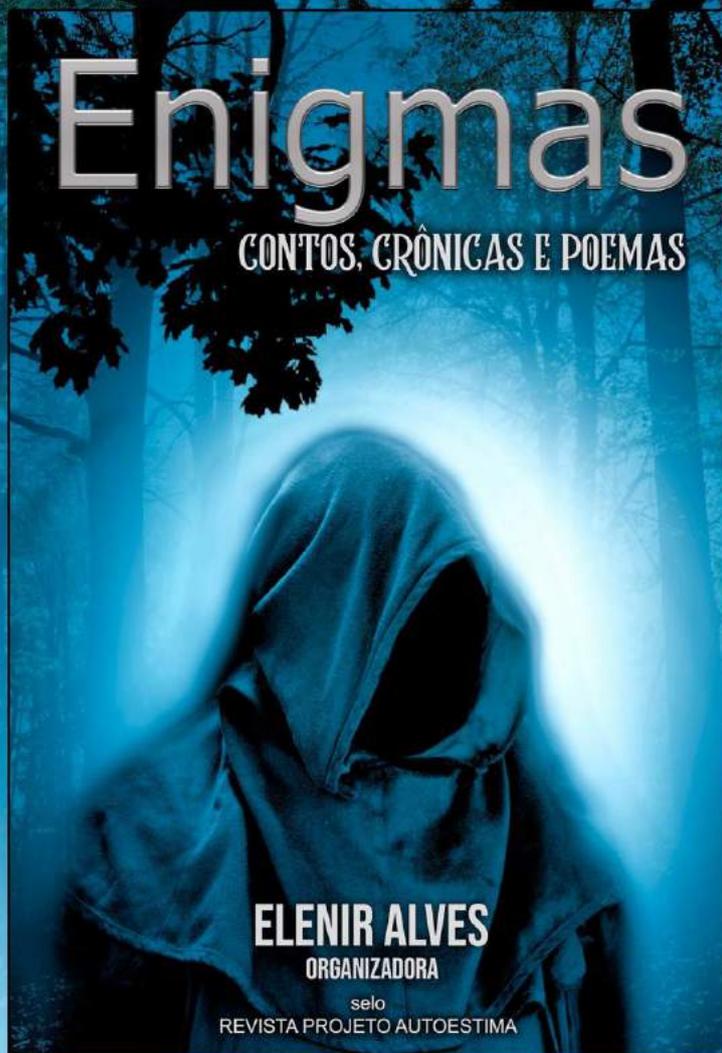
**SINOPSE:** "Voltar para mim" apresenta a história de uma mulher que cumpriu passo a passo todo o manual imposto pela sociedade: ser profissional, esposa e mãe. Entretanto, à medida que lutou para alcançar sonhos alheios, foi obrigada a se esquecer dos próprios. Surge, então, a decisão de fazer uma viagem que mudará tudo.



Sobre a autora: **LAURA G. MIRANDA** é argentina e conquistou um estilo próprio dentro do universo dos livros românticos contemporâneos. Ela vê na escrita um modo de reinventar a vida. Com seus trabalhos como poeta e romancista, recebeu prêmios internacionais, dentre eles o Prêmio Lobo De Mar (Argentina). Vive com o marido, dois filhos e seus bichos de estimação – duas gatinhas e dois cachorros – perto do mar, lugar que considera um verdadeiro refúgio. Além de escritora, é professora e advogada.

Saiba mais sobre a autora em: [lauragmiranda.com](http://lauragmiranda.com)

# PARTICIPE DAS ANTOLOGIAS DA REVISTA PROJETO AUTOESTIMA



**LEIA OS EDITAIS E ENVIE  
O SEU CONTO, CRÔNICA OU POEMA  
CLIQUE AQUI**



LEONARDO COSTA DE OLIVEIRA - FOTO DIVULGAÇÃO

## ENTREVISTA COM LEONARDO COSTA DE OLIVEIRA, AUTOR DO LIVRO **O SONHO DE AMADEO**, VENCEDOR DO PRÊMIO LITERÁRIO UCCLA

**Leonardo Costa de Oliveira**, nasceu em Paracambi, no interior do Rio de Janeiro em 1983. É geólogo, mestre em análise de bacias sedimentares e doutor em geociências. Foi professor assistente na Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) entre 2009 e 2013 e atualmente trabalha como Geofísico na sede da Petrobras, no centro do Rio de Janeiro. Em 2012 foi laureado pela Sociedade Brasileira de Geologia com a Medalha de Ouro Fernando Flávio Marques de Almeida, pelo melhor artigo de geologia publicado entre 2010 e 2012. Participou com um conto na coletânea independente Sós (2018) e foi finalista do Prêmio Off Flip de Literatura na categoria contos (2021). Ainda em 2021 foi premiado na 6.ª edição do Prêmio Literário UCCLA – Novos Talentos, Novas Obras em Língua Portuguesa. Durante boa parte de sua vida envolveu-se como guitarrista e vocalista em bandas de rock alternativo e vem colaborando com resenhas para os selos de indie rock Crooked Tree Records e Jambre Records. Elementos, estes, pincelados nas narrativas que desenvolve.

# **“AS PESSOAS GOSTAM DE HISTÓRIAS, DE SE VEREM REPRESENTADAS E DE SE DESCOLAREM DE SI PARA ACOMPANHAR A JORNADA DE ALGUÉM QUE PODERIA SER ELAS MESMAS...”**

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

Leonardo Costa de Oliveira: Acho que minhas primeiras tentativas de criar universos, personagens, histórias foi durante minha adolescência, quando me juntava a outros amigos para jogar RPG. Reunidos em volta daquela mesa, entre planilhas e dados multifacetados, eu aprendia a estruturar histórias. Sem saber, aquela foi minha primeira oficina literária.

Revista Projeto AutoEstima: Você é autor do livro "O Sonho de Amadeo". Poderia comentar?

Leonardo Costa de Oliveira: O primeiro lampejo da ideia do livro surgiu há muito tempo, por volta de 2005. Eu tinha apenas 22 anos e botei na cabeça que eu queria escrever a história de um cara que acordava depois de um pesadelo em que era assassinado com um tiro no peito. Mas era só isso o que eu tinha... Escrevi o primeiro parágrafo (que, inclusive, é o que abre o prólogo, e para mim é muito emblemático aquele parágrafo esteja lá, pois simboliza um lugar em mim onde tudo começou...). Este parágrafo (junto de diversas outras ideias soltas) ficaram engavetadas por pelo menos 10 anos, quando retornei a rascunhar outras possibilidades, outros desdobramentos dentro daquele universo.

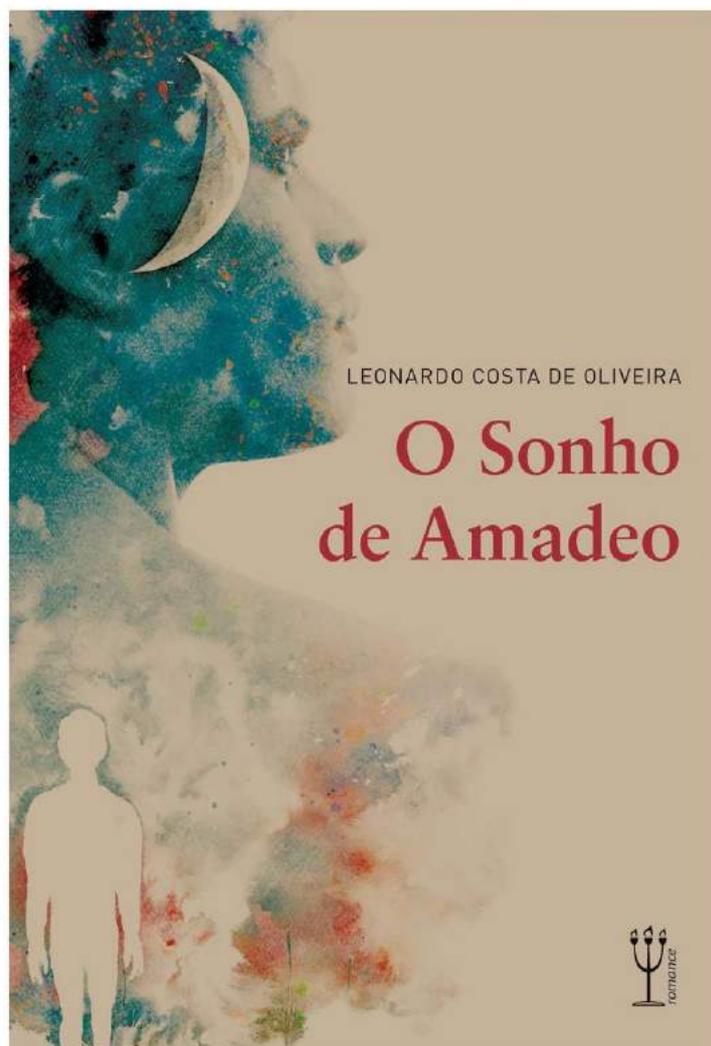
Revista Projeto AutoEstima: Como é o seu processo de criação? Quais são as suas inspirações?

Leonardo Costa de Oliveira: Antes de iniciar o projeto, gosto de me impregnar das possíveis referências que irei abordar... Ouço músicas que determinado personagem ouviria, leio livros que ele leria e vou aos lugares que imagino que frequentaria. Depois tento escrever pequenos microcontos (em geral em 1ª pessoa e os quais nem sempre uso) sobre estes personagens e, assim, vou desenvolvendo um psique para eles. Quando os arcos dramáticos e os elementos instigantes que quero escrever estão mais ou menos arranjados, estruturo a história como se fosse um roteiro de um filme (porque isso me ajuda a visualizar rapidamente o fluxo da narrativa...).

Revista Projeto AutoEstima: Como foram as suas pesquisas e quanto tempo levou para concluir seu livro?

Leonardo Costa de Oliveira: No caso de O Sonho de Amadeo eu demorei muito tempo para encontrar a voz do personagem. Eu tinha muita dúvida se a história deveria ser em 1ª ou 3ª pessoa, por exemplo. Havia muitas questões sobre a estrutura... A história é entrecortada por uma (suposta) confusão entre real e imaginário que vai ganhando corpo ao decorrer da histó-

ria. Só que, para mim, foi especialmente difícil encadear os acontecimentos e criar esse efeito. Para ser franco, era sempre bastante frustrante não conseguir isso e foram inúmeras as tentativas que fiz (acho que devo ter umas 15 versões diferentes só sobre como começar a história!). Foi quando eu decidi fazer cursos de escrita criativa e depois estudei roteiro para cinema também. A oficina do Tiago Novaes (do canal Escrita Criativa) e as aulas do Beбето Abrantes (professor de roteiro para cinema da AIC) foram grandes divisores de água na minha escrita. A primeira vez que visualizei a história pronta foi na forma de um roteiro de filme (e continuo utilizando esse método até hoje!). Aí, eu voltei a história para o formato de prosa, que é o que foi publicado. Então, hoje eu consigo dividir três fases na escrita desse livro: a primeira em 2005, com o surgimento da ideia; a segunda entre 2015 e 2017, quando comecei a implementar a escrita e estudar processos de escrita criativa; e a terceira de 2019 a 2020, quando estudei roteiro e cinema, conseguindo de fato terminar a história. Assim, tirando os intervalos em que ficou na gaveta, foram 5 ou 6 anos dedicado a este projeto.



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

Leonardo Costa de Oliveira: Às vezes, acordava e dormia sem nem me levantar. Entressonhava de olhos abertos ou fechados e, em determinados momentos, não havia mais diferença se estava ou não desperto. Tentava perceber as coisas no limiar entre esses dois mundos. Fazia algum tempo que me dedicava àquele exercício e, assim, me descolava da concretude que me rodeava. O tempo, um inimigo fugaz, não era agora tão ameaçador. Afinal, como pode nos obsolescer o que não nos alcança? Liberdade. Enquanto dormia, minha alma arfava frenética e eloquentemente até a fronteira do que conhecia. Havia muito mais dentro de mim do que na casca que me enredava. E era desse lugar, até muito tempo desconhecido, que vinha tirando meu ganha-pão. Materializar o que sonhava era não somente um exercício terapêutico como, também, a fonte de meus trabalhos mais expressivos. Até que um estalo cavo zuniu das entranhas de minha mente.

— Você não consegue ver quem é?

— Não gosto de me lembrar muito disso – digo à D. Vera, sentada no sofá marrom já quase sem poeira. Ela tomava o pouco que ainda sobrava do café em sua xícara e o cheiro da

bebida pairava no ar.

— Você tem medo. Medo de morrer.

Revista Projeto AutoEstima: Quais são suas leituras preferidas?

Leonardo Costa de Oliveira: Gosto muito de ler contos fantásticos (medievais, futuristas, distópicos) e de mergulhar em universos alternativos. Li O Senhor dos Anéis quando tinha uns 15 anos e desde então arquiteto comigo o meu próprio “Senhor dos Anéis” rs... Acho que todo mundo que lê esse livro sente vontade de criar sua própria Terra Média... e acho que por causa disso li com tanto entusiasmo os livros do George Martin, As Crônicas do Gelo e Fogo (que depois deram origem à série Game of Thrones, da qual fui, também, muito aficionado). De alguns anos para cá tenho lido bastante o Haruki Murakami, inclusive sou fã declarado de carteirinha rs... Gosto muito dos elementos da escrita do Julian Fuks e da Carol Bensimon também.

Revista Projeto AutoEstima: Como analisa a questão da leitura no país?

Leonardo Costa de Oliveira: As pessoas gostam de histórias, de se verem representadas e de se descolarem de si para acompanhar a jornada de alguém que poderia ser elas mesmas... Ler é um pouco como se olhar num espelho construído pela percepção de outro alguém. Acho que isso é universal e talvez venha desde de quando a linguagem e a escrita se desenvolveram; está para além de mim, ou de qualquer um de nós, é uma característica nossa que nos une enquanto espécie. O Brasil tem um folclore incrível, personagens que transcendem gerações e isso sublinha nossa capacidade criativa. No entanto, toda essa vocação é, no meu entendimento, sufocada por uma sistemática ausência de incentivo, seja por conta da iniciativa privada, seja por ações afirmativas governamentais. Esse descaso vem de longe... Tivemos quase 4 séculos de escravidão no país, uma ditadura militar que censurava a arte de modo geral e recentemente surgiu uma notícia que o governo iria taxar livros (na proposta de reforma tributária), enquanto incentiva e trabalha para que as pessoas tenham acesso a armas... Construir um mercado editorial num país com esse contexto histórico não é nada fácil, mas sou otimista, porque na essência o brasileiro é um povo que aprecia a arte, mesmo que muitos não tenham a devida consciência disso.

Revista Projeto AutoEstima: Quais dicas daria aos autores em início de carreira?

Leonardo Costa de Oliveira: A mesma que me dou dia após dia: não desistam dos seus projetos e acreditem em suas histórias; escrevam todos os dias, mesmo que não se sintam inspirados (acreditem: nunca estarão!); mantenham certa disciplina com o livro porque a única pessoa que pode terminar esse trabalho são vocês, então arregacem as mangas; e, se puderem, quando terminarem suas histórias procurem por profissionais em leitura crítica. Não que você não deva pedir para que seus pais, irmãos, irmãs, amigos leiam seus rascunhos (podem e devem! rs...). Mas o olhar de uma pessoa sem qualquer laço afetivo contigo sobre seu texto pode te dar uma noção mais imparcial, sem vieses afetivos, sobre o manuscrito. Esse tipo de serviço ajuda bastante no direcionamento do que escreveu (por exemplo público alvo, pontos

fortes e fracos da narrativa além de dicas sobre possíveis editoras).

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

Leonardo Costa de Oliveira: O livro pode ser adquirido através do site da editora Penalux (<https://www.editora-penalux.com.br/catalogo-titulo/o-sonho-de-amadeo>), ou em outros sites como da Submarino, Estante Virtual, Lojas Americanas, Carrefour. Podem me encontrar no Instagram (@leogeo.oliveira) e no Twitter (@leogeo\_oliveira). Organizo também uma página no Medium, chamada "Contos, Poemas e Outras Narrativas Urbanas" onde publico além de contos e poesias, alguns roteiros de curtas-metragens (<https://medium.com/contos-fant%C3%A1sticos-e-outras-narrativas>).



Revista Projeto AutoEstima: Existem novos projetos em pauta?

Leonardo Costa de Oliveira: Sim, existem... Tenho em mente algumas possibilidades. Duas para ser mais exato. Uma tem até um pouco a ver com o universo de O Sonho de Amadeo, com paisagens urbanas e certo grau de melancolia; e a outra é uma história policial, que estou gostando bastante de pensar sobre os desdobramentos dela... Vamos ver... Espero que não leve mais 10 anos para terminá-la rs...

Perguntas rápidas:

Um livro: 1Q84

Um hobby: Tocar guitarra e gravar meus sons.

Um (a) autor (a): Haruki Murakami

Um ator ou atriz: Lázaro Ramos

Um filme: O Clube da Luta

Uma cor favorita: Vermelho

Uma recordação em especial: o dia em que vi que tinha passado no vestibular para Geologia... Era 12/02/2003, dia do meu aniversário de 20 anos.

Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?

Leonardo Costa de Oliveira: Gostaria de agradecer à revista digital Projeto AutoEstima pelo espaço dessa entrevista. Acho muito importante o trabalho que vocês fazem aproximando pessoas e livros. Até breve!



Créditos da foto: Luan Almeida

# Pinturas ao vivo das esculturas de onças-pintadas no Pátio Savassi: é a Jaguar Parade BH 2021



Créditos da foto: Luan Almeida

Está chegando a hora do público de Belo Horizonte ter a oportunidade de acompanhar, ao vivo, as esculturas de onças-pintadas em tamanho real da Jaguar Parade BH ganhando cor. Isso mesmo, os artistas locais selecionados pela gestão da mostra começam a “dar vida” às obras na próxima segunda-feira, 6 de setembro, no Pátio Savassi e seguem até o dia 5 de outubro. Durante o mesmo período, haverá a exposição de 35 obras do acervo da mostra dentro do shopping. Os artistas ficarão trabalhando por quatro semanas no empreendimento, em locais estratégicos para que as pessoas possam acompanhar o dia-a-dia da transformação das obras. Entre os dias 7 de outubro e 15 de novembro, todas as 61 esculturas estarão expostas pelo shopping.

A Jaguar Parade BH é a maior exposição de arte ao ar livre que a capital mineira já recebeu. A intervenção artística urbana reúne mais 60 obras do projeto do animal em vibra de vidro (35 delas do acervo da Jaguar Parade e 26 que serão pintadas no Pátio Savassi) e vai surpreender o público e trazer entretenimento aliado à cultura e também à questão da extinção dos animais. De Belo Horizonte, a Jaguar Parade segue para uma edição em Nova York em 2022, em parceria com as Nações Unidas.



## **JÁ ENTRE OS DIAS 16 DE NOVEMBRO E 5 DE DEZEMBRO, AS ONÇAS TOMARÃO CONTA DA CIDADE E PODERÃO SER APRECIADAS PELAS RUAS, PRAÇAS, PARQUES**

“Queremos impactar o maior número de pessoas sobre a causa das onças-pintadas, entendemos que quanto mais levarmos as informações em forma de entretenimento para as pessoas, maior será o engajamento de toda a sociedade”, diz Carolina Barreto, diretora da Artery, empresa responsável pela concepção e organização da Jaguar Parade.

A Jaguar Parade BH 2021, realizada pela Artery, conta com o Patrocínio Master da Unidas. O Pátio Savassi é o shopping oficial da mostra que também conta com o patrocínio do BTG Pactual, Fairfax, Usina Laguna, Nutrire, CDL e Novotel. Chamar a atenção para a degradação da fauna silvestre do país, em especial da onça-pintada, que corre risco de extinção, por meio da democratização da arte é o principal objetivo do evento. Segundo o IBAMA, no Brasil essa espécie é considerada vulnerável e já se enquadra na categoria “quase ameaçada” de extinção.



A Artery trouxe a Jaguar Parade para o Brasil, é responsável também pela Ear Parade, em defesa da saúde auditiva, além de ser a idealizadora e realizadora da Jaguar Parade, que é 100% nacional.

Jaguar Parade BH 2021 – Calendário atividades em BH

- 6/09 a 05/10: pinturas ao vivo e exposição no Pátio Savassi
- 7/10 a 15/11: exposição Pátio Savassi e abertura leilão online
- 16/11 a 05/12: exposição nas ruas de BH + Pátio Savassi e encerramento do leilão online

Facebook e Instagram: @jaguar.parade

Site: jaguarparade.com

Fotos: Créditos: Luan Almeida





E-MAIL: ELENIR@CRANIK.COM

Face: @projetoautoestima  
Instagram: @revistaprojetoautoestima

PARTICIPE  
DA EDIÇÃO  
**#18**  
OUTUBRO

REVISTA  
**PROJETO**  
*— Auto Estima —*

[www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com](http://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.

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

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