

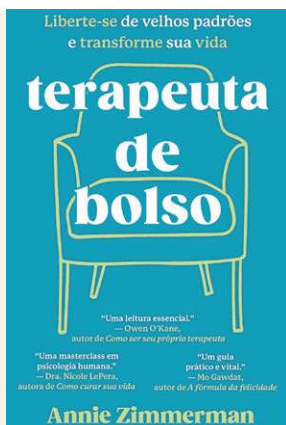
NA ESTANTE

NAHIMA MACIEL

TERAPEUTA DE BOLSO

DE ANNIE ZIMMERMAN. TRADUÇÃO:
PAULA DINIZ. INTRÍNSECA, 318
PÁGINAS. R\$ 69,70

Pesquisadora e psicoterapeuta popular no Tik Tok e no Instagram, nos quais compartilha conselhos sobre mudança de vida, a autora agora oferece aos milhares de seguidores nas redes sociais um ensaio no qual reflete sobre depressão, ansiedade, trauma, dependência, autocrítica e relacionamentos.



INTRÍNSECA

COISAS IMPORTANTES
TAMBÉM SÃO ESQUECIDAS

DE MARTHA NOWILL. COMPANHIA DAS
LETRAS, 220 PÁGINAS. R\$ 89,90

Um parto de gêmeos, uma pandemia, uma carreira de atriz para tocar. Martha Nowill retoma, neste livro, o diário publicado na Piauí para contar sobre a gravidez e o nascimento dos filhos. Em ritmo acelerado, a atriz escreve um texto sem rodeios nem floreios sobre gravidez, puerpério e o equilíbrio nesse período.



COMPANHIA DAS LETRAS

VIAGENS A TERRAS
INIMAGINÁVEIS

DE DASHA KIPER. TRADUÇÃO: MARIA
CECILIA BRANDI. TODAVIA, 252
PÁGINAS. R\$ 94,90

Criadora de um centro de aconselhamento e treinamento para cuidadores de pessoas com doenças degenerativas da mente, a autora reúne relatos de diversos casos para focar, principalmente, nas pessoas que cuidam de pacientes que sofrem de Alzheimer e demência.

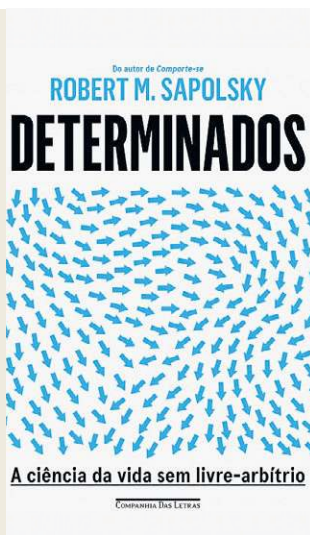


TODAVIA

DETERMINADOS
— A CIÊNCIA SEM
LIVRE-ARBÍTRIO

DE ROBERT. M. SAPOLSKY. TRADUÇÃO:
BERILO VARGAS. COMPANHIA DAS
LETRAS, 538 PÁGINAS. R\$ 119,90

Como funciona a consciência? Quais as relações entre razão e emoção? O livre-arbítrio existe mesmo? Até que ponto o ser humano está livre para fazer suas escolhas? Professor de biologia e neurologia na Universidade de Stanford e autor de Comportar-se, Sapolsky faz um verdadeiro tratado sobre a complexidade da consciência.



COMPANHIA DAS LETRAS

HORÓSCOPO

A beleza

Oscar Quiroga • oscar.quiroga@estadao.com.br

DATA ESTELAR: Lua minguante em Peixes em conjunção a Vênus e Netuno.

Não é mera casualidade que a beleza aparente seja atrativa, nem que a natureza se manifeste numa paleta de cores vibrantes, de aromas e de estéticas que os humanos, depois, vão tentar copiar, dentro de seu alcance de entendimento, no que se conhece como moda. A natureza sabe o que faz e o faz muito bem, e como disse o venerado poeta brasileiro “as feias que me perdoem, mas beleza é fundamental”, e de uma forma ou de outra todos, sem exceção, buscamos a beleza, inclusive quando aparentamos rejeitar suas representações. A beleza pode não estar catalogada como uma virtude filosófica, mas ela foi certamente definida com muita clareza por Pitágoras que, ele sim, foi o cara que continua influenciando ciência e arte em todos seus aspectos até os dias de hoje, e por muito tempo ainda no futuro.

ÁRIES (21/03 a 20/04)



Em pouco tempo se dispersarão as condições que, nos últimos tempos, têm impedido que você entre em ação, como gostaria. Porém, isso não terá acontecido em vão, porque permitiu que você amadurecesse um pouco mais.

TOURO (21/04 a 20/05)



Thá uma magia no ar que é indecifrável e que pode trazer um pouco de ansiedade, porque deixa a sensação de que algo está para acontecer, e a alma nem sempre está disposta para o lado positivo, às vezes bem ao contrário.

GÊMEOS (21/05 a 20/06)



Em primeiro lugar, as perspectivas boas são teorias, sonhos lançados ao futuro, porém, chega uma hora em que se torna necessário deter o regozijo da imaginação para se dedicar a colocar tudo em prática. Agora.

CÂNCER (21/06 a 21/07)



Da mesma forma com que nos dias anteriores a alma pareceu se fechar num túnel estreito, agora acontece o contrário e parece que tudo se abre, fica nítido, belo e maravilhoso. Essas oscilações são próprias da Vida.

LEÃO (22/07 a 22/08)



Os mistérios acontecem e de forma muito positiva, mas sempre é necessário manter o coração aberto para os perceber, porque se ficarmos cheios de preocupação e ansiedade o tempo inteiro, aí a vida passa despercebida.

VIRGEM (23/08 a 22/09)



Se todos os sorrisos fossem sinceros, ninguém cairia nunca em golpe algum, mas a realidade é diferente, muito diferente. É importante você saber dominar sua carência, para que ela não crie armadilhas contraproducentes.

LIBRA (23/09 a 22/10)



Para que a vida não fique acontecendo enquanto você fica pensando e sonhando, é preciso preencher seu tempo com atividades objetivas, as quais, mesmo não sendo as que você apreciaria, ajudarão bastante com a realização.

ESCORPIÃO (23/10 a 21/11)



As boas sensações acontecem sem prévio aviso e não de ser aceitas com naturalidade. Melhor do que isso é tentar preservar as boas sensações além de quando acontecem com naturalidade, como efeito de sua vontade.

SAGITÁRIO (22/11 a 21/12)



Entre o antigo e o novo não há como fazer uma escolha perfeita, porque sua alma é, ao mesmo tempo, a coleção de memórias e de sonhos. Talvez não seja assim tão necessário fazer essas escolhas que estão sobre a mesa.

CAPRICÓRNIO (22/12 a 20/01)



Na maior parte do tempo a mente é cheia de delírios, conversas que não levam a lugar nenhum, ideias tolas. Porém, de vez em quando a mente parece se sintonizar com algo maior, belo e doce. É agora?

AQUÁRIO (21/01 a 19/02)



A riqueza está disponível, talvez não na forma com que você a identifica, mas está aí, sendo distribuída de mão cheia pelos mistérios da Vida. Procure ampliar seu entendimento a respeito de como a Vida funciona.

PEIXES (20/02 a 20/03)



Ainda que as coisas tenham se complicado bastante nos últimos tempos, você está em vias de superar as limitações, com a ajuda mágica da Vida, que nem sempre atende aos nossos desejos, porque esses são distorcidos.