



## BOM HUMOR COMO DECISÃO

Joel Marques, 49 anos, professor e orientador educacional, ficou conhecido como Joel Divo nas redes sociais. Seus vídeos simples e espontâneos viralizaram com milhões de visualizações. Seu conteúdo é o dia a dia: a sala de aula e nos momentos de lazer, que o fizeram atravessar fronteiras, chegando a diversos países e celebridades.

Sempre sorridente — dentro e fora das câmeras —, Joel diz que a alegria não é performance, mas uma decisão diária. “Eu sou assim, não só diante das câmeras. Sempre tem uma piada, um sorriso. Problemas a gente tem, claro, mas eu escolho ser feliz todos os dias da minha vida”, conta.

Seu primeiro vídeo viral, lembra ele, era um momento banal: “Estava ouvindo Mariah Carey, abrindo uma latinha com um copo americano, sem camisa, pronto para lavar o carro. Postei sem pensar. Quando fui ver, estava explodindo. As pessoas comentavam: ‘Gente, que paz e alegria! Quero ser ele quando crescer!’”.

O professor acredita que a chave para seu reconhecimento como uma pessoa feliz está na autenticidade e na liberdade de ser quem é. “Eu não tenho estereótipos. As pessoas acham que eu estou fora do padrão, mas eu não estou nem aí. Acho que elas veem no Divo algo que querem ser, mas não se permitem”, diz, orgulhoso.

As redes sociais, para ele, não apenas ampliaram seu público, mas também intensificaram sua própria sensação de felicidade. O criador de conteúdo afirma que não precisava demonstrar para o algoritmo quando estava feliz. Mas que agora gosta de expor para o mundo e receber mensagens do seu público. Algo que ampliou seu grau de felicidade.

Mesmo assim, Joel não romantiza a vida digital. “Quereria ter 24 horas só para as redes, mas não posso. Trabalho, tenho meus alunos, tenho minha vida. E, claro, comentários negativos aparecem. Muitos eu ignoro, outros eu respondo sem perder a elegância. O problema não é comigo, é com quem comenta.”

Como professor, compartilha que os alunos invadem até os corredores da escola. “Os meninos batem na porta pedindo foto. Eu digo: ‘celular não pode’, mas a gente dá um jeitinho. Eles me respeitam, têm carinho, e eu separo bem o profissional do pessoal.”

E, quando se fala sobre o que é felicidade, Joel não hesita: “É liberdade. É não internalizar estigmas. Problemas vão existir, mas você escolhe se quer ser feliz ou não. Eu escolhi.”

**\*Estagiária sob a supervisão de Sibebe Negromonte**

## Filmes sobre felicidade e superação

### À Procura da Felicidade (2006)

Baseado em uma história real, o filme acompanha Chris Gardner, um pai solteiro que, apesar de todos os esforços e dedicação, enfrenta uma crise financeira

devastadora. Sem casa e com um filho pequeno para criar, ele se agarra à perseverança e à inteligência para garantir estabilidade e uma vida digna. Disponível no Telecine.



### O fabuloso destino de Amélie Poulain (2001)

Amélie é uma jovem garçonete parisiense que decide se dedicar a fazer pequenas e significativas mudanças na vida das pessoas ao seu redor. Disponível na Apple TV.

### Hector e a procura da felicidade (2014)

Hector é um psiquiatra bem-sucedido que percebe que está entediado e se sente um hipócrita por não conseguir tornar seus pacientes verdadeiramente felizes. Ele decide

embarcar em uma jornada global para pesquisar o que realmente constitui a felicidade. Disponível no Prime Video.



### Divertida mente (2015)

Esta animação da Pixar mostra o funcionamento da mente de Riley, uma garota de 11 anos, por meio de suas cinco emoções centrais: Alegria, Tristeza, Medo, Raiva e Nojinho. Disponível na Disney Plus.

### Felicidade por um fio (2018)

Violet Jones (Sanaa Lathan) é uma publicitária perfeccionista que parece ter uma vida perfeita, mas se sente presa por sua busca incessante por aprovação e uma imagem impecável. Disponível na Netflix.

