

HORÓSCOPO

www.quiroga.net // astrologia@oscarquiroga.net

POR OSCAR QUIROGA

Data estelar: Lua míngua em Gêmeos. Todas as pessoas levamos uma vida dupla, porque é inevitável que haja contraste e discrepância entre as experiências subjetivas da alma e as objetivas da personalidade, não havendo nada além da normalidade do funcionamento humano nisso, ou seja, não é patológica essa incoerência. Ideal é que cada pessoa, em seu foro íntimo, tome a resolução de diminuir ao máximo essa discrepância, mas enquanto o ideal não for a prática pelo menos aceitemos com serenidade levar essa vida dupla que tanto criticamos nos outros, como se fosse um pecado capital. Só tem duas maneiras de superar essa duplicidade, ou a alma usa a personalidade como instrumento de expressão, nos convertendo em presenças abençoadas, ou a personalidade encerra a alma dentro de seus padrões mesquinhos, nos convertendo em presenças amaldiçoadas.



ÁRIES
21/03 a 20/04

Lidar com pessoas intransigentes é muito difícil, porque desafiam sua capacidade de tolerar e de ser paciente com a teimosia alheia. Porém, apesar da dificuldade, seria sábio de sua parte não colocar lenha na fogueira.



TOURO
21/04 a 20/05

Que tudo esteja do seu agrado é diferente de infernizar as pessoas para que nada seja diferente do que você pretende. Todas as pessoas de sua vida não de ter o mesmo espaço e direito que você reclama para si. Ou não?



GÊMEOS
21/05 a 20/06

Procure se divertir mais, se dedicando às atividades que brindem com regozijo saudável e que possam ser compartilhadas com outras pessoas, porque à medida que você dividir o regozijo, esse também irá se multiplicar.



CÂNCER
21/06 a 21/07

As exigências que você faz podem parecer exageradas aos ouvidos alheios, mas para sua alma não passam de nada além do necessário. Essa discrepância pode provocar alguns atritos, mas nada que requeira muita atenção.



LEÃO
22/07 a 22/08

Suas palavras adquirem mais peso nesta parte do caminho, por isso seria bom você as usar com moderação e se ater às conversas que sejam realmente significativas. Negociar, neste momento, é algo que traria muitos benefícios.



VIRGEM
23/08 a 22/09

Os recursos materiais fluem com mais força nesta parte do caminho, mas não são produto de sorte ou de apostas, são fruto do seu trabalho e, principalmente, do empenho de fazer seu trabalho com qualidade.



LIBRA
23/09 a 22/10

Talvez acusem você de intransigente, mas acontece que se você chegou a certas conclusões, é pertinente determinar que essas sejam cumpridas, ao invés de continuar ouvindo opiniões que não agregariam nada.



ESCORPIÃO
23/10 a 21/11

Há experiências que só servem para serem apreciadas na invisível subjetividade da alma, como é o caso das imaginações que nunca serão realizadas, porque se o fossem perderiam seu encanto. Experiências invisíveis.



SAGITÁRIO
22/11 a 21/12

Toda essa movimentação social que anda acontecendo há de ter alguma utilidade além dos sorrisos e das simpatias. Procure articular parcerias e alianças, em nome de ideias ou projetos que promovam progresso.



CAPRICÓRNIO
22/12 a 20/01

Aproveite este momento, em que a sorte parece estar ao seu lado, para se arriscar a colocar em marcha tudo aquilo que de outra maneira pareceria impossível. A sorte está aí, mas precisa ser tentada. Ou não?



AQUÁRIO
21/01 a 19/02

Ver as coisas com realismo produz alívio, porque enquanto a alma se apeg a certas fantasias ela experimenta um torpor que a faz tomar decisões equivocadas. O realismo é menos excitante, mas produz benefícios.



PEIXES
20/02 a 20/03

O impossível pode se tornar possível, mas nem sempre, portanto, é fundamental que você selecione direito os sonhos que fazem seu coração arder de vontade de os realizar, de modo a não gastar tempo com fantasias. Melhor não.Horós

ARTES CÊNICAS

O não que liberta

Nando Machado/Divulgação



Adriana Birolli traz o monólogo **Não!** a Brasília

» PATRICK SELVATTI

Reconhecida por dar vida a personagens tão distintas quanto a calculista Isabel, de *Viver a vida*, e a doce Patrícia, de *Fina estampa*, da TV Globo, Adriana Birolli volta a Brasília com *Não! Uma comédia para quem tem dificuldade de dizer não*, em cartaz no Teatro Unip, somente hoje, em sessões às 18h e às 20h. O espetáculo transforma em humor uma dificuldade que atravessa a rotina de milhões de pessoas: estabelecer limites e colocar as próprias necessidades em primeiro plano.

Com texto e direção de Diogo Camargos, o monólogo acompanha uma personagem que, justamente no dia do aniversário, enfrenta uma sequência de situações constrangedoras porque simplesmente não consegue negar pedidos, convites e exigências. O resultado é uma sucessão de cenas cômicas que desperta identificação imediata no público.

Embora a protagonista não represente, especificamente, o universo feminino, a atriz reconhece que emprestou muito de sua própria experiência para a construção da personagem. “Também trouxe histórias de homens e mulheres. Todos nós temos dificuldade de dizer ‘não’ em áreas diferentes da vida. Em algumas situações eu me reconhecia completamente; em outras, não”, avisa a curitibana.

Mais do que um exercício de interpretação, o espetáculo acabou se tornando uma experiência de transformação pessoal. Adriana conta que, desde a estreia em abril de 2023, passou a observar seus próprios limites com mais atenção. “Já consegui me libertar em vários aspectos

da minha vida, mas é um aprendizado diário”, avalia.

Segundo ela, a incapacidade de impor limites costuma cobrar um preço alto. O desgaste emocional aparece entre as consequências mais frequentes, acompanhado pela sensação de fazer tudo pelos outros sem receber reconhecimento ou reciprocidade.

Essas histórias ganharam ainda mais profundidade à medida que psicólogos, psiquiatras e outros profissionais da saúde mental passaram a assistir ao espetáculo e utilizá-lo como ponto de partida para conversas sobre relacionamentos abusivos. Para Adriana, um dos relatos mais recorrentes envolve pessoas que conseguem finalmente estabelecer limites em relações amorosas, familiares ou de amizade.

“O mais difícil não é apenas aprender a dizer ‘não’. É perceber como algumas relações mudam quando você deixa de estar sempre disponível. Muitas pessoas se afastam justamente porque estavam acostumadas apenas a usufruir da sua boa vontade. Essa descoberta pode ser dolorosa, mas também é libertadora”, conta.

NÃO! UMA COMÉDIA PARA QUEM TEM DIFICULDADE DE DIZER NÃO

Data: 8 de agosto (sábado)
Horários: 18h e 20h
Local: Teatro Unip
Classificação: 12 anos
Duração: 65 minutos
Ingressos: de R\$ 50 a R\$ 140, à venda pela Sympla e na bilheteria do teatro.

TANTAS Palavras

POR JOSÉ CARLOS VIEIRA

INTEGRAÇÃO

Deixo-me ir, aonde as pernas
Não me levariam, se pensassem

Aonde as crenças, forasteiras
Na coleira me conduzem

Em direitos e avessos
Encontro bolsos para as mãos
Mãos para perdão
Perdão para recomços

Deixo-me ir, aonde não pertenço
E sem pertença permaneço

Por fraco espírito de facção
Mais empatia irreprimível
Com os muitos ângulos da ilusão

Margarida Patriota

ESTA SEÇÃO CIRCULA DE TERÇA A SÁBADO/ CARTAS: SIG, QUADRA 2, LOTE 340 / CEP 70.610-901

SUDOKU

	8							6
						1	7	
		3		8		9	5	
			6	1				
	5	8		2	3			
	1					5		4
		2		9		3		1
			8		7			
	4							9

Grau de dificuldade: médio

www.cruzadas.net

CRUZADAS

Fruto escuro rico em ferro e vitamina C	▼	Etapas que vão da extração da matéria-prima à venda da mercadoria	Qualidade acústica da voz (pl.)	▼	Em um momento posterior	Mundo do imaginário (Folc.)	▼
▼		▼				▼	▼
					Bárbara (?), atriz	▼	
					Rebanho de gado		
Adminis-trador de escola		Despido "(?) uma vez", início de fábulas	Sangue, em inglês	►			
▼		▼	Estou (red. pop.)	▼			
Extensão de sites das Forças Armadas	►		(?) Cid, herói espanhol	►	Jacques (?), psicanalista francês		Protagonis-ta, coad-juvante ou figurante
▼			Pétreo	►		Paul Cézanne, pintor francês	►
▼			Resposta na cerimônia de casamento	►			
Observa secreta-mente			Riqueza natural do território russo	▼	Milho, em inglês		
►			▼	▼	Peleja		
						Sergio Toledo, cineasta paulista	►
Constran-gida; forçada		Fruto oleaginoso	►				
		E, em inglês					
►		▼					
			Dar a última palavra (pop.)		Pente, em inglês	Rita Lee, cantora falecida em 2023	Fugir da (?): evitar de enca-rar algo
São duas as de Mar-te (Astr.)	►		Tipo de extintor de incêndio de carros	►	▼	▼	▼
Tancredo Neves, político			▼				
Parte da viagem	►			►			
O primeiro presiden-te negro dos EUA		Tecido do jeans	►			Esporte Interativo (sigla)	►
		Deus Sol egípcio					
▼		▼					

BANCO 2/el. 3/and — bao. 4/comb — corn. 5/blood — saxeo. 11/barack obama. 51

© Ediouro Publicações — Licenciado ao **Correio Braziliense** para esta edição

DIRETAS DE ONTEM	A	P	R	O	X	I	M	A	Ç	A	O
	I	L	I	B	A	D	O	S			P
	A	R						N	O	B	R
	A	N	F	I	B	I	O	A			R
	G	O	N	G	O		C	A	U	S	A
	M	A	M	B	O	S	A	D			
	L	A	S	T	E	R	A	R	I	O	
	P	R	I	O	R		D	A	R	M	
	S										
	H										
	S	H	I	N	F	A	L	I	V	E	L
	G	A	R	O	A						
	L	O	D								

7	5	9	1	4	2	8	6	3
2	4	8	3	9	6	7	1	5
3	1	6	8	7	5	4	2	9
6	9	5	7	8	4	2	3	1
1	8	2	5	6	3	9	7	4
4	7	3	2	1	9	6	5	8
5	3	4	6	2	8	1	9	7
8	6	1	9	3	7	5	4	2
9	2	7	4	5	1	3	8	6

ASSINE COQUETEL
E SE DIVIRTA ONDE ESTIVER!

Receba suas revistas favoritas no conforto da sua casa.



>>> WWW.ASSINECOQUETEL.COM.BR



Assine aqui

Siga a gente nas redes sociais:

 coquetel  editoriaCoquetel

