



Autoajuda é uma literatura menor?

Blender: o software livre conquista Hollywood

A obra de arte tem vida própria

Livros que marcaram época: *Eram os Deuses Astronautas?*

Livros e filmes: é preciso exercitar a imaginação

Criar uma editora para publicar seu livro

# Autoajuda é uma literatura menor?

Livros de autoajuda frequentemente enfrentam críticas nos círculos acadêmicos, sendo descartados como superficiais, repetitivos ou carentes de rigor intelectual. Os críticos argumentam que eles simplificam demais conceitos psicológicos e filosóficos complexos, oferecendo soluções rápidas, em vez de *insights* acadêmicos profundos. No entanto, essa perspectiva ignora o impacto e a acessibilidade da literatura de autoajuda no mundo real. Embora nem todos os livros de autoajuda sejam igualmente valiosos, muitos oferecem ferramentas práticas, inspiração e conselhos práticos que os textos acadêmicos muitas vezes não conseguem oferecer.

## Por que os Livros de Autoajuda Importam

### 1. Acessibilidade e Aplicação Prática

Trabalhos acadêmicos costumam ser densos, teóricos e inacessíveis ao leitor comum. Livros de autoajuda, por outro lado, destilam ideias complexas em etapas fáceis de digerir e práticas. Uma pessoa que luta contra a ansiedade pode não ter tempo ou experiência para analisar periódicos de psicologia clínica, mas pode se beneficiar imediatamente de um livro de autoajuda bem estruturado, que ofereça técnicas cognitivo-comportamentais em linguagem simples.

### 2. Empoderamento e Agência Pessoal

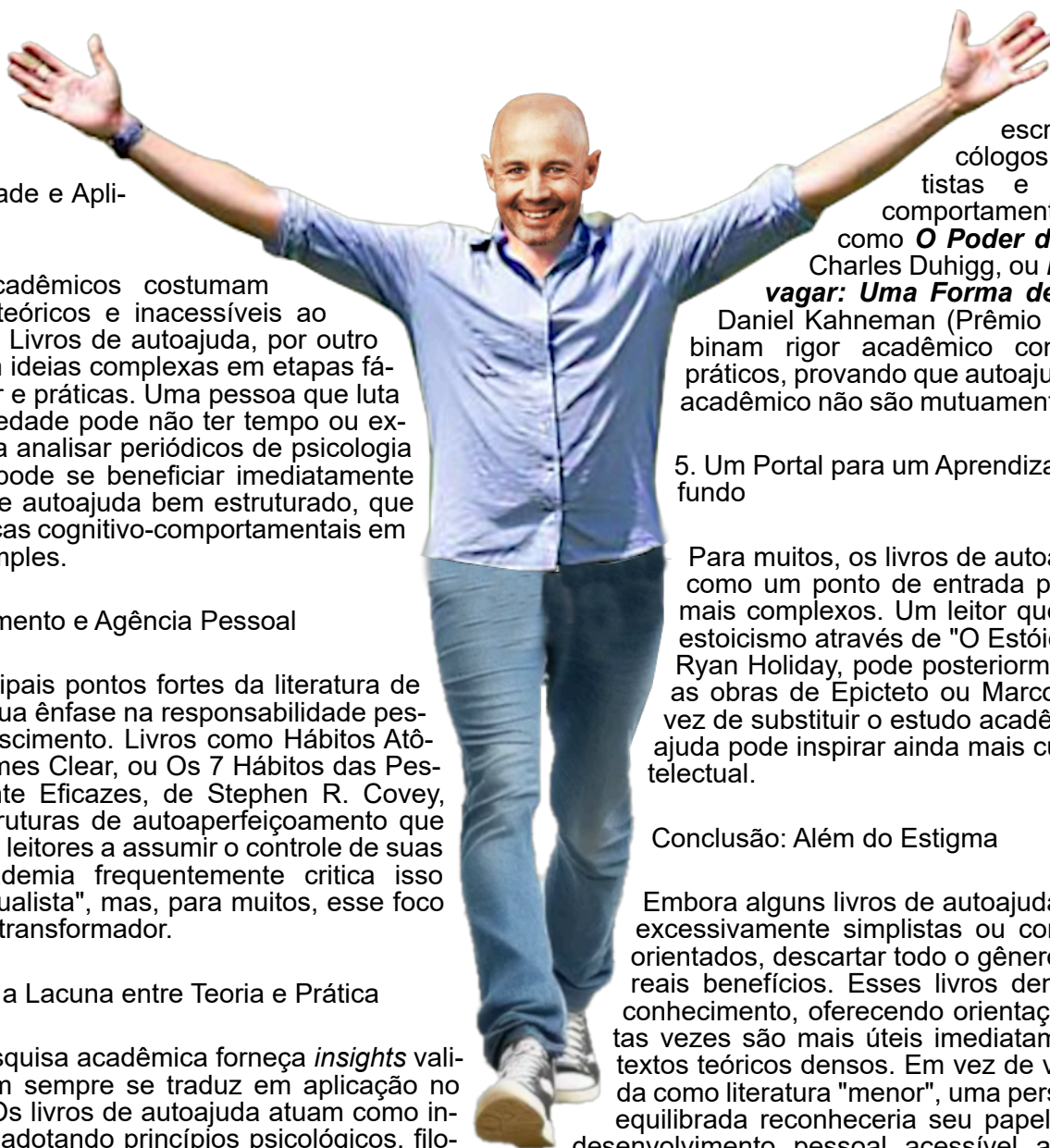
Um dos principais pontos fortes da literatura de autoajuda é sua ênfase na responsabilidade pessoal e no crescimento. Livros como *Hábitos Atômicos*, de James Clear, ou *Os 7 Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes*, de Stephen R. Covey, fornecem estruturas de autoaperfeiçoamento que incentivam os leitores a assumir o controle de suas vidas. A academia frequentemente critica isso como "individualista", mas, para muitos, esse foco na agência é transformador.

### 3. Reduzindo a Lacuna entre Teoria e Prática

Embora a pesquisa acadêmica forneça *insights* valiosos, ela nem sempre se traduz em aplicação no mundo real. Os livros de autoajuda atuam como intermediários, adotando princípios psicológicos, filosóficos e científicos e apresentando-os de maneiras que as pessoas possam usar diariamente. Por exemplo, *Mindset*, de Carol Dweck (psicóloga), popularizou o conceito de "mentalidade de crescimento", tornando-o acessível além dos círculos acadêmicos.

### 4. Existe Autoajuda Baseada em Evidências

Nem todos os livros de autoajuda são superficiais. Mui-



tos são baseados em pesquisas, escritos por psicólogos, neurocientistas e economistas comportamentais. Livros como *O Poder do Hábito*, de Charles Duhigg, ou *Rápido e Devagar: Uma Forma de Pensar*, de Daniel Kahneman (Prêmio Nobel), combinam rigor acadêmico com conselhos práticos, provando que autoajuda e trabalho acadêmico não são mutuamente exclusivos.

### 5. Um Portal para um Aprendizado Mais Profundo

Para muitos, os livros de autoajuda servem como um ponto de entrada para assuntos mais complexos. Um leitor que descobre o estoicismo através de "O Estóico Diário", de Ryan Holiday, pode posteriormente explorar as obras de Epicteto ou Marco Aurélio. Em vez de substituir o estudo acadêmico, a autoajuda pode inspirar ainda mais curiosidade intelectual.

### Conclusão: Além do Estigma

Embora alguns livros de autoajuda possam ser excessivamente simplistas ou comercialmente orientados, descartar todo o gênero ignora seus reais benefícios. Esses livros democratizam o conhecimento, oferecendo orientações que muitas vezes são mais úteis imediatamente do que textos teóricos densos. Em vez de ver a autoajuda como literatura "menor", uma perspectiva mais equilibrada reconheceria seu papel em tornar o desenvolvimento pessoal acessível a milhões de pessoas.

O verdadeiro valor de um livro — seja de autoajuda ou acadêmico — reside em sua capacidade de inspirar mudanças. Se um texto ajuda alguém a melhorar sua vida, seu valor não pode ser tão facilmente descartado.

# Blender

## o software livre conquista Hollywood



Neste ano de 2025, o filme Flow ganhou o Oscar de melhor animação. O filme foi criado por um pequeno estúdio na Letônia, usando o *software* de criação 3d Blender. Isso é muito significativo. Flow concorreu com gigantes como a Pixar, que utiliza *softwares* caríssimos em suas animações.

O fato desse filme ter utilizado o Blender é muito significativo, pois muda a forma como as pessoas olham o Blender e os demais *softwares open source* (de código aberto). Por anos os estúdios que usavam o Blender ouviam que "o Blender não é padrão da indústria". As mesmas vozes que diziam isso agora tiveram que se calar. Alguns chegaram a dizer que Hollywood não deveria permitir que animações feitas com *softwares* gratuitos concorressem! Ora, ora, ora, por que esse medo do Blender? Façam melhor da próxima vez!

Blender nasceu em 1994 e hoje tem uma imensa comunidade mundial o apoiando. A indústria de videogames financia uma parte do *software*, os usuários financiam outra parte. Essa comunidade é realmente fiel ao Blender, o qual tem pelo menos duas atualizações por ano.

Falando em *software* de código aberto, este ano também tivemos o nascimento da Inteligência Artificial DeepSeek, de código aberto, gratuita, concorrendo com gigantes como a nVidia e outras multinacionais. Parece que 2025 é o ano do *software* livre.

Se você ficou curioso, aqui vai o *site* da Fundação Blender: [www.blender.org](http://www.blender.org).



# A obra de arte tem vida própria

O compositor Philip Glass certa vez explicou que, quando ele avançava em uma composição, muitas vezes ele queria levar a obra para um lado, mas a obra o puxava para outro lado. E por mais que ele insistisse, não havia como forçar a obra a seguir na direção que ele queria. Então ele se adaptava ao que a música "queria", e compunha de acordo. Ele está convencido de que isso acontece com outros artistas, em outras áreas. E, sim, com os livros – principalmente romances – isso ocorre.

Há muitas hipóteses para explicar esse fenômeno. Os gregos antigos diziam que eram as Musas Inspiradoras, personagens diáfanas que iam dando instruções sutis ao artista, sem que ele conscientemente percebesse. Os espiritualistas provavelmente dirão que são entidades do plano sutil que acompanham e auxiliam o artista em seu trabalho. Na área da psicologia, talvez se levante a hipótese de que o inconsciente do autor esteja agindo.

Porém, independente da explicação, é preciso saber como agir quando a obra aponta veementemente para uma direção. Nossa opinião, aqui na Editora Sucesso, é que o autor deve deixar que o trabalho flua naquela direção. É como um barqueiro, num rio, querendo chegar à margem. Ele não deve remar diretamente na direção da margem. Em vez disso, deve remar cedendo à correnteza, mas indo obliquamente em direção à terra. Dito de outra forma, mencionaremos um professor de natação, na década de 1980, que dizia: "não brigue com a água, dance com ela".

Imaginando uma situação prática: você criou um personagem cujo papel seria o de guerreiro. Porém, ao reler o que você escreveu sobre ele, a linha narrativa tende mais para um personagem sábio, um filósofo. E, por mais que você tente carregar nas tintas da guerra, seu personagem rejeita essas tintas. As cenas de batalha não se encaixam, não são críveis. Nesse caso, aceite o que o personagem é e permita que esse filósofo exerça sabedoria em sua obra.

Resumindo, faça como aquele professor de natação recomendou: dance com sua obra, seus personagens. Mergulhe no universo de seu romance, não como o autor com poderes divinos, que comanda os personagens com mão de ferro, mas como um demiurgo, que constrói o livro em colaboração com os personagens. Entre no universo de seu livro, e relate o que você testemunhar.



Estátua de Giuseppe Verdi,  
tendo atrás dele  
uma musa inspiradora

# Livros que marcaram época

## Eram os Deuses Astronautas?

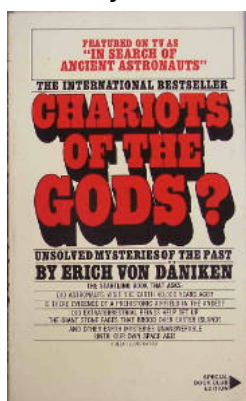
Em 1968, o suíço Erich Von Däniken lançou seu livro *Chariots of Fire*, no Brasil intitulado *Eram os Deuses Astronautas?*, assim mesmo, na forma de pergunta.

Von Däniken levantou a hipótese de que os deuses das diversas culturas existentes no mundo eram, na verdade, astronautas extraterrestres. Segundo essa tese, os povos primitivos, vendo aquelas naves descerem, interpretaram o fato como se divindades vindas do céu tivessem descido à terra. O livro diviu opiniões. O mundo acadêmico odiou e desprezou a obra com todas as suas forças. Mas, fora desse espaço restrito, muitas pessoas viram lógica nos argumentos do autor.

O livro se espalhou pelo mundo todo como nenhum livro acadêmico poderia fazer. Hoje, há toda uma comunidade de engenheiros, cientistas e filósofos que abraçaram as ideias de Von Däniken.



Erich Von Däniken



uma das primeiras edições do livro de Von Däniken

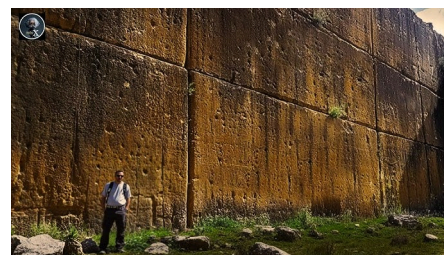
Podemos concordar ou não com os teóricos dos astronautas antigos, como são chamados hoje. Se desvestirmos nossos preconceitos e lermos o livro (e outros que se seguirem) com a mente aberta, tudo faz muito sentido. Vejamos alguns casos:

A tradição de séculos da tribo Dógon, da África, diz que seus deuses vieram do sistema Sírius. Mas eles sempre ressaltaram que não estavam falando dessa estrela visível, uma das mais brilhantes do firmamento, e sim de uma "companheira invisível". Era dessa estrela invisível que os deuses dos Dógons vieram. Os antropólogos sempre deram de ombros para essa tradição, dizendo: "invenções de povos primitivos". Só que, na virada do século 20, com o surgimento de telescópios melhores, descobriu-se que, sim, Sírius tem uma companheira minúscula, uma estrela anã branca, que foi batizada como Sírius B. A pergunta que não quer calar é: como os Dógons sabiam da existência de uma estrela invisível a olho nu? Foi apenas uma coincidência?

A tradição milenar hindu diz que os deuses vieram do céu em naves voadoras chamadas vimanas. Os livros ancestrais têm até trechos nos quais são listadas as qualidades necessárias para pilotar uma vimana!

Em Cuzco, no Peru, está o milenar complexo de Sacsayhuamán. É um complexo amuralhado perto da antiga cidade de Cusco, a uma altitude de 3.701 metros. As pedras pesam até 140 toneladas, e foram encaixadas perfeitamente. Mas como? A ciência oficial responde com um estrondoso silêncio.

Em Baalbek, no Líbano, há uma muralha erguida com pedras de até 800 toneladas. O local todo tem pedras gigantescas formando estruturas. O complexo tem mais de milhares de anos, segundo arqueólogos. Como foi construído? Ninguém sabe. E, assim, é permitido a todos levantar hipóteses.



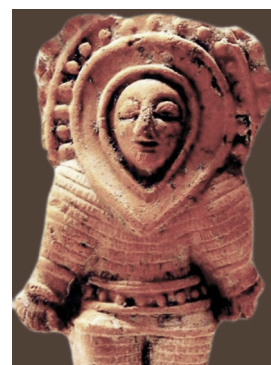
muralha de Baalbeck



escultura Maia

Nesta página, temos três imagens que desafiam as explicações convencionais. Uma é da famosa muralha de pedras de Baalbek. Outra é de uma divindade Maya, esculpida há milhares de anos. E a terceira é uma escultura mesoamericana. Não são interessantes?

Nossa galáxia tem cerca de 400 bilhões de estrelas. No universo observável estima-se que existam 2 trilhões de galáxias. A grande probabilidade é que existam outras civilizações lá fora. E algumas tão avançadas que desvendaram o segredo de viajar entre as



estátua proveniente da Mesoamérica

estrelas. Então, não vale rejeitar de pronto a teoria dos astronautas antigos. É preciso ter a mente aberta. Como diz a frase do escritor Arthur C. Clarke: quando um cientista renomado e idoso afirma que algo é possível, ele quase certamente está certo; quando ele afirma que algo é impossível, muito provavelmente, está errado.

voltar à  
capa



# Livros e filmes é preciso exercitar a imaginação



## Livros vs. Filmes: Por que a Imaginação muitas vezes prefere as páginas

Há uma frustração comum entre os amantes de livros: você termina um romance amado, assiste ansiosamente à sua adaptação cinematográfica e sai decepcionado. "O livro era melhor", você suspira — e não está sozinho. Mas será que isso acontece porque os cineastas não conseguem capturar a essência da história ou porque livros e filmes são mídias fundamentalmente diferentes?

A verdade é que literatura e cinema têm propósitos distintos. Um livro é uma dança íntima entre as palavras do escritor e a imaginação do leitor, enquanto um filme é um espetáculo sensorial — uma interpretação imersiva, mas fixa. Compreender essas diferenças pode nos ajudar a apreciar ambos, em vez de nos ressentirmos de um por não ser o outro.

### 1. A Liberdade da imaginação nos livros

Quando você lê um livro, você se torna um cocriador. O autor fornece descrições, mas você decide:

A aparência dos personagens (seus rostos, expressões e até mesmo suas vozes); a sensação que os lugares transmitem (a grandiosidade de um castelo, a atmosfera sinistra de uma floresta); o ritmo e o tom (você se detém em passagens, relê falas, imagina silêncios).

Não há dois leitores que imaginem Hogwarts, Elizabeth Bennet ou Jay Gatsby exatamente da mesma maneira. Essa personalização torna a experiência profundamente significativa. É por isso que os fãs costumam reagir fortemente quando o elenco ou a cenografia de um filme não correspondem à sua imagem mental.

### 2. O Papel do Cinema: uma visão sensorial, liderada pelo diretor

Filmes, por natureza, mostram, em vez de sugerir. O trabalho de um diretor é tomar decisões concretas:

Atores personificam personagens (chega de imaginar — agora Sherlock Holmes é Benedict Cumberbatch ou Robert Downey Jr.).

Cenários e cinematografia definem o mundo (a Terra-média parece a Nova Zelândia de Peter Jackson, não a sua própria interpretação).

Música e edição manipulam emoções (enquanto os livros dependem do seu ritmo interior, os filmes controlam o ritmo por você).

Isso não torna os filmes inferiores — apenas diferentes. Um ótimo filme aprimora a história com visuais, som e atuações, oferecendo uma experiência que os livros não conseguem reproduzir.

### 3. Por que algumas adaptações decepcionam

A decepção geralmente vem de expectativas incompatíveis:

**Condensação:** Um romance de 500 páginas não cabe em duas horas sem cortes, então subtramas ou monólogos internos desaparecem.

**Interpretação:** A visão do diretor pode colidir com a sua (por exemplo, um *Hobbit* sombrio versus o tom mais leve de Tolkien).

**Excesso de literalidade:** Alguns livros se baseiam na ambiguidade, mas os filmes devem mostrar tudo, não deixando espaço para a imaginação.

No entanto, algumas adaptações têm sucesso por reimaginar, em vez de replicar:

*Um Sonho de Liberdade* aprimora a novela de Stephen King, ao expandir a profundidade emocional.

*Clube da Luta* aprimora o romance de Chuck Palahniuk com uma narrativa visual.

*Blade Runner* diverge de *Androides Sonham com Ovelhas Elétricas?* mas se torna uma obra-prima por si só.

### Conclusão: apreciando ambos pelo que oferecem

Livros e filmes são formas de arte diferentes, cada uma com qualidades únicas. Um livro permite que você viva uma história, moldando-a em sua mente. Um filme permite que você veja e ouça essa história de uma forma visceral e comunitária. O livro será sempre seu; o filme é apenas o sonho de outra pessoa.

# Criar uma Editora para publicar o seu livro

O escritor Monteiro Lobato comprou uma Editora, depois criou uma. Com isso, enriqueceu o panorama editorial brasileiro no início do século 20. Mas não é dele que falaremos neste artigo. Estamos nos referindo à Editora Sucesso. A fundadora de nossa Editora, Cristina Locatelli, escreveu seu primeiro livro, terminando-o em 2001. Finalizada a obra, ela começou a procurar editoras para a publicação. E foi surpreendida por valores inacreditavelmente altos, totalmente fora da realidade brasileira. Ela foi batendo de porta em porta, buscando condições melhores. Mas não encontrou. Então, tomou a decisão: fundar uma editora e, assim, publicar seu livro por um valor que permitisse um retorno financeiro de seu trabalho intelectual. Ela chamou pessoas próximas para colaborar e assim se constituiu uma pequena equipe para o trabalho de publicar, incluindo diagramação, revisão, criação de capa e outros itens.



Ao criar a Editora Sucesso, ela constatou a realidade: havia muitos autores vivendo o mesmo impasse que ela: de um lado, o sonho de publicar seu livro e, de outro, o obstáculo financeiro para realizar esse sonho. A Editora acolheu dezenas desses autores ao longo dos anos, com a política de praticar preços que fossem viáveis.

Hoje existem muitas pequenas editoras, muitas faixas de preços e muitas propostas de divulgação dos livros publicados. Não é mais necessário que o autor crie uma empresa só para publicar seu livro. Até porque muitos autores não gostariam de se aventurar no mundo empresarial. Quanto às grandes editoras, não há como elas reduzirem seus custos. Elas têm grandes sedes, digitadores, diagramadores, secretários, recepcionistas, seguranças. Para elas, só vale a pena publicar enormes tiragens, cobrando um valor que as permita manterem-se.

A tecnologia tornou muito mais viável a publicação de livros. Só é preciso que as editoras – principalmente as pequenas – pratiquem preços convidativos.

Deixamos aqui o link da planilha [como escolher a editora para publicar seu livro](#).

Site da Editora Sucesso: <http://www.editorasucesso.com.br>

Blog: <http://editorasucesso.blogspot.com>

Instagram: <https://www.instagram.com/editorasucesso/>

YouTube: <https://www.youtube.com/@editorasucesso>

Sites parceiros da Editora Sucesso:

Espaço Governança: <http://www.espacogovernanca.com.br>

Selo Celeiro de Escritores: <https://celeirodeescritores.org/>