

DEZ 18 - JAN - FEV 19 ED. 17

Maria Aires

— EM REVISTA —

VIOLA CAIPIRA:
+ *um instrumento que
toca a alma da região*

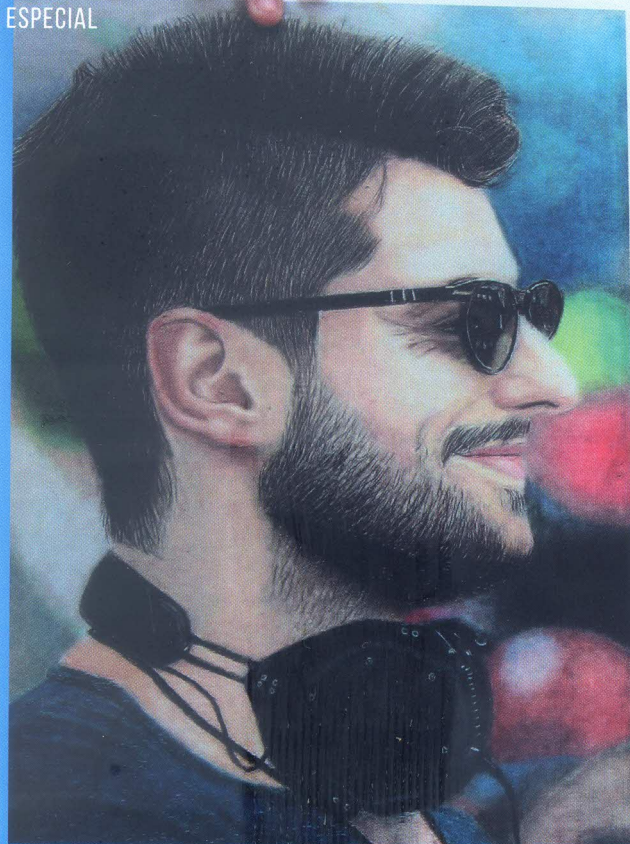
INTERCÂMBIO:
+ *ajudamos você a
escolher seu destino*

+ *O RITMO interno que
guia as mudanças*

Tempo de construir

A CASA NA MEDIDA DO SEU SONHO





Tempo de recomeçar

A ARTISTA SARA CAMARGO

TIME TO START OVER

O ritmo interno que guia as mudanças | Por Marília Rezende

Os recomeços fazem parte da vida e de seus caminhos tortuosos. Ainda assim, é bastante comum negar a mudança, postergá-la ou até mesmo fingir que não se trata da gente. Mas se uma transformação pessoal é necessária, seja por fatores externos ou internos, mais cedo ou mais tarde teremos de abraçá-la. E, muitas vezes, é essa adaptação ao novo que nos fará mais fortes. Como nos conta a psicóloga Aline Fauvel, a transformação é um momento no qual a pessoa terá

a oportunidade de se voltar para ela mesma: "Eu encaro isso como um processo de interiorização. E ela vai ter a oportunidade de se questionar sobre muitas coisas – crenças, atitudes, situações de vida. (...) E esse questionamento tem que ser interno."

Às vezes nos apegamos demais ao calendário para os recomeços – começar a dieta na segunda, mudar de vida na virada de ano, trocar o vestuário no próximo aniversário... Por um lado, é natural que busquemos avaliar um

ciclo que se completa e fazer planos futuros; por outro, ficamos presos a delimitações pouco importantes. Como comenta Aline, é importante "quebrar essa crença limitante de que existe um momento geral, como um dia 31 ou dia 1" para a mudança. Não é o dia 31 que vai fazer com que essa expansão de consciência aconteça". A psicóloga também explica que a pessoa tem de olhar sempre pra si e para os seus hábitos avaliando-os: "Olha, eu estou assim neste momento. Era assim que eu queria estar?"



A PSICÓLOGA ALINE FAUVEL

“As coisas têm um momento, e o momento é único. O momento é interno, é perceptível só no subjetivo”

“A transformação pode acontecer porque a gente buscou ou ela pode ser brusca”, diz Aline Fauvel. E cada caso é realmente UM caso, porém, deixar para depois aquilo que sentimos agora não costuma ser uma boa ideia: “As coisas têm um momento, e o momento é único. O momento é interno, é perceptível só no subjetivo”, lembra a psicóloga. A mudança, a superação de desafios e a busca pela evolução estão na origem da trajetória de algumas histórias que você vai conhecer. A artista Sara Camargo possui uma história de recomeço. Ela é um exem-

“As pessoas têm que se apegar às suas paixões”

plo de superação e de quem passou a olhar muito mais para si própria depois de um momento dramático da vida. A Sara Camargo artista, inclusive, aparece para o mundo a partir dessa situação de adaptação: “A vida é tão frágil... A gente às vezes

fica deixando tudo pra depois, pra amanhã. Mas é preciso saber de fato o que deve ser priorizado. Eu só não deixei o desenho porque o desenho era minha verdadeira paixão. As pessoas têm que se apegar às suas paixões”, diz Sara. “A minha ligação com a Arte é muito boa, porque faz você se sentir muito, se expressar muito, se entender”, conta a artista. O exemplo de Sara remete a uma famosa frase do filósofo francês Jean Paul Sartre, lembrada pela psicóloga Aline Fauvel: “Não Importa o que fizeram de mim, o que importa é o que eu faço com o que fizeram de mim.”

Nasce uma artista

Aos 19 anos, Sara Camargo descobriu que tinha ceratocone, uma doença que provoca curvatura anormal da córnea e afinamento em algumas regiões. A ceratocone pode levar a problemas de visão ou até mesmo à sua perda.

E Sara conta que descobriu a doença porque havia ido ao oftalmologista em uma consulta de rotina, para atualizar seu grau: "Você tem ceratocone e vai precisar de transplante, me disseram. E eu nunca pensei que precisaria passar por um transplante. Sempre quis ser doadora, mas nunca achei que seria receptora de um órgão".

Sem perder as esperanças, Sara aguardou na lista de espera pelo transplante da córnea. Durante esse tempo relata que ficou praticamente cega e teve que reaprender tudo desde as tarefas mais básicas do cotidiano. Mas então chegou a hora. Em Julho de 2016 pôde realizar o transplante. "Só que no quinto mês comecei a ter uma complicação... O glaucoma. Em fevereiro de 2007 fiz a cirurgia do glaucoma, daí aconteceu outra complicação. Então eu tive que fazer uma outra cirurgia em março, e aí em julho do mesmo ano eu operei da catarata. Foi assim, em 4 meses 3 cirurgias. E no total foram mais de 30 pontos nos olhos. Já retirei todos. Na verdade, só ficou um, que não pode ser retirado", conta ela.

Hoje Sara já teve uma melhora, mas sua visão ainda é parcial: "sem os óculos

"Sempre quis ser doadora, mas nunca achei que seria receptora de um órgão", diz Sara Camargo.



Conteúdo extra on-line

**Veja no nosso blog
um vídeo sobre
transformação pessoal!**





Um conselho ...

"Eu acho que você tem sempre que lembrar de sentir aquilo que você está sentindo agora, porque amanhã você não vai sentir a mesma coisa. E tudo o que você passa te transforma: a Sara que entrou hoje aqui não vai ser a mesma que vai sair – porque tudo é experiência, tudo molda e, por pior que seja, tudo passa", diz a artista Sara Camargo.

MESMO COM
PERDA PARCIAL
DA VISÃO, SARA SE
ENCONTROU NOS
DESENHOS

tenho 50% da visão do olho direito, que é o operado, só que o outro olho está em 15%. Estou na lista de espera novamente...". O mais interessante desta história toda foi que sua dedicação ao desenho se fortaleceu durante os momentos mais difíceis. Sara se redescobriu nessa arte, à qual passou a se dedicar com muito mais afinco com a perda da visão e diante de outros acontecimentos, como a morte do seu irmão. Além disso, passou a se arriscar mais: "Eu desenhava quase todos os dias, mas tinha vergonha de mostrar meus desenhos. Quem me incentivou a mostrar meus desenhos foi meu irmão. Antes de eu descobrir o problema da minha visão, em 2014, eu tinha acabado de perder ele também... E aí juntou tudo isso". Sobre as dificuldades que enfrentou para desenhar após a perda parcial da visão, Sara nos disse: "Quando eu não estava com a vista muito boa eu desenhava e falava: 'Mãe, tá legal'. Faz um jogo dos sete erros, compara, tá faltando alguma coisa?' E minha mãe sempre me deu muito apoio no desenho". Recentemente Sara realizou uma exposição de seus desenhos, o que lhe abriu muitas portas. Agora ela está sendo convidada para realizar outras exposições e já sente o retorno positivo, uma confirmação de que está no caminho certo: "Tem bastante gente valorizando a arte, valorizando o meu trabalho... E estão se interessando também pela história da minha visão e vendo que nem tudo é o fim do mundo". Sara vem se dedicando a desenhos realistas, como retratos de pessoas, animais ou até mesmo veículos. Dê uma olhada neles, pois são incríveis! Ela também diz se interessar e produzir desenhos de paisagens. Nós ficamos foi com o gostinho de 'querer mais' e aguardamos ansiosos por uma nova exposição!