

O livro **Vivências em Biblioterapia: práticas do cuidado através da literatura** está disponível!



Confira as formas de adquiri-lo:

1. diretamente com a autora nos eventos (vide agenda);
2. via Cândido Editora: <https://editoracandido.loja2.com.br/8275172-Vivencias-em-Biblioterapia>

Eis uma opinião:

*"Quem já não se sentiu impactado por um livro? Uma obra que mexeu com as nossas estruturas mais profundas e escondidas? Que nos fez repensar e questionar nossas verdades e tudo aquilo a nossa volta?"*

*Agora, imagine um livro entregue a você por uma psicóloga que ouviu atentamente suas angústias, dramas, frustrações, medos, enfim, suas questões. E quando você lê aquele trecho específico do texto, seus olhos se enchem d'água, a garganta parece dar um nó de tanta dor e, sem saber de onde, suas emoções afloram descontroladamente. Ficamos confusos e assustados com a força daquelas palavras e a sincronia delas com as nossas emoções.*

*Todo esse processo acontece através de um método, não tão novo assim, mas pouco usado e divulgado, chamado biblioterapia.*

*No entanto, já há quem aplique as “doses literárias” com responsabilidade, desenvoltura e surpreendentes resultados em seu consultório. Cristiana Seixas é psicóloga clínica, especializada em biblioterapia. Foi ela, junto com o seu rico acervo literário e filosófico, apelidado pela própria como sendo sua “farmacinha”, que tem me ajudado a superar várias questões em minha vida.*

*A principal vantagem do uso da literatura nesse processo é a rapidez da resposta ao tratamento. As questões levadas pelo paciente não são analisadas apenas pelo ponto de vista do psicólogo. Além dele, somos conduzidos a refletir e analisar tais questões sob outros olhares feitos através da leitura de livros, ou de seus trechos, que, curiosamente, tem relação com o que estamos vivendo. É claro que quem faz essa ponte e sugere as leituras é a terapeuta, que não só tem uma bagagem literária formidável como também a capacidade de relacionar os relatos feitos na sessão pelo paciente com textos que o conduzem para o “olho do furacão”. É uma experiência fascinante que abre muitas portas e provoca insights.*

*Como paciente, costumo dizer que a biblioterapia me proporciona encontros e diálogos atemporais que me dão energia e coragem para avançar cada vez mais fundo no meu processo de autoconhecimento.*

*Aos interessados, recomendo a leitura de “Vivências em Biblioterapia – práticas do cuidado através da literatura”, escrito pela Cristiana Seixas. O livro é um relato do trabalho que vem sendo desenvolvido por ela e demonstra o poder da literatura nas curas psíquicas.”*

**Cristina Crespo**

**MOSAICO VIVO** foi o primeiro livro publicado de Cristiana Seixas, lançado dia 19 de abril de 2012. Nele, a autora costura suas memórias de percursos talhados em fragmentos vividos, sentidos e lidos. Uma viagem plena de reflexões, emoções e descobertas, numa busca de compartilhar o que de melhor sorveu nessa travessia.

O livro pode ser adquirido mediante solicitação por e-mail para [cristianaseixass@gmail.com](mailto:cristianaseixass@gmail.com), ou nos seguintes pontos:

- Blog do Clube de Leitura da UFF: [clubedeleituraicarai.blogspot.com.br](http://clubedeleituraicarai.blogspot.com.br) ;

Valor: R\$ 25,00.



Convite de lançamento - 2012





No lançamento do livro, dança circular com a mestre Luciana Ostetto.

Uma opinião sobre o livro:

Acabo de ler “Mosaico Vivo”, Editora Parthenon, 2012, Niterói/RJ, um livro mágico e instigante, da psicóloga e biblioterapeuta Cristiana Seixas.

Eu o li como quem ouve música erudita: embalado no ritmo leve e profundo de sua linguagem. Se o comparo à melodia é porque, lembrando uma composição harmônica, a obra segue um discurso apresentado em três tempos, ou movimentos. No caso que nos importa, “Mosaico Vivo” reúne, sobre um tablado imaginário, peças que compõem reflexões de uma autora sensível e de consciência receptiva. No cômputo geral dessas peças - ou cacos - que definem o mosaico, há três movimentos importantes: “Cacos de fora”, “Cacos da Toca” e “Cacos de dentro”. Assim, a autora nos apresenta um claro impulso que se inicia no exterior – o mundo real – e termina em seu próprio interior, isto é, no âmago absoluto e abstrato, porém fiel, de sua consciência.

Do mundo real, durante viagens realizadas tanto pelo Brasil como ao exterior e compreendidas no período entre 2002 e 2009, Cristiana traz ao leitor fragmentos colhidos através da sua visão de cronista, sem abandonar, entretanto, a sua verve poética. Em “(...) Sensação boa completar a jornada, / melhor seria

degustar o caminho”, pg. 32, a metáfora explícita já é mostra indelével de sua preferência por sentir o “gosto” da viagem, muito embora haja, por aqui, uma sutil referência ao misticismo. Quanto a este fato, isto é, ao pendor místico, uma relação de proximidade evidente e extrema entre a autora e a natureza, dentre inúmeras outras passagens, pode ser encontrada em “(...) Batizados no rio, em silêncio, em comunhão. (...) Corajosos, nos permitimos o ritual de morte e renascimento”, pg. 46.

Ainda na superfície do mundo real, a cronista Cristiana segue a detalhar, com mestria, o que vê no caminho, ou então aconchegada em sua “Poltrona de Estrelas”: “Leveza de contemplar os detalhes / da cor vermelha de um pássaro, / do voo de um gavião, / de um inseto pintado de amarelo e preto, /do tom metálico de uma joaninha, / de um grilo, / de uma flor que parece fruto (...)”, pg.61.

No entanto, é a partir de “Jardins Interiores”, quando o leitor é convidado a mergulhar no absoluto plano da consciência da autora, que descortinamos os meandros de uma buscadora de si mesma: “Como é boa esta agonia, esta luta interior, estes passos rumo ao mar e aos jardins de dentro (...)”, pg. 85. É quando a aprendizagem, para além dos passos superficiais, se completa com ensinamentos que não podem e não devem calar: “Aprendeu aquele que foi, sofreu e voltou para mostrar a trilha aos outros”, pg. 87.

Adiantada no curso de seu caminho interior e já a vislumbrar os horizontes, a autora abandona a sua particular caverna de Platão: “Agora é esta luz que me cega, por estar habituada à escuridão”, pg.105. E é quando as “Couraças”, enfim, derribam as tradições: “O caminho não é para o médico, / mas para dentro de mim”, pg. 113.

Mas feito um guerreiro - um templário a defender o próprio Templo Sagrado -, o repouso é prêmio maior à volta de suas batalhas. No dia de seu aniversário, em um determinado mês de setembro, o “Lamento” de Cristiana Seixas é um grito de socorro na direção da própria alma: “Quero a liberdade de não ter que fazer nada, nem cuidar de ninguém. Busco a paz de ficar apenas comigo”, pg. 100.

H. Francisconi

AGO/2015

Cristiana também marcou presença em outras publicações, a saber:

1. *Tratado Brasileiro de Luto*, através do capítulo: "Biblioterapia e Luto";
2. *Clube de Leitura Icaráí - 15 anos*, uma antologia de leitores;
3. Prefácio do livro *Des Caminhos*, de Inês Drummond;
4. Prefácio do livro *O enigma do lago*, de Hilário Francisconi;
5. Orelha do livro *Nas malhas do devaneio*, de Dília Gouveia;
6. Orelha do livro *Do assombro e do provável*, de Dília Gouveia;
7. Orelha do livro *Dentro das palavras*, de Inês Drummond;
8. Organização da primeira antologia via biblioterapia: *Gavetas Acesas*, com a participação de 15 novos autores. Vide link:  
[https://www.clubedeautores.com.br/book/198424--Gavetas\\_Acesas?topic=ficcao](https://www.clubedeautores.com.br/book/198424--Gavetas_Acesas?topic=ficcao)  
;

9. Prefácio do livro *Sangria e pão dormido*, de Renato Augusto Farias de Carvalho;

10. Organização da segunda antologia via biblioterapia: *Relíquias*, com a participação de 27 autores. Lançamentos realizados dias 05 de novembro de 2016 em Niterói e dia 14 de dezembro de 2016, no Rio de Janeiro.

11. Organização da terceira antologia via biblioterapia: *Brumas e Brisas*, com a participação de 32 autores. Lançamentos realizados dias 16 de dezembro de 2017 no Solar do Jambeiro em Niterói e dia 17 de dezembro de 2017 no Castelinho do Flamengo.

12. Organização da quarta antologia via biblioterapia: *Vicejantes*, com a participação de 37 autores. Lançamentos realizados dias 24 de novembro de 2018 no Instituto Estação das Letras no Rio de Janeiro e dia 25 de novembro no Solar do Jambeiro em Niterói.

Novos títulos virão!

Gratidão!