



CUIDADOS
COM A VIDA

CUIDADOS COM A VIDA



São Paulo, 2011. Primeira Edição.



© 2010. Instituto Ecofuturo

Todos os direitos reservados.

Organização: **Instituto Ecofuturo**

Direção: **Christine Castilho Fontelles**

Responsável pelo projeto: **Palmira Petrocelli Nascimento**

Assistente do projeto: **Amanda Garcia Silva**

Coordenação de comunicação: **Alessandra Avanzo**

Assistente de comunicação: **Patricia Mirabile Barbosa Banevicius**

Projeto Gráfico: **Carol Sá Jamault, Ganzá Design**

Ilustrações: **Nelma Guimarães**

Produção Gráfica: **DBeST Design**

Edição dos textos: **Maria Betânia Ferreira e Heloísa Cavalcante**

EQUIPE DO INSTITUTO ECOFUTURO:

Daniel Feffer, Presidente

Sergio Alves, Superintendente

Christine Castilho Fontelles, Diretora de Educação e Cultura

Paulo Groke, Diretor de Meio Ambiente

Alessandra Avanzo, Coordenadora de Comunicação

Edmar Moraes Barros Junior, Coordenador Financeiro

Guilherme Rocha Dias, Coordenador do Projeto Parque das Neblinas

Rachel Barbosa Gomes Carneiro, Coordenadora de Desenvolvimento Institucional

Silvana Ferreira Silva, Contadora

Daniele Juaçaba, Analista do Programa Ler é Preciso

Julia de Lima Krahenbuhl, Analista de Projetos

Maurício de Alcântara Marinho, Analista de Projetos

Michele Cristina Martins, Analista de Projetos

Palmira Petrocelli Nascimento, Analista do Programa Ler é Preciso

Regiane Basso, Analista Contábil

Renato Guimarães de Oliveira, Analista Administrativo Financeiro

Alexandre Oliveira da Silva, Assistente de Manutenção

Amanda Garcia Silva, Assistente do Programa Ler é Preciso

Carlos de Medeiros Delcidio, Assistente de Desenvolvimento Institucional

Luciani Oliveira Santos, Assistente Administrativo

Patricia Mirabile Barbosa Banevicius, Assistente de Comunicação

Sandro Custódio da Silva, Assistente de Manutenção e Manejo Florestal

Vanessa de Jesus Espindola, Assistente do Programa Ler é Preciso

Cléia Marcia Ribeiro de Araújo, Auxiliar Administrativo

Marcos José Rodrigues do Prado, Auxiliar de Manutenção e Manejo Florestal

Wagner Roberto Anjos, Auxiliar de Manutenção e Manejo Florestal

Bruno Santiago Alface, Estagiário de Comunicação

Mariana Limeira, Estagiária do Programa Ler é Preciso

CONSELHO DIRETOR:

Daniel Feffer, Presidente; **David Feffer e Jorge Feffer**, Vice-Presidentes;

Antonio Maciel Neto, Claudio Thomaz Lobo Sonder, Jacques Marcovitch,

Murilo César Lemos dos Santos Passos, Paulo Lima, Sergio Arthur Ferreira

Alves, Conselheiros.

MANTENEDOR:

Suzano Papel e Celulose

sumário

Apresentação	5
Sementes de florestar corações Adriana Fortes	7
Caminhos de cuidado Anderson Allegro	11
Vida: cuidado com ela! Carla Pernambuco	15
Cuidados pela vida Carlos Eduardo de Carvalho Corrêa	19
Era uma vez uma rosa Christine Castilho Fontelles	23
Imagine Eduardo Jorge	25
Sabor de infância Ivan Ângelo	31
...Ainda dos direitos humanos José Gregori	35
Vida é questão de parâmetro Lars Grael	39
O ladrãozinho Luiz Alberto Mendes	43
Vire de ponta-cabeça Mara Gabrielli	49
A gota d'água Margi Moss	53
Minudências e formigas Maria Betânia Ferreira	57
Do mal será queimada a semente... Mario Sergio Cortella	65
Tecer de novo a teia da vida Miriam Dualib	69
Cuidados com a vida Nilton Bonder	73
Ser ou não ser – A essência da evolução Oscar C. Quiroga	77
Piracema Paulo Groke	81
Poética da estagnação Raimo Benedetti	85
Cultura de paz, sustentabilidade e o cérebro ético Regina Migliori	89

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Cuidados com a vida. – São Paulo : Instituto
Ecofuturo, 2011. – (Cuidados com a vida)

Vários autores.

ISBN 978-85-60833-05-4

1. Convivência 2. Cuidados com a vida
3. Desenvolvimento sustentável 4. Ecologia humana
5. Educação ambiental 6. Textos – Coletâneas
7. Valores (Ética) 8. Valores sociais I. Série.

11-04409

CDD-304.2

Índices para catálogo sistemático:

1. Educação para a sustentabilidade 304.2

“Talvez compreendêssemos com que sonha o homem branco se soubêssemos que esperanças transmite a seus filhos nas longas noites de inverno, que visões do futuro oferece para que possam tomar forma os desejos do dia de amanhã”

— Cacique Seattle

Nosso assunto de conversa neste ano de Rio + 20 é “Vamos cuidar da vida”, e a ideia é chamar a atenção para o simples fato de que cada ação realizada – desde uma pequena, como escovar os dentes, até uma grandiosa, como criar mobilizações planetárias – deve ser cuidada no detalhe. E isso é coisa que não se nasce sabendo; se aprende. Trata-se de educação para valores, na qual a escola ocupa um papel fundamental, ao lado da família.

Cuidar da vida é coisa que não se faz só, mas bem acompanhado – de gente, de conhecimento e de inspiração. Por isso convidamos 20 pesquisadores de várias áreas do conhecimento para nos ajudar a compor um quadro sugestivo, abrangente e inspirador sobre cuidados com a vida.

Coerência, reciprocidade, conservação, imaginação, equilíbrio ambiental, direitos humanos, justiça social, infância, terceira idade, limitação, competição, sonho, redes neurais, minudências... Aqui a ideia é mostrar que a vida com sustentabilidade que a gente quer é resultado de uma trama simples e intrincada. É preciso expandir o pensamento e o sentimento para além das fronteiras da burocracia e da formalidade.

Esta busca é tão antiga quanto a própria história do homem na Terra, como ilustra e ensina o pronunciamento do cacique Seattle. E a julgar pelos fatos, é fato que ainda não “chegamos lá”. Então, mãos, coração e mente à obra.

Boa leitura!

— Christine Castilho Fontelles
Diretora de Educação e Cultura



sementes de florestar corações

- Na paisagem seca, um arbusto faz uma floresta
- Na paisagem da secura humana, atitudes-amor fazem a diferença
- Agir a favor do que se quer, e não contra o que não se quer



Adriana Fortes

Pós-graduanda em Ecologia, Arte e Sustentabilidade pela Unesp/Umapaz, Adriana é atriz formada pela ECA/USP. Foi coordenadora de Permacultura do Projeto Anchieta (Grajaú - SP), é integrante do Via Acte – Aplicação dos Conhecimentos de Culturas Tradicionais à Educação; contadora de histórias e professora de reeducação do movimento. Com a Confraria das Três Águas, atua no espetáculo *A Curandeira*, de texto de sua autoria.

Era uma vez um sertão. Árido, quente. Só plantas agressivas e egoístas viviam ali. Cupins e formigas – como numa UTI – trabalhavam incansáveis para refrescar a terra, abrindo passagens para a terra respirar. Até que – sopro divino – uma ventania traz algumas sementes pequenas como penugem, e ali começa a crescer um arbusto.

Talvez ele saiba, talvez não: é o embrião de uma floresta.

Mas tudo é seco, **inóspito**, impossível que se torne floresta! No entanto, o arbusto cresce, floresce, semeia ao redor de si. Ele já tem alguns galhos, descanso para passarinhos que trarão sementes diversas de outras paragens – frutinhas que comeram e trouxeram em seu intestino, espalhando o adubo e as sementes que, à sombra, podem germinar até ficarem fortes.

Começam a surgir árvores maiores, que dão mais sombra e abrigo para outras aves e pequenos animais – que, por sua vez, trazem mais esterco, repleto de novas sementes. E, com a ajuda do tempo, uma sucessão de árvores primárias, secundárias cria o ambiente necessário para a existência das árvores nobres, as centenárias clímax. Sinal da floresta madura, que já sabe se manter: suas raízes mantêm o subsolo bem servido de água; as folhas velhas, caídas, trazem nutrientes para a terra; muitos animais convivem ali. Até as nuvens vêm visitar a floresta, e assim sempre há chuva. Quando há tempestades, os raios que derrubam grandes árvores, e mesmo os cipós que passam rasteira nas mais cansadas, abrem clareira para que as árvores mais jovens tenham sol e mais força para crescer, fazendo da floresta um contínuo de vida plena.

Como dizia o grande Guimarães Rosa: *o sertão é dentro da gente*² – e esse sertão pode ser o sertão da aridez humana, não só o das paisagens; por vezes nosso sertão é um momento difícil que temos de atravessar – seja como indivíduos, seja como humanidade –, lugar de travessia, de passagem, transição. Transição do sertão para o *SerTão*, o infinito em nós, o que há de mais sagrado e misterioso em nós, o Amor, que tudo permeia, à espera de uma abertura em nossas ações para se manifestar.

Inóspito: que não é apto para hospedar; onde é muito difícil viver.

Sim, o Amor precisa de ações para se manifestar. Ele não é um território virtual onde basta sentir ou dizer: é preciso agir. É preciso semear atitudes-amor para cui-

9 Cuidados com a Vida

dar da vida e transformar um seco sertão no *SerTão floresta!* Entendo por floresta o lugar onde uma grande diversidade vive em harmonia; onde há espaço para todos, e tudo colabora para que a vida seja generosa para todos.

O que ao nosso redor já é “floresta”? O que ainda é sertão?

Um belo dia, tive a felicidade de flagrar um instante de poesia, em que meninos empinavam uma inusitada pipa: dois pássaros em seu voo. Nas mãos, o gesto de puxar a linha invisível que os fazia “donos” do voo do pássaro...

De repente, a bronca de uma mulher brava me devolveu ao chão:

— Cuidado, menino, sai da rua!

E eu comecei a pensar no significado da palavra cuidado.

Estampada em placas ou usada em nosso cotidiano, a palavra se mostra mais com o sentido de mantenha distância! Mas, e o cuidado da *dedicação, atenção especial, em que houve aprimoramento, aplicação na execução, o bem-feito* de que fala o dicionário¹? Da raiz latina *agitar no espírito, remoer no pensamento, meditar, pensar, conceber, preparar...*

Num desses dias em que nosso coração está mais cinza e a chuva cai pelos nossos olhos e não pelas nuvens, recebi o cuidado de algumas amigas. Eu me sentia de alma rasgada, de forças exauridas, e foi tão bom receber tantos cuidados! Penso que a vida deva estar meio **alquebrada**, arranhada, machucada por tanta aridez humana, tanta ganância e egoísmo, tanto isolamento e individualismo. Ela, vida, que é da cooperação; ela, que tece uma floresta, se vê atropelada por tanta **competição**! A vida precisa de nossos cuidados, do nosso carinho, atenção, de atitudes cuidadosas. Entendo por vida todo esse imenso conjunto de seres, lugares e relações do qual nós fazemos parte. Essa vida merece cuidados. Mas por onde começar?!

Alquebrada:
enfraquecida,
abatida, prostrada.

Competição:
busca de
vantagem, de
vitória; luta,
disputa, desafio,
rivalidade.

Uma dica é partir daquilo que você acha que precisa melhorar, seja nas relações com as pessoas, consigo mesmo, com um lugar, uma questão social, um desafio educacional... Convém sempre trabalhar a favor do que se quer, e não contra o que não se quer. Ao invés de combater o egoísmo, ser cada vez mais amoroso e cuidadoso. A feiúra de um lugar pode ser canteiro de flores!

Meu avô dizia: “Quando você sair de um lugar, deverá deixá-lo igual ou melhor do que estava; nunca pior!” Esse gesto simples pode transformar profundamente a maneira de nos relacionarmos com um ambiente: sala de aula, jardim, pátio, praça, por exemplo. E se, ao chegarmos a um lugar, percebemos que as pessoas o deixaram pior, não devemos desanimar. Ao contrário do *ninguém faz, então não vou fazer*, é nesses momentos que fortalecemos a vontade de semear a ideia-atitude de cuidado. Não fosse o tempo em que aquele pequeno arbusto resistiu à seca e ao calor do sol, toda aquela floresta não seria possível!

Não importa em que fase do “reflorestamento” estamos, já que muitos demonstrarão a despertar para as ideias-attitudes de cuidado. O importante é fortalecermos essa ideia, sabendo que sua atitude de cuidado com a vida, aparentemente pequena e sem importância, é fundamental para a criação de um ambiente de transformação.

Então, vamos lançar sementes-ações e sementes-ideias que transformem as paisagens da atual seca humana? Vamos ser-tão cuidadosos com a vida e florestar corações?

Notas:

1. Dicionário Eletrônico Houaiss, versão 1.0/ 2001.
2. ROSA, João Guimarães. Grande Sertão: Veredas. Rio de Janeiro, Nova Fronteira.



Caminhos de cuidado

- O que dá sentido à vida: relacionar-se, crescer, conhecer-se
- Cuidar da alimentação
- Fazer exercícios
- Cuidar da maneira de pensar
- Cuidar dos relacionamentos
- Conversar com clareza e delicadeza
- O Yoga como caminho de cuidado
- Interligação
- Ecologia interior, ecologia exterior



Anderson Allegro

Professor de Yoga e biólogo. Estuda e ensina essa disciplina desde os 18 anos, tendo viajado à Índia várias vezes para aprimorar-se. Aprendeu Ashtanga Yoga com Baptiste Marceau, professor francês, discípulo de Pattabhi Jois, e participou do Planet Yoga Teacher Training com Leeann Carey, em Hermosa Beach, Califórnia.

Cuidar da vida é importante. Mas o que é vida, mesmo? Cada um tem sua definição. Para mim, é o tempo entre o nascer e o morrer, que devemos aproveitar ao máximo para aprender a nos relacionar com os outros, crescer e nos conhecermos. São essas coisas que dão sentido à vida. Mas uma vida legal depende de como cuidamos de nós mesmos, como lidamos com o outro e com o meio em que vivemos.

Cuidar de si é importante. Nosso corpo é o “recipiente” de nossa vida, ele é aquilo que comemos. Da mesma forma que um carro funciona melhor com combustível de boa qualidade, o corpo também depende de como o alimentamos. Alimentos frescos, variados, pouco industrializados, resultam em um corpo saudável e uma mente clara e tranqüila. Já alimentos do tipo *fast-food*, refrigerantes, salgadinhos e açúcar em excesso, por exemplo, tornam o corpo pesado, sem energia, sem vitalidade, e deixam a mente preguiçosa e **embotada** de pensamentos negativos e confusos.

Exercício físico também é fundamental. Atualmente, passamos muito tempo sentados trabalhando, estudando, assistindo à televisão; carregamos bolsas e mochilas pesadas; usamos calçados inadequados. Assim, o corpo acaba perdendo sua postura natural, e uma má postura, sabe-se, impede o bom funcionamento do sistema nervoso, obstrui a respiração e dificulta a boa digestão. Para combater tudo isso, basta movimentarmos o corpo de uma forma que nos dê prazer: dançar, caminhar, correr, nadar... Basta descobrir a forma que nos dá prazer e começar a praticar!

Mas não é só do corpo que precisamos cuidar. A vida também se molda de acordo com a maneira como pensamos. Para fazer escolhas ou tomar decisões, baseamo-nos em nossos pensamentos. Quem pensa de maneira negativa, é pessimista ou está sempre a criticar o comportamento dos outros, não só faz escolhas que atraem acontecimentos negativos como também constrói uma vida sem graça nem **viço**. Quando cultivamos bons pensamentos e bons sentimentos, estabelecemos um padrão positivo que se refletirá na escolha dos amigos, do local de trabalho, dos parceiros e de outras atividades que buscamos para descanso e lazer.

embotada:
com pouca
sensibilidade,
enfraquecida,
poucoafiada.

viço: vigor,
frescor,
exuberância.

Grande parte da vida é ocupada pelos relacionamentos – amizades, relacionamentos familiares, profissionais, namoros, casamentos... Não é da natureza do

ser humano viver sozinho, mas a boa convivência exige atenção e boa vontade. Conflitos sempre surgem, é claro, e, para resolvê-los, é necessário o diálogo. Conversar não é despejar desordenadamente em cima do outro tudo o que pensamos e sentimos, não é magoá-lo com verdades absolutas. Uma verdadeira conversa implica ouvir com interesse genuíno o ponto de vista do outro e expor o nosso com clareza e delicadeza. Só assim é possível perceber os aspectos comuns e aceitar que o outro pense de maneira diferente, mesmo que não concordemos. Tentar entender as razões do outro e respeitar as diferenças é o caminho para uma convivência harmônica e produtiva.

É parte da natureza humana defender território e ver o outro como um oponente. Em nossa sociedade, cultivamos a competição, desde as brincadeiras infantis até o ambiente profissional. Porém, como precisamos dos outros para conviver, trabalhar e realizar outras atividades, entramos em conflito com nossos instintos básicos de competição. A chave que transforma oponentes potenciais em parceiros e amigos é encontrar o ponto de equilíbrio em que duas pessoas, ou todo o grupo, saiam ganhando.

O Yoga oferece uma técnica única e poderosa para diminuir nossa agressividade natural e facilitar o relacionamento harmônico com os outros: a meditação. Existem muitas maneiras de treinar a meditação. Uma das mais simples é sentar-se confortavelmente por 20 minutos e observar a própria respiração: sentir o ar entrando e saindo pelas narinas. Se a atenção se desviar para um pensamento qualquer, redirecione-a para a respiração. Faça isso todos os dias e você perceberá como a meditação nos torna mais tranquilos e felizes e mais capazes de nos relacionar com as pessoas à nossa volta.

Por fim, precisamos cuidar da vida fora de nós. O Yoga nos ensina que tudo aquilo que existe está interligado: seres humanos, animais, plantas, montanhas, lagos, chuva e o próprio planeta. É como se cada coisa, cada ser, fosse o fio de um rico tecido. Assim como os fios se entrelaçam e se apoiam uns nos outros, também os seres vivos dependem uns dos outros para existir. Nas últimas décadas, temos observado um aumento na consciência ecológica da humanidade. Parece-me, porém, que ainda não demos o passo seguinte em relação à preservação do meio ambiente, ou seja, ainda não ampliamos a percepção do quanto afetamos o ambiente. Falta desenvolvermos a ecologia interior, a consciência de que somos seres **cósmicos**, e não simples indivíduos.

Temos que decidir quais são as nossas prioridades, temos que nos conscientizar do quanto nossos hábitos de consumo afetam o ambiente. O que é mais importante: um computador novo ou água pura para beber? Um carro novo ou ar puro para respirar? Roupas novas ou florestas que processam os gases da atmosfera e mantêm o clima estável? Comer carne todos os dias e incentivar o desmatamento de áreas naturais ou escolher legumes e verduras, que têm um impacto muito menor sobre a natureza? Toda vez que compramos algo, temos que pensar em quanto aquilo custa para o ambiente e no destino do que vamos descartar.

Ecologia é desenvolver o respeito por tudo aquilo que existe e assumir a responsabilidade na criação de um planeta equilibrado, com seus recursos preservados, onde a vida possa continuar a existir.



Vida:

CUIDADO COM ELA!

- A postura irredutível dos grandes dirigentes
- A possibilidade das mudanças autônomas
- Mudar o mundo próximo
- A mudança no seu cotidiano (onde for possível)
- Contra a destruição, simplicidade
- Generosidade, inteligência, gentileza



Carla Pernambuco

Chef de cozinha, é conselheira e colunista da revista *Casa e Comida* (Editora Globo), colaboradora da publicação *Estilo Zaffari*, além de ter participações diárias na programação de algumas rádios. Estudou no The French Culinary, em Nova York, uma das principais escolas de chefs do mundo. É autora de vários livros.



novo século avança? Sim. Mas nem sempre isso significa que as coisas acompanhem o calendário. Nem que sigam as descobertas tecnológicas e as mudanças de comportamento.

Pelo contrário: diariamente ficamos desapontados (ou muito desanimados) ao perceber que a maioria da humanidade permanece indiferente a mudanças que permitam um futuro melhor. Basta citar o resultado negativo do encontro mundial sobre o clima, em Copenhagen. Lá, os líderes mundiais dos países que controlam a economia global se mostraram irredutíveis em sua recusa a alterar procedimentos econômicos que destroem a natureza. O que interessa a esses dirigentes não é o homem, mas o lucro.

Então, só nos resta mudar o rumo desses desacertos. Por conta própria. Descubro que as novas sociedades devem ser descentralizadas e autônomas em suas decisões. Em muitos assuntos: economia, educação, saúde, diversão, consumo e alimentação. Quando grupos de pessoas exigem mudanças inteligentes, essas mudanças podem acontecer.

Como chef de cozinha profissional, trabalho com foco em duas vertentes: alimentação (a comida) e lazer (o restaurante). Meu objetivo é renovar os critérios de ambas, para evitar atitudes conservadoras, falta de inovação, consumo inconsciente e ações ambientalmente predatórias. Claro que é complicado. Vivemos em um país onde a oferta de produtos de melhor qualidade é restrita, as leis são ultrapassadas, as políticas públicas equivocadas e mais uma porção de abusos que engolimos.

Pequena pausa para respirar. Posso, pelo menos, mudar o mundo que me cerca. As possibilidades são diversas: lutar pela troca de informação, pela discussão de questões comunitárias, pelo engajamento em causas justas e pela opção de uma vida mais simples (ou simplificada).

E como integrar tudo isso na minha área e no meu dia a dia? Primeiramente, considerando o alimento como a fonte primordial da vida. A partir daí, buscar produtos orgânicos, usar frutas e legumes da estação, dar preferência a produtores certificados, evitar perdas, tirar o máximo proveito dos ingredientes, rejeitar itens industrializados e adotar nutrição inteligente.

Ao mesmo tempo, tentar (sim, no Brasil, por enquanto podemos apenas tentar) privilegiar embalagens biodegradáveis, fazer compras com sacolas retornáveis, incentivar a reciclagem e separar o lixo doméstico. À primeira vista, são ações básicas... Agora procure saber o volume de reciclagem de lixo nas cidades brasileiras e a quantidade de sacos plásticos ainda produzidos pelos supermercados. Depois tente dormir com um ruído desses.

Cuidar da vida dá trabalho. E é primordial preservarmos o mundo natural que nos cerca, pois sem ele a vida deixará de existir. Precisamos ser valentes ao defender a conservação ambiental. Senão, os que pouco se importam vão acabar vencedores. Basta lembrar um dado real: em 150 anos, a destruição gradativa da Mata Atlântica deixou a vegetação original reduzida a apenas 3%. Repito: resta somente 3% do verde que havia no Sudeste brasileiro.

Contra a destruição, portanto, a vida simples. Hábitos esquecidos como tirar uma soneca todos os dias, perder menos tempo com a televisão, não usar o computador de modo compulsivo, prestar atenção ao que se compra e ao que se come, falar menos ao telefone, redescobrir a jardinagem como passatempo, praticar exercícios em grupo, ler, meditar, beber água pura, fugir do exibicionismo.

O mundo começará a mudar quando falarmos menos de remédios e de consultas, quando tratarmos melhor os animais, ou quando acreditarmos no compartilhamento de áreas comuns, em arquiteturas sustentáveis e energias limpas (abaixo a exploração do pré-sal!). Por aqui ainda estamos longe de implantar os conceitos de rastreabilidade e do comércio justo, que mapeiam todas as etapas percorridas do produtor ao consumidor. Quem produz não deve ser prejudicado. Quem consome deve pagar o valor justo.

O futuro pode ser bom, bonito e bacana. Faça a sua parte, seja consciente, generoso, gentil e inteligente. O alimento é a nossa fonte de energia e este planeta é o único que temos para habitar. Quanto à vida, pelo que me consta, também só existe uma.



CUIDADOS PELA VIDA

- E se...?
- Nossas esperanças de mundo melhor
- Desenvolver o espírito do cuidador
- Respeito como condição de sobrevivência
- Valores amorosos, transmissão de esperança
- Cada pequeno gesto, um carinho



Carlos Eduardo de Carvalho Corrêa

Pediatra neonatologista formado pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto – USP, em 1989 foi residente na Associação Hospital de Cotia, em Pediatria. Especializou-se em Pediatria e Neonatologia pela Sociedade Brasileira de Pediatria. É consultor Internacional do IBCLC – International Board of Lactation Consultant Examiners, e Avaliador da Iniciativa Hospital Amigo da Criança – IHAC, do Ministério da Saúde. É coordenador da Neonatologia do Hospital Estadual Vila Alpina.

E se pudéssemos viver num mundo melhor? E se pudéssemos ser mais felizes? E se todos fossem felizes para sempre? Como pediatra e neonatologista, acompanho todos os dias as pessoas acreditando nisso, investindo nesse lindo sonho e tendo filhos. Filhos que esperamos que possam ser pessoas melhores, maiores e cada vez mais felizes. Filhos que possam viver num mundo melhor, mais amoroso, harmonioso e equilibrado. Afinal, a esperança de vivermos outra realidade nos motiva e nos ajuda a buscar construir uma condição melhor que beneficie a todos. Um mundo respeitoso e amoroso, onde possamos apreciar suas belezas, colher seus frutos, nadar nas suas águas, respirar seu ar puro e compartilhar essas delícias com nossos filhos e amigos sem precisarmos viver a fobia de que este seja o último minuto.

Como pais, como educadores ou, ainda, como pediatras, temos a rara e grande possibilidade de mostrar às nossas crianças como cuidar deste mundo e como nos cuidarmos. O espírito de cuidador garante ao ser humano uma habilidade maior de ser cuidador de si, podendo ser capaz de se alimentar, manter-se saudável, procurar seus amores, se dar prazer. E o que é esperado de uma boa educação é que possamos ajudar as crianças a desenvolverem este espírito de amor-próprio e amor pelo outro, que lhe garanta condições de encontrar este estado especial de bem-estar. Um bom exemplo disso é no momento em que introduzimos os alimentos aos nossos filhos. Nas populações mais antigas, as mulheres mastigam e dão os alimentos retirados da própria boca para seus filhos. Há tanto carinho em preparar esses alimentos para que seus filhos consigam saboreá-los, e devemos lembrar que, para uma criança, os alimentos são percebidos como pedaços do mundo que são engolidos. Como se cada cor, cada textura, cada temperatura proporcionasse uma incrível viagem sensorial refletindo um ensinamento que podemos ser amorosos conosco e com os alimentos, respeitando o que colocamos para dentro de nós, tendo prazer em nos alimentarmos – como seres que vivem e sobrevivem graças à Terra, que nos dá alimentos, água e ar, sendo que se aprende a amar e respeitar o lugar onde vivemos para que possamos alcançar nossas mais nobres metas como humanos.

Falar em sustentabilidade, para mim, é falar de uma situação de independência do ser humano e, ao mesmo tempo, de convívio pacífico e solidário. Vivemos num grupo que deve ser capaz de compartilhar essas coisas tão simples e preciosas que garantem a vida. Por isso, é fundamental na educação de uma criança ensinar o respeito à Terra e aos homens, como condição básica da nossa sobrevivência – sobrevivência com qualidade, com prazer.

Os cuidados ensinados, como **lavar o corpo**, é outro bom exemplo. Só é possível por uma experiência deliciosa de deixarmos o convívio com o ar e partirmos para o mundo das águas. **A imersão é uma experiência regressiva uterina prazerosa por si e, quando acompanhada de um toque amoroso cedido pelos pais e cuidadores, pode ser um dos melhores momentos do dia.** Banhos feitos em balde para recém-nascidos proporcionam uma leveza corporal na água que trazem imediatamente a memória corporal da vida intrauterina. Quanto prazer para este bebê!

Poder viver em paz com o ar, a terra, o fogo e a água. Tão simples, tão especial e, muitas vezes, tão difícil. Quando os cuidadores apresentam um mundo de belezas e respeito ao poder desses quatro elementos, com certeza a vida dessa criança poderá ser mais fácil e gostosa. A magia está em poder lidar com habilidade com eles todos. E é natural que as crianças queiram explorá-los e conquistá-los.

O respeito dos valores que constroem as condições para que possamos fazer opções o tempo todo em nossas vidas. Está aí a impressão que os pais podem oferecer para que seus filhos possam optar pelo que lhes será melhor. E será melhor quando se sentirem bem, fizerem opções que lhes tragam uma relação harmoniosa com o lugar que habitam e com as pessoas que dividem esse mesmo espaço. Percebo nesta possibilidade de trazer **valores amorosos para seus filhos** a transmissão do ensinamento de esperança que suscitou nos pais o desejo de gerar filhos, completando nesses o ciclo de gratidão e respeito pela vida, seja sua, de seus filhos, de seres vivos e de seu planeta.

Então, são o amor e o respeito que sustentam os valores que projetam esse amor e respeito a outras pessoas, à forma de ganhar a vida, à Terra na qual vivemos, e reflete em nós como uma grande experiência dadivosa que completa o ciclo da vida e do amor.

Como educadores, como pais, como pediatras, quando ensinamos uma criança a **escovar os dentes**, manter a torneira fechada e só abri-la quando for usar a água, ao mesmo tempo podemos ensinar que **essa escovação pode ser um carinho na sua boca, um gesto de cuidado com seus dentes e de respeito pela natureza pelo não desperdício de água.**

Isso tudo é muito importante; cada passo deste processo é tão importante quanto o outro.

E acho que devemos ficar felizes por termos esta imensa oportunidade de participar ativamente na construção desse tão sonhado mundo melhor. E que todos possam viver felizes para sempre...



Era uma vez uma rosa

- Ensinar e preencher de significado
- Cuidado e silêncio
- Uma experiência de cuidado
- Cuidar e estar conectado ao outro



Christine Castillo Fontelles

Socióloga, é Diretora de educação e cultura do Instituto Ecofuturo.

“Qual a cor desta azaleia?”

“É da cor que todo mundo gosta”, respondeu, mais com os olhos do que com as palavras. Evidente, claro, como se outra não pudesse ser a razão de ser daquela expressão da natureza. Eu mergulhei nos seus olhos verdes e vi a flor, vi vermelha. Pouco importava a cor. Mais alguns passos, lentos; caminhava o caminho de uma vida. Sentamos no banco em silêncio; quase tudo era silêncio àquela altura da sua vida. Sua mente calava aos poucos. Eu imaginava que era como andar para trás, de costas. Era o Alzheimer, que pouco a pouco me roubava da memória de minha mãe e ela de mim. Ao menos foi assim que cheguei a pensar. Mas mais uma e intensa vez ainda ela me ensinaria de novo e preencheria minha vida de mais significado. E mais uma vez eu lhe seria eternamente grata.

Durante toda a sua vida cuidou da nossa no mínimo detalhe. Tocasse onde tocasse com suas mãos, era evidente o cuidado, transparente, natural. Absolutamente natural. Assim, tudo o que cozinhava virava iguaria, toda roupa que costurava traduzia delicadeza e bom gosto, todo toque de sua mão na nossa mão anunciava segurança. Ela era o nosso porto, de onde partíamos e para onde regressávamos saudosos de seu amor silencioso. Nada mais estranho, então, essa sua lenta partida para um momento de memória onde não tínhamos lugar.

Sentamos no banco, um daqueles de parque, típicos, com ripas de madeira. Ficava bem em frente à janela de seu quarto. Cabiam três, mas estávamos nós duas. Fiquei bem pertinho, passei meu braço por trás dela, sua cabeça encontrou meu ombro e, enquanto lhe falava, dormiu. Tinha saído de casa para estar com ela naquela manhã e assim adubar com a esperança de um zeloso jardineiro as imagens das nossas lembranças. Ela dormiu, por um longo tempo. Eu fiquei zelando seu sono. Quando despertou, me olhou longa e carinhosamente com seus enormes olhos verdes. Não sei se ela sabia exatamente quem eu era. Mas naquele momento não teve a menor importância. Seu olhar me agradecia a delicadeza daquele presente inesperado: um sono tranquilo. Foi a primeira vez na vida que me senti profundamente feliz por dar uma oportunidade de um sono tranquilo em meio ao turbilhão que, no caso dela, era ocasionado pela doença. Anos mais tarde, reencontraria essa mesma privilegiada sensação, desta vez com minha filha. Era noite de intenso temporal, acordei com o barulho da chuva e dos trovões, descí as escadas já prevendo o medo que ela, bem pequena, deveria estar sentindo por causa de toda aquela barulheira. Abri a porta e a vi, tranquilamente, dormindo. E eu me lembrei por quê: sabia-se amparada, segura. Amor é palavra intransitiva. E uma vez mais aprendi com minha mãe que há muitas formas de a vida acontecer e tecer seu curso de cuidados nas relações humanas: tudo por causa do amor, que nos restaura, nos ensina, nos revela as muitas e variadas formas de manter-se conectado ao outro, de cuidar. Como li recentemente: “Se o amor é a resposta, qual é mesmo a pergunta?”.



- Os problemas que o desenvolvimento não resolveu
- Necessidade de diálogo e fraternidade entre nações
- As questões do presente e do futuro
- Pressupostos básicos para a tarefa:
democracia, respeito aos direitos humanos e cultura de paz
- Bases das tarefas: justiça social, equilíbrio ambiental,
economia integradora



Eduardo Jorge

Médico sanitário da Secretaria de Saúde do Estado de São Paulo, foi Secretário de Saúde do município de São Paulo de 1989 a 1990, e de 2001 a 2002. Atualmente, é Secretário Municipal do Verde e do Meio Ambiente.

A forma de viver destes últimos séculos, marcados pela revolução industrial, pelo **capitalismo** e pelo **socialismo**, trouxe muito progresso, desenvolvimento econômico e científico, porém não resolveu – e até agravou – o sofrimento da desigualdade social. Espalhou mais ainda a cultura da violência. E, finalmente, a ignorância e o desprezo em relação ao meio ambiente levaram-nos a uma crise que ameaça nossa própria vida de humanidade e a de milhares de outras espécies no planeta: o aquecimento global.

O Brasil é parte desse problema.

Não é que não avançamos nos últimos 20 anos de redemocratização do país. Sim, melhoramos nossa convivência democrática, melhoramos a integração das populações mais pobres e até o controle da nossa economia. Mas tudo isso ainda é muito pouco diante do tamanho do nosso país e das aspirações do nosso povo. É preciso mais democracia, mais ética na vida pública e nas relações econômicas e sociais, mais acesso de toda a população aos verdadeiros bens da vida: a cultura, a educação, a saúde, o lazer, a segurança alimentar. Precisamos de um desenvolvimento da nossa economia com vistas para o presente e o futuro, e não para o passado.

O Brasil é parte dessa solução.

Ao contrário do passado recente, quando modelos capitalistas e socialistas tinham vocação internacional, porém matrizes e prioridades egoisticamente nacionais que muitas vezes degeneraram em imperialismo, opressão e conflitos comerciais ou armados, o presente exige uma integração mundial baseada no diálogo e na fraternidade entre as nações. Não existe salvação possível para a atual crise econômica, social e ambiental, da qual as mudanças climáticas são a síntese mais acabada, que não seja orquestrada pelo diálogo entre as 200 e mais nações grandes, médias e pequenas, que são, na sua variedade cultural, uma das riquezas do planeta. A ONU, como um edifício em construção, é um sinal claro da capacidade que a humanidade tem de construir uma governança mundial que reconheça e preserve nossa diversidade cultural e nacional, porém nos conduza a um porto compartilhado nas grandes questões do presente e do futuro.

capitalismo:

sistema econômico e social em que os meios de produção são de propriedade privada e a produção é organizada para dar lucro.

socialismo:

sistema em que os interesses da sociedade têm primazia sobre o interesse individual. Defende a ação coordenada da coletividade e a repartição da renda em lugar da livre iniciativa na produção de bens.

E quais são essas questões?

Primeiramente, temos três pressupostos: democracia, direitos humanos e cultura de paz. São elaborações imprescindíveis da cultura política da humanidade. As diferenças de ideias, de ideais, de desejos, de crenças, são próprios da nossa espécie, e são riquezas: representam diversidade na forma de ser e não podem ser reduzidos por uma regra única, por um dogma, por uma disciplina, por uma autoridade. É preciso, então, que a democracia seja cada vez mais profunda, mais representativa, mais participativa. É preciso respeito aos direitos de todos os humanos sem distinção de cor, sexo ou crença.

Substituir a cultura da violência, da lei do mais forte, da lei da selva, pela cultura da paz, que possibilita o diálogo da não violência entre os diferentes. Cultura da paz não é postura de timidez e submissão ao mais forte nem recusa de olhar de frente os conflitos próprios da nossa existência e diversidade. Ao contrário, como disse Gandhi, a cultura da paz é a característica dos mais corajosos e generosos entre os humanos.

Mesmo o uso da força, às vezes legitimado pela democracia quando se trata de debelar conflitos que degeneram em violência aguda, deve ser prudente e recorrer a métodos voltados para recompor a possibilidade da convivência, da tolerância, da aceitação, e não para destruir o outro ou os outros.

Partindo desses três pressupostos, chegamos às bases das nossas tarefas imediatas e futuras: **justiça social, equilíbrio ambiental, economia integradora.**

Falo de uma **justiça social** que não seja uma imposição do igualitarismo raso, compulsório, que as pessoas não querem, pois elas são diferentes nos seus desejos e valores. Que signifique, isto sim, uma nova abolição da escravidão representada pela riqueza extrema e pela pobreza extrema.

O consumismo insustentável é uma ameaça ao planeta. A opressão da miséria é uma ameaça diária à vida humana. Programas compensatórios, uma seguridade social **redistributiva**, uma política de tributos realmente justos, uma garantia de acesso ao trabalho digno são necessários para o acesso aos bens vitais, para uma vida segura e momentos de felicidade para os indivíduos e para as famílias. Fazem parte disso o acesso universal aos serviços de saúde; uma educação viva e permanente para todas as idades, particularmente para os jovens, que respeite suas novas formas de ver o mundo; o acesso a bens culturais produzidos pela alma popular e

redistributiva:
que reparte,
que redistribui
adequadamente.

pelos gênios e artistas de toda a humanidade; a possibilidade de lazer e esporte; o direito à mobilidade na cidade; e, por fim, uma habitação saudável.

Falo de um **equilíbrio ambiental** que não seja um imobilismo artificial que a própria natureza, sempre em movimento, não acolhe. A natureza é mudança sempre, uma sucessão infinita de equilíbrios ambientais, nunca o mesmo. O que nós queremos é o reconhecimento prudente de que os recursos naturais são finitos e devem ser administrados com ciência, com sabedoria, para que estejam presentes para as gerações futuras que não veremos, e que dependem de nós, da nossa forma de viver no presente.

Além disso, o nível de consciência privilegiado da espécie humana implica uma responsabilidade proporcional de respeito e proteção às outras espécies vivas, vegetais e animais. Também aqui é preciso uma nova abolição. Eles não são nossos escravos. É possível, sim, trabalhar, usar, consumir esses recursos naturais para nosso bem-estar e sobrevivência física e espiritual, porém medindo bem cada passo para garantir o máximo respeito possível às outras espécies e uma provisão de recursos suficientes para as gerações futuras.

Falo de uma **economia integradora** (que alguns chamam de economia verde) que não seja estagnação, não seja rejeição aos recursos extraordinários da ciência, da inovação e do espírito empreendedor dos homens e mulheres.

Trata-se, em primeiro lugar, de reavaliar o uso dos recursos finitos com dois objetivos: primeiro, deixar a nossos descendentes, em nível suficiente, a herança que mencionamos acima; segundo, redimensionar o consumo atual e o uso atual dos recursos naturais para que caibam no único planeta que temos, a Terra. Não é possível a diferença atual entre Estados Unidos e Moçambique, Honduras ou Bangladesh. Não é possível conciliar o tipo de vida que se leva no hemisfério norte com o justo desejo dos povos que foram oprimidos por séculos de terem acesso ao bem-estar e a uma dignidade humana compatível com o equilíbrio ambiental.

Trata-se, assim, de uma mudança responsável do estilo de vida e do padrão de consumo dos países do norte, e de uma reorientação do desenvolvimento dos países em ascensão, como Brasil, Índia, China, África do Sul, México e outros, para não imitar esse padrão insustentável dos países do norte, e, isto sim, liderar uma nova forma de viver, de conviver, de produzir, de consumir, de usar e preservar os recursos da natureza.

Trata-se, finalmente, da ajuda prestada por esses dois grupos de países, proporcionalmente a seus recursos, para que o terceiro grupo de nações mais pobres saia do nível de estagnação e miséria, em direção ao novo modelo de vida sustentável que é necessário no século 21.

É possível, sim, que o trabalho, a agricultura, a indústria, o comércio, o consumo, a ciência se movimentem numa nova lógica: a lógica da sustentabilidade. Enfim, o que queremos é conservar o que é bom, o que precisa ser conservado, e revolucionar o que é preciso revolucionar, para o bem de todos e da natureza.

Parece que chegou o momento da igualdade de deveres e direitos, da liberdade com respeito ao diferente e da fraternidade do amor ao próximo como a si mesmo. Parece que chegou o momento da consciência de que é preciso agir de forma solidária no local e no global. No espaço nacional e internacional. Não existe salvação isolada para uma pessoa, uma classe social ou uma nação, por mais forte que aparente ser. O que é bom para o Brasil deve ser bom para o planeta. O que é bom para o planeta deve ser bom para o Brasil.



sabor de infância

- A mesa da memória
- Os ingredientes que fazem as boas lembranças
- Os sabores caseiros preparam para os sabores da vida



Ivan Ângelo

Nasceu em Barbacena, MG. Com seu primeiro livro, *Homem Sofrendo no Quarto*, 1959, ganhou o prêmio "Cidade de Belo Horizonte". Entre suas obras, destacam-se *A Festa* (prêmio Jabuti - 1976); *A Face Horrível* (prêmio APCA-1986); *Amor?* (prêmio Jabuti - 1995); *Pode Me Beijar se Quiser* (prêmio APCA-1999). Foi colunista do *Correio de Minas*, *Diário de Minas* e *O Tempo*; foi editor, editor-executivo e secretário de redação do *Jornal da Tarde* (SP), e colaborador das revistas *Playboy* e *Veja*.



escritor francês Marcel Proust fez seu personagem mer-

gulhar uma parte do bolinho *madeleine* no chá e os aromas que se elevaram daquela mistura o transportaram à infância, dando início a uma viagem pela memória que revolucionou o romance do século 20: *Em Busca do Tempo Perdido*.

Certos sabores são mais perfeitos assim, na memória. Se acaso reencontrarmos as comidas, os sabores não são exatamente os mesmos. Resultaram dos temperos da casa, da mãe, da avó, das maneiras de fazer, da sequência dos ingredientes, dos momentos em que os sentimos, do sabe-se lá o quê. Perdidos estes, aqueles se escondem na memória.

Muitas vezes nem são pratos de verdade que saltam para o tempo presente, são emoções, coisas que sentimos quando com eles convivíamos. Outras vezes são as cores, a aparência, o que hoje se chama de “o visual”. Pelo aroma e pela imagem, é tudo perfeição na mesa da memória.

A sopa de **tutano**, por exemplo: aqueles brancos ossos fervendo com temperos, depois a retirada dos talos de tutano de dentro dos ossos, o refogado cheirando longe, a juntada dos tutanos e do caldo de ossos e da colherinha de farinha que engrossava o caldo, aqueles cheiros todos somando-se à fome...

O mingau de fubá borbulhando na panela, escuras cascas de canela emergindo às vezes na mistura cobiçada, perfumando-a de mais desejos, enquanto as mãos atarefadas da mãe distribuíam pedacinhos de queijo e uma ou outra pelotinha de manteiga em cinco pratos fundos, sobre os quais a concha derramava o mingau fumegante amarelo leitoso que aquecia o mundo.

O café jogado no fundo da panela onde se acabou de fazer o angu, em cima daquele **beiju** meio apagado. Antes de pôr o café, a panela quente de pedra-sabão ia queimando de leve a crosta que restava do angu e então, a meia canequinha de café frio chiava e borbulhava na quentura. Comia-se de colher beiju ainda crocante com gosto de café.

tutano: medula óssea; substância gordurosa e mole no interior dos ossos.

beiju: bolo de massa de mandioca ou tapioca.

A longa cobra amarela feita de batata amassada, farinha de trigo, ovo, sal e queijo ralado era rolada por hábeis mãos na mesa enfarinhada até ficar da grossura de um dedo de homem, depois de lá vinha a faca rápida a cortar a cobra em peda-

cinhos e mãos ainda brancas de farinha os levavam e punham a dourar na frigideira de onde logo se desprendia um cheiro de queijo e batata fritos. Mal dava tempo de esperar esfriar para sentir o bolinho desmanchar-se na boca.

O chá-mate vinha verde, era preciso queimá-lo para quebrar o amargo. Botava-se uma brasa viva ou duas de fogão à lenha no fundo da caneca, açúcar cristal por cima, mate sobre o açúcar, e deixava-se queimar um pouco. Subia aquele perfume de açúcar e chá queimados, saboreava-se antes mesmo de tomar. Depois, derramava-se água fervendo por cima, coava-se e estava pronto. Ainda dá para fazer, com a brasa da churrasqueira ou da fogueira junina.

fondue: prato suíço servido na panela, do qual cada pessoa se serve mergulhando pedacinhos de pão espetados num garfo.

raclette: prato suíço cujo ingrediente principal são fatias de queijo derretidas.

talhadas: nacos, fatias.

desmilinguindo-se: perdendo a força, enfraquecendo-se.

Acabou a galinha ensopada? Acabou. Ficou só o caldo na panela de barro no meio da mesa. Logo voltava a panela para o fogo, rapidinho, de onde retornava fumegante, e alguém materializava um pão no caldo rico. **Fondue** caipira.

Também tínhamos a nossa **raclette: talhadas** de queijo mineiro afogadas na caneca de café quentíssimo. Em alguns minutos o café quebrava a elegância do queijo e ele vinha **desmilinguindo-se** elástico para cima do pão.

Quem soube apreciar no devido tempo a riqueza variada dos sabores caseiros abre melhor seu apetite para a longa viagem ao redor das mesas da vida.



...Ainda os direitos humanos

- Mesma humanidade, novos desafios
- Maior população, novos problemas
- As novas soluções: multilaterais, em redes, a longo prazo
- Quatro pontos para reflexão



José Gregori

Advogado, foi professor de Estudos Constitucionais na PUC-SP e um dos fundadores da Comissão Teotônio Vilela de Direitos Humanos. Entre outras funções no setor público, foi Ministro de Estado da Justiça (2000-2002); Embaixador do Brasil em Portugal (2002-2003); Secretário Nacional dos Direitos Humanos, Ouvidor da República; Coordenador Geral do Programa Nacional de Direitos Humanos, lançado oficialmente em maio de 1996. Atualmente, é Presidente da CMDH – Comissão Municipal de Direitos Humanos.

Nessas análises de mudanças ou transformações de cenários, vem-me sempre à lembrança David Hume, ao dizer que “a humanidade é sempre a mesma em todos os lugares”.

Ainda que tivesse razão, os desafios e problemas que a humanidade enfrenta são diferentes. Basta considerar que somos cada vez mais numerosos na Terra. Essa incessante variável demográfica, por si só, altera as similitudes entre as épocas e fases da humanidade.

Em 1825, quando Malthus elaborou o seu *Ensaio Sobre População*, cerca de um bilhão de seres humanos ocupavam o planeta. Nos cem anos seguintes esse número duplicou, e hoje avançamos para 6 bilhões.

Populações crescentes redundam em novos problemas para os quais buscam novas soluções, pois as antigas respostas já não satisfazem. Os modelos e instituições consagrados já não abarcam os temas e problemas colocados pela realidade dos novos fatos.

Presentemente, enfrentamos novos problemas ligados a direitos humanos, defesa das minorias, meio ambiente e narcotráfico. A realidade desses novos temas se impõe com ramificações e desdobramentos que escapam do que está estatuído, seja no campo do direito, das instituições, dos costumes, dos conceitos. Veja-se o caso dos direitos humanos: uma das iluminações das revoluções francesa e americana, representadas pelo ideal de homens e mulheres de boa vontade de não aceitarem mais como destino a opressão, a miséria e a injustiça, culminou na Declaração dos Direitos Universais, de 1948, que refundiu os direitos humanos, como exigência prática.

Colocados como vivências concretas do dia a dia, os direitos humanos passaram a requerer um tipo de motivação e estrutura de apoio e salvaguarda que penetrem no campo psicossocial, cultural e institucional, em âmbito nacional e transnacional. Constatou-se ser impossível conseguir-se um nível satisfatório de cumprimento dos direitos humanos básicos – por exemplo, ir e vir sem ser molestado ou agredido, participar dos bens da civilização, viver em paz, ter emprego e desfrutar dos benefícios do desenvolvimento e da cultura – sem uma rede que os assegure. Esse manto protetor deve se iniciar na consciência e na prática

David Hume: filósofo, economista e historiador escocês do século 18.

demográfica: de população, populacional.

similitudes: semelhanças.

Malthus: economista inglês que, no século 18, já se preocupava com o crescimento da população mundial.

redundam: resultam.

abarcam: alcançam.

estatuído: estabelecido.

iluminações: saberes, ideias brilhantes.

vivências: experiências.

salvaguarda: proteção e garantia.

da cidadania, se inscrever na Constituição de um país, passar pelo reconhecimento judiciário, penetrar nos governos e produzir, se necessário, **sanções** que superem os limites da soberania nacional. Sem isso, a criança brutalizada no Sudão ou no apartamento de classe média continuará na periferia de um mundo em que a vigência e a eficácia dos direitos humanos ainda não estão garantidas para todos. Basta o exemplo para concluirmos que, modernamente, os direitos humanos, para passarem do patamar das belas intenções abstratas para o das seguradas realidades, devem constituir um extenso arco que percorre desde o íntimo da pessoa até o reconhecimento internacional.

Minha experiência adquirida em anos de militância na área dos direitos humanos mostrou: aquele que acredita nos Direitos Humanos tem que ter uma visão de longo prazo. Nada acontecerá nesse campo de um dia para outro, mas será resultado de penosa e obstinada insistência. Por isso, hoje, há razões de sobra para julgarmos positivamente a marcha desses direitos.

Veja-se a proliferação dos focos de **inseminação**, com **miríades** de associações, núcleos, comissões, movimentos, ONGs, que demonstra que a sociedade abre-se para esses temas e faz pressão para sua **vigência** efetiva. Vejam-se, também, as dezenas de assinaturas e tratados internacionais para assegurá-los. No entanto, a realidade, principalmente nos grandes centros urbanos, é dura, e deixa a sensação de que a violência crescente, as discriminações às minorias, as agressões à natureza e o narcotráfico são males que vieram para ficar.

O problema é que nenhum desses males depende de soluções que interfiram num campo único e específico: quase sempre, ramificam-se em campos múltiplos. Será possível, por exemplo, combater o narcotráfico com resultados reais e duradouros, sem realizar uma pesquisa profunda envolvendo a universidade, a medicina, a sociologia, para entender por que uma pessoa se droga? Sem respostas consistentes para o porquê, surge o primeiro elo da corrente que culmina no crime organizado, e de nada vale o esforço de atacar as consequências. Da mesma forma, atacar os nichos de produção e rotas das drogas envolve providências a serem tomadas por vários países. Para que não seja um único país a determinar as providências a serem aceitas ou apoiadas pelos outros, há que se constituir um órgão internacional responsável por isso. Enfim, qualquer exemplo que se construa no campo desses novos temas, especialmente no dos direitos humanos, coloca a necessidade de um enfoque de tratamento maior e múltiplo.

sanções: medidas de reprovação ou aprovação.

inseminação: fecundação, multiplicação (da ideia).

miríades: enormes quantidades.

vigência: execução, validade.

Por isso, para concluir, desejaria deixar quatro pontos para reflexão:

Primeiro: só se alcançará uma sociedade organizada capaz de maximizar as relações solidárias, participativas e não antagônicas de seus membros por meio de vivência e eficácia dos direitos humanos. Uma visão desse tipo é desesperadamente utópica ou é possível? Julgamos realizável, desde que as pressões positivas da sociedade aumentem e superem resistências culturais, conceituais e institucionais.

Segundo: o problema de concretização de cada direito humano deve ser tratado como questão **multidisciplinar**, com ataque simultâneo aos vários campos que interfiram em sua realização. Como se fossem vasos comunicantes, no quadro geral desses direitos, dificilmente um deles existirá sem os outros. Pergunto: é possível a desviolência, onde não haja educação, acesso à cultura, desenvolvimento que assegure padrão de vida adequado, liberdade de opinião, respeito à criança e ao idoso, existência de cidadania militante, funcionamento de justiça rápida, acatada e valente, presunção de inocência e garantia de processo legal?

Terceiro: que se dê prioridade ao problema do reconhecimento internacional dos direitos humanos com sanções aceitas por todas as nações, a partir de uma decisão de organismos internacionais com jurisdição supranacional. Deve-se ir além da bela Declaração de Viena, adotada na última Conferência Mundial, que se limitou a reconhecer a legitimidade da preocupação internacional com a promoção e a proteção dos direitos humanos.

Quarto: que o direito à diferença seja considerado um dos direitos humanos. Os direitos humanos, a meu ver, só se realizarão se, acima de seu reconhecimento normativo e dos dispositivos de implementação, forem marcados na consciência coletiva como algo a ser respeitado no outro, ou no próximo, como ensina a lição cristã. Sartre dizia: "O inferno é o outro". Quem acredita nos direitos humanos dirá: "o outro é como se fosse eu, ainda que não seja igual. E o quanto dessa diferença é o quanto devo respeitá-lo". No fundo, a velha e insubstituível tolerância.

multidisciplinar:
que envolve
diversas áreas de
conhecimento.



vida é questão de parâmetro

- Um acidente, uma nova condição de vida
- Um desafio, um trauma superado
- Um novo parâmetro de vida
- Um sonho realizado



Lars Grael

Velejador brasileiro, 46 anos, duas vezes medalhista olímpico na classe Tornado, em 1988 e 1996. De origem dinamarquesa, é o irmão caçula da família Schmidt Grael, sinônimo de vela no Brasil. Sobrinho dos legendários Axel e Erik Schmidt, os primeiros grandes campeões internacionais de vela no Brasil, nos anos 60, Lars e seus irmãos desde pequenos aprenderam a velejar, a amar e a respeitar o mar.

Sempre que falo em vida me vem à cabeça o meu acidente em Vitória/ES, em 1998, que me custou a perna direita. Lembro de tudo como se fosse um filme. A fase inicial foi, sem dúvida, a mais dolorosa. Primeiro, a luta pela vida, semi-inconsciente, tentando vislumbrar se eu sairia daquela, e, se conseguisse, como viveria dali por diante. Eu era um atleta olímpico tendo de começar a pensar como seria a vida de um deficiente físico. Valeria a pena viver? Qual seria a aceitação da família? Qual minha relação com o esporte? Será que nunca mais competiria? Será que viraria treinador ou abandonaria tudo? No meu caso, o acidente adquiriu uma notoriedade tão grande, e deixou minha vida íntima tão exposta, que tive apenas dois caminhos: sentir-me fragilizado e tentar fugir da realidade ou assumir aquela nova condição.

Menos de quatro meses após o acidente, ocorreu uma regata tradicional do meu clube, o Rio “Sailing” Yacht Club, em Niterói, em homenagem ao meu avô Preben Schmidt. Tecnicamente, ela não tinha grande importância, era apenas uma confraternização, uma prova festiva para reunir os amigos. No entanto, para mim, parecia as Olimpíadas. Meu irmão Torben insistiu para que eu fosse velejar, para superar o **trauma**. Ele comprou um barco de 1933, de madeira. Se eu ficasse em último lugar na regata, a culpa ia ser do barco, e não minha. Renata, minha mulher, e outros dois velejadores foram comigo. Na categoria dos barcos antigos, nós fomos os vencedores.

Sempre fui muito competitivo. No colégio, fui goleiro de handebol e de futebol. Já fiz atletismo, boxe, vôlei, tênis, tiro e badminton. Adorava acabar minha velejada e dar uma corrida de 5 a 10 quilômetros. Sinto muita falta disso. Por sorte, posso fazer meu esporte predileto, que é a vela. Voltei a velejar em alto nível e conquistei vários títulos na supercompetitiva classe Star, como o bicampeonato sul-americano e o terceiro lugar no Mundial de 2009.

Nos primeiros dias, ainda no hospital, eu não tinha noção de quais seriam minhas limitações. Minha perna esquerda, por exemplo, tinha um corte profundo na coxa. Eu havia perdido a sensibilidade nessa perna. Nos primeiros dias, não sentia nada. Depois, comecei a mexer os dedos, em seguida o pé, para bem depois começar a mexer a perna. Eu achava que ia ficar em uma cadeira de rodas e me perguntava se valeria a pena viver daquele jeito. Mas a resposta era sempre sim. Se eu conseguisse ficar numa cadeira de rodas na beira do meu clube em Niterói, de frente para o mar, respirando ar puro debaixo de uma árvore, vendo

um filho meu crescer saindo de barco ali na frente, já valeria a pena. E meu grau de conforto foi aumentando.

Da cadeira de rodas, fui para o andador. Do andador, para a muleta. Depois, fui para a prótese, e recuei por falta de tempo. Hoje, com minhas muletas, faço praticamente tudo o que fazia antes. Criei um parâmetro de conforto de vida tão baixo, e aceitei que esse parâmetro seria bom o suficiente, que tudo o que veio depois foi considerado uma conquista.

Em 1996, cheguei ao Brasil com todo o gás após a conquista da medalha de bronze no Tornado nas Olimpíadas de Atlanta (1996). Foi quando eu e meus irmãos Torben e Axel, e também o velejador e amigo Marcelo Ferreira, criamos o Projeto Grael, um sonho realizado por onde já passaram mais de 10 mil jovens. Hoje, muitos estão no mercado de trabalho ou competindo em posição de igualdade com qualquer competidor. Na época, com meu ritmo de competição em alto nível, não imaginava que em dois anos minha vida mudaria completamente. Mas, com o passar do tempo, aprendi a me adaptar à nova vida e a dar valor a tudo o que ela me proporciona. O maior trunfo foi ter superado o meu próprio preconceito contra a condição de ser um deficiente. E posso afirmar que sou mais feliz hoje. A vida é uma questão de parâmetros. E sempre repito: nunca desista dos seus sonhos, pois o homem que não sonha não vive, apenas sobrevive.

parâmetro:
padrão, norma;
limite fixado;
elemento
característico.



o ladrãozinho

- O olho no mundo compartilhado
- Interlocução
- Verdade
- Empatia
- Sabedoria



Luiz Alberto Mendes

Escritor. Livros publicados: *Memórias de Um Sobrevivente* e *Às Cegas*, pela Companhia das Letras, e *Tesão e Prazer*, pela Geração Editorial. Para o teatro, escreveu os monólogos *A Passagem* e *Dois Mundos*. É colunista da *Revista Trip* e ministra oficinas de leitura e escrita.

Era dia de visitas na Penitenciária do Estado. Eu tomara banho cedinho e fizera barba. Estava ali, passando meu uniforme novo que guardava somente para os dias de visita, quase pronto para receber minha mãe. Fazia questão de estar no meu melhor possível, ela merecia. Estendi meus olhos ao longe, através da janela, a pensá-la.

Sou filho único. Só tinha minha mãe por mim. Ela, evidentemente, só tinha a mim por ela. Meu pai jamais participou desse afeto. Era estrangeiro. Tinha um ciúme dessa relação... Parecia absurdo. Dona Eida dizia que era por isso que ele me espancava tanto. Sempre que nos via em nosso mundo de amor particular, caçava um jeito de bater em mim.

Visitava-me quinzenalmente, era meu olho no mundo. Tudo que ela via lá fora de interessante e importante guardava para me contar. Como sabia, eu ia querer detalhes. Anotava tudo, memorizava e vinha já pronta para falar as coisas inteiras. Nunca mais encontrei essa qualidade de amor em mais ninguém.

Conhecia quase todos os livros que eu lera. Sempre que considerava um livro bom, passava para ela, depois de ler. Podia esperar. Nas semanas seguintes, ela viria com ele lido. Prontinha (minha mãe era pequenina: 1,42 metros de altura) para discuti-lo em profundidade comigo.

Sempre foi minha maior **interlocutora**. Eu assistia às suas novelas somente pelo prazer de comentar com ela, mesmo sem gostar. Nossos encontros eram de verdade. Nós nos tornávamos mais amigos que mãe e filho. Não havia afagos, carícias, estranhamente. Havia, antes disso, respeito e dedicação total. Visitou-me 20 anos na prisão, sem falhar. Jamais me deixou em falta de nada.

Sempre me educou com a verdade. Sexo, por exemplo, ela nunca mentiu. Sempre respondeu como sabia. Não sabia muito. Provavelmente eu sempre soube mais que ela. Mas falávamos francamente.

Lembro-me, a título de ilustração, que numa dessas festinhas de aniversário de crianças, eu conversava com uma garotinha de minha idade. Teria uns cinco anos. Disse-lhe que a criança nasce da barriga da mãe, e não é a cegonha que a traz. Foi um escândalo na rua! Dia seguinte, havia um grupo **patético** de mães na porta de

interlocutora: aquela que fala com o outro (e também em nome do outro).

patético: que desperta piedade e tristeza; tocante; trágico.

casa, brigando com minha mãe por haver me ensinado aquilo. Absurdo, onde já se viu ensinar isso ao menino?

Claro que a poupava da minha vida na prisão. Ela bem que vinha especulando, mas eu disfarçava e a tirava do assunto. Essa parte de minha vida só dizia respeito a mim. Então, os assuntos eram sempre relativos às coisas lá de fora. Ela me passava verdadeiros relatórios sobre o que acontecia no bairro, na rua e na família.

Às vezes, ficamos malhando a família, e meu pai era sempre a vítima preferida. Ela chegava e eu já perguntava o que ele tinha aprontado naquelas semanas. Então ela desabafava. Chegava a chorar às vezes. Discutíamos também. Ela apelava: quando não tinha mais argumento, chorava. Então, totalmente desarmado, eu cedia. Não antes de registrar o fato. Era covardia dela.

Nós nos amávamos diferentemente. Nos sorrisos, no olhar molhado e na **abnegação**. Tudo era consistente e sólido como dedos fechados em uma mão. Um amor que se refazia a cada quinzena, na prática.

Eu a amava com todas as possibilidades que alguém tem de amar alguém. Amava triste, arrependido por tudo. Eu a fizera sofrer demais. Olhar aquele rosto redondinho, de lábios finos e seus olhos vermelhos, já tão sofridos, dava a maior vontade de chorar. Amar como eu a amava e ciente de que eu era a causa de sua maior dor e de quase todo o seu sofrimento me deixava abaixo de nada.

Então, naquele dia, esperava minha mãe. Desci para o pátio, tranquilo, e fiquei andando com um amigo, aguardando que ela chegasse. Não demorou muito, e minha matrícula foi colocada na lousa. Era ela, pontualíssima, como sempre. Era uma das primeiras visitas a entrar na Penitenciária. Também, me visitava há mais de década, todos a conheciam e a protegiam. Inclusive funcionários e funcionárias.

Levei-a para minha cela. Acomodei-a na minha cama. Coloquei o travesseiro em suas costas e lhe servi um copo de água. Um torpor, algo vago derramava-se em mel de seus olhos. Quando consegui relaxar do esforço para chegar até ali, então iniciou o diálogo.

Percebi que ela estava diferente. Havia algo de nuvem e sol em seus gestos. Queria contar algo especial que acontecera nas semanas, mas era algo sério. E, com certeza, tinha algo a ver comigo. Irradiava uma emoção áspera; coloquei-me na posição de ouvinte atento e escutei:

abnegação:
desprendimento,
sacrifício voluntário
pelo bem de
alguém, de uma
ideia ou de uma
causa.

— Eu fui roubada, sábado passada, na feira lá da rua.

— É, mãe?! Puxa, como foi isso? Machucaram a senhora, sabe quem foi? Que filho da puta! É lá do bairro? Minha visão se estreitava; minha mãe era sagrada e havia de ser respeitada mesmo que a ferro e fogo.

— Não, meu filho, tudo bem, já foi, passou. Vou te contar como foi.

E lá veio a história toda. Escutei febril, não era possível que houvessem abusado da minha velhinha. O pessoal lá do bairro não podia ter deixado.

Ela fora fazer a feira para a semana. Estava com o dinheiro contado. Teria que economizar, pois demorava o dia do pagamento.

Pegou um menino que estava com um carrinho de mão, para acompanhá-la enquanto fazia suas compras. Era o “carreto”. Eu mesmo fizera aquele trabalho, em minha infância, durante anos. E naquela feira mesmo. Ela falava e eu lembrava os carrinhos de rolimãs e caixotes de laranja que montava. [Bucólico](#) lembrar.

Estava até contente porque, como sempre, viera no final da feira para pegar as coisas mais baratas, e conseguira. Comprara tudo o que necessitava para a semana com o pouco que tinha.

Quando foi dizer ao garoto a direção em que seguir, percebeu que este havia fugido com suas compras. Ela fora roubada, [irreversivelmente](#). Chorou, desesperou-se. Não tinha mais dinheiro para fazer novas compras para a semana.

Passou o dia todo deprimida. Por fim, pegou algum dinheiro emprestado de uma de suas inúmeras comadres, fez as contas novamente, e pronto. Estava tudo certo de novo. Eu já fizera aquilo muitas vezes, quando fazia aquele trabalho. Era um golpe conhecido, e ela sabia disso. As queixas chegavam lá em casa, às vezes.

No sábado seguinte, foi no mesmo horário fazer a feira. Disse que queria surpreender o menino.

Pronto! Só faltava essa, será que ela prendeu o ladrãozinho? Não, não podia ser! Mas ela tinha todo o direito. O dinheiro dela era suado, estaria certa se o prendesse. Havia um preconceito; como a mãe de um preso podia querer prender alguém, sabendo o sofrimento que era?

[bucólico](#): simples, singelo, natural.

[irreversivelmente](#): de um jeito que não pode voltar atrás; sem remédio.

Encontrou o garoto e o cercou, antes de ele perceber o que estava acontecendo. Então fez o que me enchia de razão de gostar tanto de minha mãe, disse a ele:

— Olha, menino, meu filho começou assim como você, e aqui mesmo nessa feira. Ele roubou várias mulheres que confiavam nele, como eu confiei em você. Sabe onde ele está agora? Na Penitenciária do Estado, preso e condenado para o resto da vida! Não faça mais isso, não dê esse desgosto à sua mãe! Eu podia te denunciar ao guarda ali, mas não o farei. Tomara meu filho pudesse ter alguém que o compreendesse como eu te compreendo. Não faça mais isso!

E o contratou para fazer um novo carroto para ela. Confiou novamente no menino, fez a feira toda com ele atrás, sem vigiá-lo. O menino levou suas compras até em casa. Depois de ajudá-la a colocar tudo na mesa da cozinha, ela foi pagá-lo do carroto. O menino não quis receber. Ainda disse a ela que sempre que fosse à feira, que o procurasse. Estaria à disposição dela e não deixaria que a roubassem. Ela deu-lhe um lanche e um suco gelado. Ficou conversando por mais uma hora, contando o que sabia de minha vida.

Eu, que temi que ela prendesse o ladrãozinho, não esperava uma tal atitude dela. Era grande. E o menino foi maior ainda. Eu, a meu tempo, quando era reconhecido, saía correndo. Também as minhas vítimas queriam bater, prender, e não aconselhar.

Nossas conversas seguiram para outros caminhos, mas essa história me marcou e, acho, ao menino também.



vire de ponta-cabeça

- Vida é viagem
- Inteligência, adaptação e superação
- Um dia de cada vez
- Cuidar da própria vida X cuidar da vida para todos
- Outro modo de ver o mundo



Mara Gabrielli

Psicóloga e publicitária, tetraplégica, é vereadora da cidade de São Paulo e foi eleita Deputada Federal em 2010. Fundadora da ONG Projeto Próximo Passo, hoje Instituto Mara Gabrielli, foi Secretária Municipal da Pessoa com Deficiência e Mobilidade Reduzida da Prefeitura de 2005 a 2007.

Acredito que todos nós tentamos encontrar um jeito de encarar a vida. Conscientemente ou não, a gente acaba por elaborar métodos que continuamos acreditando ser a melhor forma de viver. Algumas pessoas passam a maior parte do tempo desta viagem (para mim, a vida é uma) pensando em como fazer melhor este roteiro. Esquecem que viver, em si, já é uma aventura gratuita. Com passaporte para amores, sabores e riscos que esporte radical nenhum pode oferecer.

Vocês não imaginam o quão arriscado pode ser um passeio de cadeira de rodas em uma rua esburacada. Tomar banho de mar sem se mexer, contando com a força de quem te segura, nem se fala! E conhecer pessoas que se comunicam com o piscar dos olhos? E ainda escrevem livros assim! Olha, os gênios do mundo que me perdoem, mas, para mim, a genialidade é a síntese da inteligência, do poder de adaptação e da capacidade de superação. Tá aí Stephen Hawking para comprovar a minha teoria.

Outro exemplo de beleza e vida é a minha amiga Leide Moreira, que perdeu todos os movimentos, inclusive a fala, e escreveu dois livros de poesia. Pessoas assim, precisam de um único movimento para serem produtivas. O estímulo que perpassa a alma: a vontade de viver. Ela pode te mover para onde quiser. Acredite. Posso lhe dar exemplos próprios.

O que você acha de saber que tem 1% de chance de voltar a andar e se tornar vereadora da principal cidade do País? E como a mulher mais votada, diga-se de passagem. Sinceramente, você acha que uma vida “normal” pode te surpreender mais que a minha? Eu fico com todas as adversidades que cruzaram o meu caminho. Elas foram capazes de fazer eu me mexer de verdade. Meu movimento não é mais individual. Agora, ele se reflete em ações coletivas.

Surpresas assim, como estas que te assustam, acontecem com alguns sortudos que conseguem em uma dessas viagens loucas da vida perder o controle do roteiro. E aí, em uma guinada brusca, reaprendem a viver. Sem se cobrar tanto, sem pensar no que é certo. Apenas no que te realiza. Pode ser uma realização curta, em um dia só. Pode ser instantânea, em um momento, até em um minuto. Não se sabe. A certeza é que esses privilegiados encontram um atalho que faz com que se sintam vivos de verdade. Sem planejamento rigoroso. Bom, eu me considero uma dessas pessoas.

Desde que sofri o acidente que me rendeu uma tetraplegia, conheci um universo novo. E não no que diz respeito às deficiências. Antes de estar em uma cadeira de rodas eu já havia cuidado de uma garota tetraplégica. Também fui apaixonada por um cadeirante. Posso dizer que pessoas com deficiência, de certa forma, já faziam parte da minha vida, indiretamente. O mundo ao qual me refiro é outro: um universo de pessoas que buscam viver um dia de cada vez. Em que a sensibilidade conta mais que os movimentos. Um universo incrível no qual eu podia descobrir muita coisa.

Teoricamente, a única coisa que difere a vida de alguém com deficiência são as possibilidades de acesso que ela terá para fazer as mesmas coisas que você. E foi por conta disso que resolvi espalhar a sementinha da inclusão em São Paulo. Depois que me tornei cadeirante, vi que a deficiência não estava nas pessoas, e sim na cidade. Decidi, então, que, ao invés de me esforçar planejando a minha nova vida, eu iria melhorar a vida de todo mundo junto. Eis aí o meu grande segredo sobre cuidados com a vida.

Sabe, às vezes, precisamos sentir o que é viver de verdade. E ninguém vive sozinho, olhando para o próprio umbigo. Acredito que minha condição física me ajudou a entender a realidade de outras pessoas. Me ajudou a me conhecer, enfrentar meus limites físicos, emocionais e psicológicos. Hoje, não sou mais tão controladora, ansiosa. Ainda planejo a minha vida. Mas agora o roteiro é diferente. Minha única obrigação diária é ser feliz. Não sinto mais aquela urgência de vencer, mas mesmo assim eu sigo vencendo! Não trabalho mais só para ter lucro, mas ganho todos os dias a recompensa de um trabalho bem feito. Olho para as pessoas que acreditam no meu trabalho. E ganho o meu dia.

Não estou dizendo que dinheiro não é importante, afinal, ele me dá condições de ter acesso aos serviços de que muita gente precisa mas não tem. Simplesmente, esse não é mais um dos meus objetivos de vida.

Sabe, algumas pessoas precisam virar a vida de cabeça para baixo para encarar as coisas desde uma nova perspectiva, com um novo olhar. Eu encontrei nesta bagunça um caminho para reaprender a viver. E, aliás, eu recomendo esta posição: tente ver o mundo de um ângulo diferente. Você já ficou de cabeça para baixo?



A gota d'água

- Adaptar-se à falta X adaptar-se à abundância: uma experiência curiosa
- Desigualdade mundial no consumo diário de água
- A importância de conhecer a origem e o destino da água que consumimos
- “Sem água, sem vida”



Margi Moss

Nasceu em Nairobi, no Quênia, veio para o Brasil em 1979 e nunca mais saiu. Em 1985 casou-se com o piloto inglês naturalizado brasileiro Gerard Moss, com quem deu a volta ao mundo no monomotor “Sertanejo”. Exímia fotógrafa, registrou todas as viagens, escreveu cinco livros e várias matérias em revistas nacionais e internacionais. É especialista em aves brasileiras, sua outra paixão.

No momento em que escrevo, já se passaram 166 dias sem cair uma gota de chuva no meu quintal no Lago Sul, Brasília. A grama está totalmente ressecada, as folhas das árvores (as que ainda têm folhas) encolheram e a falta dos insetos que proliferam com as chuvas está deixando os pássaros esfomeados.

Muitos brasileiros não sabem o que é passar por uma experiência como essa, e muitos outros – especialmente no Nordeste e no Centro-Oeste – convivem periodicamente ou permanentemente com a falta de água.

Fiquei imaginando como seria se pegássemos duas famílias, uma acostumada com chuva regular e outra acostumada à carência de água, e fizessemos uma troca de moradias, mesmo por uma semaninha.

Na comédia *Trocando as Bolas* (*Trading Places*, em inglês, 1983), dois irmãos ricos apostam e tramam a troca de vida entre um colega investidor da bolsa de valores e um malandro sem teto. A história é um pouco ingênua, mas a ideia é interessante: o ladrão esperto (Eddie Murphy) se adapta facilmente ao upgrade para o mundo privilegiado, enquanto o ex-rico/novo-pobre (Dan Akroyd) completamente arrasado, perde todos os amigos e a noiva, e mal sabe sobreviver.

No filme, os dois mudam de vida em termos de ascensão social, moradia, acesso a clubes privados, etc. E se, além disso, acrescentássemos à história um elemento absolutamente crucial para a sobrevivência, como a água? Se pegássemos uma família que reside numa mansão em um bairro nobre de São Paulo e trocássemos sua moradia pela de outra família, pobre, que mora em um casebre de pau-a-pique no sertão paraibano?

Assim como o ladrão esperto do filme, a família da Paraíba instalada em São Paulo logo aprenderia a conviver com água jorrando de um chuveiro com a força de uma cachoeira; com água esguichando da torneira da pia; água abundante usada até para lavar calçadas, carros e encher piscinas. A família logo concluiria que não vale a pena o esforço monumental de girar a torneira para fechá-la em seguida ao lavar a louça: mais fácil é deixar aquela água limpa escoando pelo ralo. É água, para se “servir à vontade”.

upgrade: palavra do inglês que significa “aumento de nível, melhoramento, aprimoramento”.

ascensão: subida, elevação.

E lá no sertão, como seria a adaptação da família paulistana? De todos os desconfortos que sentirá, a falta de água é o que mais incomodaria. Buscá-la no lombo de burro a quilômetros da casa, ou trazê-la de volta em velhos galões enferrujados acomodados em cima da cabeça, seria uma experiência traumática. E qual seria a reação ao ver que a única água disponível no açude distante é barrenta? E que o mesmo açude é usado por outras pessoas para lavarem roupas e panelas? E também por vacas, bodes e cachorros – enfim, todos os bichos – para dessedentar-se? Diante disso, o zelo para curtir um banho de meia-hora, ou desperdiçar litros de água para lavar os pratos, ou limpar a carroça, logo seria cortado na raiz! A água seria muito mais valorizada e todos iam cuidar para não desperdiçar uma gota sequer. (E nem vou me estender no assunto dos possíveis casos de diarreia em todos os membros da família paulistana...)

Segundo a ONU, o consumo diário ideal por pessoa é de 110 litros de água. Em São Paulo, a média é de 300 litros por dia, volume inconcebível para um morador do sertão, onde cada gole é buscado com suor.

Em certas regiões da África, o consumo per capita beira míseros 4 litros por dia, volume igualmente inconcebível segundo nossos padrões. E como tudo é exagero na capital do país, uma pesquisa de 2009 aponta a região do Lago Sul de Brasília como o maior consumidor do mundo: 1.000 litros por pessoa por dia!

Lá, a maioria das residências tem piscina. E, acredite, muitas não têm filtro. Semanalmente, um piscineiro contratado faz o trabalho de retirar as folhas caídas, bombear para fora 5.000 litros (ou mais) de água e colocar o cloro. Logo em seguida, enche novamente com água tratada da CAESB. Não bastasse isso, alguns moradores insistem em manter seus jardins floridos e com a grama verde, mesmo nos longos meses da seca.

Como existem crianças que não sabem que o leite sai da vaca e que as laranjas nascem em árvores, também somos milhões que não têm ideia de onde vem a água que usamos diariamente. De algum rio, uma represa, um aquífero, da chuva?

Se não sabemos, ou não nos importamos com a proveniência da água que aparece milagrosamente, pura e cristalina, quando abrimos a torneira, como iremos nos importar com o seu destino depois que a utilizamos? A ironia é que justamente o elemento de que mais precisamos em estado de pureza para beber e continuar vivos é também o que usamos para limpar nossos detritos e sujeiras.

regime: o conjunto de variações na forma como um líquido se escoia, ou no seu volume (rios, chuva...).

sucintas: resumidas, breves, concisas.

No Brasil, temos a sorte de viver num país de água, água fornecida gratuitamente pelas chuvas abundantes que enchem o subsolo, os rios, lagos e reservatórios. Mas, no futuro? Qual será o impacto do desmatamento da Amazônia e das mudanças climáticas no regime de chuvas? Mesmo que não moremos no sertão, está na hora de cuidarmos melhor de cada gota.

As palavras sucintas do navegador neozelandês Sir Peter Blake, assassinado por ladrões a bordo de seu veleiro em Macapá, em 2001, são claras:

Good water, good life

Bad water, bad life

No water, no life.

Água boa, vida boa

Água ruim, vida ruim

Água nenhuma, vida nenhuma



Minudências e formigas

- O que se vê e o que não se quer ver
- Somos suficientemente bons?
- O fio que nos liga
- Cuidado é minudência
- Onde aprender a cuidar



Maria Betânia Ferreira

Atua no campo da educação desde 1967. Vive na França desde 2002, onde escreve artigos e histórias, faz traduções e edições, inventa publicações e tece redes de projetos ligados a educação e leitura-escrita; é membro da AWE – Association for World Education.

*Poderoso para mim não é aquele que descobre ouro.
Para mim poderoso é aquele que descobre as
insignificâncias (do mundo e as nossas).
Por essa pequena sentença me elogiaram de imbecil.
Fiquei emocionado e chorei. Sou fraco para elogios.*

— Manoel de Barros

As formigas fazem pontes sem precisar que alguém diga o que cada uma delas deve fazer. Por que nós, gente, temos que pensar nisso? Cada um fica de olho nos outros: quando eles fizerem as coisas certas e boas, eu faço também. Quanto quebra-pau entre os que querem melhorar o mundo, coisa chata... Nos últimos dois meses, o Facebook virou um campo de batalha de bem-intencionados machucando uns aos outros a golpes de “excluir dos meus amigos” e brandindo palavras como se fossem espadas, e em nome da democracia, ainda por cima... Se não fosse virtual, estávamos perdidos. Ou mais perdidos, porque perdidos já estamos. Cruz credo.

Era nesse tipo de vaivém redemoinhoso em que o miolo de todo mundo tropeça e cai de vez em quando que eu seguia meu caminho pela escadaria que leva ao subterrâneo de uma das cidades mais bonitas do mundo: Paris. Último degrau, e pronto: outro mundo. Lá em cima, sorrisos passeiam ao sol de um domingo bonito, olham vitrine, tomam sorvete, pressa pra quê? Cá embaixo, não somos mais que passos. Uns **casmurros** e outros **macambúzios**, somos seres cada um por si, preocupados com a hora do próximo metrô, tomara que tenha lugar, tomara que nenhum pedinte venha pedir pra mim, acabou-se o que era doce. As pontes de formigas e os duelos de palavras devem ter caído em algum lugar na escada e já foram esmagados pelos passos. Aqui é real, e estamos perdidos, cada um em seus próprios interesses, canseiras e pepinos.

casmurros:
fechados em si
mesmos, retraídos.

macambúzios:
taciturnos,
melancólicos,
carrancudos.

incólume:
ilesa, inata, sem
alteração.

Me ajude, por favor.

Ela deve ter a minha idade. Devo ter cara de ingênua ou de mole, porque sempre é pra mim que sobra o pedido. Ela deve ter a minha idade. Estende a mão, sentada no chão sujo da plataforma suja do metrô sujo desta bela cidade lá de cima

que é tão suja aqui embaixo. Passo reto. Passo. Passo **incólume**: acho que ela não me viu. Avanço, mais longe, mais ao fundo da plataforma, alguém vai ajudar, eu que não. Mais uns metros, e passa o incômodo.

Passa nada. Faz exatos 35 dias e 768 quilômetros. Não passou e nem passa mais. Ela veio comigo, muito mais forte, pesada e real do que se eu a tivesse olhado e ajudado pequenininho naquele dia. Faz 35 dias e 768 quilômetros que eu penso nos filhos e netos que ela certamente tem, no frio que aumenta à medida que a Terra se distancia do calor e da luz do Sol em sua órbita rumo ao inverno, e ela não usava meias, e ninguém em sã consciência escolhe sentar-se naquele chão sujo só por vontade de fazê-lo, e, que vergonha, eu acelerei o passo ao passar por ela, e o que será que eles se dizem entre eles no final dos dias em que todo mundo acelerou o passo, e... e... (não tem fim): e agora ela se arrasta com seus pés azuis de frio ao meu lado, por onde eu for, espiando por cima do meu ombro a lasanha que eu como, olhando comigo o filme que me faz rir. E as formigas fazem pontes sem que ninguém diga como, nem por que, nem nada. Elas sequer se perguntam seja lá o que for (pelo menos eu acho), não precisam disso.

No mural do Facebook de Lili, hoje cedo, estava escrito em inglês, em letras brancas num quadrado preto: **Passamos muito tempo nos perguntando por que não somos suficientemente bons**. Era cedo, só umas duas ou três mãozinhas com o polegar para cima indicavam “curti!”. No final do dia vai ter um monte. Depois que Lili virou estrela, tem gente à beça fazendo questão de marcar presença na vida dela clicando “curti!”. Antes não era assim. Fico sem jeito de clicar “curti!” porque eu não sei se eu curti, porque eu não quero dizer que “curti!” sem saber se “curti!” mesmo, porque eu não posso não ser verdadeira com Lili. Afinal, passamos ou não muito tempo nos perguntando isso? Não sei. Não sei nem se como um TODO – que é como as formigas agem quando fazem aquelas pontes – sabemos o que é SER BONS. Bons para alguma coisa? Bons de bonzinhos? Bons se não fizemos maldade? Mas uma coisa é certa: passamos muito tempo nos perguntando. As mais variadas coisas. Enquanto isso, as formigas já fizeram mil pontes, carregaram mil farelos, limparam o formigueiro e o meu jardim dos restos do jantar de ontem e ouviram a cigarra de **La Fontaine** cantar e tocar seu violãozinho. E nós, metidos a grande coisa, continuamos suspensos por um fio.

La Fontaine: escritor francês do século 17, autor de fábulas.

Ariadne: Na lenda do Minotauro, era quem dava um fio ao herói Teseu para que não se perdesse no labirinto.

Cronos: Deus do Tempo, na mitologia grega.

*O tempo é um fio
fio de aranha fio de renda
fio de telefone sem fio
fio de **Ariadne** pra sair do labirinto
fio maravilha*

*fio esticado, tenso, por um fio
corda bamba
e nos equilibramos,
às vezes corda de salvação, proteção no abismo,
(o cara que inventou o fio deve ter sido Cronos).
Ariadne nos aguarda na hora do nascimento
e nos dá o fio, a ponta do lado de cá.
Dali pra frente, fio na mão como que levando a vida pela coleira,
vão-se ligando as coisas
e as coisas vão passando e nos ligando.
No caminho o fio pode quase romper.
Dá-se um jeito. Vai-se levando.
Formam-se nós (os nós e nós mesmos).
Tecem-se sombrias dúvidas
e claras, efêmeras certezas.*

Quando falares, cuida para que tuas palavras sejam melhores que o silêncio. ¹

**Preciso de todas as palavras do mundo para aprender o que calar.
Preciso de todas as palavras do mundo para aprender a deixar folhas em branco.**

Ele se chama **Minigância**. Ou **Minudência**, se você não gostar do som gaúcho da palavra Minigância: é a mesma coisa. Nome e apelido, ou vice-versa.

É o deus das coisas minúsculas, dos mínimos, dos pormenores, das miudezas, ninharias, nadicas de nada, minúcias, nonadas, ossos de borboleta, dá-cá-aquela-palha, quiquiriquis e farelinhos.

É o deus dos cuidados com a vida. E o que ele me pede para fazer é abrandar, suavizar, atenuar, aliviar, mitigar, tornar menor, diminuir. Como é que eu sei? Ele pousou no meu ombro, dia desses, de passagem, viajando entre uma miniatura e um resumo, com uma história que me contaram. A história é pesada, mas eu também vou contar.

efêmeras: que duram pouco, passageiras, transitórias.

minigância: expressão gaúcha que significa miudeza, coisa pequenininha.

minudência: atenção escrupulosa, muito cuidado.

Manhãzinha, um trem pegou uma moça que ia pra escola e, distraída, perdida em algum pensamento redemoinhoso, não viu o sinal fechado. Fim. Triste, trágico, terrível, traumático, nem com todos os Ts do mundo a gente conseguiria dar uma ideia do fim de uma vida assim. Mas fim de vida é coisa de todo dia, toda hora, certeza límpida : uma hora, o fio acaba. E então? E então que eu ali, nessa história da moça que foi atropelada pelo trem quando ia pra escola, me enredei em mais um fio que nunca mais vai soltar de

mim. O tal fio, o mesmo que ajuda as formigas na hora de fazer ponte, e que um dia a gente, humana gente, se o deus das coisas pequeninas nos ajudar, pega e não larga mais. O acidente aconteceu, e tudo o mais que a gente imagina – o horror de quem estava lá, o choro do maquinista do trem, a ferrovia paralisada, os olhos arregalados, os medos, os não-sei-o-que-fazer, tudo isso que é triste, que dói, e que só a presença do deus das minúcias pode ajudar a suportar passavelmente. E então? Então que o pior de tudo o que ficou na memória de quem estava lá ou ouviu dizer não foi nada disso. Eu sei, eu estou dando voltas no fio, mas é porque é triste e a gente acaba querendo evitar pôr palavras na tristeza, pra ela não ir adiante. Bom, façamos a ponte com essa tristeza que é de todos nós: um dos bombeiros que vieram tratar do assunto, que é fazer o que tem que ser feito quando uma tragédia acontece, acaba de lavar os trilhos e diz: “Podem levar o trem embora”. Silêncio pesado. Como assim, levar o trem embora, sem lavar? “Os ratos vão dar jeito nisso numa noite.” Como o deus dos pormenores não estava lá, ninguém conseguiu esmiuçar até achar o que dizer. O trem se foi, e cada um acabou indo também pro seu lado. Lavar o trem teria lavado um pouco, pelo menos um pouquinho da dor.

Não mudava nada, mas mudava, sim. Abrandava, suavizava, atenuava, aliviava, mitigava, tornava menor, diminuía. Todas essas coisicas miúdas e delicadas que objetivamente não servem pra nada, nem medidas podem ser, são elas que a gente faz por bem puro e simples, e que nunca têm erro. Somando todas, se fazem pontes. Não pergunte às formigas, porque elas não iriam parar de fazer pontes para lhe explicar. Mas pode ter certeza: é assim. Com escrupulo, com toda a atenção. Com miudeza, que é rigor e cuidado no fazer. Fazer o que, então?

Minigância não fala: pede a um amigo que nos mande um e-mail com resposta que ele daria.

A aventura da vida é aprender.

O propósito da vida é crescer.

A natureza da vida é mudar.

O desafio da vida é superar.

A essência da vida é cuidar.

A oportunidade da vida é servir.

O segredo da vida é ousar.

O tempero da vida é ser amigo.

A beleza da vida é dar.

A alegria da vida é amar.

Lobisomem? É tudo aquilo de que a gente tem medo sem saber direito o que é; nunca viu, quando vê nunca tem ninguém por perto. Todo mundo vê lobisomem quando está sozinho. Depois quase ninguém acredita, porque cada um só acredita é no seu próprio lobisomem, no seu próprio terror.

...

Meu amigo chegou atrasado. Só tive pra ele palavras ásperas.

Cansaço, cansaço de um mundo assim, tanta coisa errada, tanta gente fazendo bobagem.

Eu sei, eu sei, sou coautor deste mundo. E nada a mim é feito de que eu não seja autor.

...

Me ajude, Minigância. Me ajude a compreender como as coisas se passam no miúdo mais **ínfimo** das partículas, porque assim eu vou saber decidir, porque decidir é escolher entre dois seres humanos que eu poderia ser: o que faz assim e o que faz assado. Quando eu decido (ajudo, não ajudo, falo, calo, puxo, empurro) é que eu descubro que tipo de gente eu sou, o que é que importa pra mim, e até se eu quero MESMO ser essa tal pessoa. Eu posso me modelar, não posso? Mas... O mundo? Demais pra minha pequenez.

...

Minigância chega voando em tapete mágico de palavra de amigo a quem a gente pede ajuda quando se sente pequenininho demais pra tanta responsabilidade:

Uma amiga querida pediu que eu escrevesse algo sobre cuidar da vida. Poderia passar o resto da minha vida “cuidando” da tarefa... Então decidi focar nas vidas das duas envolvidas.

Nos conhecemos nos anos 70, quando um estado totalitário “cuidava” da vida de todos os brasileiros, inclusive de acabar com a vida de vários deles. Minha atual amiga era minha professora. Cuidou das vidas dos alunos ensinando inglês, então a “língua do mundo”. Acho que, se nos encontrássemos hoje, ela me ensinaria chinês, o que remeteria nossas vidas a outro estado totalitário (como o Brasil daquela época) que também ceifa vidas. Voltemos à grandiosidade de ensinar a língua do mundo, num momento histórico onde o inglês era associado ao “colonialismo americano”.

Acho que minha amiga nem imaginava o poder de fogo que o idioma ensinado por ela nos daria para cuidar de nossas vidas. No meu caso, me possibilitou ouvir e ler o budismo, direto de grandes mestres. E assim cuido de minha vida e da de outros infinitos seres, em orações, desejos auspiciosos ou simplesmente na maneira como me relaciono com o mundo que me cerca.

Minha amiga também cuidou da vida dela fazendo escolhas ousadas. Muito antes de a Angelina Jolie desfilar ao mundo uma família multirracial, lançando uma nova

“moda” entre as celebridades, minha amiga já havia feito essa escolha.

E assim cresci num estado branco e racista vivendo bem próxima a pessoas que cuidaram de viver conforme seus corações mandavam. E, conseqüentemente, cuidaram da vida dos seres que as rodeavam mostrando uma outra possibilidade além do lugar comum. Um “cuidado” que considero indispensável para viver feliz.

Pensando em nossas vidas, de forma muito resumida, sou particularmente grata a pessoas que cuidam da própria vida e da vida dos outros ouvindo as escolhas do coração, que nem sempre são sensatas, mas vêm carregadas da boa motivação, indispensável para a evolução dos seres humanos.

Seguindo o que considero bons exemplos, é assim que eu quero cuidar da minha vida e das dos outros seres, buscando a motivação pura, muito bem guardada nos nossos corações.²

Minigância conhece os livros que vieram viver conosco e aponta aonde o olho deve mirar pra ler resposta que ele daria.

“Em nossas vidas mais privadas e subjetivas, somos não só as testemunhas passivas de nossa era, e suas vítimas, mas também seus artífices. Nós fazemos nossa própria época.”³

“Por nossa natureza humana ser como é – nós somos os nossos relacionamentos, e nosso mundo é tal que o criamos juntos através de nossa condição humana comum –, há uma base física **subjacente** ao **imperativo** moral “só faça aos outros o que quer que façam a você mesmo.”⁴

O coração na mão que executa.

Empatia total.

Reconhecer em cada outro concretização de algo que também sou ou poderia ser: assassino, poeta, tolo, gênio, estúpido, dançarino, político, correto, herói, traidor.

Calhamos de cair no mesmo barco para nos salvarmos mutuamente.

ínfimo: diminuto, muito reduzido.

subjacente: que não se percebe, mas está por baixo de alguma coisa.

imperativo: comando, ordem.

empatia: capacidade de se pôr no lugar da outra pessoa para conseguir entendê-la.

1. Provérbio indiano.
2. Luciana Canarim, jornalista, editora-chefe da TV Bandeirantes.
3. Carl Gustav Jung, em *Sobre o Sentido da Psicologia para o Homem Moderno*.
4. Danah Zohar, em *O Ser Quântico*, falando do filósofo Kant.



Do mal será queimada a semente...

- Queimar a semente da maldade para cuidar da vida
- Transformar a agressividade em força positiva e virtuosa
- Adesão consciente às mortes cotidianas
- Esperançar em lugar de esperar
- Cuidar da vida não é encargo: é patrimônio



Mario Sergio Cortella

Filósofo, Mestre e Doutor em Educação pela PUC-SP, na qual é professor-titular; autor, entre outros livros, de *Qual é a Tua Obra?*

Não me canso de ouvir e meditar sobre os sábios versos cantados um dia por Nelson Cavaquinho na inspiradora *Juízo Final* (de Élcio Soares e do próprio Nelson Cavaquinho):

*O sol há de brilhar mais uma vez.
A luz há de chegar aos corações.
Do mal será queimada a semente.
O amor será eterno novamente.
E ele esperançosamente insiste:
É o Juízo Final, a história do bem e do mal.
Quero ter olhos pra ver
a maldade desaparecer.*

O melhor, porém, é a boa profecia, pois ao final da música deve ser repetido duas vezes o especial desejo:

*O amor será eterno novamente...
O amor será eterno novamente...*

Piegas? Não. Romântico, belamente romântico e fundamentalmente vital.

Ora, se a força está aí, no verso final, por que, então, colocar como título Do mal será queimada a semente? Porque os cuidados com a Vida, que podem nos levar à eternidade amorosa, requerem que sejamos ativos na queima da semente da maldade.

Semente? Sim, pois é potência, é possibilidade, é virtual. Somos capazes, porque humanos e livres, da prática **deletéria**, da ação maldosa, da agressão danosa. Humanos e livres, pulsões **lesivas** despontam como cenário e vontade em muitos dos nossos atos e omissões. Semente pode “virar” planta ou árvore ou fruto ou flor; semente, como o ovo, contém o novo. Semente pode “virar” praga ou erva daninha ou veneno ou droga lesiva; semente, como o ovo, pode apodrecer ou ser **nefasta**.

É por isso que Leonardo Boff lembra que essa nossa abençoada liberdade, quando se torna amaldiçoada liberdade, precisa passar por uma “**transfiguração** inteligente”: sem perder a vitalidade que a **pulsão** agressiva comporta, fazer dessa

piegas:
excessivamente
sentimental.

deletéria: que
distrói ou danifica;
prejudicial.

lesivas: que lesa,
que causa lesão,
que prejudica.

nefasta: que causa
desgraça; trágica;
sinistra.

transfiguração:
mudança radical;
transformação.

pulsão: tendência,
impulso.

agressividade potencial uma energia que se transfigure em força positiva e virtuosa.

Em outras palavras, o impulso como benefício em vez de malefício, ou, mais ainda, como arranque robusto para cuidar da Vida, em vez de perder a reverência à ela e banalizar, assim, a convivência **condomínial** que é viver.

É nessa hora que precisamos nos educar reciprocamente para recusar o **biocídio**. Recusar o biocídio! Venho usando com frequência essa ideia, de modo a expressar uma adesão consciente à rejeição das mortes cotidianas: a morte **paulatina** da fraternidade, a morte **sorradeira** da família como nicho afetivo, a morte **insidiosa** da sacralidade presente no Outro, a morte vagarosa do pertencimento à Vida em suas múltiplas manifestações, a morte da sexualidade liberta e **afagante**. Pequenas mortes no dia a dia: distraídos, admitimos que faleçam nossas rejeições aos biocídios catastróficos.

No entanto, agonizar jamais! Temos de levar em conta a sedutora e desleixada **letargia** que nos preenche em vários momentos e, a partir dela e contra ela, repelir e repudiar o desmazelo e a negligência com a nossa Esperança.

Paulo Freire afirmava e nós retomamos: é preciso ter esperança, mas tem de ser esperança do verbo “esperançar”, porque tem gente que tem esperança do verbo “esperar” e essa não é esperança, é pura espera. “Ah, eu espero que dê certo, eu espero que funcione, eu espero que aconteça”... Isso, repita-se, não é esperança, mas um mero aguardar passivo.

Esperançar é ir atrás, é se juntar, é não desistir; esperançar é procurar em nós e à nossa volta as sementes que urge exterminar, de forma a limpar terreno para proteger o Futuro e acolher a Vida com mais plenitude.

De novo, piegas? Não; mais uma vez, romântico, impregnado de poesia e aspiração vivificante, enfadado com as obviedades pretensamente consoladoras (e efetivamente conformantes) tais como: a vida é assim.... ou, o que é que a gente pode fazer?

É por isso que a **sagacidade** hebraica presente no Talmude foi certa ao ensinar que “há três tipos de pessoas cuja vida não merece esse nome: as de coração mole, as de coração duro e as de coração pesado”.

Coração mole a ponto de adiar a premência dos cuidados com a Vida; coração duro a ponto de negar com arrogância que os cuidados sejam iminentes; coração pesado a ponto de urdir lamentações **evasivas**, deixando de usufruir o valor de que cuidados com a Vida não são um encargo, mas, isto sim, um patrimônio.

condomínial:
de domínio compartilhado com outras pessoas.

biocídio:
extermínio da vida.

paulatina: que acontece pouco a pouco; gradativa.

sorradeira: furtiva, que acontece em silêncio.

insidiosa:
traíçoeira, de emboscada.

afagante: que traz afago, que acarícia.

letargia:
insensibilidade, indiferença, apatia.

sagacidade:
agudeza de espírito, perspicácia.

evasivas: que facilita a fuga, que serve de desculpa.



TECER de novo a teia da vida

- Ritual de passagem da humanidade
- Reaprender a tecer
- Entrelaçar os fios das ciências, da história e da arte, da inovação e da tradição
- Admirar e respeitar todas as formas de vida
- Construir profundo comprometimento com a manutenção da Teia da Vida



Miriam Dualib

Jornalista, educadora ambiental, especialista em sustentabilidade e em mudanças climáticas. Presidente do Instituto Ecoar para Cidadania.

Pela primeira vez na história registrada da Humanidade, a continuidade da trajetória de nossa espécie nesta Terra encontra-se seriamente ameaçada. Com a crise ecológica sem precedentes que ora vivemos, vem o risco de catástrofes que podem atingir a biosfera e comprometer a qualidade de vida, e até mesmo a sobrevivência de milhões de seres humanos, especialmente dos grupos mais vulneráveis em termos territoriais, sociais e econômicos.

O modelo de desenvolvimento adotado pelas sociedades modernas é **predador**, **excludente**, **sectário**, consumista; sua visão de mundo é **antropocêntrica**; desconhece a condição **ternária** (indivíduo/comunidade/espécie) do ser humano e rompe sua ligação com o meio ambiente. A consequência é o esgarçamento da Teia da Vida, cuidadosamente tecida pela Natureza ao longo de bilhões de anos.

Problemas ambientais como contaminação da água, poluição atmosférica, destruição da biodiversidade, desertificação de solos agricultáveis, intensificação dos fenômenos extremos, aumento do nível dos mares e oceanos juntam-se aos problemas graves de pobreza, guerras, fome e doenças presentes neste mundo tão desigual que, irresponsavelmente, fomos “construindo” nos últimos séculos.

Estudos científicos avançados nos mostram que existe uma profunda e indissociável interconexão entre a existência de todos os seres vivos e o meio ambiente; que a vida emerge e se mantém em redes de troca de alta complexidade; que cada ser vivo é um sistema completo que se aninha em outro sistema sucessivamente até a biosfera.

Essas descobertas confirmam o que bem sabiam as sociedades tradicionais que viviam em aliança com a Natureza e que, mais do que conhecê-la, a respeitavam e reverenciavam.

A palavra ecologia vem do grego oikos e significa casa, lar. Ecologia é a ciência da administração do Lar-Terra, da Pacha-Mama, grande mãe, como nosso planeta era designado nas culturas andinas, ou de Gaia, organismo vivo, como era chamado na mitologia grega e também o é na moderna **cosmologia**. Aos poucos, porém, fomos nos dissociando da Mãe Terra, a ponto de não mais reconhecer os ciclos e os fluxos com que ela nutre e sustenta a vida.

predador: que destrói ou devora.

excludente: que exclui, que afasta, que separa.

sectário: intolerante, intransigente.

antropocêntrica: que considera o homem como centro de tudo.

ternária: que tem três elementos.

cosmologia: concepção do mundo, conjunto de ideias sobre a origem e a estrutura do cosmos.

Apesar dos constantes alertas da comunidade científica, dos ambientalistas e de milhares de organizações da sociedade civil, a capacidade de resposta do mundo diante da possibilidade de morte **entrópica** do Planeta, anunciada pelas mudanças climáticas, é duvidosa.

A **racionalidade** instrumental e o alcance das **ciências positivistas** não parecem suficientes para responder à crise ambiental. A capacidade de reflexão que pode levar às mudanças urgentes e profundas que precisam ser feitas ainda é tênue e tímida.

A engenhosidade e a criatividade do ser humano são capazes de gerar tecnologias de menor impacto, de desenvolver e disponibilizar fontes energéticas limpas e renováveis, de projetar aviões, automóveis, equipamentos energeticamente eficientes, de encontrar alternativas de soluções que minimizem os impactos das mudanças climáticas.

Mas tais avanços não bastam, porque não representam mudanças na maneira de se relacionar com a Natureza, não alteram substancialmente o modelo que ainda prioriza o lucro em detrimento da vida, não **ressignificam** as relações humanas, não contemplam o cuidado com o outro e com a Terra como bem essencial.

Mas algumas experiências de restauração de ecossistemas degradados, de recuperação de nascentes, de repovoamento florestal, de solos que reencontram fertilidade por meio de manejo adequado nos animam e renovam esperanças, pois fazem o contraponto à lentidão na adoção de mudanças globais estruturantes, ainda incipientes.

A esperança vem das múltiplas, valiosas e emblemáticas experiências de estudiosos, pesquisadores, ativistas e comunidades, cujos esforços se somam na busca de avanços rumo à construção de sociedades sustentáveis.

Precisamos todos reaprender a tecer, juntar nossas mãos às de milhares de pessoas que, em todo mundo, entrelaçam os fios das ciências ecológicas e sociais, da história e da arte, da inovação e da tradição, misturam as cores e texturas do conhecimento tradicional e científico para, aos poucos, reconstituir a **resiliência** da Vida, contribuindo para que a Natureza reencontre seu ponto de equilíbrio.

O papel da educação ambiental crítica e transformadora é preponderante neste ritual de passagem da humanidade: construir com as pessoas um novo olhar sobre tudo que nos cerca, fomentar nos homens e mulheres de hoje sentimentos de admiração e respeito por todas as formas de vida e um profundo senso de comprometimento com a manutenção da complexa e fascinante Teia da Vida.

entrópica: ligada à entropia, que é a medida da desordem de um sistema.

racionalidade: capacidade de usar a razão, de raciocinar.

ciências positivistas: conhecimentos exclusivamente baseados em fatos e experiências.

ressignificam: ressignificar é dar novo sentido.

resiliência: resistência pela elasticidade.



CUIDADOS COM A VIDA

- Cuidado e coerência
- A condição do cuidado
- Bem-estar na interação
- Triângulo do cuidado
- Violência e ausência de cuidado
- Qualidade como condição interior
- Controle, incoerência, descuido
- Abraão e a perspectiva de cuidado



Nilton Bonder

Rabino da Associação Religiosa Israelita do RJ e Rabino da Congregação Judaica do Brasil. É representante regional da América do Sul da Rabbinical Assembly; professor do curso de especialização "Teoria e Praxis do Meio Ambiente", com apoio da Comunidade Europeia e das Nações Unidas. Consultor do Comitê Permanente sobre Educação no Futuro patrocinado pelas Nações Unidas. Autor, entre outras obras, de *A Alma Imoral*, também adaptada para o teatro.



cuidar se manifesta pela coerência.

A coerência é o acolhimento das demandas de ambas as pontas de uma interação.

Implica um vínculo, uma conexão viva, aquilo que o filósofo Martin Buber cunhou como uma relação Eu-Tu, em vez de Eu-Isto.

Somente quando houver do outro lado de uma interação não um objeto – um Isto – mas um sujeito independente, que estabeleça mutualidade e não uso, somente então aparecerá em cena o cuidado. Para cuidar é necessário que haja reciprocidade entre as pontas e que a ênfase da relação não esteja apenas em uma delas.

O sábio Hilel, do século 1, explicita essa coerência: “Se eu não sou por mim, quem é por mim, e se eu sou só por mim então o que sou eu, e, se não agora, quando?”. Se eu não sou por mim, se eu não cuidar de mim, se eu não tiver um olhar pelos meus interesses, quem é que vai fazer isso? Eu sou o responsável, eu sou o gerente de minha própria existência. Ao mesmo tempo, se eu sou só isso, o que eu sou? O bem-estar, sozinho, não tem um significado em si: há uma dimensão interativa e comunitária, uma dimensão maior, mais ampla e que diz respeito ao meio e à rede em que existimos. E, por último, obviamente também há a questão da necessidade de ação: se não agora, quando?

O cuidado é o triângulo entre o Eu, o Tu e a ação que demanda coerências. O sábio está dizendo que não existe um sujeito absoluto em nós, mas que nossa identidade se forma momentaneamente a partir das interseções entre a pessoa, o outro e o fazer. Para ser cuidadoso comigo, tenho de ser coerente em relação aos cuidados com o outro e com as minhas ações. Qualquer forma de incoerência produzirá o efeito contrário ao cuidado, podendo gerar a violência.

Quando não cuidamos, violamos o princípio de reciprocidade e deixamos de nos comprometer com um dos lados de uma interação. Para obter essa coerência, o Eu terá de reconhecer no ato de cuidar e ser cuidado o valor máximo da vida. Terá de modificar seus hábitos (senão vícios) quanto à percepção daquilo que é vantajoso e proveitoso e que equivocadamente parece relacionado apenas a seus próprios interesses.

Uma antiga parábola conta sobre um homem que sonhava conhecer o Paraíso. Para sua surpresa, as pessoas não estavam num lugar idílico, repleto de prazeres e regalias, mas simplesmente estudavam conjuntamente. Não contendo sua decepção, o homem indagou: “Então isso é que é o Paraíso?” De imediato, uma voz se fez ouvir: “Você se engana se pensa que os justos estão no Paraíso. É o contrário, é o Paraíso que está nos justos!”.

A qualidade máxima a que almejamos não se encontra em nenhuma forma de posse ou lugar externo, mas nas interações coerentes com a nossa vida interior.

A incoerência e o descuido acontecem porque queremos controlar. Porque o controle é justamente a supremacia de uma das pontas sobre qualquer interação. E aquele que exerce o controle jamais conhecerá a paz ou o Paraíso. Quem abrir portas para a violência de suas incoerências será maculado pela falta de qualidade.

Nossa civilização tentou produzir modelos culturais que simbolizassem o cuidado. A primeira tentativa foi a de dizer que no universo há um Pai que cuida. Seguiu-se a essa metáfora a perspectiva do Filho que é cuidado pelo universo. Propôs-se também, como no Cântico dos Cânticos, a simbologia do cuidado representada na relação entre amantes.

No entanto, nenhuma perspectiva do cuidado foi mais poderosa do que a de Abraão. O impacto de sua visão chega a nós ainda hoje através das três grandes religiões do Ocidente. Sua fala era mais abrangente do que as imagens de cuidado presentes nas relações entre pais e filhos ou mesmo entre amantes: a coerência do cuidado não precisava existir em função de uma relação específica, e sim em todas as interações.

A hospitalidade e o acolhimento que abrem espaço para acomodar o outro em sua própria identidade é a metáfora suprema de uma relação Eu-Tu. Esse cuidado com o outro e com a ação não só determina a identidade do próprio indivíduo como revela um segredo oculto. Poderíamos, assim, não só conhecer a nós mesmos nos cuidados como também reconhecer o cuidado que perpassa tudo o que existe. A esse cuidado ele nomeou Deus. Não mais o politeísmo das coisas que existem de per si, deus chuva, deus trovão, deus sol, mas o cuidado que entrelaça todos os elementos do universo. Estava revelado o vínculo entre ser por mim, ser não só por mim e a responsabilidade da ação. Da descoberta desse cuidado nascia o humano e também o divino no horizonte.



SER OU NÃO SER: a essência da EVOLUÇÃO

- A experiência da união com o Todo em que a vida acontece
- A interdependência de tudo o que existe
- Evoluir é aproximar-se da integração
- Mais amor e menos rigor



Oscar C. Quiroga

Astrólogo, nasceu na Argentina, onde cursou medicina até o quarto ano e em 1978, quando veio para o Brasil, teve seu primeiro contato com o esoterismo. Cursou Psicologia na PUC e neste mesmo ano iniciou sua colaboração no Jornal *O Estado de São Paulo*.

Ser ou não ser, eis a questão: será mais nobre suportar as flechadas da trágica fortuna, ou armar-se contra um mar de obstáculos, enfrentá-los e vencer?

— William Shakespeare, em *Hamlet*



Universo, visível e invisível, é um colossal oceano de Vida que sustenta e brinda com significado tudo que existe. Quem for capaz de imaginar a Vida circulando e se processando simultaneamente através de estrelas, planetas, reinos inteiros da natureza e de cada uma e todas as pessoas, experimenta o “Nirvana”, a aproximação consciente ao Ser **transcendental** que integra todas as entidades que compõem o Universo. Nesse exaltado estado de consciência, o humano experimenta a união, sobrevivendo imediatamente amor indizível que transforma o que era até então um animal assustado e preocupado com a sobrevivência num caráter vibrante e luminoso, capaz de exercer influência marcante. Nós, humanos, buscamos essa experiência e lhe damos nomes diferentes.

A experiência de Ser é a própria unidade da Vida. A experiência de Não Ser trata essa percepção como uma **especulação** tola, já que o que salta à vista são formas do Universo separadas umas das outras, e os vínculos de união seriam todos forjados artificialmente. A maior parte do tempo, tudo parecerá conspirar contra a percepção transcendental; milhares de afazeres, significativos alguns, sem sentido outros, serão obstáculos para que a visão da Vida se revele com toda a sua glória; mas também estará presente a vontade de descobrir as leis que unificam os diversos reinos da natureza para compreendê-los e existir em harmonia. Nós confundimos o poder que vê com o poder de ver. O poder que vê é a Vida, o poder de ver é a apropriação que nós fazemos dela, identificando o que é integrado como uma infinidade de aspectos diversos e sem sentido algum.

transcendental:
que ultrapassa os limites da experiência.

especulação:
investigação que não se apoia em evidências, em provas.

gozoso: em que há gozo ou prazer.

A óbvia dependência que há entre os humanos prova a unidade de nossa espécie. A dependência de nossa espécie em relação aos reinos da natureza comprova a unidade que integra a Terra; da mesma forma, a óbvia dependência de nosso planeta em relação ao Sol, deste em relação ao Sistema e do Sistema em relação

à Galáxia confirma a unidade. A ignorância acidental ou intencional da Unidade resulta em discórdia e no disseminado vício de nos convencer de que a Natureza deve nos servir, pois, ao sermos capazes de ver seu poder, tentamos nos apropriar dele. Já ficou evidente, entretanto, que quanto mais a maltratamos, mais também maltratamos a nós mesmos, porque Somos integrados a ela.

Pelo caminho **gozoso** da percepção transcendental ou pelo caminho doloroso da desintegração, somos motivados a compreender nosso lugar no Universo. A medida dessa compreensão é a aproximação consciente à experiência de Ser, que enriquece com a beleza da diversidade cósmica, mas prioriza a integração.

Evoluir é aproximar-se conscientemente da integração, da transcendental experiência de Ser. Embora tenha se tornado habitual relativizar o certo ou errado, qualquer humano em seu são juízo reconhece que o mais certo é promover a evolução e o absolutamente errado é obstaculizá-la, disseminando a discórdia **inerente** à negação de uma unidade **subjacente** na aparente diversidade.

Não, depois de reconhecer a Vida Uma não seria nobre simplesmente suportar os obstáculos e continuar sobrevivendo como animais assustados ante a complexidade de tudo. Nobre seria armar-se espiritualmente para conquistar a percepção transcendental, estabilizá-la e transformá-la em exemplo que irradie influência ao longo das gerações, como demonstram os inúmeros heróis e heroínas que existiram, existem e ainda existirão entre nós.

inerente:
inseparável por
natureza.

subjacente: oculta,
subentendida

Pensar com mais amor e menos rigor é um bom começo para entender que tudo e todos são feitos da mesma Vida. Todos somos fragmentos de eternidade e todos os seres, os que apreciamos e os que desprezamos, fazemos parte da mesma Vida, que compreende um extraordinário corpo cósmico.



- Reverência pela natureza X respeito pela natureza
- Os riscos da lacuna de convívio com a natureza



Paulo Groke

Engenheiro florestal, é Diretor de Meio Ambiente do Instituto Ecofuturo.

Nasci em junho de 1960. Tenho, portanto, 50 anos. A minha idade de **inflexão** ambiental. E por que digo isso? Apesar de nascer e morar em uma grande cidade, minha infância foi povoada pelo sentimento de que a natureza a todos cercava e fazia parte de cada um.

Criança, vivia solto, explorando as matinhas e nascentes próximas. Qualquer lugar ao ar livre era sala de aula natural à espera de seus curiosos alunos. E, como alunos aplicados, nos empenhávamos na matéria e voltávamos sujos e cansados para o banho, jantar, um pouco de tevê e cama.

Pré-adolescente, curti as férias na praia ou nas barrancas dos rios Grande ou Paraná. Na casa da praia ou acampado na beira dos rios, o crepúsculo era anunciado pela orquestra de sapos, rãs e curiangos. A noite era pontuada por estrelas, vaga-lumes e relâmpagos. A prosa corria solta até que cada um ia se ajeitando em seu cantinho em busca do sono reparador, ansiando pelas aventuras do dia seguinte.

Cacei rãs, traíras e içás. Fui caçado por vespas, micuins e piuns. Tirei água do fundo do barco utilizando lata de óleo Mazzola, porque era retangular e, portanto, mais eficiente do que a do óleo Salada, que era redonda. Pisei em mandi e chorei de dor, sem contar para o meu pai, por vergonha da **pexotada**. Admirava meu “velho” com seus quarenta e poucos anos, falando em marcha lenta com os companheiros ou caboclos locais. A faca modelo Bowie, pendendo sob a cinta. Nos pés, as alpargatas ainda molhadas. A cada tragada, a brasa do Continental sem filtro se destacava no ambiente pouco iluminado.

inflexão:

curvatura, flexão; ato de curvar-se ou inflectir-se.

pexotada: falta cometida por inexperiência ou por ignorância.

piracemas: épocas de desova; épocas em que os grandes cardumes de peixes nadam rumo às nascentes dos rios.

assoreada: obstruída.

Por vezes eu dormia cheirando a carbureto, pedra de poderes mágicos que fazia das trevas luz. Vi **piracemas**. Milhares de peixes, de várias espécies, nadando contra a correnteza, em um frenesi reprodutivo, com suas nadadeiras dorsais riscando a superfície. Não se pegava o peixe nessas ocasiões. O sentimento era de pura reverência. O barranco de onde presenciei um dos mais belos espetáculos não existe mais, pois toda a calha do rio Taquari foi **assoreada** pela ação do homem.

Pouco a pouco, as rotas dos velhos Tietê, Grande e Paraná foram represadas para que as cidades e os campos tivessem energia elétrica. Metro a metro, os ambientes naturais mais próximos foram ocupados. Nas cidades, perdemos o direito

de admirar as estrelas. Há quatro anos mudei para um condomínio numa dessas cidades dormitórios. No início, fiquei feliz por ouvir sapos e ver os vaga-lumes nos terrenos vizinhos. O prazer não durou muito. Em pouco mais de um ano, os terrenos do entorno foram ocupados. Não posso reclamar: acho que meus vizinhos também almejavam a mesma “qualidade de vida” que eu.

Não deu tempo para o meu filho desfrutar do prazer deste contato com a natureza. Ele tem somente oito anos e não teve a oportunidade de ouvir uma orquestra de sapos, rãs e pererecas ou de ver o cintilar dos vaga-lumes. Não teve seus caminhos iluminados pela luz difusa da lanterna de carbureto. Tampouco viu piracemas. No último final de semana, travamos uma bela guerra de amoras maduras utilizando um arsenal disponível do outro lado da rua. Foi a atividade mais rústica dos últimos tempos. Os “hematomas” saíram na hora do banho. As roupas não tiveram tanta sorte.

Meu filho é um exemplar respeitador, mas não um admirador da natureza. Aprendeu com os pais e na escola que não se joga lixo na rua. Aprendeu também a separá-lo em orgânico e reciclável. Fecha a torneira ao escovar os dentes, com medo de que a água do mundo acabe. Diz que, se não fizermos isso, o ser humano poderá desaparecer da face da Terra. Confesso que me pego pensando em quanto tempo as piracemas voltariam ao Tietê se a nossa espécie fizesse esse favor ao planeta. Fico feliz com as atitudes do meu filho, mas, ao mesmo tempo, triste com os novos tempos.

Temo que daqui a alguns anos, quando toda a minha geração tiver virado estrela, vaga-lume, relâmpago ou Continental sem filtro, restarão entre os habitantes desta metrópole somente os indivíduos conscientes que temem pelo nosso futuro, mas que não experienciaram o convívio com a natureza. Terão um cuidado meramente protocolar, burocrático. Sem contato. Sem trocas.

O que essa lacuna de convívio e carinho poderá representar? O fim do respeito e o início do medo? O fim do contemplar, do se sentir parte integrante? Não sei aonde chegaremos, mas isso não me parece bom. Posso dizer que vivi o melhor dos mundos, mas ainda corro o risco de ver o seu pior.

Por isso me encontro em plena idade da inflexão ambiental.



Poética da Estagnação

- Congelar o momento, usar e aprimorar o que já está aqui
- Economizar a energia que se gasta na busca de MAIS
- Tempo e estabilidade para dedicar-se a melhorar o que temos
- Observar para definir o que realmente importa



Raimo Benedetti

Cineasta e videomaker, atua no cenário artístico como VJ, montador, vídeo-cenarista e educador entre outras atividades, em diferentes áreas, dentro e fora do Brasil. Autodidata, começou sua carreira no começo dos anos 90, tendo uma trajetória bastante livre em sala de aula, colaborando com outros artistas, ou em seu trabalho autoral.

Já brincou de Stop, aquela brincadeira em que, depois de escolhida uma letra, todos escrevem nomes de carros, países, animais, cores, pássaros, flores, etc, com essa inicial? “A letra escolhida é ... F”! Fusca, França, Foca, Flamingo, Flor de Lis, e por aí vai... Quem acabar primeiro, preenchendo todas as colunas, tem o direito de enfaticamente anunciar o “stop” e dar fim à rodada. É a hora de fazer a contagem e ver quem ganhou a linha.

Adoraria brincar de “Stop” com o mundo. Seria interessante trazer ao papel um amontoado de pensamentos, reflexões e apontamentos sobre ações, fatos, inventos, e assim preencher todos os campos da vida e declarar um sonoro “parôô”. Não há mais chance de escrever, nem uma letra. Só podemos olhar, rir, ficar com raiva, analisar as escolhas de cada um e contabilizar 5, 10 ou 15 pontos, de acordo com o talento e originalidade.

Imagine se nos fosse dada a chance de simplesmente congelar todos os parâmetros sociais, políticos, econômicos e culturais do mundo e declarar tudo estagnado! Nada mais pode mudar. Assim não teríamos que nos preocupar com metas **mirabolantes**, safras astronômicas, recordes compulsivos, consumo desenfreado, nem em tentar ser melhor do que o outro. Teríamos, sim, **tempo e estabilidade para melhorar aquilo que já temos**. Em lugar de nos frustrarmos com a grama mais bonita do vizinho ou com a desvantagem comercial em relação a outro país, nos confortaria a ideia de que, em um mundo paralisado, estável e permanente, de nada adiantaria lutar constantemente por uma falsa superação. Em lugar de construir o novo, teríamos que manter o que já existe para que continuasse funcionando.

É claro que tudo isso é apenas hipotético, pois o ciclo da vida não para. Mas pensar tranquilamente, num clima de estabilidade, nos daria a vantagem de não nos assustar com o futuro, de reduzir a ansiedade, de nos livrar das falsas expectativas, desperdiçando menos energia.

Num primeiro momento, parar tudo nos faria olhar ao redor para confirmar que nada vai mudar mesmo! Desconfiança. Depois, teríamos ânimo para observar melhor o nosso entorno, a paisagem de relações pessoais, materiais e espirituais. Com o tempo estagnado nos sobraria... tempo. O bastante para poder olhar para trás e contemplar a nossa história, preservar nossa memória. As cidade seriam mu-

mirabolantes:
espalhafatosas,
surpreendentes,
espantosas.

seus a céu aberto onde as edificações – prédios, escolas, shopping centers, hidrelétricas – seriam mantidas com todo o cuidado, pois se uma fosse desativada não haveria outra no lugar.

De modo geral, somos educados para nos superar e cobrados por melhor desempenho, seja no esporte, na escola, na família. Em nossa bandeira constam as palavras “ordem e progresso”. Mas quem nunca questionou esse progresso? Será que todos os inventos criados pelo Homem trouxeram paz e harmonia? A resposta é complexa, mas sabemos que o mundo, hoje, tem problemas evidentes ligados à distribuição de renda, ao uso abusivo dos recursos naturais, ao confronto em guerras, à intolerância, além de muitos outros de origem secular. Se parássemos no tempo, talvez pudéssemos observar com mais atenção as relações da vida e definir o que realmente nos importa, o que é saudável e o que se sustenta. Não existe um ditado que diz que a pressa é inimiga da perfeição? Então, quem é a sua amiga, afinal? “Stop”, fim de jogo!



CULTURA DE PAZ, SUSTENTABILIDADE e o CÉREBRO ético

- O que a paz É
- O que a paz NÃO É
- Não-violência supõe ação
- O global e o particular
- A competição que gera violência
- Evolução e diálogo com a consciência
- Condicionamento X valores escolhidos
- Inteligência ética
- Redes neurais de harmonia X redes neurais de competição



Regina Migliori

Dedica-se a desenvolver o potencial ético e sustentável das pessoas, organizações e comunidades, integrando diferentes áreas de atuação; é consultora em Cultura de Paz da Unesco; coordena o Núcleo de Pesquisas do Cérebro e da Consciência e o Laboratório de Neurodesenvolvimento vinculados ao Instituto Migliori e Fundação Douglas Andriani; membro-fundador do Instituto de Estudos do Futuro e da Rede Paz; Conselheira do Portal Nós da Comunicação; coordenou programas de pós-graduação em Ética, Valores e Sustentabilidade em diversas instituições; há mais de 20 anos vem aplicando metodologia para desenvolvimento da inteligência ética e sustentável em projetos junto a empresas, governos e instituições do terceiro setor; autora de livros, programas de e-learning, e articulista em diversos meios de comunicação. www.migliori.com.br

Paz é um valor humano, e, como tal, dá uma direção às nossas ações.

Um ponto de partida para as inteligências humanas, fundamentado no respeito pelos diferentes. Não corresponde à inexistência de conflitos, e sim à capacidade de administrá-los.

fragmentada: que não tem unidade, que separa em várias partes ou pedaços.

homogêneas: que têm uniformidade, que têm componentes semelhantes.

antídoto: contraveneno; também remédio, recurso, solução para alguma coisa.

equivoco: erro, engano, mal-entendido.

embasadas: que usam como base, como fundamento.

patamar: nível, grau, estágio.

simultâneos: que acontecem ao mesmo tempo ou quase.

globalização: intercâmbio cada vez maior entre sociedades e economias de países diferentes.

parâmetros éticos: medidas de comparação, padrões.

sustentáveis: que possam continuar sem prejudicar o ambiente.

complexa: complicada, que tem muitos elementos diversos.

Também não se pode compreender paz de forma **fragmentada**, somente como um estado de espírito individual. Ou como um sistema autoritário de relações **homogêneas**, baseado na ideia de que é possível que todas as pessoas sintam, pensem e ajam da mesma forma, e onde qualquer manifestação de diversidade, ou seja, qualquer conflito, é percebido como ameaça.

Tampouco se pode compreender a paz somente como **antídoto** contra a violência, pois seria reduzir uma postura criativa e transformadora a uma mera correção de rumos. Além disso, é um **equivoco** compreender a não-violência como passividade, omissão ou não-ação. Ao contrário: para atingirmos um patamar não-violento, temos que exigir de nós mesmos um altíssimo grau de exercício inteligente, criativo, competente e amoroso a fim de encontrarmos soluções não-violentas para os desafios que a vida nos apresenta. As respostas reativas ou de proteção, **embasadas** numa postura de ataque e defesa, são muito simples, primárias, correspondem a um **patamar** primitivo do comportamento humano, que tende a ser superado pelas próprias exigências da nossa evolução. Os seres humanos já dominam uma forma de expressão de vida mais inteligente do que a reação violenta diante de uma ameaça.

Estamos vivendo um momento de movimentos **simultâneos** de **globalização**, e de busca das nossas raízes particulares. Sabemos que nossa identidade se constrói na relação com o outro, mas talvez nunca tenhamos nos relacionado com tantos “outros”, tão diferentes de nós. Ressurge a ênfase sobre a necessidade de construir **parâmetros éticos** como uma contribuição efetiva, não só para chegar a resultados cada vez mais **sustentáveis**, mas também para construir uma cultura de paz que garanta nossa sobrevivência como espécie.

A ciência está integrando diferentes saberes em torno da noção de ser humano como uma estrutura de vida inteligente, **complexa** e dinâmica. Esse ponto de vista nos ajuda a ampliar o entendimento sobre a evolução humana.

Aprendemos que sobrevive o mais apto, o mais adaptado, e aquele que sobrevive é o mais evoluído. Essa postura prevê o domínio sobre o ambiente percebido: um mundo concreto sobre o qual pretendemos estabelecer uma relação de domínio. Esse é um poder exterior, que pode ser obtido de fora para dentro, testado, conquistado, negociado, enfim, compreendido em uma posição externa a nós mesmos. Estabelecido esse espaço externo de poder, a tendência é protegê-lo, e atacar quem o ameaça – é assim que se **instaura** a raiz da violência, sob os **auspícios** da mais acirrada competição, onde vale tudo para ser “evoluído”. Será que temos ensinado isso nas nossas escolas?

Esta é a abordagem que a nossa sociedade tem **priorizado**. Porém, um modelo de evolução centrado no exercício do poder externo é um modelo falho para se aplicar à existência humana. Não somos somente um corpo em busca de sobrevivência, tentando dominar seu meio. Somos seres inteligentes, sensíveis e criativos. Nossos anseios não se restringem às questões de sobrevivência biológica. Existimos também em outras dimensões, que precisam de espaço no mundo para se expressar. Não só nossos corpos evoluem. Nossas mentes também estão em evolução. Acrescentar a consciência à ideia de evolução significa admitir que não buscamos exclusivamente respostas aos anseios de sobrevivência. Eles coexistem e se integram aos anseios de **transcendência**.

instaura:
estabelece, instala.

auspícios: apoio.

priorizado: posto em primeiro plano, preferido.

transcendência:
capacidade de ir além do que é concreto e imediato.

mensurável: que pode ser medido.

intangível: que não pode ser tocado.

usurpa: consegue ou toma conta sem ter direito.

inerente:
característico, próprio.

sentenciar:
condenar.

A evolução da consciência não conduz ao desejo de dominação, e sim aos anseios de compreensão e cooperação. Para atendê-los é preciso ampliar nossas capacidades de percepção e de processamento mental, expandidos para além de um universo concreto e **mensurável**, sobre o qual podemos exercer algum domínio. A dimensão da consciência humana inclui um universo **intangível**, invisível. O poder que se passa a exercer não é de caráter externo.

Pode-se obrigar alguém a fazer alguma coisa, mas ninguém controla o que uma pessoa sente ou pensa. Reconhece-se aqui uma fonte de poder intangível, uma autonomia interior, algo que não se conquista de fora para dentro, não se **usurpa**, não se domina no outro, simplesmente porque é natural, **inerente** a todos os seres humanos. Descobre-se aqui a fonte da liberdade, da responsabilidade, e a raiz da ação ética, que depende da capacidade de dialogar com a própria consciência.

Impedir esse competente exercício da consciência humana é **sentenciar** as pessoas a uma profunda crise de identidade, impossível de ser curada somente com mais dinheiro, benefícios, ou tempo livre. Sufocar a evolução da consciência é determinar a extinção da humanidade. Os desafios atuais da educação

passam pela busca de atendimento **sinérgico** dos anseios humanos de sobrevivência e transcendência.

Thomas Kuhn nos coloca que “o caminho que leva do estímulo à sensação é parcialmente determinado pela educação. Indivíduos criados em sociedades diferentes comportam-se em algumas ocasiões como se vissem coisas diferentes”¹. Em outras palavras: aquilo que nos parece óbvio e lógico pode ser apenas o resultado de um condicionamento longamente instituído e profundamente sedimentado.

Na trilha dessa afirmação, as **neurociências** mostram pistas sobre a forma como estes condicionamentos operam em nós. Aprendizagem e memória podem contribuir para um avanço da humanidade em termos de um futuro sustentável, ou podem fortalecer o aprisionamento a um modelo de vida que compromete a nossa própria sobrevivência. Mas como decidimos? Até que ponto nossas decisões expressam uma pseudo liberdade, aprisionada a condicionamentos que direcionam nosso comportamento?

Neurocientistas vêm identificando no cérebro humano uma região destinada ao processamento de valores. Esta notícia revoluciona o entendimento sobre ética e moralidade. Essa pauta deixa de ser exclusivamente filosófica, política, pedagógica ou comportamental, e se amplia para incluir a dinâmica **neurofisiológica**.

Estamos longe de solucionar os mistérios da relação cérebro/mente/consciência, mas saber um pouco mais pode auxiliar nos desafios da educação, da cultura de paz e da sustentabilidade. É uma revolução se iniciando.

sinérgico:
coordenado, feito em conjunto.

Thomas Kuhn:
filósofo norte-americano que estudou a ciência.

neurociências:
ciências que estudam o sistema nervoso.

sinapses: ligações de transmissão.

neurais: de nervos.

neuroimagem:
imagens de exames do sistema nervoso.

redes neurais:
redes de ligações nervosas.

Na parte frontal do cérebro, dispomos de neurônios dedicados a realizar **sinapses** com foco em aspectos éticos e morais – estas sinapses compõem redes **neurais**, espécies de “avenidas” por onde transitam nossos pensamentos: o “cérebro ético”. Demonstrações por **neuroimagem** têm fornecido evidências sobre a dinâmica dessas redes. Essas evidências reabrem o debate sobre a natureza humana: ficou difícil sustentar a afirmação de que não há um potencial ético natural. Passa-se a considerar a hipótese de uma inteligência ética, que, reconhecida como potencial humano, pode e deve ser desenvolvida, tal qual outras inteligências. Com isso, surge mais uma responsabilidade para os educadores: uma responsabilidade neurofisiológica sobre o desenvolvimento dos cérebros das crianças e jovens com quem se relacionam.

Novas questões passam a exigir reflexão: que tipo de **redes neurais** têm sido fortalecidas na dinâmica cerebral das novas gerações? Estimulamos redes neurais

harmônicas, equilibradas, **altruístas**, ou temos semeado a desesperança, a competição desenfreada, fortalecendo os condicionamentos da recompensa imediata e da ética do interesse próprio? É possível criar e exercitar novos parâmetros educativos. Porém, para que um novo cenário se concretize, é preciso compreender que não há paz sem inteligência, sem criatividade, sem competência e, principalmente, sem uma atitude ética na vida. Essa postura demanda novas formas de pensar e agir, que determinarão as condições de sobrevivência da humanidade.

altruístas: de amor ao próximo, de generosidade.

Ao completar 100 anos de presença no Brasil em 2012, a White Martins se orgulha de acumular mais de três décadas de atuação efetiva no campo da Responsabilidade Social. Os projetos apoiados pela empresa beneficiam hoje mais de 200 mil pessoas em todo o País, nas áreas de Saúde, Educação e Meio Ambiente. Tornar acessível ao grande público o livro *Cuidados com a Vida*, por meio de sua impressão e distribuição, é uma ação que vem ao encontro de dois eixos fundamentais da atuação histórica da White Martins em benefício da sociedade brasileira: a valorização da diversidade e o fortalecimento da cidadania.

Com a crença de que o livro é a forma mais ampla e democrática de levar cultura a todas as regiões do País, sobretudo por intermédio da rede de bibliotecas escolares, públicas e comunitárias, a White Martins se orgulha em contribuir para a formação de crianças, jovens e adultos com os temas abordados em *Cuidados com a Vida*, como direitos humanos e justiça social.

Ao participar deste projeto, a White Martins reafirma ainda seu compromisso permanente de privilegiar a diversidade cultural como riqueza brasileira no cotidiano de suas operações e no relacionamento transparente com as comunidades em que atua.



Este livro foi impresso em papel Pólen Bold® 90g/m2, que possui uma tonalidade diferenciada, reflete menos luz e proporciona uma leitura muito mais confortável. Papel produzido pela Suzano Papel e Celulose, a partir de florestas renováveis de eucalipto. Cada árvore utilizada foi plantada para esse fim.

Confira as outras obras da Coleção em:

www.vocepodelermais.com.br



PATROCÍNIO:



APOIO:



REALIZAÇÃO:



Ministério da
Cultura



www.ecofuturo.org.br

ISBN 978-85-60833-05-4



9 788560 833054